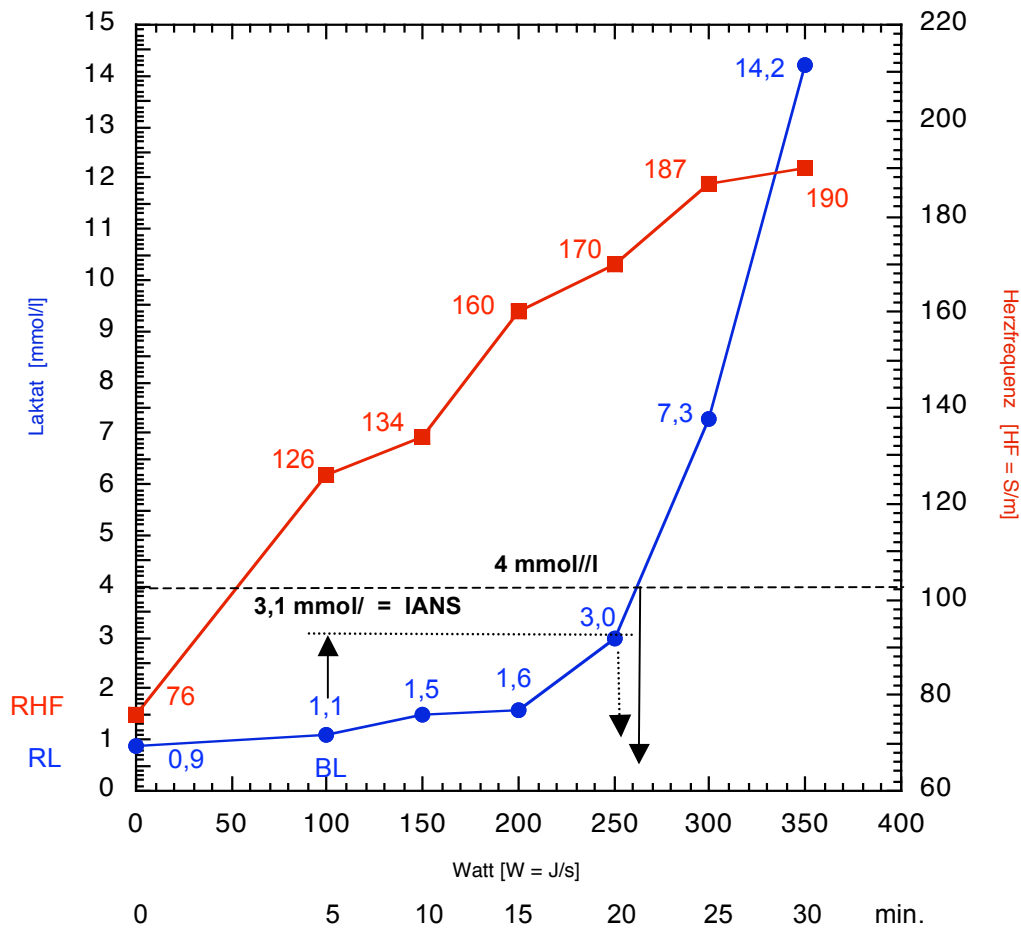


Laktat-Leistungsdagnostik – Fahrradergometer

A. Mustermann Mo., 02.02.10 / 17:10 Uhr



Belastungsprotokoll: 100 – 50 – 5 / Raumtemperatur: 21,5 °C / Luftfeuchtigkeit: 43%

Werte – Laktat / Herzfrequenz

Ruhelaktat (RL): 0,9 mmol/L RHF: 76 [S/m]

Basislaktat (BL): 1,1 mmol/L HF/BL: 126 [S/m]

Laktatmaximum: 14,2 mmol/L HF max: 190 [S/m]

4 mmol/l-Schwelle nach Mader:
Herzfrequenz:

4,0 mmol/l / 263 W / 21 min
102 [S/min]

Individuelle anaerobe Schwelle (IANS)
nach dem Freiburger Modell:
Herzfrequenz:

3,1 mmol/l / 252 W / 20,5min
93 [S/min]