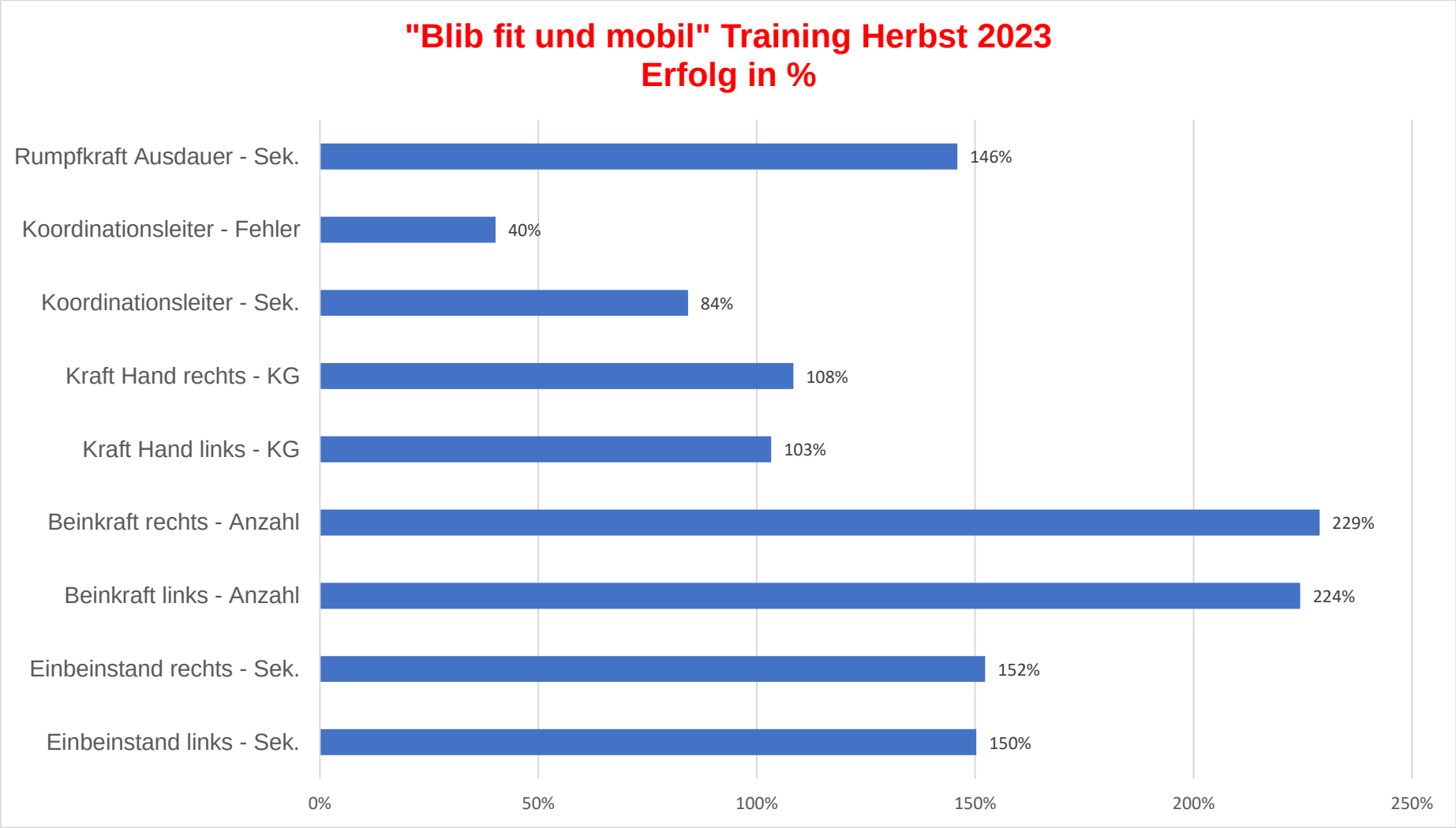
"Blib fit und mobil" Training Herbst 2023
Erfolg in %
Rumpfkraft Ausdauer - Sek.
146%
Koordinationsleiter - Fehler
40%
Koordinationsleiter - Sek.
84%
Kraft Hand rechts - KG
108%
Kraft Hand links - KG
103%
Beinkraft rechts - Anzahl
229%
Beinkraft links - Anzahl
224%
Einbeinstand rechts - Sek.
152%
Einbeinstand links - Sek.
150%
0%
50%
100%
150%
200%
250%