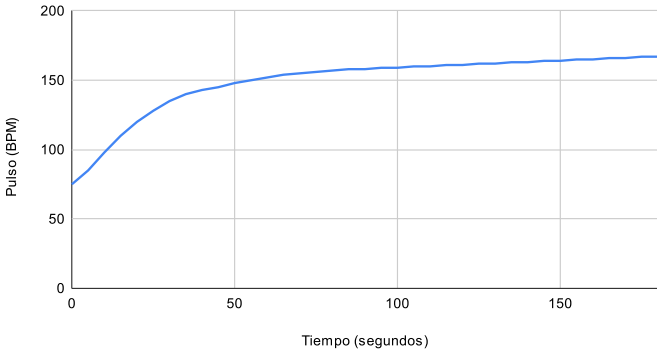


Tiempo (segundos)	Pulso (BPM)	Notas
0	75	Inicio del ejercicio
5	85	Aumento inicial
10	98	Incremento gradual
15	110	Adaptación al ejercicio
20	120	Incremento sostenido
25	128	Zona aeróbica
30	135	Estabilización inicial
35	140	Incremento moderado
40	143	Ajuste cardiovascular
45	145	Zona de entrenamiento
50	148	Esfuerzo moderado
55	150	Adaptación continua
60	152	Primer minuto completo
65	154	Esfuerzo sostenido
70	155	Zona cardio
75	156	Estabilización
80	157	Mantenimiento
85	158	Esfuerzo constante
90	158	Plateau inicial
95	159	Ajuste menor
100	159	Estabilidad
105	160	Zona objetivo
110	160	Mantenimiento
115	161	Ligero incremento
120	161	Segundo minuto
125	162	Ajuste cardiovascular
130	162	Estabilización
135	163	Esfuerzo continuo
140	163	Mantenimiento
145	164	Adaptación final
150	164	Zona estable
155	165	Esfuerzo óptimo
160	165	Resistencia
165	166	Ajuste final
170	166	Mantenimiento
175	167	Último ajuste
180	167	Tres minutos completos

Pulso (BPM) contra Tiempo (segundos)



DATOS DESCRIPTIVOS

Promedio de pulsos	148.68
Suma de segundos	180
Mediana	158
Cuartiles	
Primer Cuartil	145
Segundo Cuartil	158
Tercer Cuartil	163