

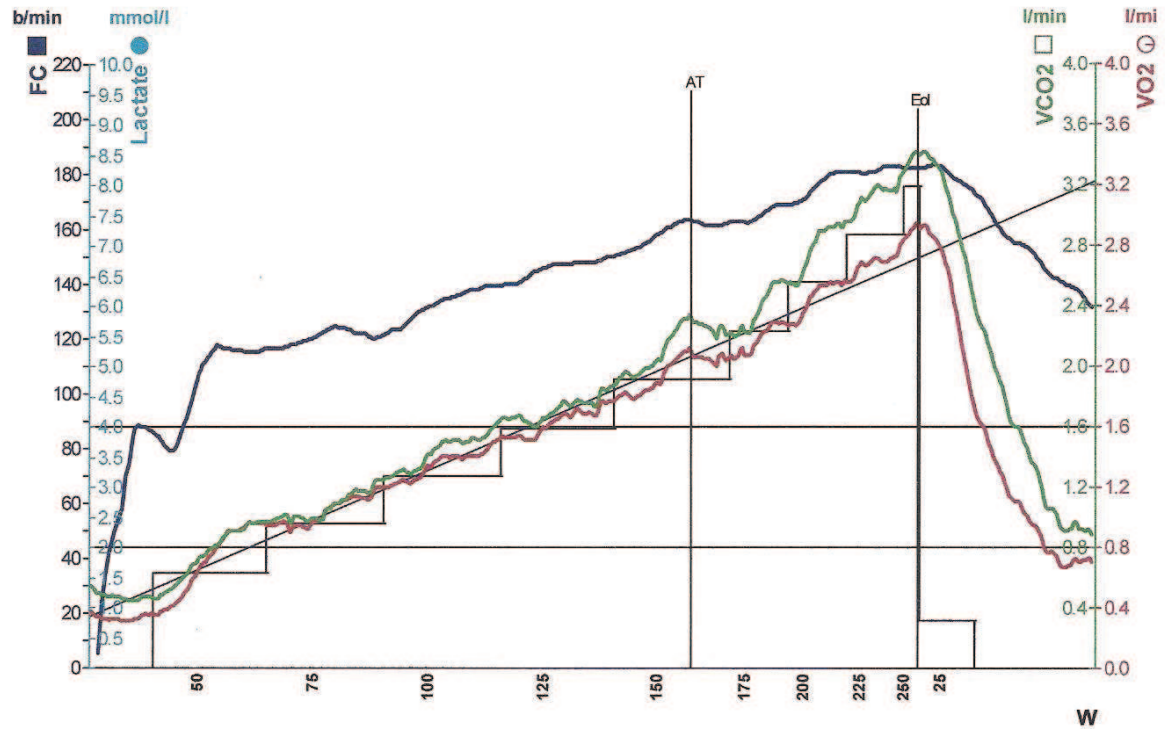
CLINIQUE DE MEUDON-LA-FORET

3 et 5 Avenue de Villacoublay
92360 MEUDON-LA-FORET
Tel. 01 41 28 10 00 - Fax. 01 46 31 83 88

ID-Nr:
Remarques:

171 cm, 67 kg, masc. *13.07.1979 =31ans
mesuré le 16.06.2011 à 12:08 h

Rapport d'épreuve d'effort
Protocole: 50W +25W 2min



		Repos	AT	AT%Ref	Max	Max%Ref	AT%Max	Ref
Temps	sec	01:10	10:28		14:22			0
Charge	W	0	150	76	227	115	66	197
FC	b/min	86	164	87	182	96	90	189
HRR	b/min	103	25	167	7	47	357	15
O2Pouls	ml/beat	4	13	87	16	107	81	15
BP	mmHg							0
VO2	l/min	0.37	2.13	77	2.93	106	73	2.77
VO2/kg	ml/min/kg	5.46	31.77	77	43.73	106	73	41.35
dVO2/dWR	ml/min/W	0.0	11.8	107	11.3	103	104	11.0
VCO2	l/min	0.47	2.35	75	3.41	109	69	3.12
QR		1.29	1.10	85	1.16	89	95	1.30
EQO2		42	27	112	33	138	82	24
EQCO2		32	25	132	28	147	89	19
VE	l/min	16.2	59.6	67	98.1	109	61	89.6
RR	%	82	33	110	0	0		30
FR	l/min	16	21	54	31	79	68	39

Commentaires:

CONSULTATION DE MEDECINE DU SPORT

Docteur Nicolas BOMPARD

CLINIQUE DU PLATEAU

5 à 9 rue des Carnets

92140 CLAMART

☎ 01 46 30 21 35

COMPTE-RENDU
EPREUVE D'EFFORT

M. ELIOTTI Nicolas

Le 15/06/11

VO2 max : 43.7 ml/kg/min

FC max : 183

PMA : 227 W

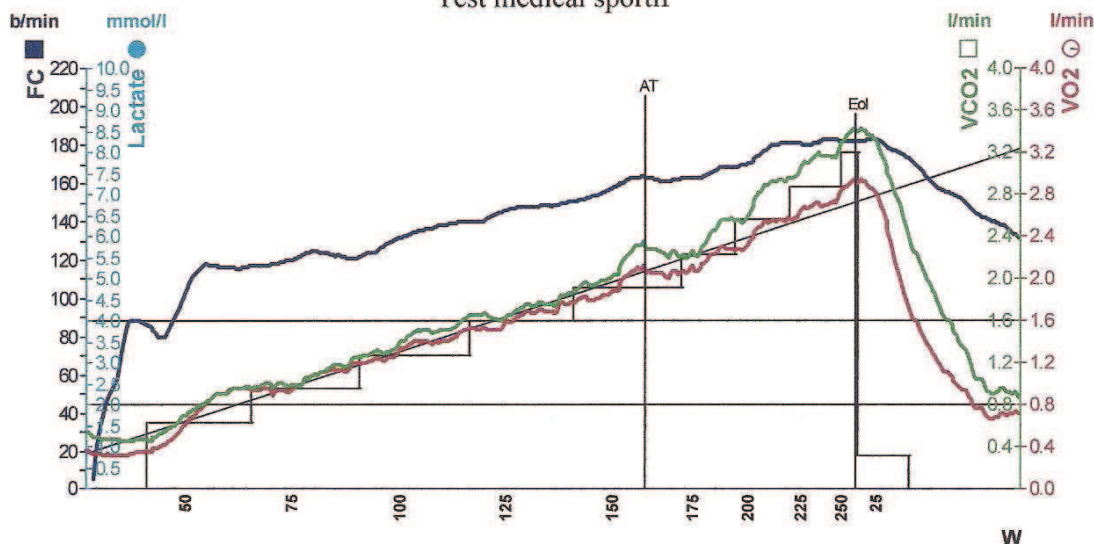
CLINIQUE DE MEUDON-LA-FORET

3 et 5 Avenue de Villacoublay
92360 MEUDON-LA-FORET
Tel. 01 41 28 10 00 - Fax. 01 46 31 83 88

ID-Nr:
Remarques:

171 cm, 67 kg, masc. *13.07.1979 =31ans
mesuré le 16.06.2011 à 12:08 h

Test médical sportif



		Repos	AeT	AeT%Réf	AT	AT%Réf	Max	Max%Réf	AT%Max	Réf
Temps	sec	01:10	01:18		10:28		14:22			0
Charge	W	0	50	25	150	76	227	115	66	197
FC	b/min	86	84	44	164	87	182	96	90	189
BP	mmHg									0
Lactate	mmol/l	0.0	0.0		0.0		0.0			0
VO2	l/min	0.37	0.38	14	2.13	77	2.93	106	73	2.77
VO2/kg	ml/min/kg	5.46	5.73	14	31.77	77	43.73	106	73	41.35
QR		1.29	1.28	98	1.10	85	1.16	89	95	1.30

Recommandations d'entraînement :

Seuils de référence:	HF(Aet) = 84 b/min		HF(At) = 164 b/min		HF(Max) = 182 b/min	
Entraînement	REKOM	GA1	GA1-2	GA2	WSA	
Domaine	Aerob	Aerob	Seuil	Anaerob	Maximal	
Déroulement	Regénérateur	Extensif	Intensif	Extensif	Intensif	
Méthode	Récupération	Durée	Durée	Intervalle	Intervalle	
Intensité	très bas	moyen-faible	moyen	moyen-fort	très fort	
Lactates	min- 1.5	1.5- 2.5	2.5- 4.0	4.0- 6.0	6.0-12.0	
FC(réf)	100-120	120-140	140-160	160-170	170-max	
FC(%max)	64%=116	72%=131	77%=140	88%=160	92%=167	
FC(%AnT)	70%=114	79%=129	85%=139	97%=159	102%=167	

©2006 ZAN * Meßgerate GmbH R.F.A. Tel: +49 9736 8181-0

Mesure réalisée à: 16.06.2011/12:08
BTPS : 24/1013/50 [°C/mbar/%]

Legende: AeT = Seuil Aerobe (QR=0.95) AT = Seuil Anaerobe (Anaerobe Threshold) REKOM = Entraînement régénératif
GA = Endurance de base WSA = Endurance spécifique de compétition
GA1 = Stabilisation de la GA. GA1-2 = Economisation de la GA. GA2 = Increment de la GA

Commentaire:

CLINIQUE DE MEUDON-LA-FORET

3 et 5 Avenue de Villacoublay
92360 MEUDON-LA-FORET
Tel. 01 41 28 10 00 - Fax. 01 46 31 83 88

ID-Nr:
Remarques:

171 cm, 67 kg, masc. *13.07.1979 =31ans
mesuré le 16.06.2011 à 12:08 h

Rapport VO2-Pneumo

Temps MM:SS	Charge W	FC b/min	FR l/min	VT l	VE l/min	VO2 l/min	VO2/kg ml/min/kg	O2Pouls ml/beat	VCO2 l/min	QR	EQCO2	EQO2
Repos												
1:00	0	88	16	1.03	16.4	0.36	5.38	4	0.48	1.33	32	43
1:08	0	86	16	1.02	16.2	0.37	5.46	4	0.47	1.29	32	42
Effort												
1:00	50	113	15	1.46	22.1	0.73	10.89	6	0.78	1.06	27	29
2:00	50	117	14	1.83	25.0	0.96	14.33	8	0.97	1.02	25	25
3:00	75	123	16	1.49	24.5	1.00	14.86	8	0.99	1.00	24	24
4:00	75	121	16	1.87	30.3	1.20	17.95	10	1.26	1.05	23	24
5:00	100	134	16	2.17	35.2	1.38	20.65	10	1.47	1.06	23	25
6:00	100	140	17	2.35	39.4	1.51	22.60	11	1.62	1.07	24	25
7:00	125	147	17	2.36	41.3	1.64	24.47	11	1.70	1.04	24	25
8:00	125	150	18	2.48	45.0	1.78	26.54	12	1.87	1.05	23	25
9:00	150	161	20	2.70	53.7	2.01	29.96	12	2.17	1.08	24	26
10:00	150	162	21	2.62	55.3	2.04	30.49	13	2.21	1.08	24	26
11:00	175	169	23	2.93	68.8	2.29	34.21	14	2.58	1.12	26	29
12:00	200	181	26	3.05	80.8	2.55	37.99	14	2.93	1.15	27	31
13:00	225	183	29	3.06	88.7	2.76	41.20	15	3.20	1.16	27	31
13:22	250	182	32	3.15	99.6	2.92	43.55	16	3.40	1.17	29	33
Récupération												
1:00	25	174	29	2.86	81.8	1.78	26.53	10	2.47	1.39	32	45
2:00	0	152	21	2.31	48.4	0.96	14.30	6	1.38	1.44	34	49
3:00	0	133	22	1.56	34.6	0.73	10.95	6	0.92	1.26	36	45
3:06	0	131	25	1.29	32.3	0.70	10.45	5	0.86	1.23	36	44

Temps MM:SS	Charge W	FC b/min	BPsys mmHg	BPdia mmHg	PaO2 mmHg	PaCO2 mmHg	P(a-ET) CO2 mmHg	Cal kcal/min	Borg	BE meq/l	VD/VT	pH	HCO3 meq/l
Repos													
1:00	0	88						1.20	0		0.27		
1:08	0	86						1.20	0		0.27		
Effort													
1:00	50	113						3.14	0		0.25		
2:00	50	117						3.97	0		0.22		
3:00	75	123						4.01	0		0.23		
4:00	75	121						5.20	0		0.22		
5:00	100	134						6.08	0		0.21		
6:00	100	140						6.83	0		0.21		
7:00	125	147						7.10	0		0.21		
8:00	125	150						8.00	0		0.20		
9:00	150	161						9.13	0		0.19		
10:00	150	162						9.11	0		0.19		

11:00	175	169		10.20	0	0.19
12:00	200	181		11.60	0	0.18
13:00	225	183		12.53	0	0.17
13:22	250	182	4	13.50	0	0.16
Récupération						
1:00	25	174		8.01	0	0.20
2:00	0	152		4.20	0	0.22
3:00	0	133		3.10	0	0.27
3:06	0	131		2.91	0	0.29

©2006 ZAN * Meßgeräte GmbH R.F.A Tel: +49 9736 8181-0

Mesure réalisée à: 16.06.2011/12:08
BTPS : 24/1013/50 [°C/mbar/%]

Commentaire:

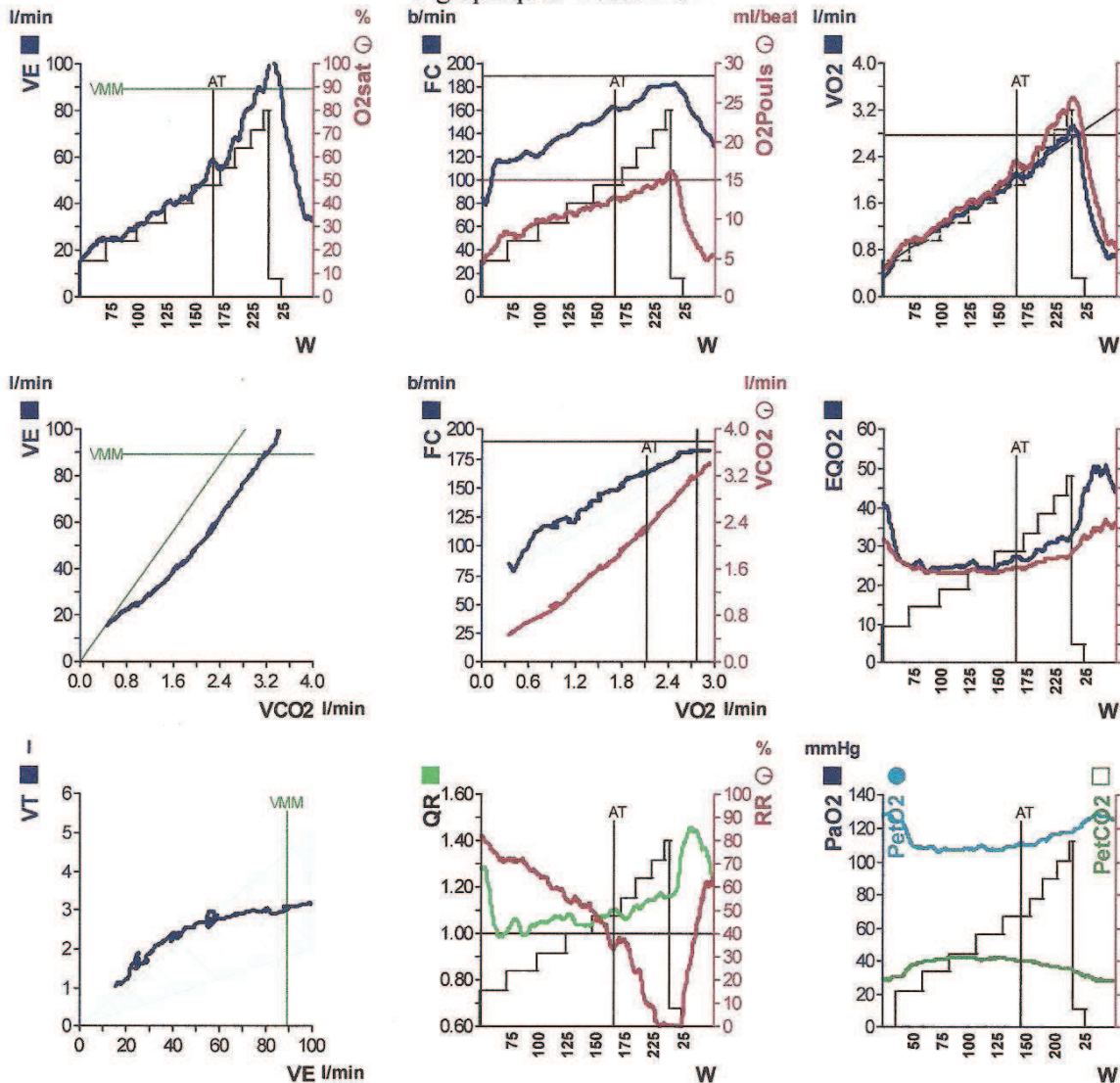
CLINIQUE DE MEUDON-LA-FORET

3 et 5 Avenue de Villacoublay
92360 MEUDON-LA-FORET
Tel. 01 41 28 10 00 - Fax. 01 46 31 83 88

ID-Nr:
Remarques:

171 cm, 67 kg, masc. *13.07.1979 =31ans
mesuré le 16.06.2011 à 12:08 h

9 graphiques Wasserman



Commentaire:

CLINIQUE DE MEUDON LA FORET			
Nom, Prénom: [REDACTED]		D. Naissance: 13.07.1979	
N° Patient: [REDACTED]		Sexe: M	
Début d'enregistrement: 16.06.2011 11:50:35		Poids: 67kg	
Epreuve d'effort: ECG Tracé à ECG de référence 00:42 + Rythme			
Référence: FC=82/min			
I	II	V1	V2
III	aVR	V3	V4
aVL	aVF	V5	V6
25mm/s Filtre: SMB			
II			
25mm/s Filtre: SMB			