

Akkutte effekter av apn  og bikarbonat på sykkelprestasjon

Anders Nybakk

Invalid Date

Table of contents

1	Table of contents	3
2	Acknowledgements	4
3	abstract	5
4	theory	6
5	introduction	7
6	Metode	8
6.1	Deltakere	8
7	results	9
8	discussion	10
9	references	11

1 Table of contents

2 Acknowledgements

3 abstract

4 theory

5 introduction

6 Metode

6.1 Deltakere

Table 6.1: Deltakeroversikt

Mål	Kvinner (n = 3)	Menn (n = 7)	Gruppe (n = 10)
Alder (år)	21.3 (1.2)	21.0 (1.6)	21.1 (1.4)
Kroppsmasse (kg)	57.8 (6.5)	78.2 (6.3)	72.1 (11.6)
Høyde (cm)	168.3 (6.4)	185.0 (7.1)	180.0 (10.4)
HF-maks (bpm)	199.7 (4.5)	203.4 (9.0)	202.3 (7.9)
VO ₂ (ml/min)	3518.7 (203.4)	5199.4 (335.2)	4695.2 (862.1)
VO ₂ (ml/kg/min)	61.5 (8.5)	66.6 (3.5)	65.1 (5.5)
4 mmol·L ⁻¹ (W)	222.6 (18.2)	325.2 (29.4)	294.4 (55.7)

VO₂ = maksimalt oksygenopptak. 4 mmol·L⁻¹ (W) angir effekt ved laktatkonsentrasjon på 4 mmol/L (terskelwatt). Verdier er oppgitt som gjennomsnitt (SD).

7 results

8 discussion

9 references