

Skala for træningsfornemmelse:

(umiddelbart efter træningsophør)

(Villadsen score)

Ref:

Villadsen TH, DAN-REHAB studiet, 2003.

1. Meget god fornemmelse

2. God fornemmelse

3. Nogenlunde

4. Dårlig fornemmelse

5. Meget dårlig fornemmelse