

SPPB test (short physical performance battery)

Deel 2: WANDELSNELHEID 4 METER

Benodigheden: stopwatch, tape 4 meter

Uitvoering:

De tijd van het afleggen van een afstand van 4 meter, gelopen op gebruikelijke snelheid, wordt gemeten. De beste tijd van 2 pogingen wordt gebruikt voor het toekennen van punten.

Tijdens de test is het gebruik van een hulpmiddel voor lopen toegestaan (dit levert geen strafpunten op). Voor het toekennen van de score wordt gebruik gemaakt van de volgende afkappunten:

Score:

Seconden	Score
< 4.82	4
4.82-6.20	3
6.21-8.70	2
8.70	1
Niet in staat	0

