

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)	100 Watt	120 Watt	140 Watt	160 Watt	180 Watt	200 Watt	220 Watt	240 Watt	260 Watt	Wattstufe	

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