

Vertikalsprung

Fontana Leandra, 04. Juni 1999

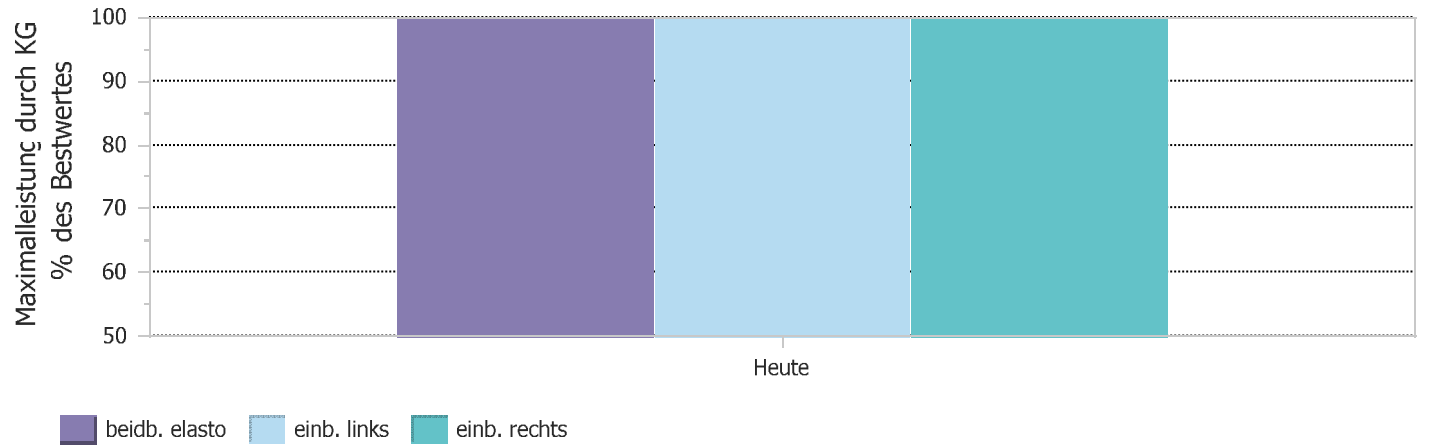
Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	73.4 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

Resultate

Mittelwerte		Maximalleistung durch Körpergewicht [W/kg]				Sprunghöhe [cm]				Beschleunigungsweg [cm]	
		Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest
beidbeinig	elastodyn.	44.2	-	-	60.0	31.8	-	-	-	30.9	-
beidbeinig	statodyn.	-	-	-	55.0	-	-	-	-	-	-
einbeinig	links	24.8	-	-	35.0	15.5	-	-	-	24.6	-
einbeinig	rechts	26.2	-	-	35.0	16.8	-	-	-	26.4	-
Seitendifferenz		5.3	-			7.6	-				

Bilaterales Defizit				Effect of Prestretch			
-13.5	-		-14.3	-	-		

Entwicklungsprofil



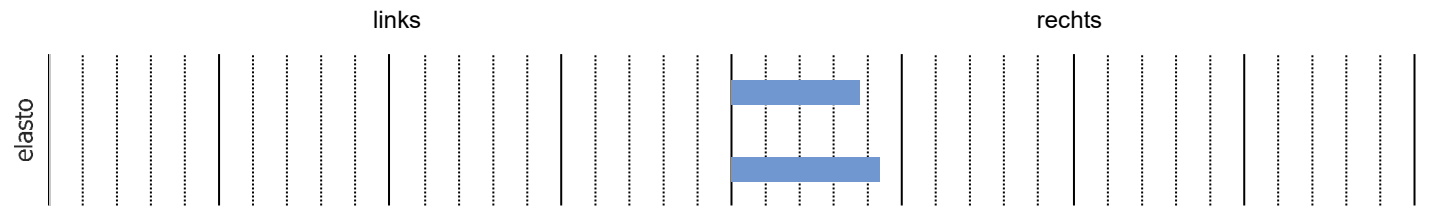
Beurteilung / Trainingsempfehlung

-

Vertikalsprung

Fontana Leandra, 04. Juni 1999

Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	73.4 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		
Kraftverteilung links/rechts					



Erhöhen Sie die Grösse der Grafik,
um sein Layout zu sehen.