

<b>Terskeltest</b> <b>kr 890,-</b> 1 stk terskeltest  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest Pluss</b> <b>kr 990,-</b> 1 stk terskeltest utvidet testrapport*  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest x 2</b> <b>kr 1600,-</b> 2 stk terskeltest sammenligning test 1 og 2  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest x 2 Pluss</b> <b>kr 1 700,-</b> 2 stk terskeltest** utvidet testrapport* sammenligning test 1 og 2  <i>sykkel eller løp</i>
---	---	---	--

<b>Test av oksygenopptak - VO2max</b> <b>kr 850,-</b> 1 stk VO2max-test  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest + VO2max</b> <b>kr 1300,-</b> 1 stk terskeltest 1 stk VO2max-test  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest + VO2max Pluss</b> <b>kr 1400,-</b> 1 stk terskeltest 1 stk VO2max-test utvidet testrapport*  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Terskeltest + VO2max Grunnpakke</b> <b>kr 2000,-</b> 1 stk terskeltest 1 stk VO2max-test utvidet testrapport* 8 ukers treningsprogram  <i>sykkel eller løp</i>
--	--	--	--

<b>Terskeltest Teknikkpakke 1</b> <b>kr 1200,-</b> 1 stk terskeltest 30 min løpsteknikk***	<b>Terskeltest Teknikkpakke 2</b> <b>kr 1300,-</b> 1 stk terskeltest 30 min løpsteknikk*** utvidet testrapport	<b>Terskeltest Teknikkpakke 3</b> <b>kr 1900,-</b> 1 stk terskeltest 30 min løpsteknikk*** utvidet testrapport 8 ukers treningsprogram	<b>Løpsteknikk</b> <b>kr 800,-</b> 60 min løpsteknikk***
---	--	---	--

<b>--Grunnpakken – 8 uker</b> <b>kr 1700,-</b> 1 stk terskeltest utvidet testrapport* 8 ukers treningsprogram  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Grunnpakken - 12 uker</b> <b>kr 1950,-</b> 1 stk terskeltest utvidet testrapport* 12 ukers treningsprogram  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Fokuspakken - 8 uker</b> <b>kr 2300,-</b> 2 stk terskeltest** utvidet testrapport* sammenligning test 1 og 2 8 ukers treningsprogram  <i>sykkel eller løp</i>	<b>Fokuspakken - 12 uker</b> <b>kr 2500,-</b> 2 stk terskeltest** utvidet testrapport* sammenligning test 1 og 2 12 ukers treningsprogram  <i>sykkel eller løp</i>
--	--	---	---

<b>Triathlon Basic</b> <b>kr 1650,-</b> 1 stk terskeltest løp 1 stk terskeltest sykkel	<b>Triathlon Pluss</b> <b>kr 1800,-</b> 1 stk terskeltest løp 1 stk terskeltest sykkel utvidet testrapport* x 2	<b>Triathlon Fokus - 8 uker</b> <b>kr 2650,-</b> 1 stk terskeltest løp 1 stk terskeltest sykkel utvidet testrapport* x 2 8 ukers treningsprogram  <i>sykkel og løp</i>	<b>Triathlon Fokus - 12 uker</b> <b>kr 2900,-</b> 1 stk terskeltest løp 1 stk terskeltest sykkel utvidet testrapport* x 2 12 ukers treningsprogram  <i>sykkel og løp</i>
---	---	---	---

<b>8 eller 12 ukers treningsprogram</b> <b>kr 700,- / 950,-</b> Utarbeides på grunnlag av ditt mål basert på: <ul style="list-style-type: none"> <li>☒ hva du har gjort på trening eller i konkurranse</li> <li>☒ eventuell terskeltest gjort tidligere</li> <li>(også tester gjort på andre testlabber)</li> </ul>	<b>Utvidet testrapport* (fra annen testlab)</b> <b>Kr 450,-</b> Gjennomført en terskeltest på en annen testlab, men ønsker ytterligere informasjon om hvordan du skal bruke testresultatet i din daglige trening? Denne rapporten vil gjøre deg klokere!
--	---

\* utvidet testrapport - her får du en mer grundig forklaring på testrapporten + forslag til nøkkeløkter basert på testen

\*\* test nr 2 gjennomføres 10-14 uker etter første test

\*\*\* du blir filmet og vi vil sammen gå gjennom hva du skal korrigere for å løpe mest mulig effektivt og med minst mulig skaderisiko