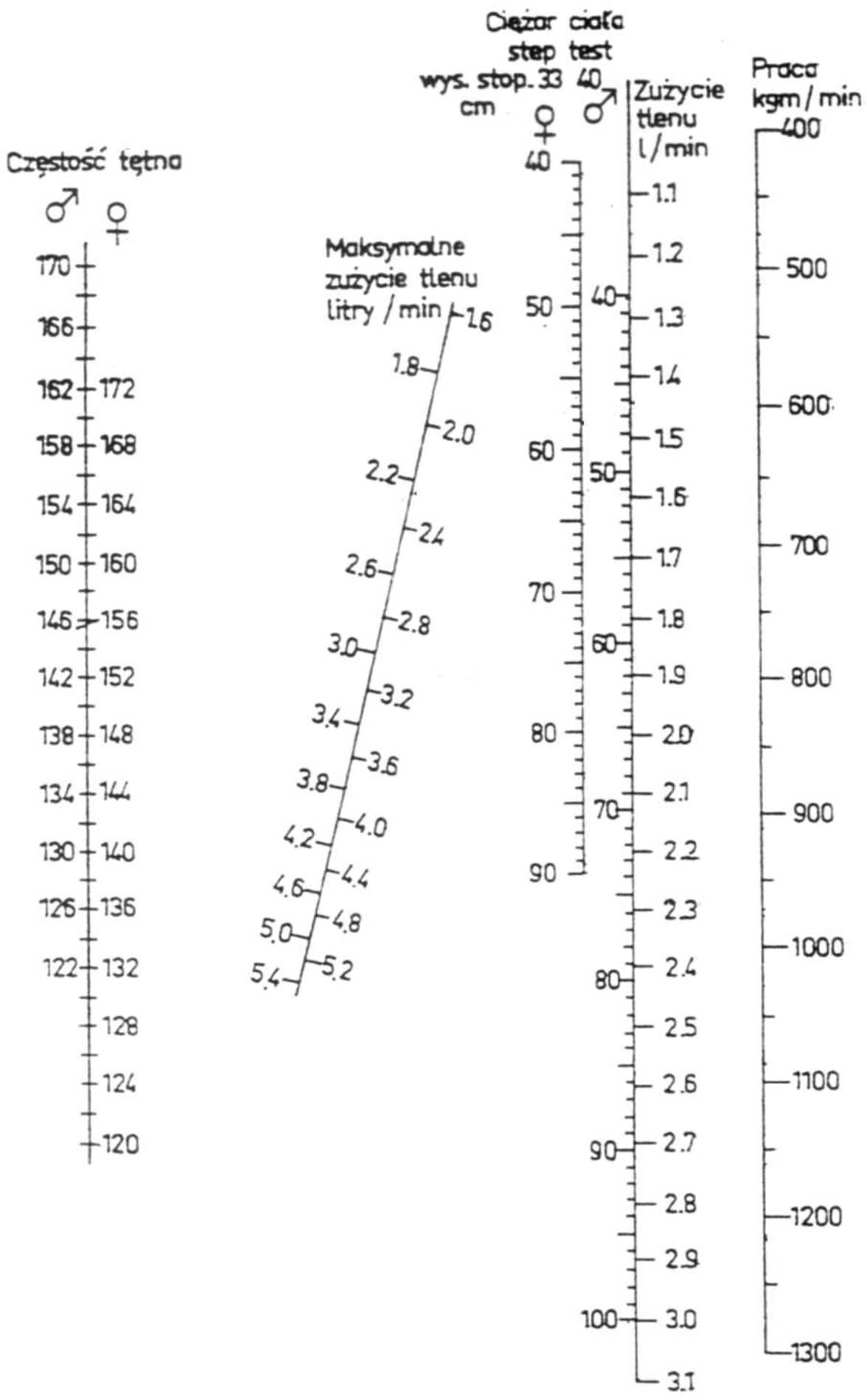
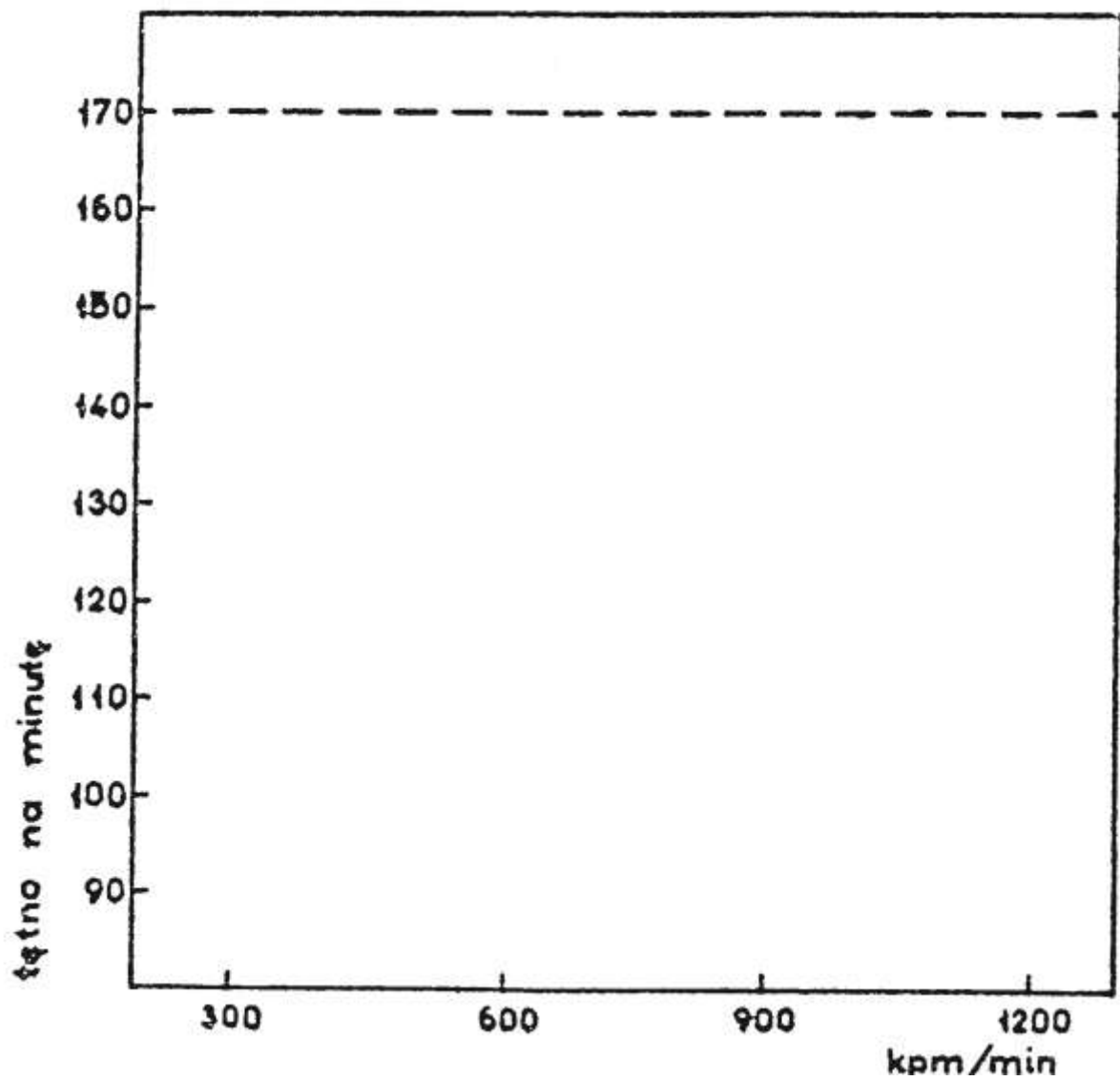


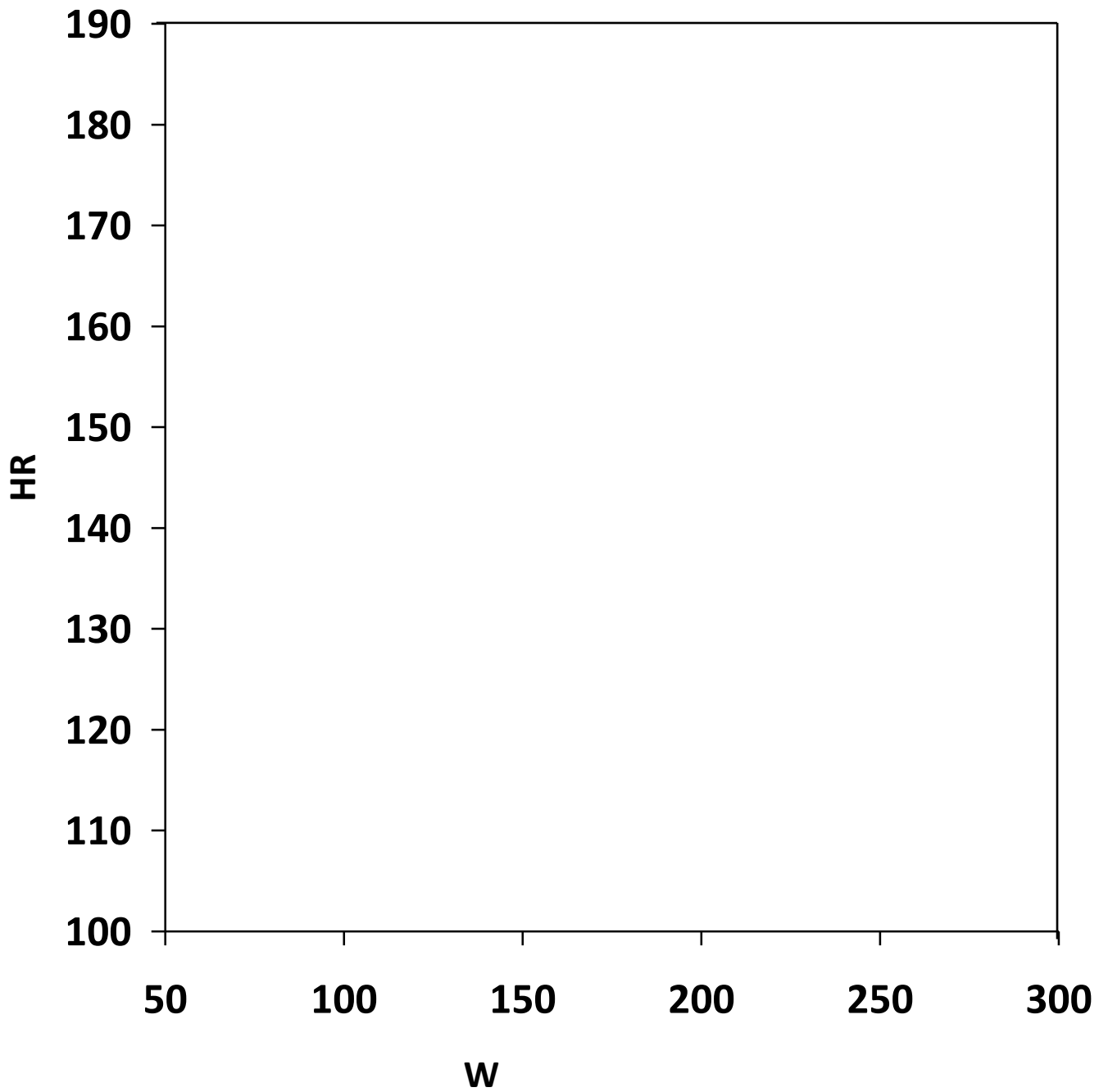
Nomogram do obliczania maksymalnego zużycia tlenu w ml/kg na podstawie tętna w dwóch wysiłkach o różnej intensywności i tętna maksymalnego. U góry tętno maksymalne w zależności od wieku (Margaria i wsp.)



Nomogram do obliczania przewidywanego VO_{2max} na podstawie tętna zużycia tlenu w pracy submaksymalnej (I. Astrad)



Określenie wskaźnika wydolności PWC – 170



Określenie wskaźnika wydolności PWC – 170