

2014. 04. 19. Zalaegerszeg edzőtábor felmérés és résztávos edzés

Személy	Szül. év	5 x 60 m 2 perces pihenőkkel				Pihenő	200 m submax. 93 %-os	Pihenő	300 m submax. 93 %- os	
		Sorozat	Dátum	Eredmény	Átlag				200 m részidő	300 m
Móricz Bálint	95	Edzőcipőben futott minden résztávot								
		4	2014.04.19 10:46	00:06.90	6,98	15	22,4	15	22,2	35,4
		3	2014.04.19 10:44	00:06.92						
		5	2014.04.19 10:49	00:07.03						
		1	2014.04.19 10:40	00:07.07						
2	2014.04.19 10:42	megcsúszott								
Balogh Péter	96	Edzőcipőben futott minden résztávot								
		5	2014.04.19 10:49	00:06.95	7,09	15	23,7	15	23,2	36,8
		3	2014.04.19 10:45	00:07.06						
		4	2014.04.19 10:47	00:07.10						
		2	2014.04.19 10:43	00:07.14						
1	2014.04.19 10:41	00:07.21								
Vörös Márk	96	Edzőcipőben futott minden résztávot								
		5	2014.04.19 10:50	00:07.43	7,56	15	25,9	Rosszullét miatt kihagyta a résztávot		
		4	2014.04.19 10:47	00:07.50						
		3	2014.04.19 10:45	00:07.53						
		2	2014.04.19 10:43	00:07.64						
1	2014.04.19 10:41	00:07.70								
Boda Boldizsár	98	Edzőcipőben futott minden résztávot								
		Combfeszítő érzékenység miatt a gyors állórajtos futást kihagyta					23,7	15	nem volt mérve	37,2
Pálmai Márk	98	3	2014.04.19 10:45	00:07.10	7,23	15	16,8	15	200 m submax. 93 %	
		4	2014.04.19 10:47	00:07.15					edzőcipőben	
		5	2014.04.19 10:49	00:07.18						
		1	2014.04.19 10:41	00:07.34						
		2	2014.04.19 10:43	00:07.37					22,9	

Köcse Richard	97	5	2014.04.19 10:50	00:07.07	7,15	15	0 m 93 %	15	200 m submax. 93 %
		2	2014.04.19 10:43	00:07.09			szögesben		edzőcipőben
		4	2014.04.19 10:48	00:07.17					
		1	2014.04.19 10:41	00:07.20			16,96		22,26
		3	2014.04.19 10:45	00:07.21					
Szücs Valdó	95	5	2014.04.19 10:50	00:06.79	6,87	15	0 m 93 %	15	120 m submax. 93 %
		4	2014.04.19 10:48	00:06.82			szögesben		szögesben
		1	2014.04.19 10:41	00:06.92					
		2	2014.04.19 10:43	00:06.92			12,36		12,29
		3	2014.04.19 10:45	00:06.92					
Bézsényi Gergely	91	2	2014.04.19 10:44	00:06.96	7,02	Részávós futást kihagyta			
		1	2014.04.19 10:42	00:06.98					
		3	2014.04.19 10:46	00:07.06					
		4	2014.04.19 10:48	00:07.06					
		5	2014.04.19 10:50	00:07.06					
Csuhai Péter	95	4	2014.04.19 10:48	00:07.07	7,13	Részávós futást kihagyta			
		5	2014.04.19 10:50	00:07.09					
		3	2014.04.19 10:46	00:07.12					
		2	2014.04.19 10:44	00:07.15					
		1	2014.04.19 10:42	00:07.23					