



## 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

