swissski

SWISS-SKI POWER TEST
Protokollblatt *(2010.6)*

swissski

Verband/Club: BOSV-JO und RLZ | **Datum:** 28.10.2012 | **Testort:** Interlaken | **Trainer:** Jonas Odermatt | **Allgemeine Bemerkungen:** Aussentemperatur 4 C°

Name	Vorname	Code FIS, Swiss-Ski	m/w	Geburts-datum	Körpermasse		CH-Kreuz		Schnellkraft Beine: 5er Hupf & Standweitsprung								TDS-Hindernis		Liege-stütz	Rumpf	High-Box-Jump			12-Min. Lauf	Bemerkungen
					Grösse	Gewicht	1. Lauf	2. Lauf	5er beidbeinig		5er links		5er rechts		Standweit		Laufzeit	Fehler	Zeit	Zeit	Kastenberührungen [Anzahl]			Distanz	Anlage 12-Min:
					cm	*kg*	*Sek*	*Sek*	*Weite (m)*		*Weite (m)*		*Weite (m)*		*Weite (m)*		*Sek*	*Anzahl*	*Sek*	*Sek*	*30 Sek*	*60 Sek*	*90 Sek*	*m*	400m/300m Bahn
Adank	Gian		m	10.05.01	149	36.2	14.06	14.04	10.11	10.26	9.14	9.95		9.30	1.94	1.93	25.39	0	100	250	31	56	80	2900	
Affentranger	Kevin		m	17.08.01	145	34.8	14.43	15.24	9.98	9.74	8.55	8.65	8.55	8.62	1.83	1.87	28.38	0	120	261	24	38	58	2800	
Allemann	Simon		m	12.04.00	149	35.6	14.09	14.16	10.31	9.63	8.67	9.20	8.98	9.24	1.95	1.91	26.78	1	141	299	25	46	62	2700	
Fuhrer	Fabri		m	09.06.01	149	39.4	15.54		9.23	9.24		8.06	7.53	7.85	1.77	1.77	33.20	0	94	258	21	36	49	2650	
Graf	Michael		m	20.07.01	146	34.6	15.56	14.90		9.28	7.68	8.44	7.60	7.68	1.75	1.73	27.74	1	87	245	24	41	57	2800	
Lauber	Nathanael		m	22.03.01	154	40.6	15.34	14.74		9.70	8.57		9.42	9.67		1.83	26.56	1	68	187	24	39	52	2700	
Oester	Kevin		m	09.04.01	143	34.2	15.04	14.21	8.97	8.91	9.01	8.90	8.91	9.04	1.71	1.74	27.02	0	72	135	24	40	50	2650	
Puorger	Gian		m	27.07.01	147	37.0	16.05	15.96	8.88	8.66	8.44			7.72	1.77	1.79	31.81	1	85	183	23	36	49		
Schmid	Remo		m	18.12.01	146	33.6	14.85	15.33	9.85	9.80		8.00		7.72	1.74	1.82	28.36	0	55	123	28	45	62	2650	
Von Allmen	Franjo		m	24.07.01	146	42.8	15.00	15.07	9.15	9.27		7.69	8.39	8.59	1.85	1.81	25.65	0	88	156	27	44	59	2600	
Von Grünigen	Lian		m	25.07.01	142	29.2	14.70	15.18	10.01	9.78		8.87	8.79	8.86	1.88	1.92	24.27	2	126	317	27	44	58	2700	
Von Siebenthal	Patrick		m	02.08.01	154	37.4		15.08	9.69			8.76	8.55	8.74	1.86		27.64	3	60	156	27	46	61	2500	
Wyler	Eric		m	26.03.01	145	35.4	14.16	14.03		9.10			8.42	8.88	1.83	1.93	26.43	0	87	301	28	45	60	2650	
Zumbühl	Ryan		m	25.07.01	148	37.2	14.81	14.78	9.86		8.45	8.48	7.51		1.75	1.78	27.71	0	91	253	28	45	66	2650	