

Vertikalsprung

Künzle Yannick, 29. Februar 2000

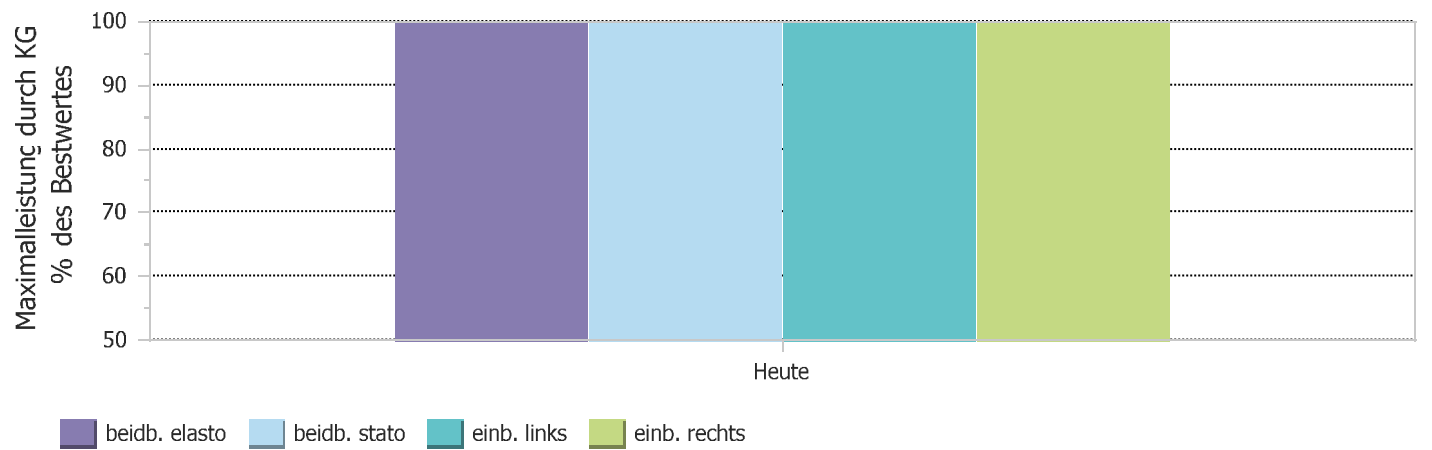
Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	77.0 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

Resultate

Mittelwerte		Maximalleistung durch Körpergewicht [W/kg]				Sprunghöhe [cm]				Beschleunigungsweg [cm]	
		Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest
beidbeinig	elastodyn.	52.8	-	-	60.0	35.1	-	-	-	26.9	-
beidbeinig	statodyn.	50.1	-	-	55.0	33.1	-	-	-	30.7	-
einbeinig	links	34.4	-	-	35.0	24.5	-	-	-	30.0	-
einbeinig	rechts	35.7	-	-	35.0	23.5	-	-	-	25.8	-
Seitendifferenz		3.6	-			3.9	-				

Bilaterales Defizit				Effect of Prestretch			
-24.6	-		-14.3	+5.8	-		

Entwicklungsprofil



Beurteilung / Trainingsempfehlung

-

Vertikalsprung

Künzle Yannick, 29. Februar 2000

Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	77.0 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

Kraftverteilung links/rechts

