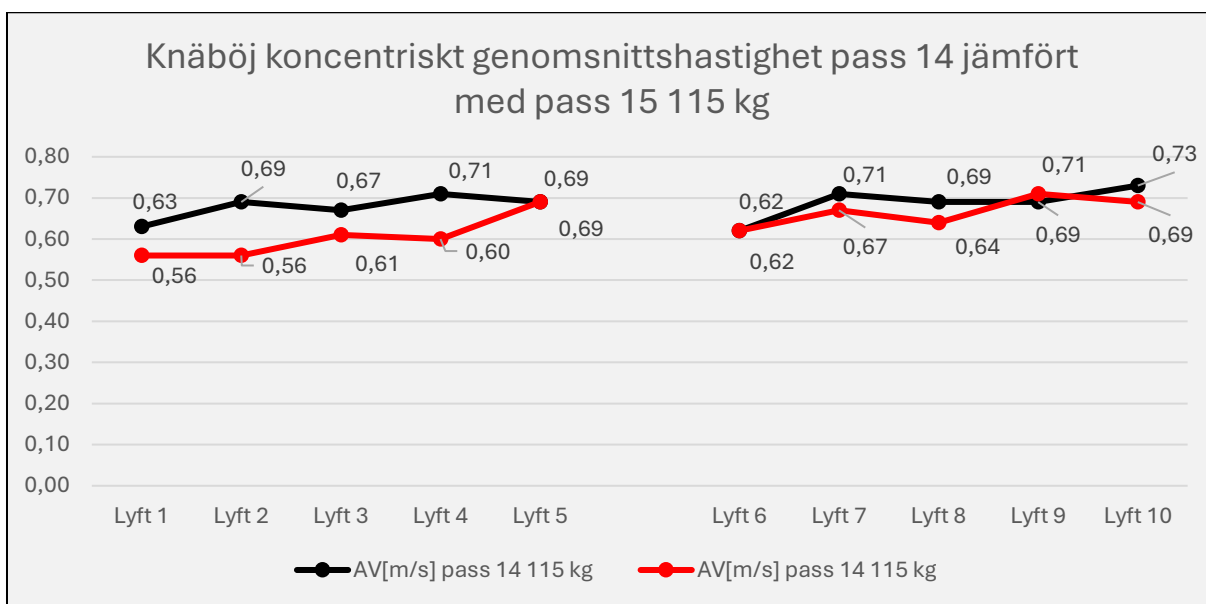


Träningspass 14 och pass 15. 115 kg koncentriskt två ben.

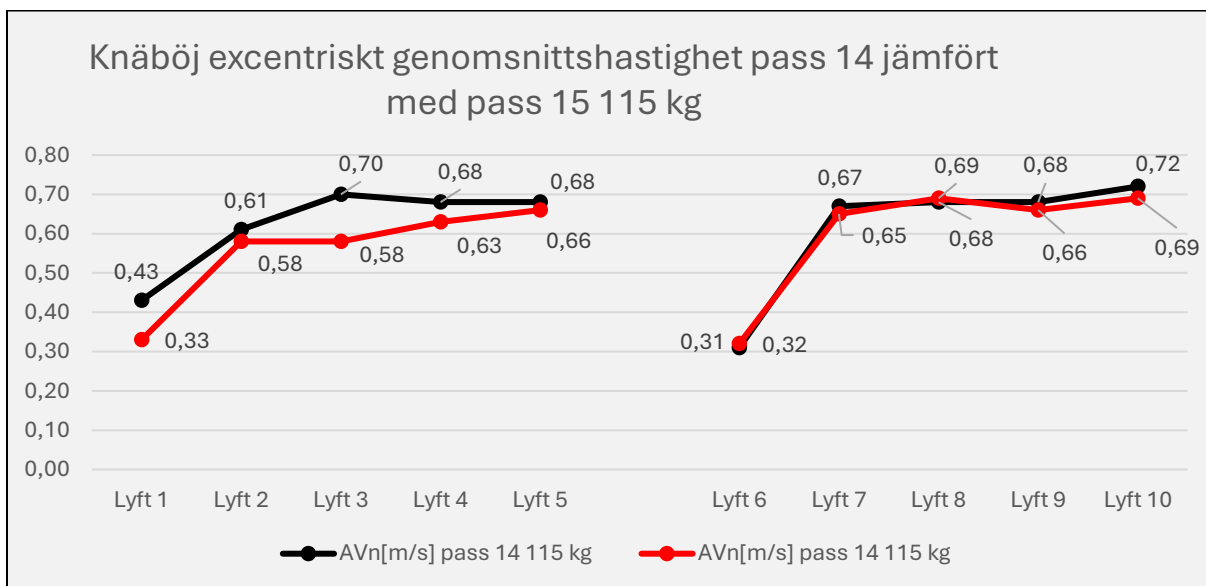
Svart linje är pass 14 och röd linje är pass 15. AV(m/s) = genomsnittshastighet.

Medelvärde på 10 lyft vid pass 14 var 0,68 m/s och vid pass 15 var det 0,64 m/s en försämring med 0,04 m/s en försämring med 7,0%.



Träningspass 14 och 15. 115 kg excentriskt två ben.

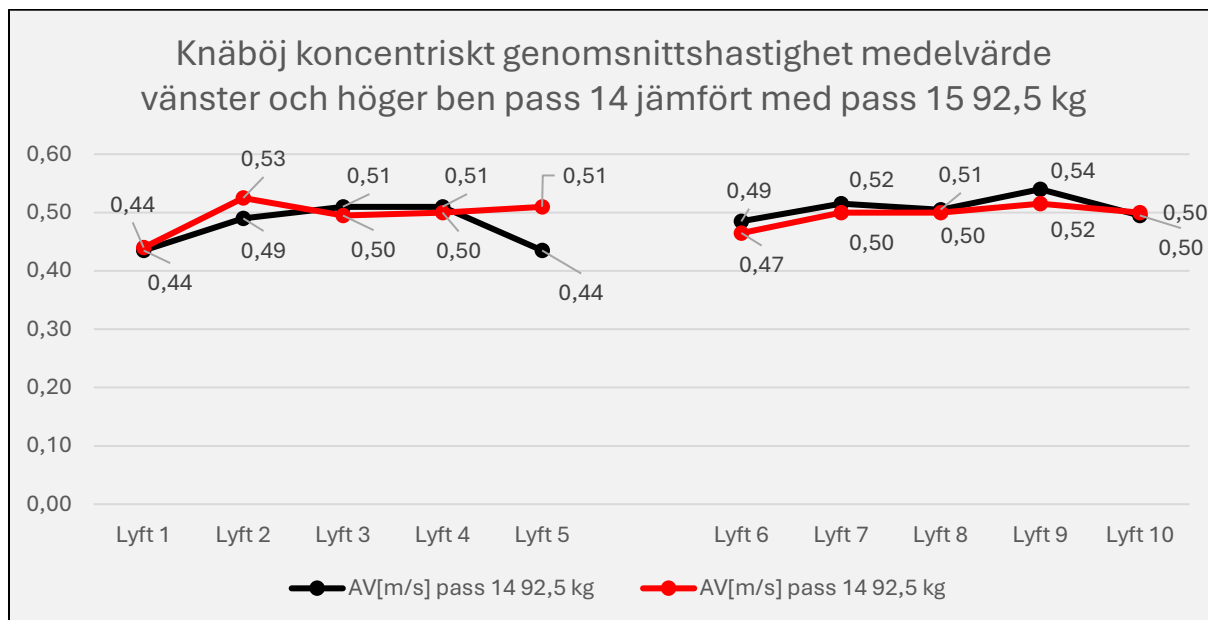
Medelvärde på 10 lyft vid pass 14 var 0,62 m/s och vid pass 15 var det 0,58 m/s en försämring med 0,04 m/s och en försämring med 6,0%.



Träningspass 14 och 15. 92,5 kg medelvärdet av vänster och höger ben koncentriskt.

Svart linje är pass 14 och röd linje är pass 15. AV(m/s) = genomsnittshastighet.

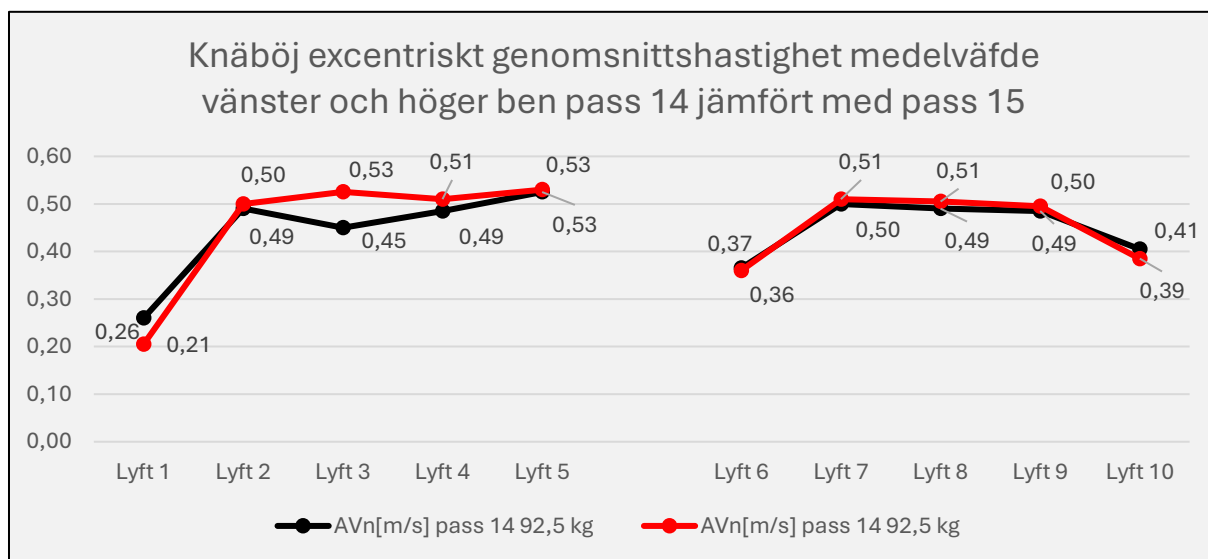
Medelvärdet på 10 lyft vid pass 14 var 0,50 m/s och vid pass 15 var det 0,50 m/s en förändring med 0,00 m/s en förändring med 0,0%.



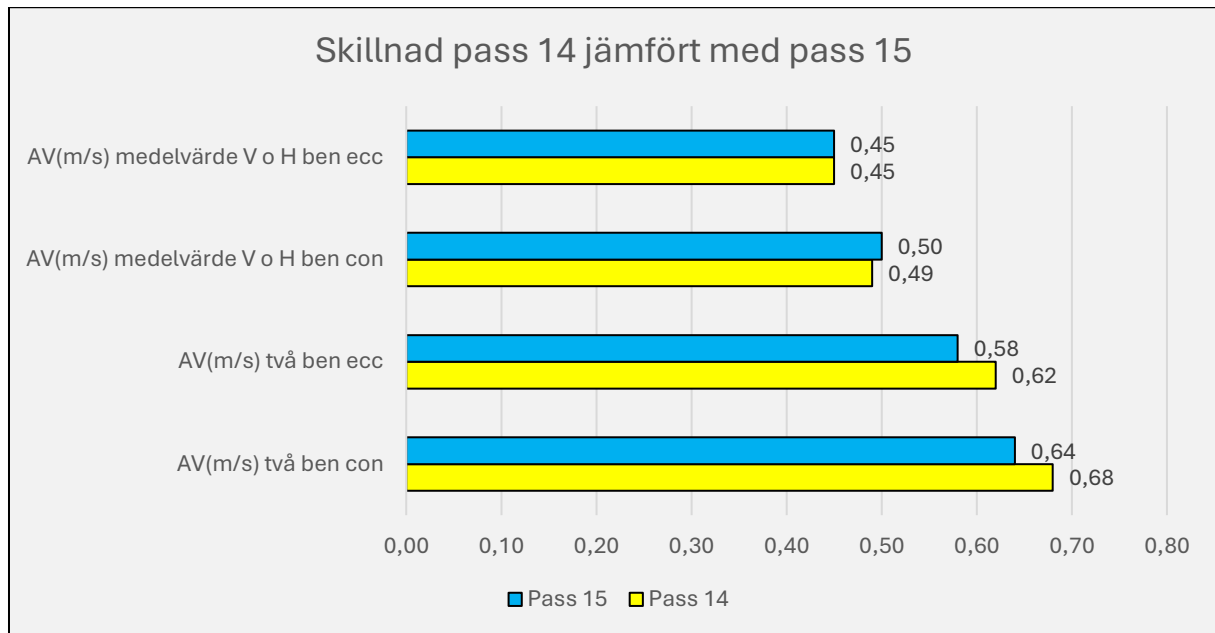
Träningspass 14 och 15 medelvärdet av vänster och höger ben excentriskt.

Svart linje är pass 14 och röd linje är pass 15. AVn(m/s) = genomsnittshastighet.

Medelvärdet på 10 lyft vid pass 14 var 0,45 m/s och vid pass 15 var det 0,45 m/s en förändring med 0,00 m/s en förändring med 0,0%.



Skillnaden mellan pass 14 och pass 15.



Kenneth Riggberger