



Ta condition physique !

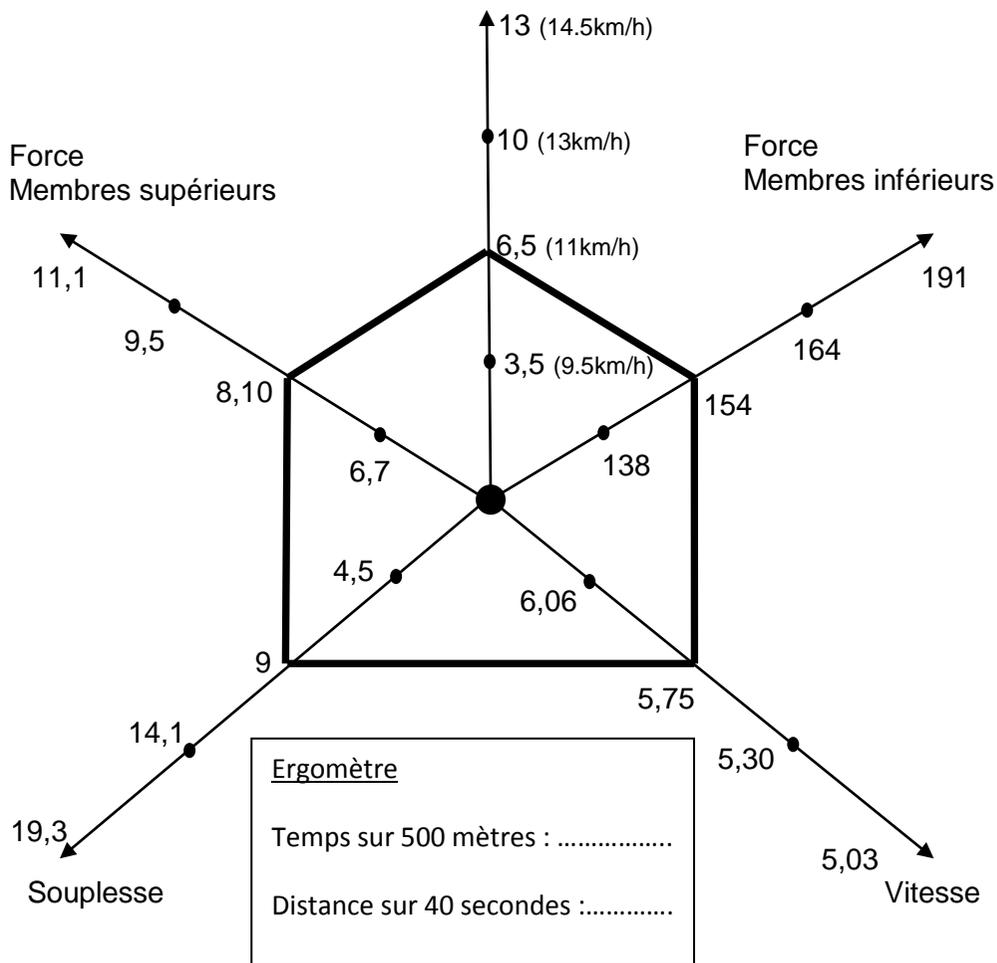
Fiche garçon

Nom :

Prénom :

Afin de mieux connaître ta condition physique, il te suffit de situer tes résultats aux tests que tu viens de passer sur les différentes flèches ci-dessous et de construire toi-même une estimation de ta condition physique. Les traits noirs déjà tracés représentent une condition physique moyenne.

Endurance cardio-respiratoire (Départ 8km/h, +0,5km/h par palier)



Ta condition physique !

Fiche fille

Nom :

Prénom :

Afin de mieux connaître ta condition physique, il te suffit de situer tes résultats aux tests que tu viens de passer sur les différentes flèches ci-dessous et de construire toi-même une estimation de ta condition physique. Les traits noirs déjà tracés représentent une condition physique moyenne.

Endurance cardio-respiratoire (Départ 8km/h, +0,5km/h par palier)

