



Ejecución

 ATLETA: **Joseff (FRA)**
 EQUIPO:

Seleccione un ejercicio de la lista o escriba su propio nombre de ejercicio...

 EJERCICIO:

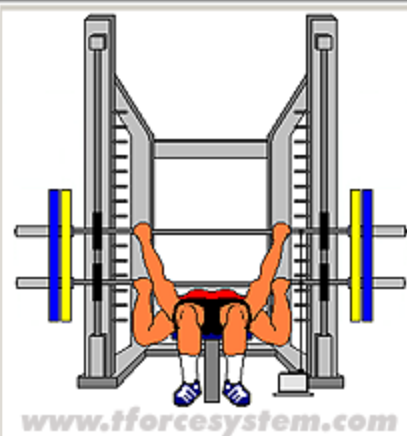

Criterio MEJOR REPETICIÓN


 VM VMP VMax h SALTO

 PM PMP PMax

* VMP = Velocidad Media de la Fase Propulsiva

TIEMPO RECUPERACIÓN


02 : 52

 GRABAR

TEST
 Cancelar
Series 1-15

Serie N°

	1	2	3	4	5	6	7	8
Carga (kg)	40.00	60.00	80.00	100.00	120.00	140.00	160.00	180.00
Repeticiones	5	5	4	4	3	2	1	1
Despl. ↑	48,1	51,2	49,1	46,0	46,2	44,6	39,4	42,1
Despl. ↓	-45,7	-50,9	-47,5	-45,1	-44,7	-44,4	-38,5	-36,8
Mejor VMP (m/s)	1,23	1,13	1,05	0,86	0,72	0,51	0,36	0,10
	☒ (3)	☒ (3)	☒ (2)	☒ (2)	☒ (2)	☒ (2)	☒ (1)	☒ (1)

VELOCIDAD
 VM VMP

 Ver valores numéricos

 Columnas Líneas
POTENCIA
 PM PMP

 Ver valores numéricos

 Columnas Líneas
