

Testy skialpinistov - 23. a 24.10.2008 - Štrbské Pleso

Bežecký test - výbehy na Intersky

	1.beh			2.beh			3.beh			Najlepší čas Priemer		Čas na trati	Súčet časov	Čas oddychu
Laštík	12:00:00	14:26:00	2:26:00	19:45:00	22:15:00	2:30:00	31:00:00	33:35:00	2:35:00	2:26:00	2:30:20	21:35:00	7:31:00	14:04:00
Litvaj	10:00:00	12:17:00	2:17:00	19:35:00	22:15:00	2:40:00	29:00:00	31:44:00	2:44:00	2:17:00	2:33:40	21:44:00	7:41:00	14:03:00
Danko	13:00:00	15:27:00	2:27:00	20:45:00	23:30:00	2:45:00	30:45:00	33:16:00	2:31:00	2:27:00	2:34:20	20:16:00	7:43:00	12:33:00
Lopušný	11:00:00	13:36:00	2:36:00	19:10:00	22:12:00	3:02:00	29:00:00	31:45:00	2:45:00	2:36:00	2:47:40	20:45:00	8:23:00	12:22:00
Jokl	14:00:00	17:19:00	3:19:00	23:35:00	25:53:00	2:18:00	34:20:00	37:20:00	3:00:00	2:18:00	2:52:20	23:20:00	8:37:00	14:43:00
Triznová	11:00:00	14:05:00	3:05:00	18:50:00	22:22:00	3:32:00	29:00:00	32:29:00	3:29:00	3:05:00	3:22:00	21:29:00	10:06:00	11:23:00
Pastoreková	10:00:00	13:06:00	3:06:00	19:10:00	22:36:00	3:26:00	32:15:00	35:53:00	3:38:00	3:06:00	3:23:20	25:53:00	10:10:00	15:43:00
Findurová	12:00:00	15:15:00	3:15:00	20:45:00	24:16:00	3:31:00	32:30:00	36:07:00	3:37:00	3:15:00	3:27:40	24:07:00	10:23:00	13:44:00
Dianiš	14:00:00	17:27:00	3:27:00	23:00:00	27:02:00	4:02:00	34:20:00	38:21:00	4:01:00	3:27:00	3:50:00	24:21:00	11:30:00	12:51:00
Danková	13:00:00	16:41:00	3:41:00	21:00:00	25:07:00	4:07:00	31:00:00	35:04:00	4:04:00	3:41:00	3:57:20	22:04:00	11:52:00	10:12:00
Izakovičová	14:00:00	17:59:00	3:59:00	23:25:00	27:48:00	4:23:00	33:25:00	37:54:00	4:29:00	3:59:00	4:17:00	23:54:00	12:51:00	11:03:00

Všeobecné testy kondičnej pripravenosti

	Činkový beh			Skok z miesta			5 - skok			Brušáky	Preskoky	Predklon
	1	2	Priemer	1	2	Priemer	1	2	Priemer	60 sek	60sek /*45s/	cm
Laštík	10,67	10,04	10,36	2,35	2,41	2,38	11,32	10,22	10,77	35	95	8
Litvaj	11,72	11,33	11,53	1,92	2,05	1,99	10,95	11,08	11,02	34	88	*
Danko	11,08	10,6	10,84	2,05	2,1	2,08	10,35	10,74	10,55	53	99	-5
Lopušný	11,07	11,09	11,08	2,32	2,41	2,37	12,28	12,41	12,35	40	116	-14
Jokl	10,78	10,93	10,86	2,53	2,61	2,57	12,46	12,6	12,53	33	125	*
Triznová	11,72	11,56	11,64	1,94	1,91	1,93	9,7	9,89	9,80	55	58*	*
Pastoreková	11,53	12,01	11,77	1,82	1,8	1,81	9,02	9,09	9,06	62	76*	-8
Dianiš	10,78	11,22	11,00	2,08	1,99	2,04	9,88	9,85	9,87	50	77	-9
Danková	12,32	12,17	12,25	1,59	1,57	1,58	8,44	8,15	8,30	56	56*	-9
Izakovičová	12,28	12,17	12,23	1,71	1,68	1,70	8,58	9,2	8,89	51	51*	-15

Všeobecné testy kondičnej pripravenosti - percentuálne zmeny

	Činkový beh			Skok z miesta			5 - skok			Brušáky	Brušáky	Brušáky	Preskoky07	Preskoky08	Preskoky%	Absolutna zmena
	2007	2008	%	2007	2008	%	2007	2008	%	2007	2008	%	60sek /*45s/	60sek /*45s/	60sek /*45s/	2007-2008
Laštík	10,75	10,04	97,5%	2,34	2,41	103,0%	11,6	11,32	97,6%	58	35	60,3%	95	95	100,0%	91,7%
Danko	11,03	10,6	107,4%	2,03	2,1	103,4%	10,75	10,74	99,9%	53	53	100,0%	88	99	112,5%	104,7%
Lopušný	10,27	11,07	102,6%	2,39	2,41	100,8%	12,25	12,41	101,3%	49	40	81,6%	116	116	100,0%	97,3%
Jokl	10,01	10,78	88,3%	2,66	2,61	98,1%	13,09	12,6	96,3%	51	33	64,7%	101	125	123,8%	94,2%
Pastoreková	11,33	11,53	104,0%	1,72	1,82	105,8%	9,65	9,09	94,2%	57	62	108,8%	75	76	101,3%	102,8%
Dianiš	10,89	10,78	93,4%	1,9	2,08	109,5%	9,2	9,88	107,4%	42	50	119,0%	68	77	113,2%	108,5%
Danková	11,66	12,17	95,8%	1,7	1,59	93,5%	9,5	8,44	88,8%	45	56	124,4%	55	56	101,8%	100,9%

45 sek