

# Drop Jump

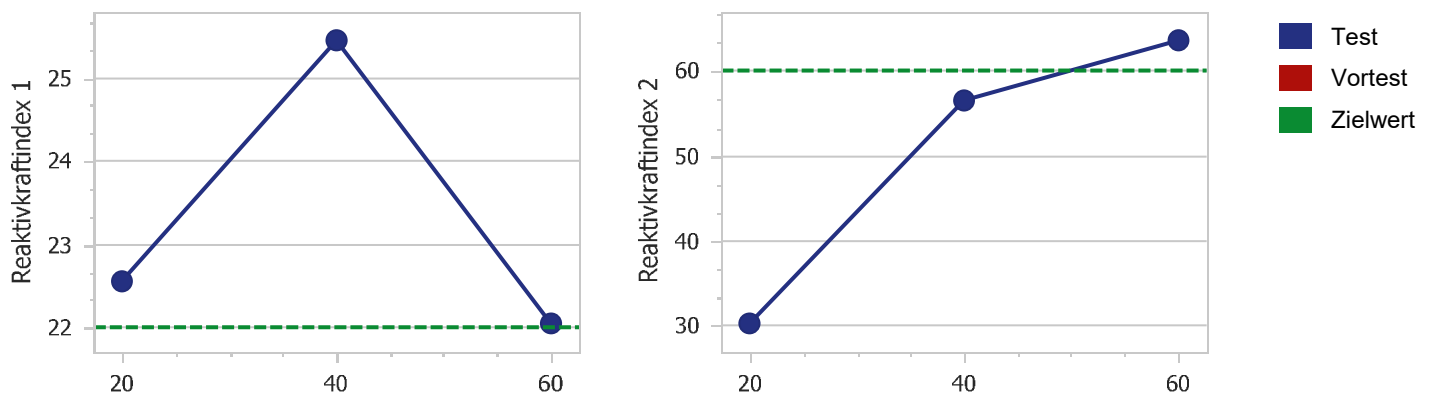
Osterwalder Jan, -

Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	NM-Kader LA Sprung
Gewicht	85.2 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

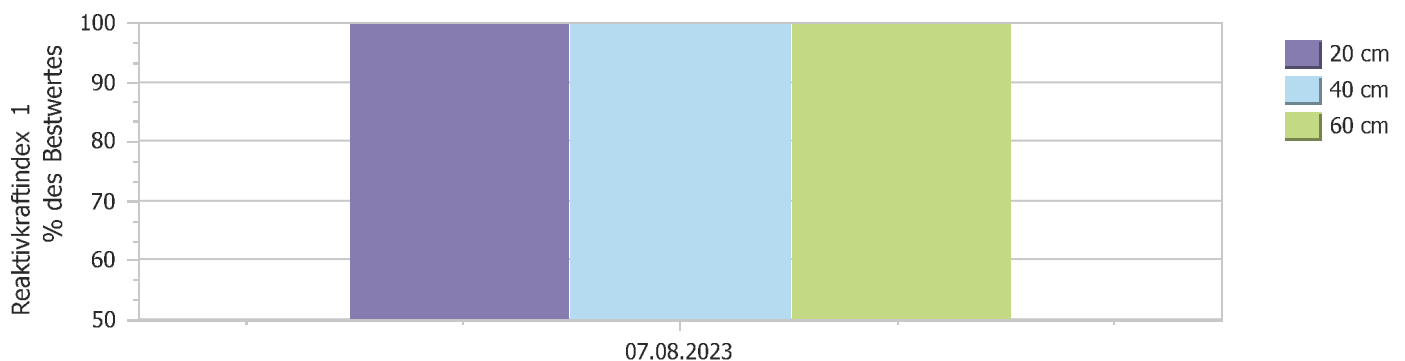
## Resultate

Ausführung	Reaktivkraftindex 1 Höhe/Kontaktzeit			Sprunghöhe [cm]		Kontaktzeit [ms]		Reaktivkraftindex 2 Prel(-)*Prel(+)/100		
	Test	Vortest	Diff. %	Test	Vortest	Test	Vortest	Test	Vortest	Diff. %
20 cm	22.6	-	-	34.8	-	154	-	30.3	-	-
40 cm	25.4	-	-	35.9	-	141	-	56.6	-	-
60 cm	22.1	-	-	35.7	-	162	-	63.6	-	-
Maximalwert	25.4	-		35.9	-	162	-	63.6	-	
Zielwert	22.0			0.0		0		60.0		

## Reaktivkraftindex



## Entwicklungsprofil



07.08.2023

## Beurteilung / Trainingsempfehlung

-