

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 Okt 2019:

Mo, 12. Aug 2019	19:00 Uhr	20 Min. Test	Bruno B.
Do, 12. Sep 2019	06:45 Uhr	20 Min. Test	Luigi DG.
Do, 10. Okt 2019	18:00 Uhr	20 Min. Test	Michi S.

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