

Kuuden minuutin kävelytestilomake/kuntoutuja kirjaajana

Testipäivä: _____ / _____ / _____ klo: _____ Kirjaaja: _____

Testattavan nimi: _____ Ikä: _____ Pituus: _____ Paino: _____

Tupakointi: Ei / Kyllä

Testiä on harjoiteltu: Ei / Kyllä

	10 min levon jälkeen istuen	välittömästi ennen testiä seisten	1min	2min	3min	4min	5min	6min	P A L A U T M I N E N	3 min istuen	6 min istuen	
Syke												
Kuormittuminen (RPE 6-20)												
Oireiden voimakkuus (0-10)												
Verenpaine	ka.	ka.										

Kävelysuoran pituus: _____ m

Kierrokset (X) _____ + _____ m

Tulos: kävelymatka: _____ m viitearvo: _____ viitearvon alaraja: _____

Tuntemukset, pysähdykset tai keskeytykset testin aikana (ajankohta ja syy):
