



Тест OBLA

Дата: 18/01/2008 17:09:14
Сохранено как: 080118_1709 MS Stufentest 120W, 18
Начальная нагрузка: 120 W
План нагрузки: каждые 30 Минуты + 30 W
Темп: 90 1/min

Результаты теста

Максимальное усилие: 435 W
Относительная сила: 6,3 W/kg
Размер/норма: 229 %

Спортсмен

Фамилия: Max Superman
Дата рождения: 25/05/1974
Вес: 69,0 kg
Рост: 1,040 m
BMI: 20,4

Велосипед

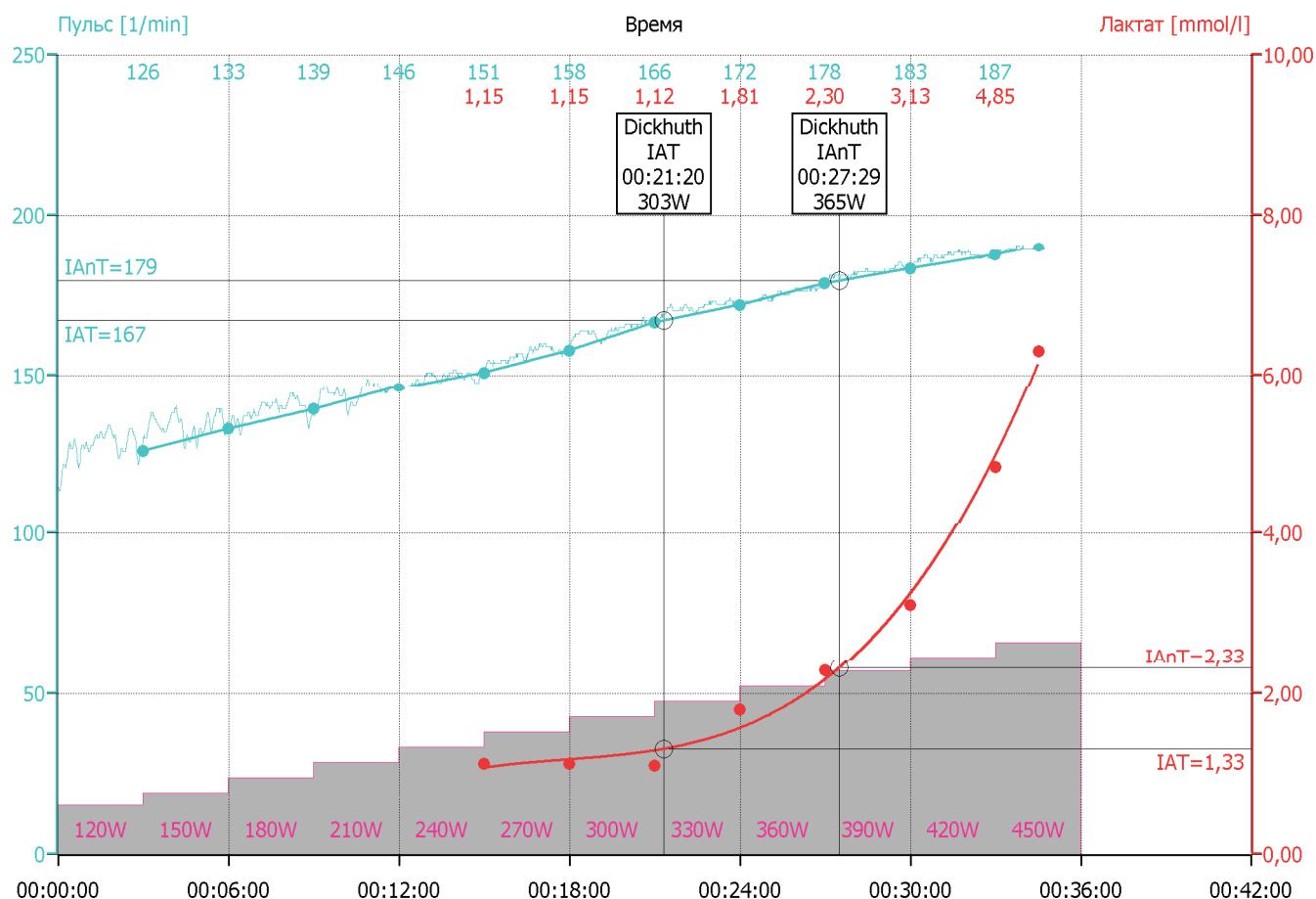
Длина колена: 0,1725 m
Размер колеса: 2,1130 m
Базовая передача: 53/11
Вес: 0,0 kg

Анализ пороговых значений

Время: 00:34:32,17
Путь: 31,10 km
Число об.: 3055
Работа: 578,70 kJ

Функция сглаживания: Лак = $f(t) = -4,82704500 + 0,01598706 \cdot t - 0,00001452 \cdot t^2 + 0,000000000 \cdot t^3$
Корреляция: 0,9969
Модель порога: 'Модель Дикхута' (Fixum=1,00 ммоль/л)

Имя	Макс.	IAT	IAnT	PWC130	PWC150	PWC170	Lac2	Lac3	Lac4	Lac6
Время	00:34:32	00:21:20	00:27:29	00:04:41	00:14:19	00:22:58	00:26:15	00:29:22	00:31:25	00:34:19
Лактат (ммоль/л)	6,18	1,33	2,33	-	-	1,46	2,00	3,00	4,00	6,00
Пuls [1/min]	190	167	179	130	150	170	177	182	185	190
Нагрузка (W)	435	303	365	143	233	320	353	384	404	433
Относит. нагрузка [W/kg]	6,3	4,4	5,3	2,1	3,4	4,6	5,1	5,6	5,9	6,3
Размер/номинал [%]	229	160	192	76	123	168	186	202	213	228





Тест OBLA

Дата: 18/01/2008 17:09:14
Сохранено как: 080118_1709 MS Stufentest 120W, 18
Начальная нагрузка: 120 W
План нагрузки: каждые 30 Минуты + 30 W
Темп: 90 1/min

Результаты теста

Максимальное усилие: 435 W
Относительная сила: 6,3 W/kg
Размер/норма: 229 %

Спортсмен

Фамилия: Max Superman
Дата рождения: 25/05/1974
Вес: 69,0 kg
Рост: 1,840 m
BMI: 20,4

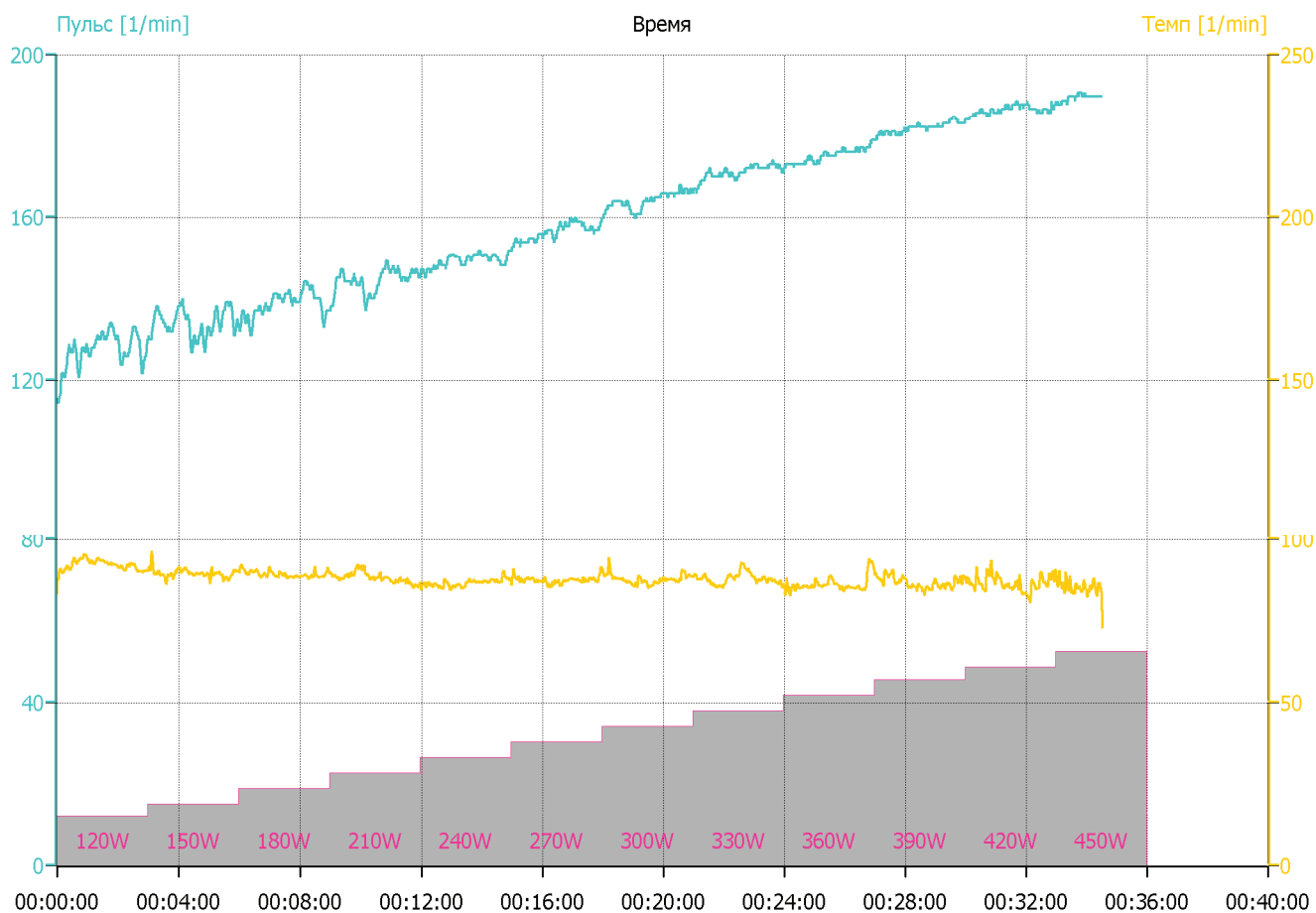
Велосипед

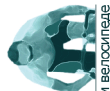
Длина колена: 0,1725 m
Размер колеса: 2,1130 m
Базовая передача: 53/11
Вес: 0,0 kg

Общая оценка

Время: 00:34:32,17
Путь: 31,10 km
Число об.: 3055
Работа: 578,70 kJ

	Наклон [%]	Нагрузка [W]	Усилие [N]	Работа/такт [J]	Трансм. [m]	Темп [1/min]	Скорость [km/h]	Пульс [1/min]
Минимум:	-5,68	119	74	60	10,18	74	45,0	114
Максимум:	0,42	450	324	144	10,18	97	59,2	191
Среднее:	-3,41	279	169	103	10,18	88	54,0	159





Велоспедная эргометрия на вашем велосипеде

Тест OBVA

Дата: 18/01/2008 17:09:14
Сохранено как: 0801118_1709 MS Stufentest 120W, 180:

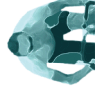
Фамилия: Max Surelman
Дата рождения: 25/05/1974
Вес: 69,0 kg
Рост: 1,840 m
ВМІ: 20,4

Длина юлена: 0,1725 m
Размер юлеса: 2,1130 m
Базовая передача: 53/11
Вес: 8,0 kg

Спортсмен

Велосипед

Загрузка	Сумма	Наклон [%]	Нагрузка [W]	Усилие [N]	Работа/такт [J]	Трансм. [m]	Темп [1/min]	Скорость [km/h]	Пульс [1/min]	Примечание
T	Время: 00:4:32,17 Путь [km]: 31,10 Работа [kJ]: 578,70	Мин.: -5,68 Макс.: 0,42 Средн.: -3,41	119 450 279	74 324 169	60 144 103	10,18 10,18 10,18	74 97 88	45,0 59,2 54,0	114 191 159	
1	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,83 Работа [kJ]: 24,25	Мин.: -5,64 Макс.: -4,14 Средн.: -5,19	119 142 135	74 78 77	60 68 63	10,18 10,18 10,18	84 96 93	51,2 58,7 56,5	114 134 127	
2	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,75 Работа [kJ]: 26,98	Мин.: -5,68 Макс.: -4,29 Средн.: -4,72	150 150 150	82 92 88	64 71 67	10,18 10,18 10,18	87 97 90	53,1 59,2 55,0	127 140 134	
3	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,75 Работа [kJ]: 32,43	Мин.: -4,86 Макс.: -4,24 Средн.: -4,44	150 180 180	88 108 106	67 82 78	10,18 10,18 10,18	88 93 90	54,0 56,7 54,9	131 144 139	
4	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,71 Работа [kJ]: 37,78	Мин.: -4,61 Макс.: -3,62 Средн.: -4,05	210 210 210	120 130 126	85 92 88	10,18 10,18 10,18	86 93 89	52,4 56,6 54,2	137 149 144	
5	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,66 Работа [kJ]: 43,19	Мин.: -4,09 Макс.: -3,26 Средн.: -3,57	240 240 240	140 150 146	95 99 96	10,18 10,18 10,18	85 91 87	51,9 55,5 53,3	145 152 149	
6	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,69 Работа [kJ]: 48,61	Мин.: -4,02 Макс.: -3,12 Средн.: -3,43	240 270 270	144 167 163	95 107 104	10,18 10,18 10,18	86 92 88	52,5 56,2 53,8	152 160 157	
7	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,70 Работа [kJ]: 54,04	Мин.: -4,22 Макс.: -2,82 Средн.: -3,23	270 300 300	156 186 180	101 113 110	10,18 10,18 10,18	86 95 88	52,3 57,9 53,9	160 168 164	
8	Время: 00:03:00,00 Путь [km]: 2,70 Работа [kJ]: 59,36	Мин.: -3,74 Макс.: -2,58 Средн.: -3,00	330 330 330	188 204 198	114 119 116	10,18 10,18 10,18	86 93 88	52,4 57,0 54,0	166 174 171	



Загрузка	Сумма	Наклон [%]	Нагрузка [W]	Усилие [N]	Работа/такт [J]	Трансм. [m]	Темп [1/min]	Скорость [km/h]	Пульс [1/min]	Примечание
9 Константа 36(W)	Время: 00:С3:00,00	Мин.: 00:27:00,00	330	201	116	10,18	83	50,9	171	
	Путь [km]: 2,65	Макс.: 24,43	360	229	126	10,18	94	57,7	179	
	Работа [kJ]: 64,79	Средн.: 391,43	360	220	123	10,18	87	53,0	175	
10 Константа 39(W)	Время: 00:С3:00,00	Мин.: 00:30:00,00	360	209	121	10,18	84	51,0	179	
	Путь [km]: 2,67	Макс.: 27,10	390	248	131	10,18	92	55,9	185	
	Работа [kJ]: 70,31	Средн.: 461,74	390	237	129	10,18	87	53,3	182	
11 Константа 42(W)	Время: 00:С3:00,00	Мин.: 00:33:00,00	420	237	133	10,18	81	49,6	184	
	Путь [km]: 2,66	Макс.: 29,76	420	274	137	10,18	94	57,4	189	
	Работа [kJ]: 75,49	Средн.: 537,23	420	256	135	10,18	87	53,2	187	
12 Константа 45(W)	Время: 00:С3:00,00	Мин.: 00:34:32,17	420	245	134	10,18	74	45,0	188	
	Путь [km]: 1,35	Макс.: 31,10	450	324	144	10,18	91	55,6	191	
	Работа [kJ]: 41,47	Средн.: 578,70	450	278	142	10,18	86	52,5	190	