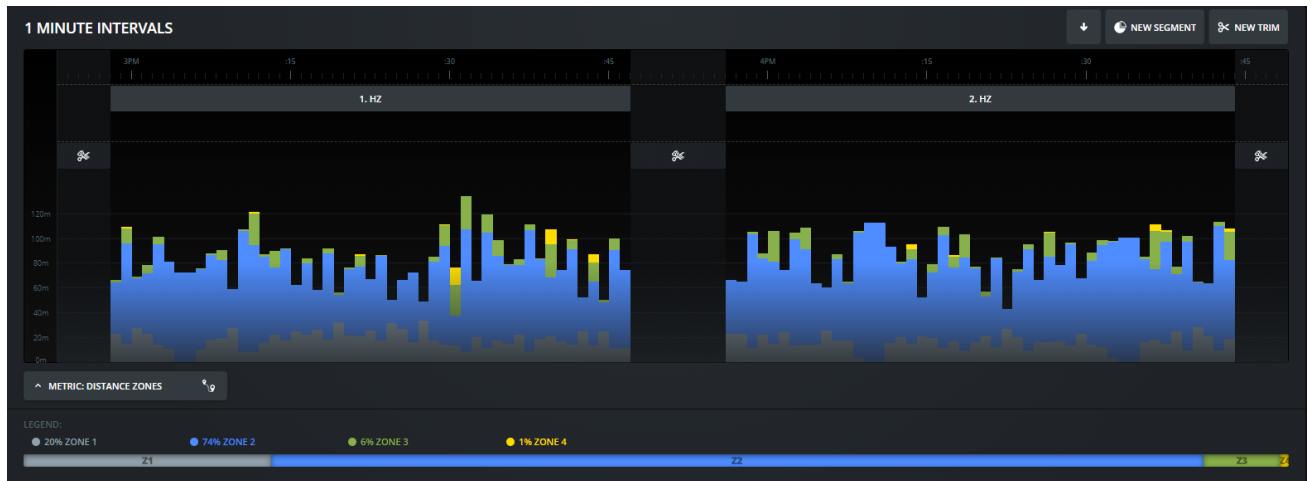
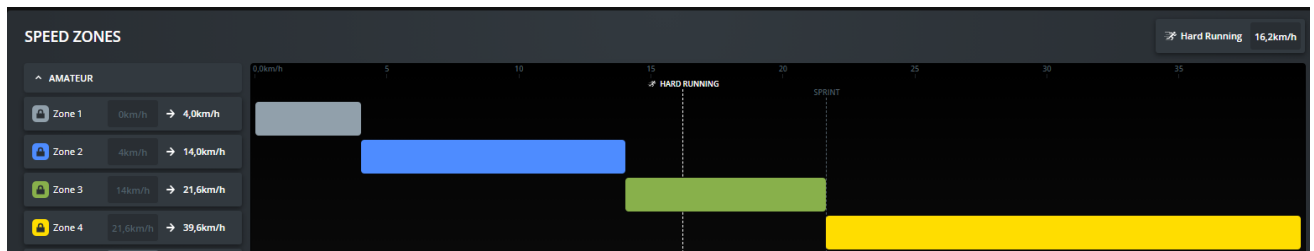


Zone Running (Zone 1 - Zone 4)

DISTANCE ZONES



TABLE

Segment	Duration	Z1 Sum Zone 1	Z2 Sum Zone 2	Z3 Sum Zone 3	Z4 Sum Zone 4
1. HZ	49 min	878 m	2.868 m	272 m	38 m
2. HZ	48 min	733 m	3.205 m	231 m	15 m

Work Rate

WORK RATE

Ein Indikator für die Leistungsintensität.

Die «Work Rate» berechnet die gelaufene Distanz pro Trainings- oder Belastungseinheit in Meter pro Minute. Die «Work Rate» ist ein ganz wichtiger Leistungsparameter.

Die «Work Rate» gibt Auskunft darüber, wie hart der Athlet trainiert. So kann man Spieler, Positionen, Übungen und Spiele besser vergleichen.

Bewertungstabelle:

Schwach <80 m/min

Mittel >80 m/min

Gut >110m/min

Sehr Gut >120m/min

Exzellent >160m/min

Hard Running

Wenn ein Athlet mit einer Geschwindigkeit von mehr als 16.2 km/h läuft, wird dies als hartes Laufen eingestuft. Es werden **Gesamtdistanz** und **Efforts** gemessen.

Wenn er länger als 1s die Geschwindigkeit von 16.2 km/h läuft, gilt dies als «**Hard Running Effort**».

Segment	Duration	Sum Hard Running
1. HZ	49 min	356m
2. HZ	48 min	171m

Segment	Duration	Sum Hard Running Efforts
1. HZ	49 min	18
2. HZ	48 min	5

Sprinting

Der SPT GPS Tracker misst nicht nur die Geschwindigkeit, sondern zeigt auch die Anzahl der Sprints. Ein Sprint wird gezählt, wenn der Spieler **schneller als 21.6 km/h** länger als eine Sekunde am Stück rennt. Es werden **Gesamtdistanz** und **Efforts** gemessen.

Wenn er länger als 1s die Geschwindigkeit von 21.6 km/h läuft, gilt dies als «**Sprint Effort**».

Segment	Duration	Sum Sprinting
1. HZ	49 min	40m
2. HZ	48 min	8m

Segment	Duration	Sum Sprint Efforts
1. HZ	49 min	2
2. HZ	48 min	0

Top Speed

TOP SPEED



Total Impacts

TOTAL IMPACTS

Aufprall (Impact): Häufigkeit, die ein Spieler einen Aufprall von mehr als 5G erfahren hat.

Segment	Duration	Sum Total Impacts
1. HZ	49 min	6
2. HZ	48 min	5

2D Load

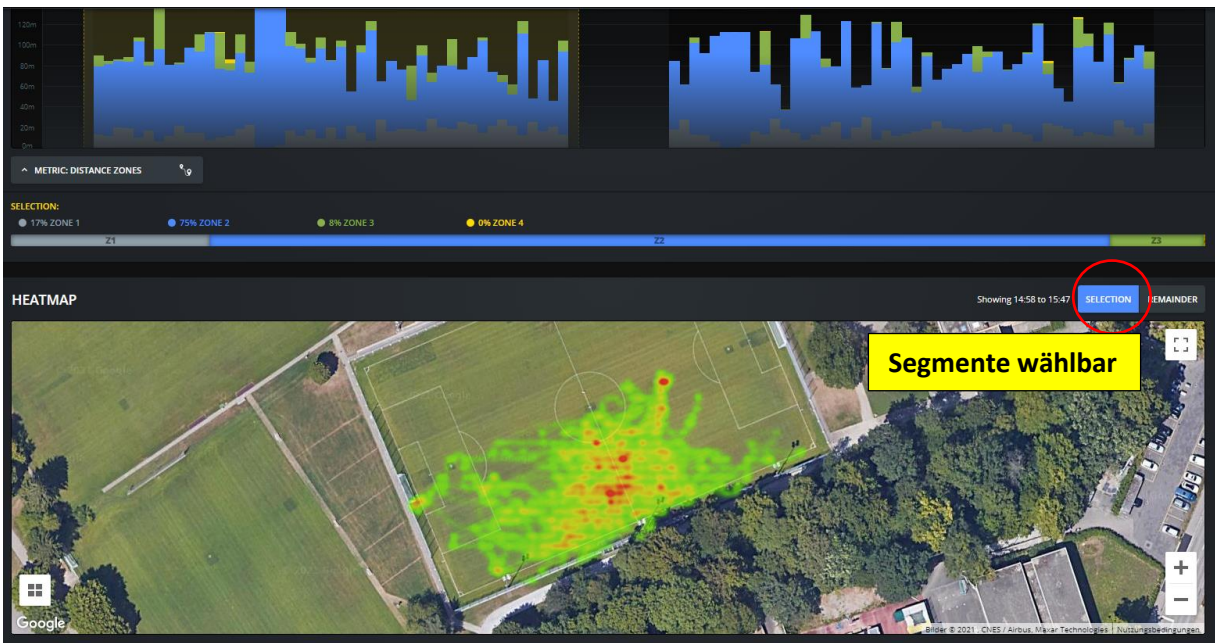
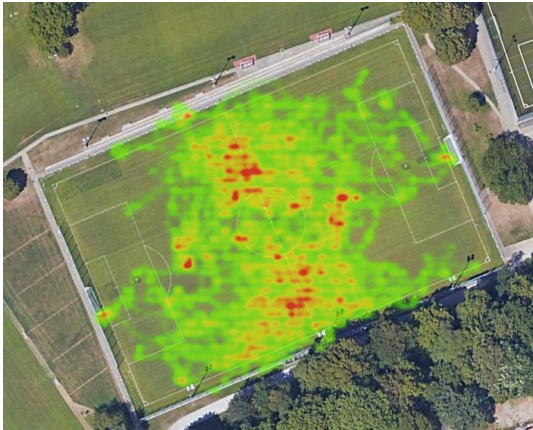
2D LOAD

Eine Summe der horizontalen Kräfte (vorwärts und rückwärts, links und rechts), denen der Körper im Verlauf der Belastung ausgesetzt ist.

Segment	Duration	Sum 2D Load
1. HZ	49 min	208
2. HZ	48 min	148



Heatmap



Spielerübersicht für Teamtrainer

