**Sit-to-stand test 60 – protokoll**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Namn:  |   |   |   |  Datum:  |   |   |   |
| Personnummer:  |   |   |   |  Testledare:  |   |   |   |
| Studie-IDLängd (cm):  |  |  |  |  |  |  |  |
| Vikt (kg):  |  |   |   |   |   |   |   |
|   |  |   |   |   |   |   |   |
|  |   |   |   |   |   |   |   |
|   | Syremättnad (%)  | Puls(slag/min)  | Andfåddhet (Borg CR-10)  | Bentrötthet (Borg CR-10)  | Ansträngning (Borg 6-20)  |   |
| **Utgångsvärde** (efter 3 minuter vila):  |   |   |   |   |   |   |
| **Direkt efter test:**  |   |   |   |   |   |   |
| **Återhämtningsvärde** (efter 3 minuter vila):  |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |  |
| Antal uppresningar:  |   |   |   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |   |   |   |   |   |  |
| Lägsta syremättnad:  |   |   |   | Högsta Puls:  |   |   |   |  |
| Kommentarer:  |   |   |   |   |   |   |   |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|   |   |   |   |   |   |   |   |  |