

FTW Leistungstest

Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Die FTW Leistungstests bieten Ihnen die Möglichkeit Ihren individuellen FTW Wert (Functional Threshold WattRate®) in einem Eingangstest festzustellen oder Ihre Trainingsfortschritte in Folgetests zu kontrollieren.

Die Tests werden in den regulären Kurslektionen durchgeführt und sind im Angebot FIT *plus* und Migros FitnessCard (Jahreskarte, 10-er Abo, Einzeleintritt) inbegriffen.

Unsere Angebote:

IC7 Powertest (Fitness Beratung)
20 Min. Test / 60 Min. Test* (*nur für Fortgeschrittene)

Die nächsten Termine bis Feb 2019:

Mi, 05. Dez 2018	12:00 Uhr	20 Min. Test	Toni M.
Sa, 05. Jan 2019	11:00 Uhr	20 Min. Test	Andreas L.
Di, 29. Jan 2019	19:00 Uhr	20 Min. Test	Mäde A.

Infos unter www.fitnesspark.ch > Standorte > Puls5 > Angebote > Kurse > "Indoor_Cycling_Leistungstest" / "Indoor_Cycling_Stundenplan" zum Download