

Conconi-Test-Protokoll (Laufband)

Hf																				
210																				
200																				
190																				
180																				
170																				
160																				
150																				
140																				
130																				
120																				
110																				
100																				
90																				
80																				
70																				
60																				
50																				
	200	400	600	800	1000	1200	1400	1600	1800	2000	2200	2400	2600	2800	3000	3200	3400	3600	Meter	
	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0	15,5	Km/h	

Name:	Parameter:
Vorname:	Frequenz: alle 200 m
Datum:	Steigerung: um 0,5 km/h
Alter:	Anaerobe Schwelle: