

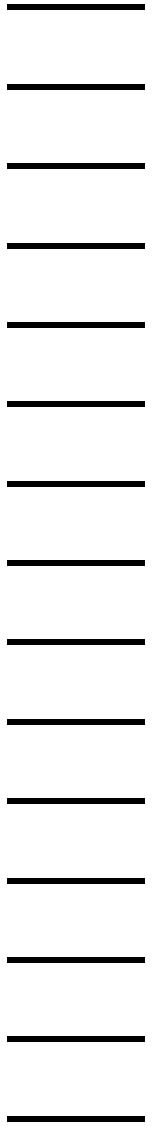
Jatkoluokkien avoimet testit 5.-7.4.2016

	Maksimivoimatesti				Voima- ja vauhtikestävyystesti								
	Jalkakyyk	Leuka	Penkki	Makuuso	Brutal	Jalkakyyk	Etunoja	penkkihy	vatsat	viivahypp	makuuso		
N	60kg	0 toistoa	40kg	40kg		38	35	30	46	18	51	218	
						23	31	27	49	18	43	191	0,876147
M	ei suor	0kg	35kg	35kg		30	25	32	47	18,5	19	171,5	
						25	21	29	47	20	17	159	0,927114
M	ei suor	0kg	35kg	35kg		27	23	32	48	25	18	173	
						12	23	22	41	19	16	133	0,768786
M	80kg	15kg	70kg	65kg		50	38	38	32	21	43	222	
						27	27	27	25	18	38	162	0,72973
N	50kg	ei toistoa	25kg	30kg		40	15	31	23	18	29	156	
						30	10	25	18	17	23	123	0,788462
M	85kg	7,5kg	60kg	55kg		39	37	32	31	20	24	183	
						29	27	31	32	18	24	161	0,879781
N	90kg	10kg	65kg	50kg		42	31	42	37	20	31	203	
						30	22	32	25	20	28	157	0,773399
M	85kg	12,5kg	60kg	60kg		44	31	28	28	17	37	185	
						30	30	27	24	18	33	162	0,875676
M	ei suor	0kg	50kg	55kg			25		26		41	92	
							17		33		43	93	1,01087
N	65kg	5kg	40kg	35kg		41	26	30	53	18	45	213	
						32	17	26	50	16	38	179	0,840376
N	60kg	0kg	40kg	40kg		39	29	30	50	20	40	208	
						32	23	29	46	17	40	187	0,899038
M	50kg	17,5kg	50kg	45kg		30	58	33	40	20	25	206	
						20	35	31	24	19	20	149	0,723301
M	45kg	0kg	35kg	40kg		36	34	35	33	18	17	173	
						16	23	26	32	15	15	127	0,734104
M	75kg	20kg	65kg	55kg		41	55	32	44	20 ?		192	
						25	41	30	41	19	31	187	0,973958
M	60kg	12,5kg	65kg	55kg		35	46	22	41	22	30	196	

					?	37	32	36	21	35	161	0,821429
N	ei tehnyt	ei toistoa	35kg	35kg	ei tehnyt	16	26	27	18	30	117	
					ei tehnyt	10	21	21	14	32	98	0,837607

M = mies

N = nainen



_____ kyykkyt kierroksella 2 ei laskettu, teki heti kierroksen 2 jälkeen 26 toistoa
