



Prestatieformulieren **Interval Climax Run**

Pagina 2. Formulier voor eenmalige test t.b.v. Scholen

Pagina 3. Bondig formulier voor herhaald individueel testen

Pagina 4. Formulier voor trainer/coach



Prestatieformulier **Interval Climax Run**

Docent:

Deelnemer:

Naam:

J / M:

Leeftijd:

Lengte:

Gewicht:

Klas:

Datum: __ / __ / ____

Tijdstip: __ / __ u.

Locatie:

Resultaat: Shuttles

Eerder hoogste resultaat (indien van toepassing):

Datum: __ / __ / ____ Aantal shuttles:

Opmerkingen deelnemer:



Prestatieformulier **Interval Climax Run**

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles

Datum: __ / __ / ____ **Tijd:** __ / __ **Resultaat:** shuttles



Prestatieformulier **Interval Climax Run**

Deelnemer:

Naam:

Leeftijd:

Gewicht:

Datum: __ / __ / ____

Tijdstip: __ / __ u.

Locatie:

Temperatuur:

Behaald aantal shuttles:

1	2	3	4	5	6	6	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20