

Olympiatoppen Midt- Norge (OLTMN) og Idrettens testsenter inviterer til utholdenhetsseminar om fysiologisk testing

Bakgrunn: de to siste årene har OLTMN og SenTIF (NTNU) gjennomført et utholdenhetsprosjekt for å kartlegge og systematisere fysiologisk testing for vinteridrettsutøvere innen utholdenhet i Trøndelag. Dette har vært utøvere på flere nivå fra videregående skole, kretslag, regionlag og landslag.



*Rune Talsnes,
OLTMN/NTNU*



*Arnstein Finstad
OLTMN*



*Oddbjørn Floan
Idrettens testsenter/OLTMN*

Tema på utholdenhetsseminaret:

Hva er erfaringene så langt i prosjektet?

Hva er sammenhengen mellom testresultater for typiske utholdenhetstester og konkurransenivået til utøverne?

Hvordan kan testing brukes som en nyttig del av treningsprosessen til utøverne?

For påmelding
trykk [her](#)

22. November Kl. 18- 20
Campus Steinkjer