

NOME: RICARDO GAERTNER	DATA: 15/01/2019
IDADE: 43 ANOS	OBJETIVO: Avaliação Cardiorespiratória

APTIDÃO CARDIORESPIRATÓRIA	VO2 = 9,1 kg/mL	INTENSIDADE LEVE (6 km/h)
	FC limiar = 88 bpm	
	VO2 LIMIAR = 14,3 kg/mL	INTENSIDADE MODERADA (8 km/h)
	FC limiar = 121 bpm	
	VO2 PICO = 26,0 kg/mL	PICO DE ESFORÇO (12 km/h)
	FC PICO = 145 bpm	

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO: Teste realizado em esteira, de característica progressiva, com intuito de avaliar a condição cardiorespiratória atual. A avaliação indica aptidão cardiorespiratória regular. O teste foi interrompido no pico de esforço determinado por auto relato.