Test

25.03.2022 10:03

Statistika

Subjekt musí odpovědět na všechny otázky		
ID		Test
Věk		
Datum		25.03.2022 10:03
Data testu		
Uživatel		Administrátor
Protokol		Test 1
Doba trvání	[m:ss]	18:39
Hmotnost	[kg]	66,78
Maximum Tepová frekvence	[tepů za min]	
Maximum Zátěž	[W]	818,00
Zátěž		
Fáze 1	[W]	
Průměr	[W]	100
Fáze 2	[W]	
Průměr	[W]	686
Fáze 3	[W]	
Průměr	[W]	19
Fáze 4	[W]	
Průměr	[W]	686
Fáze 5	[W]	
Průměr	[W]	19
Fáze 6	[W]	
Průměr	[W]	725
Fáze 7	[W]	
Průměr	[W]	17
Fáze 8	[W]	
Průměr	[W]	727
Restituční fáze	[W]	100
Průměr	[W]	75

FOR LIFE | UNDERSTANDING MOVEMENT & PERFORMANCE

Kadence		
Fáze 1	[RPM]	67
Fáze 2	[RPM]	141
Fáze 3	[RPM]	17
Fáze 4	[RPM]	133
Fáze 5	[RPM]	16
Fáze 6	[RPM]	129
Fáze 7	[RPM]	14
Fáze 8	[RPM]	122
Restituční fáze	[RPM]	43
Relativní zatížení		
Fáze 1	[W/kg]	1,50
Fáze 3	[W/kg]	1,50
Fáze 5	[W/kg]	1,50
Fáze 7	[W/kg]	1,50
Restituční fáze	[W/kg]	1,50

Wingate výsledky

Subjekt musí odpovědět na všechny otázky				
ID		Test		
Věk				
Datum				25.03.2022 10:03
Wingate stupeň	1	2	3	

FOR LIFE | UNDERSTANDING MOVEMENT & PERFORMANCE

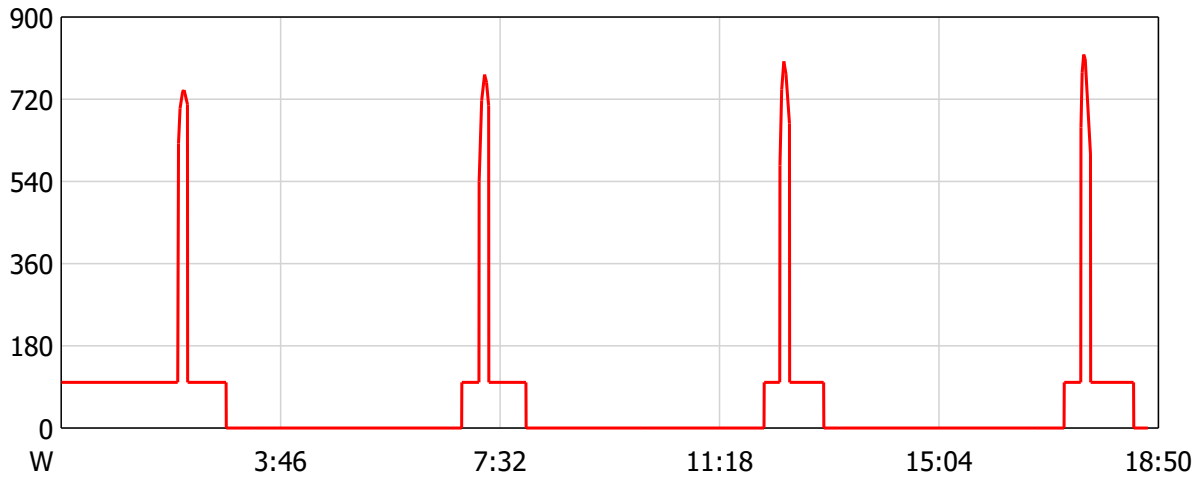
Data testu				
Faktor kroutícího momentu	[Nm/kg]	0,70	0,75	0,80
Kroutící moment	[Nm]	46,75	50,09	53,43
Doba trvání	[s]	10,00	10,02	10,01
Maximální výkon	[W]	914	959	1013
Průměrný výkon	[W]	761,48	747,25	729,02
Nejmenší výkon	[W]	617	536	512
Čas do maximálního výkonu	[s]	1,01	2,61	1,38
Čas do max RPM	[s]	5,62	5,24	3,99
Počáteční RPM	[RPM]	103,0	102,0	101,0
Maximální RPM	[RPM]	151,0	147,0	143,0
Maximální výkon při RPM	[RPM]	130,0	133,0	125,0
Průměrný výkon / tělesná hmotnost	[W/kg]	11,40	11,19	10,92
Maximální výkon / tělesná hmotnost	[W/kg]	13,68	14,37	15,16
Sklon únavy	[W/s]	33,76	57,18	58,12
Rychlost únavy	[%]	32,54	44,10	49,45
Celková práce	[kJ]	7,47	7,48	7,15
Práce < max. Výkon / tělesná hmotnost	[J/kg]	12,23	28,05	14,78
Práce < max. Výkon / tělesná hmotnost	[J/kg]	99,68	83,91	92,36
Max. Výkon 5	[W]	795,11	778,34	845,77
Průměrný výkon 5	[W]	669,40	648,46	557,32
Sklon únavy$_5$	[W/s]	25,12	25,90	57,54
Rychlost únavy$_5$	[%]	15,81	16,69	34,11

Subjekt musí odpovědět na všechny otázky		
ID	Test	
Věk		
Datum	25.03.2022 10:03	
Wingate stupeň	4	

FOR LIFE | UNDERSTANDING MOVEMENT & PERFORMANCE

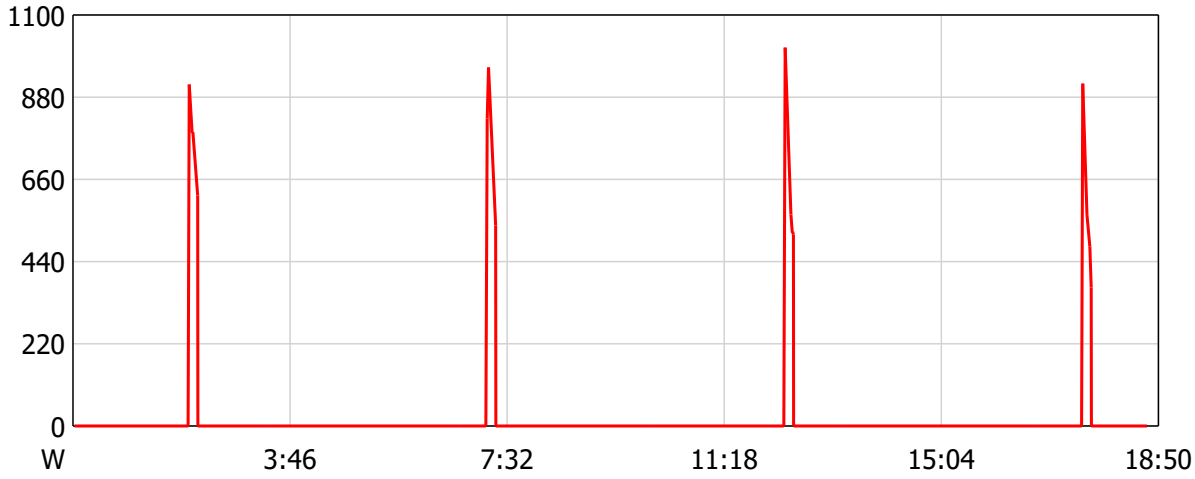
Data testu		
Faktor kroutícího momentu	[Nm/kg]	0,85
Kroutící moment	[Nm]	56,77
Doba trvání	[s]	10,01
Maximální výkon	[W]	916
Průměrný výkon	[W]	645,64
Nejmenší výkon	[W]	371
Čas do maximálního výkonu	[s]	1,17
Čas do max RPM	[s]	2,57
Počáteční RPM	[RPM]	108,0
Maximální RPM	[RPM]	137,0
Maximální výkon při RPM	[RPM]	128,0
Průměrný výkon / tělesná hmotnost	[W/kg]	9,67
Maximální výkon / tělesná hmotnost	[W/kg]	13,72
Sklon únavy	[W/s]	62,03
Rychlost únavy	[%]	59,51
Celková práce	[kJ]	6,33
Práce < max. Výkon / tělesná hmotnost	[J/kg]	12,34
Práce < max. Výkon / tělesná hmotnost	[J/kg]	82,39
Max. Výkon 5	[W]	762,62
Průměrný výkon 5	[W]	477,30
Sklon únavy$_5$	[W/s]	57,00
Rychlost únavy$_5$	[%]	37,41

Graf: Zátěž

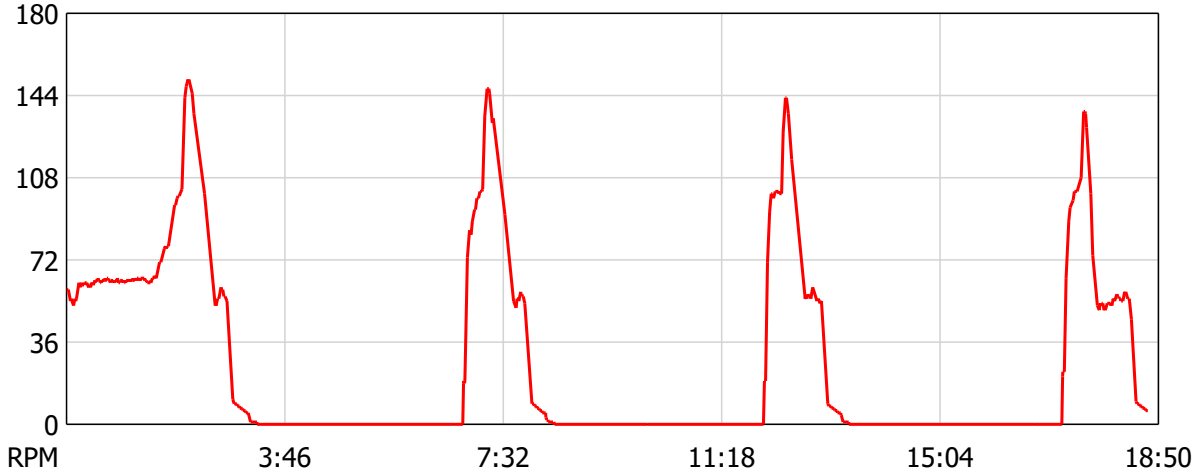


FOR LIFE | UNDERSTANDING MOVEMENT & PERFORMANCE

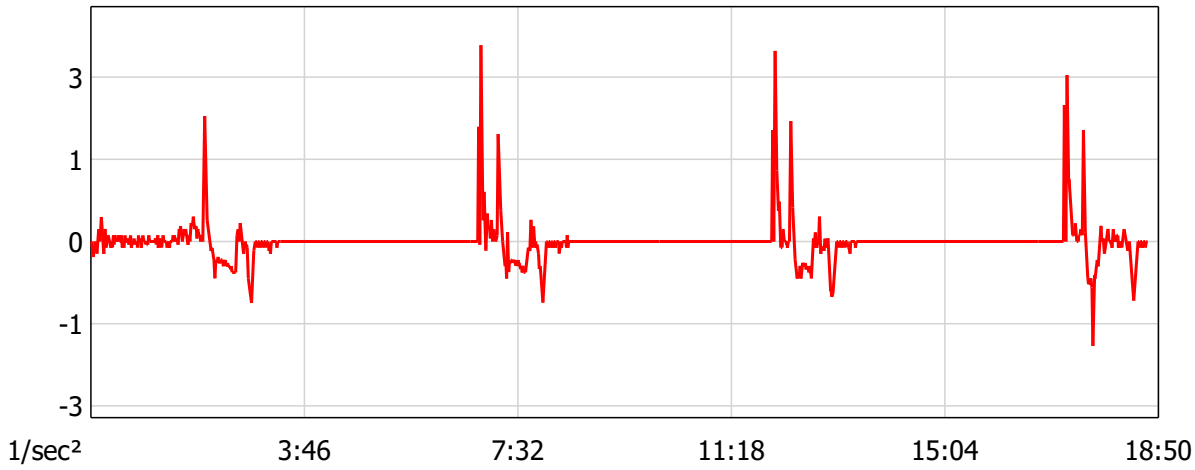
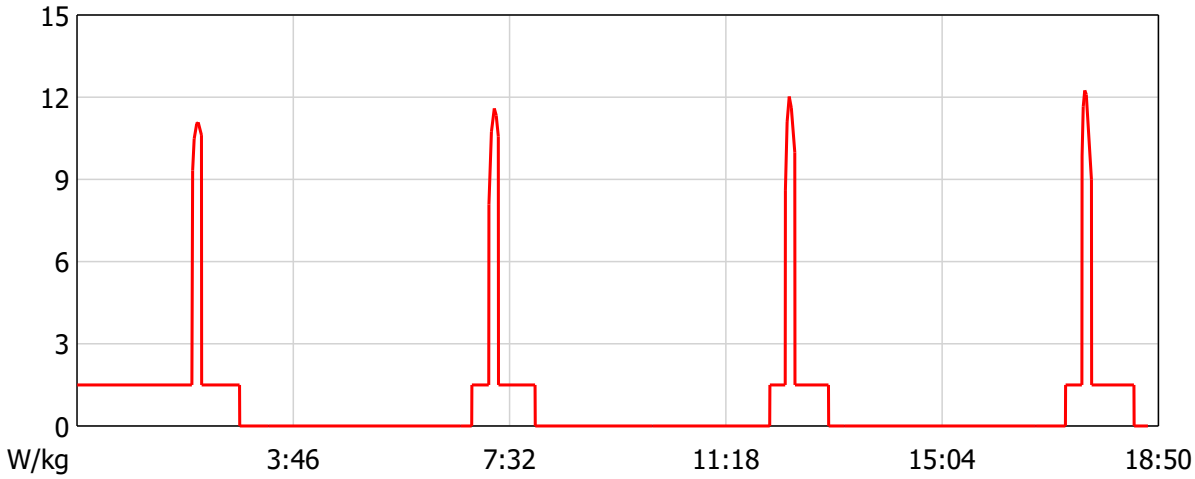
Graf: Wingate zátěž



Graf: Kadence



Graf: Zrychlení



Graf: Relativní zatížení