

Conconi-Test-Protokoll (Rad)

Hf																				
210																				
200																				
190																				
180																				
170																				
160																				
150																				
140																				
130																				
120																				
110																				
100																				
90																				
80																				
70																				
60																				
50																				
	0 min	2 min	4 min	6 min	8 min	10 min	12 min	14 min	16 min	Zeit/min										
(F)	75 Watt	95 Watt	115 Watt	135 Watt	155 Watt	175 Watt	195 Watt	215 Watt	235 Watt	Wattstufe										

Name:	Parameter:
Vorname:	Trittfrequenz (60-80):
Datum:	Stufendauer: 2 min
Alter:	Anaerobe Schwelle: