



Wingate Anaerobic Test

Datum: 12.11.2007 16:04:03
 Gespeichert unter: 071112_1604 MW Wingate Anaerobic
 Belastungsvorgabe: $M = f * G = 0,8 * 72,0\text{kg} = 58\text{Nm}$
 $F = M / l = 58\text{Nm} / 0,173\text{m} = 334\text{N}$
 Start bei Tretfrequenz: 70 1/min

Testergebnisse

Spitzenleistung: 999,0 W
 Mittlere Leistung: 798,0 W
 Anaerobe Leistung: 13,9 W/kg
 Anaerobe Kapazität: 11,1 W/kg
 Erschöpfungsindex: 20,4 W/s

Sportler

Name: Michael W
 Geburtsdatum: 23.02.1988
 Körpergewicht: 72,0 kg
 Körpergröße: 1,820 m
 BMI: 21,7

Rad

Kurbellänge: 0,1725 m
 Radumfang: 2,1130 m
 Basisübersetzung: 53/13
 Gewicht: 8,0 kg

Auswertung gesamt

Zeit: 00:00:20,00
 Weg: 0,39 km
 Kurbelumdr.: 45
 Arbeit: 16,15 kJ

	Steigung [%]	Leistung [W]	Pedalkraft [N]	Arb./Herz [J]	Übersetzung [m]	Tretfrequ. [1/min]	Geschwind. [km/h]	Herzfrequ. [1/min]
Minimum:	-8,75	62	49	28	8,61	70	36,2	98
Maximum:	1,97	999	333	475	8,61	166	85,8	185
Mittelwert:	-4,64	798	321	363	8,61	135	69,9	135

