

Vertikalsprung

Kwisse Romaric, 28. Juli 1991

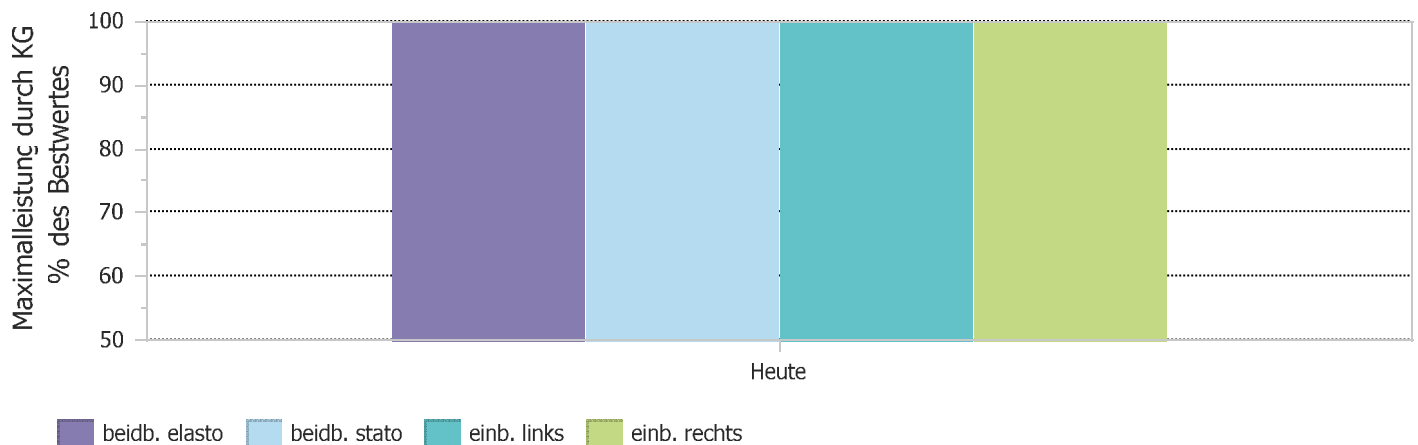
Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	81.5 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

Resultate

Mittelwerte		Maximalleistung durch Körpergewicht [W/kg]				Sprunghöhe [cm]				Beschleunigungsweg [cm]	
		Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest	Diff. %	Zielwert	Test	Vortest
beidbeinig	elastodyn.	63.1	-	-	60.0	43.4	-	-	-	29.4	-
beidbeinig	statodyn.	63.8	-	-	55.0	47.6	-	-	-	38.8	-
einbeinig	links	34.5	-	-	35.0	24.6	-	-	-	32.2	-
einbeinig	rechts	34.0	-	-	35.0	21.3	-	-	-	22.5	-
Seitendifferenz		1.5	-			13.5	-				

Bilaterales Defizit				Effect of Prestretch			
-7.9	-		-14.3	-8.8	-		

Entwicklungsprofil



Beurteilung / Trainingsempfehlung

-

Vertikalsprung

Kwisse Romaric, 28. Juli 1991

Testdatum	07.08.2023	Vortest	-	Zielwert	allgemein
Gewicht	81.5 kg	Gewicht	- kg		
Bemerkung	-	Bemerkung	-		

Kraftverteilung links/rechts

