

Výsledky testů RDJ a VD LOB Jablonec n.N. 14. – 16. 10. 2011

Pátek 14. 10. 2011 - KROS

Test je primárně indikátorem dlouhodobé vytrvalosti, v kopcích sekundárně indikátorem silové vytrvalosti dolních končetin.

H	7,5 km 225 m	1. kolo	2. kolo	3. kolo	Σ
1.	Vojtěch Neumann	10:32	11:11	11:07	32:50
2.	Petr Horvát	11:16	11:20	11:59	34:35
3.	Václav Šňupárek	11:09	12:17	12:59	36:25
4.	Pavel Klaška	14:54 ¹	12:16	12:05	39:15

D	5 km 150 m	1. kolo	2. kolo	Σ
1.	Karolína Bořánková	11:53	11:54	23:47
2.	Petra Hančová	11:57	12:14	24:11
3.	Kateřina Neumannová	13:08	13:34	26:42
4.	Jana Jančová	13:31	14:07	27:38
5.	Hana Horvátová	14:04	14:54	28:58

Sobota 15. 10. 2011 – KOLEČKOVÉ LYŽE

Test je indikátorem silové vytrvalosti svalstva trupu, pletence ramenního a dolních končetin, stejně jako indikátorem dlouhodobé vytrvalosti.

H	5,85 km 105 m	Typ KL ²	1. kolo	2. kolo	3. kolo	Σ
1.	Petr Horvát	střední	5:20	5:18	5:11	15:49
2.	Pavel Klaška	střední	5:27	5:41	5:30	16:38
3.	Vojtěch Neumann	pomalé	5:42	5:51	5:55	17:28
4.	Václav Šňupárek	pomalé	6:13	6:31	6:19	19:03

¹ zabloudil

² Komparativní objektivitu zde narušuje různý typ KL a v důsledku toho jejich rozdílná rychlost.

D	3,9 km 70 m	Typ KL³	1. kolo	2. kolo	Σ
1.	Petra Hančová	střední	5:14	5:15	10:29
2.	Jana Jančová	střední	5:53	5:51	11:44
3.	Kateřina Neumannová	pomalé	6:50	7:05	13:55
4.	Karolína Bořánková	pomalé	7:48	7:43	15:31
5.	Hana Horvátová	střední	8:00	8:06	16:06

Sobota 15. 10. 2011 – SOUPAŽE - KOLEČKOVÉ LYŽE

Test je indikátorem silové vytrvalosti svalstva trupu a pletence ramenního.

H	1 int. = 0,3 km 15 m	Typ KL⁴	1. int.	2. int.	3. int	Σ
1.	Petr Horvát	střední	1:15	1:14	1:11	3:40
2.	Pavel Klaška	střední	1:19	1:15	1:15	3:49
3.	Vojtěch Neumann	pomalé	1:19	1:21	1:22	4:02
4.	Václav Šňupárek	pomalé	1:33	1:41	1:38	4:52

D	1 int. = 0,3 km 15 m	Typ KL⁵	1. kolo	2. kolo	Σ
1.	Petra Hančová	střední	1:16	1:23	2:39
2.	Jana Jančová	střední	1:30	1:34	3:04
3.	Hana Horvátová	střední	1:45	1:46	3:31
4.	Kateřina Neumannová	pomalé	1:44	1:54	3:38
5.	Karolína Bořánková	pomalé	2:17	2:14	4:31

³ Komparativní objektivitu zde narušuje různý typ KL a v důsledku toho jejich rozdílná rychlost.

⁴ Komparativní objektivitu zde narušuje různý typ KL a v důsledku toho jejich rozdílná rychlost.

⁵ Komparativní objektivitu zde narušuje různý typ KL a v důsledku toho jejich rozdílná rychlost.

Neděle 16. 10. 2011 – ORIENTAČNÍ BĚH NA MAPĚ LOB

Test je indikátorem dovednosti orientace na generalizované mapě 1:20 000; E=10 m (v mapě pouze vrstevnice, cesty, otevřené plochy) a indikátorem dlouhodobé vytrvalosti.

H	8,0 km 410 m	Σ
1.	Václav Šňupárek	81:55
2.	Petr Horvát	93:45
3.	Pavel Klaška	99:27
4.	Vojtěch Neumann	124:00

D	6,2 km 330 m	Σ
1.	Karolína Bořánková	81:45
2.	Kateřina Neumannová	106:40
3.	Petra Hančová	108:23
4.	Jana Jančová	114:23
5.	Hana Horvátová	120:23

Neděle 16. 10. 2011 – TRENAŽER (SKI ERGOMETR) - SOUPAŽ

Test hodnotí silovou vytrvalost svalů pletence ramenního a svalů trupu.

H		Průměrný výkon ve Watech za 1 minutu
1.	Vojtěch Neumann	219
2.	Petr Horvát	199
3.	Pavel Klaška	153
4.	Václav Šňupárek	135
MS	Jakub Škoda	232
MS	Roman Horyna	255

D		Průměrný výkon ve Watech za 1 minutu
1.	Hana Horvátová	137
2.	Petra Hančová	133
3.	Kateřina Neumannová	126
4.	Karolína Bořánková	87
5.	Jana Jančová	73