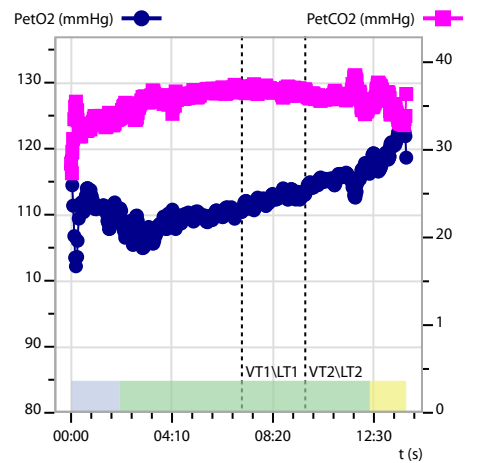
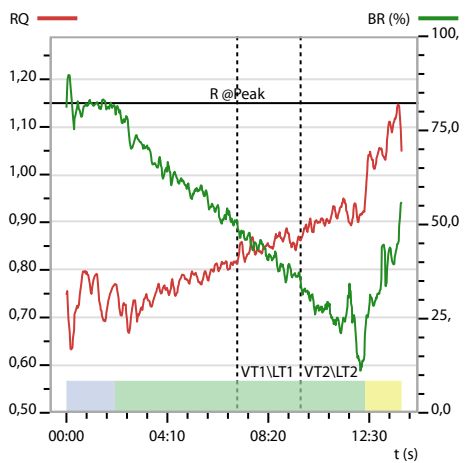
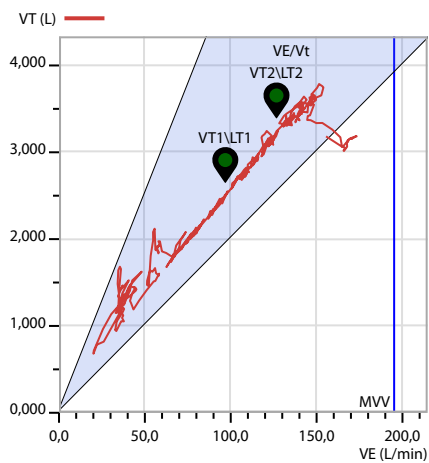
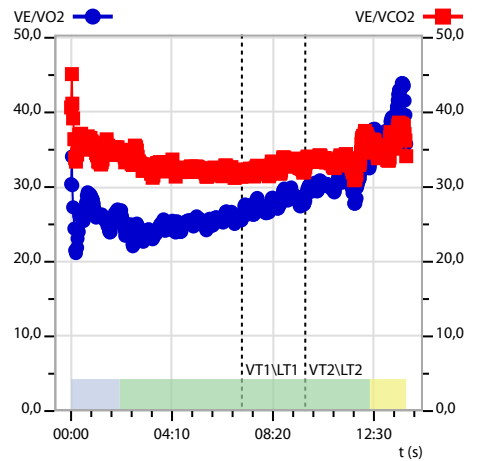
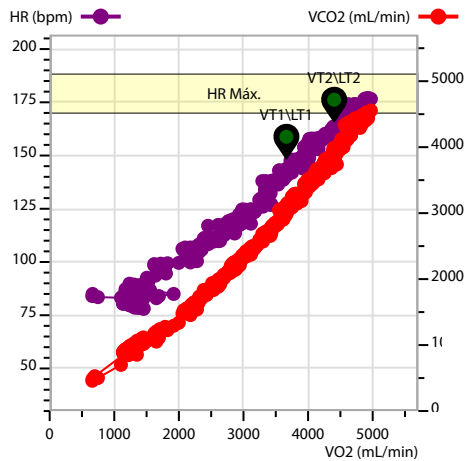
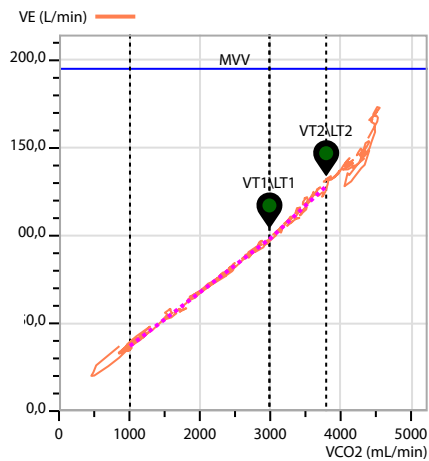
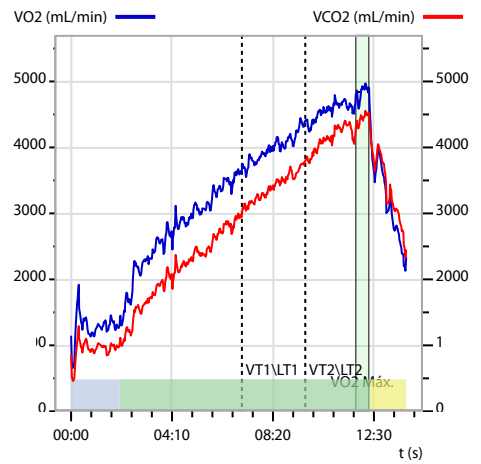
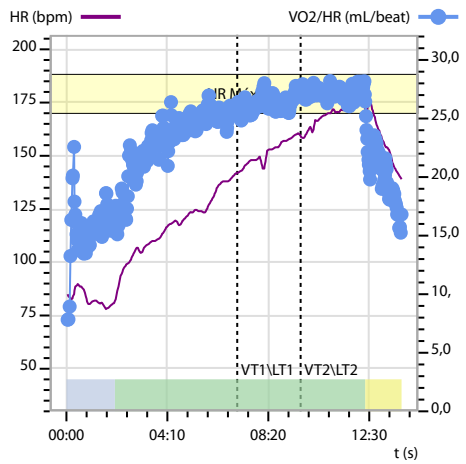
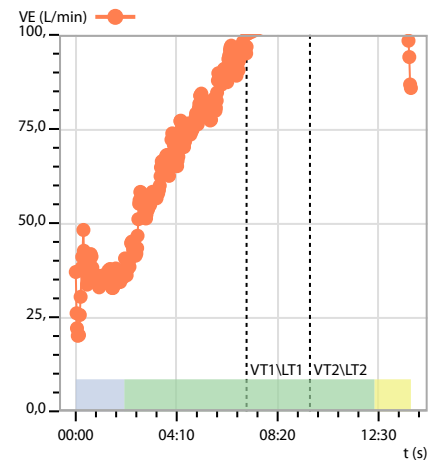
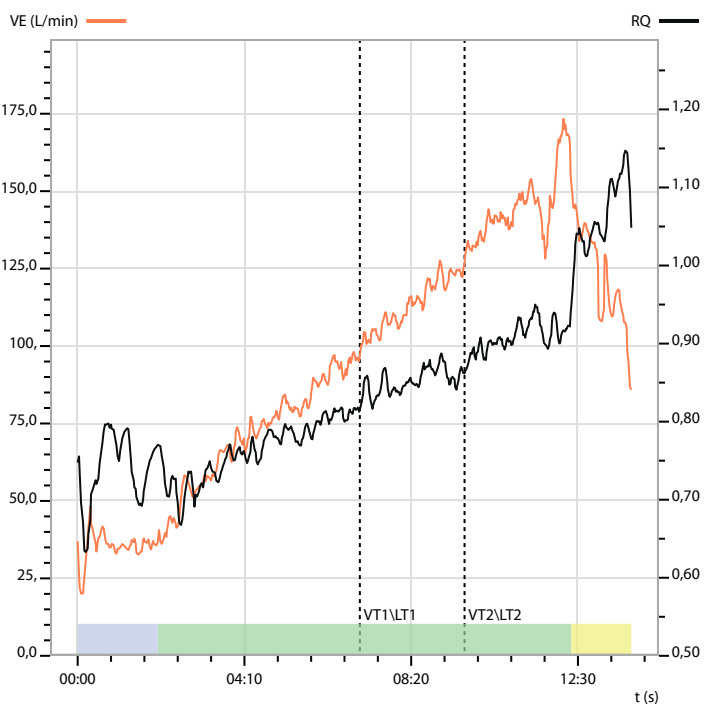
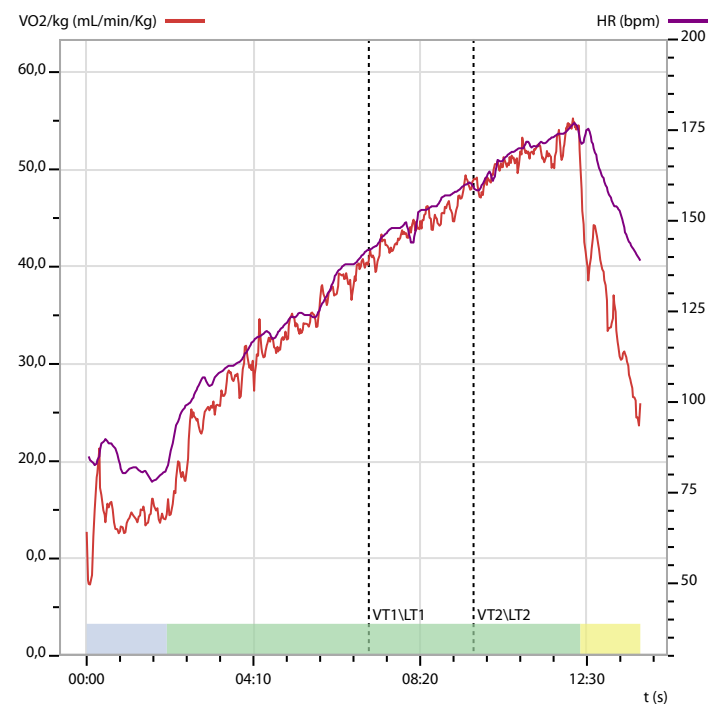


SHA							Fecha de Visita			
Carrer del Verderol, 5, 03581 L'Albir, Alacant (Spain)							08/01/2026			
info@shawellness.com +34 965 028 459							Imprimido En			
							08/01/2026			
Nombre Completo			ID1		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)		
Fernando Monje Vicario			--		Hombre	32,8	90,00	189,0		
Grupos			Fec. Nac	ID2	BMI (kg/m2)	Fumador	Años de Fumador	Cig/Día		
--			07/03/1993	--	25,2	--	--	--		
Operador			Médico		Clase 2		Etnia			
Oceane			Quiles		--		Caucásico			
CPET RESPIRACIÓN A RESPIRACIÓN			Flujómetro		Dispositivo		Número de Serie			
			Turbina 28mm		Quark CPET GFC WD		2025020105			
							Versión de Firmware			
							5.0			
							Tiempo del Test			
							17:41			
Set		Posición del Test		Tipo de Sujeto		Respuesta ECG		Motivo del Test		
ACSM (FRIEND)		SENTADO		Saludable		Normal		Ninguno		
Tipo de Test		Esfuerzo Máximo		Duración del Test		Duración del Ejercicio		Fuente HR		
Máximo		Sin confirmar		13:50		10:19		PC ECG		
								Protocolo		
								SHA Ergo Running 1		
								Ergómetro		
								Trackmaster TM428 (Kmh)		
Espirometría			Pre	% Pred	Normal	Clase				
	FVC	L	5,92	95						
	FEV1	L	4,88	96	---					
	MVV	L/min	195,2	96						
Protocolo			Medición	Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	t	s			07:03	09:40	12:19			
	Velocidad	Kmh		4,0	11,0	13,5	16,2			
	Ritmo	mm:ss/km			05:27	04:26	03:41			
	Costo de Oxígeno	mL/Kg/m			0,22	0,22	0,19			
	Grado	%		1,0	1,0	1,0	1,0			
Metabólico			Medición	Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	VO2	mL/min		1298	3665	4404	4840	-	---	
	VO2/kg	mL/min/Kg		14,4	40,7	48,9	53,8	127	> 39,6	Excelente
	VCO2	mL/min		961	2989	3795	4447			
	METS	---		4,1	11,6	14,0	15,4	-	---	
	RQ	---		0,74	0,82	0,86	0,94	-	---	
Ventilatorio			Medición	Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	Pendiente VE/VCO2 en VT1	---	30,8					-	---	
	Intersec. VE/VCO2 en VT1	L/min	6,0							
	OUES	ml/min/l/min	5710						---	
	VE	L/min		35,4	96,8	126,6	155,5	-		
	BR	%			50,4	35,1	20,3	-	---	
VT	L		1,252	2,498	3,242	3,183				
Cardiovascular			Medición	Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	HR	bpm		80	142	159	173	92	> 169	Normal
	HRR	bpm	15					-	---	
	HRR_1_minuto	bpm	21					-	---	
	VO2/HR	mL/beat		16,2	25,8	27,6	28,0	-	---	
Intercambio de Gases			Medición	Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	VO2@VT1\LT1	mL/min	3665					-	---	
	VO2@VT2\LT2	mL/min	4404					-	---	
	VO2/kg@VT1\LT1	mL/min/Kg	40,7					-	---	
	VO2/kg@VT2\LT2	mL/min/Kg	48,9					-	---	
	PetCO2	mmHg		33	37	37	36			
	PetO2	mmHg		110	110	113	116			
	VE/VO2	---		25,8	25,7	28,1	32,5			
	VE/VCO2	---		34,8	31,5	32,7	34,7	-	---	
	VO2@VT1/LT1 (%Máx)	%	76							
VO2@VT2/LT2 (%Máx)	%	91								

					Imprimido En		Fecha de Visita		
					08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre	Segundo Nombre	Apellido	ID1	Fec. Nac	Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)	
Fernando	--	Monje Vicario	--	07/03/1993	Hombre	32,8	90,00	189,0	
Sustratos	Medición		Precalentamiento	VT1\LT1	VT2\LT2	Máx	% Pred	Normal	Clase
	Grasa		kcal/day	15939	14510	7053			
	%GRASA		%	63,0	47,2	21,2			
	CHO		kcal/day	9376	16231	26182			
	CHO%		%	37,0	52,8	78,8			

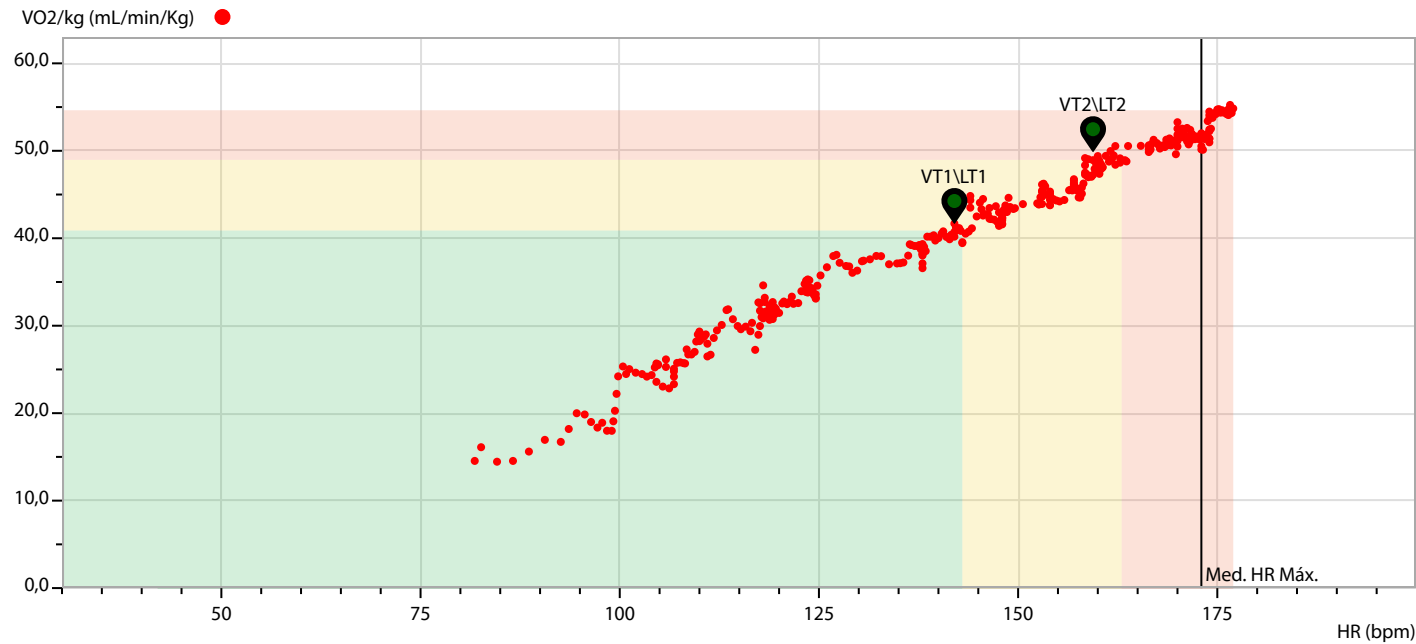


					Imprimido En		Fecha de Visita		
					08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre	Segundo Nombre	Apellido	ID1	Fec. Nac	Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)	
Fernando	--	Monje Vicario	--	07/03/1993	Hombre	32,8	90,00	189,0	



					Imprimido En		Fecha de Visita	
					08/01/2026		08/01/2026	
Primer Nombre	Segundo Nombre	Apellido	ID1	Fec. Nac	Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)
Fernando	--	Monje Vicario	--	07/03/1993	Hombre	32,8	90,00	189,0

Zonas de Entrenamiento



Zonas Personalizado

	TZ1 FÁCIL		TZ2 MEDIO		TZ3 ELEVADO	
	VO2 Máx 0%	VO2@VT1\LT1 100%	VO2@VT1\LT1 100%	VO2@VT2\LT2 100%	VO2@VT2\LT2 100%	VO2 Máx 102%
HR (bpm)	42	- 143	143	- 163	163	- 177
VO2/kg (mL/min/Kg)	0,0	- 40,9	40,9	- 49,0	49,0	- 54,6
VO2 (mL/min)	3	- 3680	3680	- 4408	4408	- 4917
Potencia Estimada (Watt)	---	- 278	278	- 344	344	- 391
Velocidad Estimada (km/h)	---	- 11,2	11,2	- 13,6	13,6	- 15,3
Ritmo de Carrera (mm:ss/km)	---	- 05:20	05:20	- 04:23	04:23	- 03:54
EEh (kcal/h)	0,9	- 1103,9	1103,9	- 1322,3	1322,3	- 1475,2

TZ1 FÁCIL

Entrenar a esta intensidad mejora la resistencia. La actividad es relativamente fácil y el esfuerzo percibido es aceptable. El cuerpo debe poder mantener esta intensidad de ejercicio durante un periodo de tiempo sostenido. La vía metabólica es aeróbica y la fuente primaria de energía es la oxidación de grasa. Esta es una zona de bajo lactato ya que no hay acumulación de lactato en sangre.

TZ2 MEDIO

Entrenar a esta intensidad mejora la resistencia, la capacidad anaeróbica y la tolerancia al lactato (el cuerpo será capaz de sostener niveles elevados de lactato en sangre). Esta actividad es intensa y la percepción del esfuerzo es extenuante. La vía metabólica es tanto aeróbica como anaeróbica, y la fuente primaria de energía son los carbohidratos ya que hay una oxidación de grasa limitada. Esta es una zona de acomodamiento de lactato ya que el lactato en sangre se empieza a acumular por encima de la línea de base, pero hay un balance entre su acumulación y eliminación.

TZ3 ELEVADO

Entrenar a esta intensidad mejora el VO2máx y la tolerancia al lactato. Esta actividad es extremadamente intensa: exigirá el cuerpo al máximo. El esfuerzo percibido es muy extenuante y el cuerpo no es capaz de sostener esta intensidad de entrenamiento por mucho tiempo. Solo atletas profesionales deben ejercitar en esta zona. La vía metabólica es anaeróbica y la fuente primaria de energía son los carbohidratos. Esta es una zona de acumulación de lactato porque el ritmo de producción de lactato excede el ritmo de eliminación.

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
00:00	12,7	1147	857	0,75	37,0	30,6	1,209	---	30,4	40,7	117	28	4,0	1,0	---	Precalentamiento
00:02	7,8	699	528	0,76	26,0	31,8	0,819	---	34,1	45,1	119	27	4,0	1,0	---	Precalentamiento
00:03	7,4	665	488	0,73	22,1	28,1	0,784	7,8	30,2	41,2	114	30	4,0	1,0	85	Precalentamiento
00:05	7,3	660	459	0,70	20,1	29,5	0,680	7,9	27,3	39,2	111	31	4,0	1,0	84	Precalentamiento
00:08	8,3	747	501	0,67	20,2	28,4	0,714	8,9	24,4	36,4	107	33	4,0	1,0	84	Precalentamiento
00:10	12,3	1103	700	0,63	25,6	26,5	0,964	13,3	21,5	33,9	103	35	4,0	1,0	83	Precalentamiento
00:12	15,0	1350	854	0,63	30,4	26,8	1,136	16,3	21,1	33,4	102	35	4,0	1,0	83	Precalentamiento
00:15	18,4	1652	1052	0,64	38,2	29,2	1,310	19,9	21,9	34,4	104	35	4,0	1,0	83	Precalentamiento
00:16	18,8	1691	1108	0,66	41,0	28,1	1,458	20,1	23,1	35,2	106	33	4,0	1,0	84	Precalentamiento
00:19	21,3	1919	1292	0,67	48,2	29,6	1,625	22,6	24,0	35,7	109	32	4,0	1,0	85	Precalentamiento
00:20	17,3	1554	1099	0,71	42,6	28,0	1,524	17,9	26,2	37,0	111	32	4,0	1,0	87	Precalentamiento
00:22	16,5	1488	1059	0,71	41,3	29,3	1,409	16,8	26,4	37,0	111	32	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:25	15,0	1346	969	0,72	38,1	30,3	1,258	15,1	26,7	37,1	112	32	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:27	14,5	1304	946	0,72	36,3	29,4	1,238	14,6	26,3	36,3	111	32	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:28	13,7	1236	890	0,72	33,7	27,9	1,205	13,8	25,7	35,6	110	33	4,0	1,0	90	Precalentamiento
00:31	15,6	1408	1023	0,73	38,0	30,5	1,245	15,8	25,4	35,0	110	33	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:33	15,3	1373	1026	0,75	38,4	28,6	1,343	15,5	26,5	35,5	112	33	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:35	15,7	1414	1074	0,76	40,4	28,1	1,437	16,0	27,1	35,7	113	33	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:37	15,8	1424	1100	0,77	41,8	28,3	1,476	16,1	27,9	36,2	113	33	4,0	1,0	89	Precalentamiento
00:39	15,0	1354	1067	0,79	41,1	29,2	1,407	15,4	28,8	36,6	114	32	4,0	1,0	88	Precalentamiento
00:41	13,7	1235	983	0,80	38,2	28,3	1,350	14,1	29,3	36,8	114	32	4,0	1,0	88	Precalentamiento
00:43	13,0	1174	935	0,80	36,2	28,7	1,264	13,5	29,1	36,6	114	32	4,0	1,0	87	Precalentamiento
00:46	13,0	1171	934	0,80	36,1	28,8	1,251	13,7	29,1	36,5	114	33	4,0	1,0	86	Precalentamiento
00:48	12,6	1134	898	0,79	34,9	29,4	1,185	13,5	29,0	36,6	114	32	4,0	1,0	84	Precalentamiento
00:50	12,8	1153	918	0,80	35,2	28,5	1,232	13,9	28,8	36,1	113	33	4,0	1,0	83	Precalentamiento
00:51	13,3	1197	946	0,79	36,2	28,8	1,255	14,7	28,5	36,1	113	33	4,0	1,0	82	Precalentamiento
00:54	13,2	1189	939	0,79	35,7	28,5	1,253	14,8	28,3	35,9	112	33	4,0	1,0	80	Precalentamiento
00:56	12,6	1135	885	0,78	33,5	28,7	1,170	14,1	27,8	35,6	111	34	4,0	1,0	80	Precalentamiento
00:58	12,7	1142	880	0,77	32,9	28,7	1,149	14,2	27,1	35,2	111	34	4,0	1,0	80	Precalentamiento
01:00	13,6	1228	927	0,75	34,6	29,9	1,156	15,2	26,5	35,0	111	34	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:02	14,0	1258	943	0,75	34,6	28,2	1,224	15,5	25,9	34,6	111	34	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:04	14,2	1275	974	0,76	35,1	24,6	1,428	15,6	26,2	34,3	111	34	4,0	1,0	82	Precalentamiento
01:07	14,7	1327	1033	0,78	36,1	21,8	1,655	16,2	26,0	33,4	111	34	4,0	1,0	82	Precalentamiento
01:10	14,4	1297	1021	0,79	35,4	21,1	1,682	15,8	26,2	33,3	111	34	4,0	1,0	82	Precalentamiento
01:14	14,0	1264	1001	0,79	34,5	21,0	1,641	15,4	26,1	33,0	111	34	4,0	1,0	82	Precalentamiento
01:16	13,7	1235	976	0,79	34,1	23,0	1,484	15,1	26,3	33,3	111	34	4,0	1,0	82	Precalentamiento
01:18	14,3	1287	993	0,77	35,4	27,3	1,296	15,8	26,0	33,7	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:20	14,4	1298	972	0,75	36,0	30,7	1,171	16,0	26,0	34,8	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:21	15,0	1354	996	0,74	37,4	33,4	1,120	16,8	25,9	35,2	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:24	15,0	1347	976	0,72	36,7	33,6	1,094	16,7	25,5	35,2	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:25	15,3	1381	988	0,72	37,8	35,9	1,052	17,1	25,6	35,7	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:27	14,6	1318	941	0,71	36,2	34,4	1,054	16,3	25,7	35,9	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:28	13,4	1206	848	0,70	33,4	35,5	0,941	14,9	25,6	36,4	110	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:30	13,6	1223	855	0,70	32,8	34,3	0,956	15,2	24,8	35,5	109	33	4,0	1,0	80	Precalentamiento
01:32	13,7	1232	854	0,69	32,7	34,4	0,953	15,4	24,6	35,5	109	33	4,0	1,0	80	Precalentamiento
01:34	14,5	1303	906	0,70	33,6	31,9	1,054	16,4	24,1	34,7	108	34	4,0	1,0	79	Precalentamiento
01:36	14,6	1313	909	0,69	33,6	31,9	1,053	16,7	23,9	34,5	108	34	4,0	1,0	79	Precalentamiento
01:38	16,1	1453	1017	0,70	37,1	32,0	1,160	18,6	24,0	34,3	108	34	4,0	1,0	78	Precalentamiento
01:39	16,1	1453	1033	0,71	37,9	31,7	1,196	18,6	24,6	34,6	110	33	4,0	1,0	78	Precalentamiento
01:41	15,4	1386	998	0,72	36,8	30,1	1,223	17,7	25,0	34,7	110	33	4,0	1,0	78	Precalentamiento
01:44	14,9	1344	989	0,74	36,5	28,5	1,282	17,1	25,7	34,9	111	33	4,0	1,0	79	Precalentamiento
01:46	15,2	1366	1014	0,74	37,5	28,4	1,323	17,3	26,0	35,1	112	33	4,0	1,0	79	Precalentamiento
01:48	14,0	1262	946	0,75	35,3	27,0	1,308	15,9	26,5	35,3	112	33	4,0	1,0	79	Precalentamiento
01:50	13,7	1230	927	0,75	34,3	25,6	1,344	15,4	26,5	35,1	110	33	4,0	1,0	80	Precalentamiento
01:53	14,6	1316	1001	0,76	37,1	25,3	1,467	16,4	26,9	35,3	111	33	4,0	1,0	80	Precalentamiento
01:55	14,1	1270	971	0,76	36,1	25,3	1,427	15,8	27,0	35,3	111	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
01:58	14,0	1263	969	0,77	35,6	25,1	1,419	15,6	26,8	34,9	110	33	4,0	1,0	81	Precalentamiento
02:00	14,5	1309	1008	0,77	36,8	25,7	1,433	16,0	26,7	34,7	110	34	6,0	1,0	82	Ejercicio
02:02	16,1	1450	1116	0,77	40,6	26,6	1,526	17,6	26,7	34,7	111	34	6,0	1,0	83	Ejercicio
02:04	14,4	1300	1000	0,77	36,9	26,8	1,374	15,4	26,9	35,0	111	34	6,0	1,0	85	Ejercicio
02:06	14,5	1309	990	0,76	36,1	27,8	1,302	15,1	26,1	34,5	109	35	6,0	1,0	87	Ejercicio
02:09	15,6	1405	1042	0,74	37,8	27,8	1,363	15,9	25,6	34,4	108	35	6,0	1,0	89	Ejercicio
02:11	16,9	1525	1099	0,72	39,7	29,0	1,368	16,8	24,7	34,2	108	35	6,0	1,0	91	Ejercicio
02:13	16,7	1505	1069	0,71	38,4	29,3	1,309	16,2	24,2	34,0	107	35	6,0	1,0	93	Ejercicio
02:14	18,2	1637	1154	0,70	40,6	30,5	1,332	17,5	23,5	33,3	107	35	6,0	1,0	94	Ejercicio
02:17	20,0	1799	1267	0,70	44,7	31,8	1,406	19,0	23,6	33,5	107	35	6,2	1,0	95	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
02:19	19,8	1786	1276	0,71	45,1	31,7	1,423	18,7	24,0	33,6	108	35	6,2	1,0	96	Ejercicio
02:20	19,0	1709	1241	0,73	44,2	30,8	1,437	17,7	24,6	33,9	108	34	6,2	1,0	96	Ejercicio
02:22	18,4	1652	1206	0,73	42,9	29,6	1,449	17,0	24,7	33,9	108	34	6,2	1,0	97	Ejercicio
02:24	18,9	1701	1235	0,73	44,5	30,9	1,442	17,4	24,9	34,3	109	34	6,2	1,0	98	Ejercicio
02:27	18,0	1619	1177	0,73	42,7	31,0	1,377	16,5	25,0	34,4	109	34	6,2	1,0	98	Ejercicio
02:28	18,0	1618	1148	0,71	41,3	32,1	1,288	16,3	24,2	34,1	108	34	6,2	1,0	99	Ejercicio
02:30	19,1	1716	1195	0,70	41,9	33,1	1,267	17,3	23,1	33,1	107	35	6,2	1,0	99	Ejercicio
02:32	20,3	1825	1226	0,67	43,4	36,5	1,190	18,4	22,4	33,3	106	35	6,5	1,0	99	Ejercicio
02:33	22,2	1999	1338	0,67	46,6	36,1	1,292	20,1	22,1	33,0	105	35	6,5	1,0	100	Ejercicio
02:35	24,2	2179	1455	0,67	51,0	36,1	1,412	21,8	22,3	33,4	106	35	6,5	1,0	100	Ejercicio
02:37	25,3	2280	1540	0,68	55,1	36,5	1,513	22,7	23,1	34,2	107	34	6,5	1,0	100	Ejercicio
02:38	24,5	2203	1504	0,68	56,1	36,9	1,517	21,9	24,3	35,6	109	33	6,5	1,0	101	Ejercicio
02:40	25,0	2253	1581	0,70	58,3	36,4	1,603	22,3	24,7	35,2	109	33	6,5	1,0	101	Ejercicio
02:41	24,6	2217	1570	0,71	58,1	36,8	1,577	21,7	25,0	35,3	110	33	6,5	1,0	102	Ejercicio
02:43	24,5	2202	1585	0,72	57,9	36,5	1,584	21,4	25,1	34,9	110	34	6,5	1,0	103	Ejercicio
02:45	24,2	2176	1587	0,73	56,5	35,1	1,609	21,0	24,8	34,0	109	34	6,5	1,0	103	Ejercicio
02:46	24,4	2192	1614	0,74	55,9	33,6	1,666	21,1	24,4	33,2	108	35	6,8	1,0	104	Ejercicio
02:48	23,6	2122	1558	0,73	54,4	33,5	1,624	20,3	24,5	33,4	108	35	6,8	1,0	105	Ejercicio
02:50	23,0	2074	1527	0,74	53,0	32,3	1,640	19,7	24,4	33,2	108	35	6,8	1,0	105	Ejercicio
02:52	22,8	2055	1480	0,72	51,3	33,7	1,521	19,4	23,8	33,1	107	35	6,8	1,0	106	Ejercicio
02:54	23,3	2099	1478	0,70	51,2	34,8	1,472	19,6	23,3	33,0	106	36	6,8	1,0	107	Ejercicio
02:55	24,2	2176	1504	0,69	52,3	35,8	1,458	20,4	22,9	33,1	105	36	6,8	1,0	107	Ejercicio
02:57	25,1	2257	1595	0,71	53,4	29,6	1,806	21,1	22,7	32,2	105	36	6,8	1,0	107	Ejercicio
02:59	25,3	2276	1602	0,70	53,6	29,2	1,840	21,5	22,7	32,2	105	36	6,8	1,0	106	Ejercicio
03:02	25,6	2303	1638	0,71	54,8	27,6	1,988	22,0	23,0	32,3	105	36	7,0	1,0	105	Ejercicio
03:04	25,2	2271	1632	0,72	54,8	26,3	2,081	21,8	23,3	32,4	106	36	7,0	1,0	104	Ejercicio
03:06	25,7	2311	1667	0,72	55,7	26,3	2,120	22,1	23,3	32,3	106	36	7,0	1,0	105	Ejercicio
03:08	25,5	2294	1642	0,72	56,1	29,9	1,877	21,9	23,6	32,9	107	36	7,0	1,0	105	Ejercicio
03:10	26,1	2353	1711	0,73	58,3	30,2	1,930	22,2	23,9	32,8	107	36	7,0	1,0	106	Ejercicio
03:12	24,8	2230	1647	0,74	56,4	29,6	1,907	20,9	24,4	33,0	108	35	7,0	1,0	107	Ejercicio
03:14	25,7	2317	1714	0,74	58,2	31,4	1,849	21,6	24,1	32,6	108	36	7,0	1,0	107	Ejercicio
03:16	25,8	2323	1728	0,74	57,8	31,5	1,835	21,6	24,0	32,2	108	36	7,2	1,0	108	Ejercicio
03:18	25,7	2315	1735	0,75	57,3	30,6	1,874	21,4	23,8	31,8	107	36	7,2	1,0	108	Ejercicio
03:20	25,7	2311	1712	0,74	56,6	30,2	1,871	21,4	23,6	31,8	107	36	7,2	1,0	108	Ejercicio
03:22	27,3	2456	1808	0,74	58,6	30,2	1,942	22,7	23,0	31,2	106	37	7,2	1,0	108	Ejercicio
03:24	26,7	2405	1768	0,74	57,9	29,3	1,975	22,1	23,2	31,6	106	37	7,2	1,0	109	Ejercicio
03:26	26,7	2404	1764	0,73	58,8	29,8	1,975	22,1	23,6	32,1	106	36	7,2	1,0	109	Ejercicio
03:28	27,0	2431	1760	0,72	59,9	32,3	1,858	22,2	23,7	32,8	107	36	7,2	1,0	109	Ejercicio
03:30	28,2	2538	1835	0,72	62,4	33,9	1,840	23,2	23,7	32,7	107	36	7,2	1,0	110	Ejercicio
03:31	29,0	2610	1885	0,72	64,8	35,8	1,810	23,8	23,9	33,0	107	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:33	29,3	2640	1922	0,73	66,4	37,0	1,793	24,0	24,2	33,2	108	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:35	29,0	2614	1924	0,74	66,4	36,4	1,824	23,8	24,4	33,2	108	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:36	29,1	2623	1935	0,74	66,2	36,9	1,793	23,8	24,2	32,9	108	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:38	28,4	2558	1902	0,74	65,7	36,8	1,785	23,3	24,7	33,2	108	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:40	28,2	2542	1901	0,75	66,0	36,9	1,788	23,1	24,9	33,3	109	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:41	28,4	2559	1923	0,75	66,5	36,9	1,805	23,2	25,0	33,3	109	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:43	28,9	2600	1962	0,75	67,4	37,5	1,799	23,6	24,9	33,0	108	36	7,5	1,0	110	Ejercicio
03:44	28,8	2589	1967	0,76	67,9	37,0	1,835	23,4	25,2	33,2	109	36	7,5	1,0	111	Ejercicio
03:46	29,0	2610	1994	0,76	68,1	37,2	1,830	23,6	25,1	32,8	109	36	7,5	1,0	111	Ejercicio
03:48	27,9	2515	1939	0,77	66,7	36,9	1,805	22,7	25,5	33,1	109	36	7,8	1,0	111	Ejercicio
03:49	26,5	2384	1835	0,77	63,8	37,1	1,721	21,5	25,7	33,4	110	35	7,8	1,0	111	Ejercicio
03:51	26,7	2401	1820	0,76	62,5	37,3	1,678	21,6	25,0	32,9	109	36	7,8	1,0	111	Ejercicio
03:53	28,6	2574	1936	0,75	64,7	37,1	1,745	23,0	24,1	32,1	108	36	7,8	1,0	112	Ejercicio
03:54	29,5	2652	1989	0,75	66,9	36,8	1,818	23,6	24,3	32,3	108	36	7,8	1,0	112	Ejercicio
03:56	30,1	2708	2033	0,75	68,3	35,4	1,927	24,0	24,3	32,3	108	36	7,8	1,0	113	Ejercicio
03:57	31,8	2861	2162	0,76	72,2	35,5	2,033	25,2	24,4	32,2	108	36	7,8	1,0	113	Ejercicio
03:59	31,9	2869	2186	0,76	73,8	35,5	2,082	25,3	24,9	32,6	109	36	7,8	1,0	114	Ejercicio
04:01	30,7	2767	2118	0,77	72,7	35,6	2,042	24,2	25,4	33,1	110	35	7,8	1,0	114	Ejercicio
04:03	30,0	2697	2070	0,77	70,8	35,6	1,989	23,5	25,3	33,0	110	35	8,0	1,0	115	Ejercicio
04:04	29,6	2664	2028	0,76	69,4	37,5	1,849	23,1	25,1	32,9	110	35	8,0	1,0	115	Ejercicio
04:06	29,9	2691	2039	0,76	69,0	37,0	1,864	23,2	24,7	32,6	109	36	8,0	1,0	116	Ejercicio
04:07	29,4	2643	2005	0,76	68,2	36,9	1,845	22,7	24,8	32,7	109	36	8,0	1,0	116	Ejercicio
04:09	30,3	2730	2081	0,76	70,2	36,9	1,902	23,4	24,8	32,5	109	36	8,0	1,0	117	Ejercicio
04:11	27,2	2452	1855	0,76	65,1	37,5	1,737	21,0	25,5	33,7	111	34	8,0	1,0	117	Ejercicio
04:12	29,0	2607	1960	0,75	66,5	37,2	1,790	22,2	24,5	32,6	110	35	8,0	1,0	117	Ejercicio
04:14	30,0	2697	2014	0,75	67,6	37,3	1,815	22,9	24,1	32,3	109	35	8,0	1,0	118	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
04:15	31,0	2789	2090	0,75	70,0	37,4	1,871	23,7	24,2	32,2	109	35	8,0	1,0	118	Ejercicio
04:17	30,8	2776	2098	0,76	70,4	37,3	1,885	23,5	24,4	32,3	109	35	8,2	1,0	118	Ejercicio
04:19	34,6	3115	2372	0,76	77,1	37,3	2,066	26,4	23,9	31,4	108	37	8,2	1,0	118	Ejercicio
04:20	33,2	2988	2310	0,77	77,2	37,4	2,066	25,3	25,0	32,3	109	36	8,2	1,0	118	Ejercicio
04:22	31,6	2848	2223	0,78	75,0	37,6	1,996	24,1	25,4	32,6	110	36	8,2	1,0	118	Ejercicio
04:23	31,2	2805	2177	0,78	73,4	37,7	1,948	23,7	25,2	32,5	110	36	8,2	1,0	119	Ejercicio
04:25	30,7	2761	2113	0,77	71,5	37,8	1,892	23,2	24,9	32,6	110	36	8,2	1,0	119	Ejercicio
04:27	30,8	2769	2105	0,76	70,5	37,4	1,887	23,2	24,5	32,2	109	36	8,2	1,0	119	Ejercicio
04:28	31,3	2815	2110	0,75	70,2	37,6	1,867	23,6	24,0	32,0	109	36	8,2	1,0	119	Ejercicio
04:30	31,9	2873	2141	0,75	71,5	37,9	1,888	24,0	24,0	32,2	109	36	8,2	1,0	120	Ejercicio
04:31	32,1	2891	2161	0,75	72,0	37,6	1,913	24,2	24,0	32,1	109	36	8,5	1,0	119	Ejercicio
04:33	32,7	2943	2210	0,75	73,4	37,5	1,956	24,7	24,0	32,0	109	36	8,5	1,0	119	Ejercicio
04:35	32,3	2906	2190	0,75	73,9	38,0	1,944	24,5	24,5	32,5	109	36	8,5	1,0	119	Ejercicio
04:36	32,7	2944	2245	0,76	75,8	37,6	2,016	24,9	24,9	32,6	110	36	8,5	1,0	118	Ejercicio
04:38	32,6	2931	2254	0,77	75,9	37,6	2,017	24,9	25,0	32,5	110	36	8,5	1,0	118	Ejercicio
04:39	32,7	2940	2279	0,78	76,5	37,5	2,036	25,0	25,1	32,4	110	36	8,5	1,0	117	Ejercicio
04:41	31,7	2854	2224	0,78	74,8	37,7	1,986	24,3	25,3	32,5	110	36	8,5	1,0	118	Ejercicio
04:43	31,6	2844	2225	0,78	74,2	37,5	1,981	24,1	25,2	32,2	110	36	8,5	1,0	118	Ejercicio
04:44	31,1	2800	2194	0,78	73,5	37,6	1,953	23,7	25,3	32,3	110	36	8,5	1,0	118	Ejercicio
04:46	31,8	2859	2258	0,79	75,2	37,7	1,995	24,1	25,4	32,1	110	36	8,5	1,0	119	Ejercicio
04:47	31,3	2815	2222	0,79	74,3	38,0	1,955	23,6	25,5	32,3	110	36	8,8	1,0	119	Ejercicio
04:49	31,7	2850	2251	0,79	75,2	38,2	1,969	23,8	25,5	32,2	110	36	8,8	1,0	120	Ejercicio
04:50	31,5	2832	2236	0,79	75,0	38,1	1,971	23,6	25,6	32,4	110	36	8,8	1,0	120	Ejercicio
04:52	32,5	2929	2306	0,79	76,5	37,8	2,022	24,3	25,2	32,0	110	36	8,8	1,0	120	Ejercicio
04:54	32,8	2949	2301	0,78	77,1	37,9	2,036	24,4	25,3	32,4	110	36	8,8	1,0	121	Ejercicio
04:55	32,5	2922	2281	0,78	77,1	37,8	2,039	24,2	25,5	32,6	110	36	8,8	1,0	121	Ejercicio
04:57	32,8	2951	2305	0,78	78,2	37,5	2,084	24,3	25,6	32,8	110	36	8,8	1,0	121	Ejercicio
04:58	33,3	2999	2337	0,78	79,1	37,7	2,099	24,7	25,5	32,7	110	36	8,8	1,0	122	Ejercicio
05:00	32,5	2925	2278	0,78	77,0	38,3	2,011	24,0	25,4	32,6	110	36	8,8	1,0	122	Ejercicio
05:02	32,6	2933	2274	0,78	76,2	38,1	2,000	24,0	25,1	32,3	110	37	9,0	1,0	122	Ejercicio
05:03	33,9	3055	2358	0,77	78,2	38,0	2,058	24,9	24,7	32,0	109	37	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:05	34,8	3130	2413	0,77	80,6	38,2	2,108	25,4	24,9	32,3	109	37	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:06	34,8	3136	2442	0,78	81,7	38,4	2,129	25,4	25,2	32,3	110	36	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:08	35,2	3166	2484	0,78	83,8	37,9	2,211	25,6	25,6	32,7	110	36	9,0	1,0	124	Ejercicio
05:09	34,8	3133	2479	0,79	83,8	38,1	2,200	25,4	25,9	32,7	110	36	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:11	34,8	3134	2498	0,80	84,4	37,9	2,228	25,4	26,1	32,7	110	36	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:13	33,8	3046	2413	0,79	81,5	38,4	2,121	24,7	25,9	32,6	110	36	9,0	1,0	123	Ejercicio
05:14	34,2	3077	2436	0,79	82,2	38,0	2,163	24,9	25,8	32,6	110	36	9,0	1,0	124	Ejercicio
05:16	34,0	3063	2418	0,79	81,3	38,0	2,138	24,7	25,7	32,5	110	36	9,0	1,0	124	Ejercicio
05:17	33,5	3016	2384	0,79	80,1	37,9	2,113	24,2	25,7	32,5	110	36	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:19	33,1	2979	2361	0,79	79,3	38,2	2,076	23,9	25,7	32,5	110	36	9,2	1,0	125	Ejercicio
05:20	33,6	3024	2401	0,79	80,1	37,7	2,124	24,3	25,6	32,3	110	37	9,2	1,0	125	Ejercicio
05:22	33,2	2987	2354	0,79	78,6	37,9	2,073	24,0	25,4	32,3	110	37	9,2	1,0	125	Ejercicio
05:24	33,5	3016	2367	0,78	79,0	37,9	2,082	24,2	25,3	32,2	110	37	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:25	34,2	3077	2403	0,78	80,4	37,9	2,120	24,8	25,3	32,4	110	37	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:27	34,1	3071	2377	0,77	79,8	38,4	2,081	24,8	25,1	32,4	110	37	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:28	34,1	3073	2379	0,77	80,0	38,4	2,086	24,8	25,2	32,5	110	37	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:30	34,1	3070	2379	0,77	79,7	38,1	2,092	24,8	25,1	32,4	110	36	9,2	1,0	124	Ejercicio
05:31	34,1	3067	2367	0,77	78,8	38,6	2,044	24,7	24,8	32,2	110	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:33	33,8	3045	2343	0,77	77,3	38,2	2,022	24,6	24,5	31,8	110	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:35	34,3	3089	2377	0,77	77,4	37,9	2,042	24,9	24,2	31,5	109	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:36	35,2	3168	2459	0,78	79,8	37,4	2,132	25,6	24,4	31,4	109	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:38	35,3	3176	2475	0,78	80,6	38,0	2,119	25,7	24,5	31,5	109	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:39	35,2	3165	2480	0,78	81,7	37,9	2,155	25,6	25,0	31,9	109	37	9,5	1,0	123	Ejercicio
05:41	35,0	3154	2501	0,79	82,9	38,2	2,170	25,6	25,4	32,1	109	37	9,5	1,0	123	Ejercicio
05:43	34,5	3106	2476	0,80	82,7	38,3	2,159	25,2	25,8	32,3	110	37	9,5	1,0	123	Ejercicio
05:44	33,8	3042	2425	0,80	80,4	38,5	2,089	24,6	25,6	32,1	109	37	9,5	1,0	124	Ejercicio
05:46	33,8	3046	2413	0,79	79,8	38,7	2,063	24,5	25,3	32,0	110	37	9,8	1,0	124	Ejercicio
05:47	34,6	3112	2453	0,79	80,6	38,4	2,099	24,9	25,0	31,8	109	37	9,8	1,0	125	Ejercicio
05:49	35,7	3217	2516	0,78	82,5	38,3	2,154	25,7	24,8	31,7	109	37	9,8	1,0	125	Ejercicio
05:50	36,7	3302	2570	0,78	84,7	38,4	2,204	26,2	24,8	31,9	109	37	9,8	1,0	126	Ejercicio
05:52	38,0	3417	2656	0,78	87,9	38,5	2,282	26,9	24,9	32,1	109	37	9,8	1,0	127	Ejercicio
05:53	38,1	3429	2690	0,78	89,8	38,3	2,347	27,0	25,4	32,4	110	37	9,8	1,0	127	Ejercicio
05:55	37,2	3347	2645	0,79	89,0	38,8	2,293	26,2	25,8	32,6	110	36	9,8	1,0	128	Ejercicio
05:57	36,8	3315	2643	0,80	88,5	38,5	2,302	25,8	25,9	32,5	110	37	9,8	1,0	128	Ejercicio
05:58	36,8	3310	2650	0,80	88,5	38,6	2,293	25,7	25,9	32,4	111	36	9,8	1,0	129	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
06:00	36,1	3245	2598	0,80	86,9	38,9	2,234	25,1	26,0	32,4	111	36	9,8	1,0	129	Ejercicio
06:01	36,3	3267	2612	0,80	86,8	38,6	2,248	25,2	25,7	32,2	111	37	10,0	1,0	130	Ejercicio
06:03	37,4	3363	2692	0,80	88,2	37,9	2,324	25,8	25,4	31,8	110	37	10,0	1,0	130	Ejercicio
06:04	37,4	3369	2682	0,80	88,3	38,8	2,279	25,8	25,4	31,9	110	37	10,0	1,0	131	Ejercicio
06:06	37,6	3383	2714	0,80	89,2	38,5	2,315	25,7	25,6	31,9	110	37	10,0	1,0	131	Ejercicio
06:07	38,0	3418	2762	0,81	90,9	38,5	2,363	25,9	25,8	31,9	110	37	10,0	1,0	132	Ejercicio
06:09	38,0	3416	2773	0,81	91,0	38,5	2,363	25,7	25,9	31,9	110	37	10,0	1,0	133	Ejercicio
06:11	37,0	3333	2707	0,81	89,2	39,2	2,279	24,9	26,0	32,0	110	37	10,0	1,0	134	Ejercicio
06:12	37,1	3341	2718	0,81	88,6	38,7	2,290	24,8	25,7	31,6	110	37	10,0	1,0	135	Ejercicio
06:14	37,1	3343	2702	0,81	88,0	38,6	2,281	24,7	25,5	31,5	110	37	10,0	1,0	135	Ejercicio
06:15	37,2	3351	2694	0,80	87,4	38,8	2,253	24,7	25,3	31,4	110	37	10,0	1,0	136	Ejercicio
06:17	38,0	3421	2727	0,80	89,1	38,8	2,296	25,1	25,3	31,7	110	37	10,2	1,0	136	Ejercicio
06:18	39,3	3538	2842	0,80	93,6	38,0	2,464	25,9	25,7	32,0	110	37	10,2	1,0	136	Ejercicio
06:20	39,2	3530	2831	0,80	94,5	38,6	2,448	25,8	26,0	32,4	110	37	10,2	1,0	137	Ejercicio
06:22	39,1	3521	2840	0,81	96,0	38,8	2,476	25,7	26,5	32,8	111	36	10,2	1,0	137	Ejercicio
06:23	39,1	3518	2854	0,81	96,6	38,5	2,510	25,6	26,7	32,9	111	36	10,2	1,0	137	Ejercicio
06:25	39,2	3531	2885	0,82	97,1	38,7	2,513	25,7	26,7	32,7	111	37	10,2	1,0	138	Ejercicio
06:26	38,7	3485	2831	0,81	95,0	39,4	2,411	25,3	26,5	32,6	111	36	10,2	1,0	138	Ejercicio
06:28	38,8	3492	2843	0,81	94,8	38,9	2,441	25,3	26,4	32,4	111	37	10,2	1,0	138	Ejercicio
06:29	39,3	3540	2882	0,81	95,1	38,7	2,460	25,7	26,1	32,1	111	37	10,2	1,0	138	Ejercicio
06:31	38,7	3479	2828	0,81	93,5	38,9	2,407	25,2	26,1	32,1	111	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:32	38,2	3440	2800	0,81	92,6	38,7	2,396	24,9	26,1	32,1	111	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:34	38,2	3438	2806	0,82	93,2	38,4	2,430	24,9	26,3	32,3	111	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:35	38,6	3478	2846	0,82	94,8	38,4	2,469	25,2	26,5	32,4	111	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:37	36,6	3292	2690	0,82	90,6	38,5	2,352	23,9	26,7	32,7	111	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:38	37,1	3341	2688	0,80	89,2	38,6	2,309	24,2	25,9	32,2	110	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:40	38,0	3423	2738	0,80	90,4	38,5	2,351	24,8	25,6	32,0	110	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:42	39,0	3511	2815	0,80	92,6	38,5	2,404	25,4	25,6	31,9	110	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:43	38,5	3468	2780	0,80	90,6	38,9	2,331	25,1	25,3	31,6	110	37	10,5	1,0	138	Ejercicio
06:45	40,2	3616	2902	0,80	93,3	39,1	2,390	26,1	25,1	31,2	109	37	10,5	1,0	139	Ejercicio
06:46	40,2	3616	2930	0,81	95,3	38,9	2,452	26,0	25,6	31,6	110	37	10,8	1,0	139	Ejercicio
06:48	40,3	3630	2961	0,82	96,3	38,8	2,482	26,0	25,8	31,6	110	37	10,8	1,0	139	Ejercicio
06:49	39,7	3577	2905	0,81	94,5	39,2	2,412	25,6	25,6	31,6	110	37	10,8	1,0	140	Ejercicio
06:51	40,0	3601	2924	0,81	95,7	38,6	2,479	25,7	25,8	31,8	110	37	10,8	1,0	140	Ejercicio
06:52	40,5	3648	2954	0,81	97,2	38,8	2,504	26,0	25,9	32,0	110	37	10,8	1,0	140	Ejercicio
06:54	40,8	3671	3001	0,82	98,1	38,5	2,551	26,1	26,0	31,8	111	37	10,8	1,0	141	Ejercicio
06:56	40,1	3613	2953	0,82	96,4	38,9	2,481	25,6	25,9	31,7	111	37	10,8	1,0	141	Ejercicio
06:57	39,9	3590	2926	0,82	95,4	38,6	2,473	25,4	25,8	31,7	111	37	10,8	1,0	141	Ejercicio
06:59	40,4	3635	2968	0,82	96,3	38,8	2,485	25,7	25,7	31,5	110	37	10,8	1,0	142	Ejercicio
07:00	40,4	3638	2976	0,82	96,1	38,9	2,470	25,7	25,7	31,4	111	37	10,8	1,0	142	Ejercicio
07:02	40,2	3617	2939	0,81	95,1	39,0	2,437	25,5	25,5	31,4	110	37	11,0	1,0	142	Ejercicio
07:03	40,7	3665	2989	0,82	96,8	38,8	2,498	25,8	25,7	31,5	110	37	11,0	1,0	142	Ejercicio
07:05	41,7	3751	3085	0,82	100,3	38,8	2,584	26,4	26,0	31,6	111	37	11,0	1,0	142	Ejercicio
07:06	41,2	3711	3065	0,83	100,4	38,9	2,580	26,1	26,3	31,9	111	37	11,0	1,0	142	Ejercicio
07:08	41,0	3686	3084	0,84	101,7	38,4	2,651	25,9	26,9	32,1	111	37	11,0	1,0	142	Ejercicio
07:09	41,2	3704	3147	0,85	104,5	38,4	2,723	26,0	27,5	32,3	112	37	11,0	1,0	143	Ejercicio
07:11	40,8	3676	3149	0,86	104,4	38,5	2,715	25,7	27,7	32,3	112	37	11,0	1,0	143	Ejercicio
07:13	39,4	3550	3040	0,86	100,7	39,0	2,584	24,8	27,6	32,2	112	36	11,0	1,0	143	Ejercicio
07:14	39,6	3560	3057	0,86	100,9	38,2	2,643	24,9	27,6	32,1	112	36	11,0	1,0	143	Ejercicio
07:16	40,5	3647	3107	0,85	102,1	38,4	2,660	25,4	27,2	32,0	112	37	11,0	1,0	143	Ejercicio
07:17	40,8	3669	3076	0,84	101,4	38,7	2,619	25,5	26,9	32,1	112	37	11,2	1,0	144	Ejercicio
07:19	41,1	3702	3065	0,83	101,0	38,9	2,599	25,7	26,5	32,1	111	37	11,2	1,0	144	Ejercicio
07:20	42,5	3824	3150	0,82	104,1	38,5	2,703	26,4	26,5	32,2	111	37	11,2	1,0	145	Ejercicio
07:22	43,3	3899	3183	0,82	105,5	39,1	2,697	26,8	26,4	32,3	111	37	11,2	1,0	145	Ejercicio
07:23	42,6	3834	3148	0,82	104,9	38,9	2,696	26,3	26,7	32,5	111	37	11,2	1,0	146	Ejercicio
07:25	42,8	3848	3180	0,83	105,5	38,8	2,721	26,4	26,7	32,3	111	37	11,2	1,0	146	Ejercicio
07:27	42,8	3849	3193	0,83	105,4	38,6	2,735	26,3	26,7	32,2	111	37	11,2	1,0	146	Ejercicio
07:28	42,2	3801	3166	0,83	103,8	38,2	2,719	26,0	26,6	31,9	111	37	11,2	1,0	146	Ejercicio
07:30	42,2	3798	3166	0,83	103,3	38,4	2,688	25,9	26,5	31,8	111	37	11,2	1,0	147	Ejercicio
07:31	42,1	3791	3159	0,83	102,3	38,5	2,661	25,8	26,3	31,5	111	37	11,5	1,0	147	Ejercicio
07:33	41,9	3767	3153	0,84	101,8	38,3	2,656	25,6	26,3	31,4	111	37	11,5	1,0	147	Ejercicio
07:34	41,4	3727	3134	0,84	102,1	38,4	2,659	25,3	26,7	31,7	111	37	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:36	42,0	3777	3214	0,85	106,6	38,6	2,764	25,6	27,5	32,3	112	37	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:37	41,6	3743	3227	0,86	107,7	38,5	2,797	25,3	28,1	32,5	112	37	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:39	41,7	3749	3253	0,87	109,0	38,6	2,822	25,3	28,3	32,7	112	37	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:41	42,1	3786	3290	0,87	110,8	39,2	2,826	25,6	28,6	32,9	112	36	11,5	1,0	148	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
07:42	42,3	3806	3295	0,87	110,9	39,2	2,828	25,7	28,4	32,8	113	36	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:44	42,4	3818	3254	0,85	108,7	39,9	2,724	25,8	27,7	32,5	112	37	11,5	1,0	148	Ejercicio
07:45	42,3	3805	3204	0,84	106,8	39,4	2,709	25,7	27,3	32,5	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:47	42,9	3861	3217	0,83	107,1	39,4	2,719	26,1	27,0	32,4	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:48	42,7	3845	3198	0,83	106,9	38,9	2,748	26,0	27,1	32,6	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:50	42,9	3865	3228	0,84	107,9	39,0	2,765	26,1	27,2	32,6	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:51	43,2	3892	3267	0,84	108,9	38,8	2,807	26,3	27,3	32,5	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:53	43,7	3937	3311	0,84	110,6	39,9	2,770	26,5	27,4	32,6	112	37	11,8	1,0	148	Ejercicio
07:54	43,3	3900	3291	0,84	109,9	39,6	2,778	26,2	27,5	32,6	112	37	11,8	1,0	149	Ejercicio
07:56	43,6	3921	3306	0,84	109,9	39,6	2,778	26,3	27,3	32,4	112	37	11,8	1,0	149	Ejercicio
07:57	43,3	3901	3271	0,84	108,2	39,8	2,718	26,1	27,0	32,2	112	37	11,8	1,0	149	Ejercicio
07:59	43,4	3909	3283	0,84	107,6	39,4	2,733	26,1	26,8	31,9	112	37	11,8	1,0	150	Ejercicio
08:00	43,0	3870	3242	0,84	105,6	38,9	2,717	26,0	26,6	31,7	112	37	12,0	1,0	149	Ejercicio
08:02	43,0	3866	3239	0,84	105,7	39,1	2,707	26,2	26,6	31,8	111	37	12,0	1,0	148	Ejercicio
08:03	43,5	3911	3262	0,83	106,4	39,7	2,681	26,7	26,5	31,8	111	37	12,0	1,0	146	Ejercicio
08:05	44,1	3966	3316	0,84	108,0	39,6	2,724	27,3	26,5	31,7	112	37	12,0	1,0	145	Ejercicio
08:06	43,5	3915	3294	0,84	107,6	39,4	2,733	27,2	26,8	31,8	112	37	12,0	1,0	144	Ejercicio
08:08	44,3	3991	3377	0,85	109,9	39,3	2,794	27,7	26,8	31,7	112	37	12,0	1,0	144	Ejercicio
08:10	44,8	4035	3414	0,85	110,1	39,2	2,811	28,0	26,6	31,4	112	37	12,0	1,0	144	Ejercicio
08:11	44,5	4004	3388	0,85	109,9	38,9	2,825	27,5	26,8	31,6	112	37	12,0	1,0	146	Ejercicio
08:13	43,7	3930	3343	0,85	109,9	38,5	2,858	26,7	27,3	32,1	112	37	12,0	1,0	147	Ejercicio
08:14	44,6	4016	3413	0,85	113,8	38,9	2,928	27,0	27,6	32,5	112	37	12,0	1,0	149	Ejercicio
08:16	43,9	3951	3363	0,85	113,6	38,8	2,928	26,2	28,1	33,0	113	37	12,0	1,0	151	Ejercicio
08:17	44,0	3959	3380	0,85	115,7	39,4	2,939	26,0	28,5	33,4	113	37	12,2	1,0	152	Ejercicio
08:19	43,9	3947	3379	0,86	115,6	39,3	2,944	25,9	28,6	33,4	113	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:20	44,7	4022	3425	0,85	116,1	39,5	2,938	26,3	28,2	33,1	113	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:22	43,9	3953	3355	0,85	112,9	39,6	2,848	25,8	27,9	32,8	113	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:23	44,8	4028	3421	0,85	114,0	39,3	2,904	26,3	27,6	32,5	113	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:25	44,8	4031	3415	0,85	113,5	39,2	2,898	26,3	27,5	32,4	112	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:26	45,3	4077	3452	0,85	114,0	39,0	2,922	26,6	27,3	32,2	112	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:28	45,4	4089	3469	0,85	114,9	38,9	2,953	26,7	27,4	32,3	112	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:29	46,1	4153	3519	0,85	116,2	38,9	2,986	27,1	27,3	32,2	112	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:31	46,2	4161	3512	0,84	115,6	39,8	2,901	27,2	27,1	32,1	112	37	12,2	1,0	153	Ejercicio
08:33	45,9	4135	3511	0,85	114,9	39,3	2,927	27,0	27,1	31,9	112	37	12,5	1,0	153	Ejercicio
08:34	45,0	4053	3471	0,86	113,8	39,1	2,911	26,4	27,4	32,0	113	37	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:36	44,9	4043	3488	0,86	114,3	39,4	2,902	26,3	27,6	32,0	113	37	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:37	43,8	3943	3422	0,87	111,5	39,5	2,821	25,6	27,6	31,8	113	37	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:39	43,8	3940	3449	0,88	112,8	38,3	2,943	25,6	27,9	31,9	113	37	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:40	44,4	3996	3464	0,87	114,4	39,2	2,920	25,9	27,9	32,2	113	37	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:42	45,3	4080	3551	0,87	119,2	38,7	3,084	26,5	28,6	32,8	113	36	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:43	45,1	4061	3531	0,87	120,1	38,8	3,095	26,4	28,9	33,2	114	36	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:45	44,9	4042	3525	0,87	121,9	38,6	3,162	26,2	29,5	33,8	114	36	12,5	1,0	154	Ejercicio
08:46	44,5	4004	3486	0,87	121,3	39,4	3,081	25,9	29,6	34,0	114	36	12,8	1,0	154	Ejercicio
08:48	44,3	3988	3507	0,88	121,6	39,0	3,118	25,8	29,8	33,9	114	36	12,8	1,0	155	Ejercicio
08:49	44,2	3979	3465	0,87	119,2	40,1	2,976	25,6	29,3	33,6	113	37	12,8	1,0	155	Ejercicio
08:51	44,4	3994	3462	0,87	117,8	39,9	2,953	25,6	28,8	33,2	113	37	12,8	1,0	156	Ejercicio
08:52	45,5	4094	3551	0,87	119,4	39,5	3,025	26,2	28,5	32,8	113	37	12,8	1,0	156	Ejercicio
08:54	45,5	4098	3541	0,86	119,1	39,4	3,025	26,2	28,4	32,9	112	37	12,8	1,0	157	Ejercicio
08:56	45,5	4092	3516	0,86	118,3	39,5	2,997	26,1	28,2	32,9	112	37	12,8	1,0	157	Ejercicio
08:57	46,2	4154	3578	0,86	119,9	38,9	3,081	26,5	28,2	32,7	112	37	12,8	1,0	157	Ejercicio
08:59	46,0	4141	3590	0,87	121,3	38,7	3,134	26,4	28,6	33,0	112	37	12,8	1,0	157	Ejercicio
09:00	46,3	4168	3623	0,87	123,5	39,3	3,146	26,5	29,0	33,3	113	37	12,8	1,0	157	Ejercicio
09:02	46,6	4195	3672	0,88	126,0	39,4	3,201	26,7	29,4	33,6	113	37	13,0	1,0	157	Ejercicio
09:03	46,7	4207	3711	0,88	127,6	39,2	3,254	26,8	29,7	33,6	113	36	13,0	1,0	157	Ejercicio
09:05	45,9	4129	3664	0,89	126,5	39,7	3,187	26,3	30,0	33,8	114	36	13,0	1,0	157	Ejercicio
09:06	45,8	4124	3655	0,89	124,7	39,7	3,139	26,2	29,6	33,4	114	36	13,0	1,0	157	Ejercicio
09:08	45,4	4090	3587	0,88	122,1	39,8	3,069	26,0	29,2	33,3	114	36	13,0	1,0	157	Ejercicio
09:09	44,7	4020	3529	0,88	118,8	38,5	3,085	25,5	28,9	32,9	113	37	13,0	1,0	158	Ejercicio
09:11	44,7	4019	3519	0,88	117,9	37,2	3,169	25,5	28,7	32,8	113	37	13,0	1,0	158	Ejercicio
09:12	45,1	4058	3516	0,87	118,3	37,1	3,185	25,7	28,5	32,9	113	37	13,0	1,0	158	Ejercicio
09:14	45,8	4123	3530	0,86	119,9	37,3	3,212	26,1	28,4	33,2	112	37	13,0	1,0	158	Ejercicio
09:16	46,3	4163	3560	0,86	120,9	37,3	3,245	26,3	28,4	33,2	112	37	13,2	1,0	158	Ejercicio
09:17	47,3	4254	3605	0,85	123,9	38,9	3,189	26,9	28,5	33,6	113	36	13,2	1,0	158	Ejercicio
09:19	47,3	4259	3614	0,85	125,0	39,8	3,138	26,9	28,7	33,8	113	36	13,2	1,0	159	Ejercicio
09:20	47,0	4228	3618	0,86	124,3	39,5	3,149	26,6	28,7	33,6	113	36	13,2	1,0	159	Ejercicio
09:22	47,0	4233	3630	0,86	123,8	39,3	3,148	26,6	28,6	33,3	113	36	13,2	1,0	159	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
09:23	47,2	4252	3638	0,86	123,4	39,6	3,117	26,7	28,4	33,1	113	36	13,2	1,0	159	Ejercicio
09:25	47,9	4314	3686	0,85	123,1	38,8	3,177	27,0	27,9	32,7	113	37	13,2	1,0	160	Ejercicio
09:26	48,5	4364	3684	0,84	122,7	39,8	3,085	27,3	27,5	32,6	112	37	13,2	1,0	160	Ejercicio
09:28	49,4	4446	3739	0,84	124,6	40,1	3,111	27,8	27,4	32,6	112	37	13,2	1,0	160	Ejercicio
09:29	49,1	4418	3737	0,85	124,4	39,9	3,118	27,6	27,5	32,5	113	37	13,2	1,0	160	Ejercicio
09:31	48,9	4397	3750	0,85	124,4	39,9	3,115	27,4	27,7	32,4	113	37	13,5	1,0	160	Ejercicio
09:32	48,5	4363	3753	0,86	124,8	40,4	3,086	27,2	27,9	32,5	113	36	13,5	1,0	160	Ejercicio
09:34	48,2	4334	3760	0,87	124,0	39,6	3,128	27,0	28,0	32,2	113	36	13,5	1,0	161	Ejercicio
09:35	47,9	4312	3752	0,87	122,6	39,7	3,090	26,9	27,8	31,9	113	37	13,5	1,0	160	Ejercicio
09:37	48,0	4318	3735	0,86	122,2	39,7	3,076	27,0	27,7	32,0	113	37	13,5	1,0	160	Ejercicio
09:38	48,7	4382	3780	0,86	124,8	39,4	3,166	27,4	27,8	32,3	113	37	13,5	1,0	160	Ejercicio
09:40	48,9	4404	3795	0,86	126,6	39,1	3,242	27,6	28,1	32,7	113	37	13,5	1,0	159	Ejercicio
09:41	49,0	4413	3817	0,86	129,5	39,3	3,298	27,8	28,7	33,2	113	37	13,5	1,0	159	Ejercicio
09:43	49,0	4409	3826	0,87	131,7	39,2	3,362	27,8	29,2	33,7	114	37	13,5	1,0	159	Ejercicio
09:45	49,2	4425	3862	0,87	133,9	39,7	3,375	27,9	29,6	34,0	114	36	13,5	1,0	158	Ejercicio
09:46	48,3	4351	3812	0,88	132,7	40,2	3,305	27,5	29,9	34,1	115	36	13,8	1,0	158	Ejercicio
09:48	47,5	4275	3777	0,88	131,3	39,5	3,322	27,0	30,1	34,0	115	36	13,8	1,0	158	Ejercicio
09:49	47,2	4246	3771	0,89	131,1	39,4	3,331	26,8	30,2	34,0	115	36	13,8	1,0	159	Ejercicio
09:51	47,1	4239	3759	0,89	130,7	39,7	3,294	26,6	30,2	34,0	115	36	13,8	1,0	159	Ejercicio
09:52	47,7	4290	3826	0,89	132,5	39,2	3,378	26,8	30,2	33,9	115	36	13,8	1,0	160	Ejercicio
09:54	47,4	4263	3816	0,90	132,2	38,6	3,425	26,6	30,4	33,9	115	36	13,8	1,0	160	Ejercicio
09:55	48,1	4327	3827	0,88	132,1	39,8	3,321	26,9	29,9	33,8	114	36	13,8	1,0	161	Ejercicio
09:57	48,8	4389	3860	0,88	131,8	39,8	3,309	27,2	29,4	33,4	114	36	13,8	1,0	161	Ejercicio
09:58	49,1	4422	3926	0,89	133,7	39,4	3,392	27,3	29,6	33,4	114	36	13,8	1,0	162	Ejercicio
10:00	48,4	4356	3875	0,89	132,6	39,7	3,336	26,9	29,8	33,5	114	36	13,8	1,0	162	Ejercicio
10:01	49,1	4422	3962	0,90	135,3	39,8	3,400	27,2	30,0	33,4	114	36	14,0	1,0	163	Ejercicio
10:03	48,9	4403	3982	0,90	136,8	39,6	3,452	26,9	30,4	33,7	115	36	14,0	1,0	163	Ejercicio
10:04	48,8	4391	3986	0,91	137,2	40,3	3,402	26,8	30,6	33,7	115	36	14,0	1,0	164	Ejercicio
10:06	48,6	4378	3923	0,90	134,1	40,2	3,334	26,9	30,0	33,5	115	36	14,0	1,0	163	Ejercicio
10:07	49,5	4452	3953	0,89	134,8	40,2	3,352	27,5	29,6	33,4	115	36	14,0	1,0	162	Ejercicio
10:09	49,4	4448	3911	0,88	133,7	40,1	3,338	27,6	29,4	33,5	115	36	14,0	1,0	161	Ejercicio
10:10	50,0	4497	3964	0,88	135,1	39,2	3,450	27,8	29,4	33,4	114	36	14,0	1,0	162	Ejercicio
10:12	50,5	4549	3998	0,88	137,3	38,9	3,529	28,0	29,6	33,7	114	36	14,0	1,0	162	Ejercicio
10:13	50,5	4549	4043	0,89	140,3	39,2	3,577	27,8	30,2	34,0	115	36	14,0	1,0	164	Ejercicio
10:15	50,6	4551	4089	0,90	142,6	39,2	3,642	27,5	30,7	34,2	115	36	14,0	1,0	165	Ejercicio
10:16	50,8	4574	4127	0,90	144,2	40,0	3,605	27,4	30,9	34,3	116	36	14,2	1,0	167	Ejercicio
10:18	50,1	4509	4073	0,90	141,8	40,1	3,541	27,1	30,8	34,1	116	36	14,2	1,0	167	Ejercicio
10:19	49,9	4487	4058	0,90	140,0	39,8	3,519	27,0	30,6	33,8	115	36	14,2	1,0	166	Ejercicio
10:21	50,6	4556	4103	0,90	140,9	39,6	3,555	27,4	30,3	33,7	115	36	14,2	1,0	166	Ejercicio
10:22	50,2	4519	4059	0,90	139,6	39,7	3,513	27,2	30,3	33,7	115	36	14,2	1,0	166	Ejercicio
10:24	50,2	4522	4074	0,90	139,5	39,3	3,553	27,1	30,2	33,6	115	36	14,2	1,0	167	Ejercicio
10:25	51,3	4613	4150	0,90	142,2	39,9	3,560	27,6	30,2	33,6	115	36	14,2	1,0	167	Ejercicio
10:27	50,9	4580	4125	0,90	142,0	39,7	3,574	27,4	30,4	33,8	115	36	14,2	1,0	167	Ejercicio
10:28	50,7	4561	4102	0,90	141,9	40,9	3,472	27,2	30,5	33,9	115	36	14,2	1,0	168	Ejercicio
10:30	50,3	4523	4101	0,91	140,1	39,8	3,522	27,0	30,4	33,5	115	36	14,2	1,0	168	Ejercicio
10:31	50,6	4556	4135	0,91	140,6	40,0	3,514	27,1	30,2	33,3	115	36	14,5	1,0	168	Ejercicio
10:33	50,4	4538	4122	0,91	140,1	39,8	3,517	27,0	30,3	33,3	115	36	14,5	1,0	168	Ejercicio
10:34	51,3	4614	4175	0,90	143,2	40,9	3,505	27,4	30,4	33,6	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:36	50,7	4559	4130	0,91	141,3	40,1	3,522	27,0	30,4	33,5	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:37	51,4	4627	4154	0,90	142,4	41,0	3,469	27,4	30,1	33,6	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:39	51,1	4602	4123	0,90	141,2	40,5	3,482	27,2	30,1	33,6	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:40	51,2	4609	4113	0,89	141,4	41,1	3,442	27,3	30,1	33,7	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:42	50,6	4556	4089	0,90	138,9	40,4	3,436	26,9	29,9	33,3	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:43	50,9	4581	4141	0,90	140,2	40,2	3,487	27,0	30,0	33,2	115	36	14,5	1,0	169	Ejercicio
10:45	51,1	4603	4176	0,91	141,5	40,5	3,495	27,1	30,1	33,2	115	36	14,5	1,0	170	Ejercicio
10:46	49,6	4465	4029	0,90	137,7	41,2	3,345	26,3	30,2	33,4	115	36	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:48	50,5	4544	4106	0,90	137,8	40,9	3,368	26,7	29,7	32,9	115	36	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:49	51,1	4602	4156	0,90	139,1	40,9	3,399	27,1	29,6	32,8	115	36	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:50	51,8	4666	4190	0,90	140,1	41,6	3,367	27,4	29,4	32,7	115	36	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:52	51,5	4638	4170	0,90	138,7	40,8	3,397	27,3	29,3	32,6	114	37	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:53	53,3	4794	4333	0,90	143,9	40,8	3,530	28,2	29,4	32,5	114	37	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:55	52,5	4728	4294	0,91	144,4	40,6	3,558	27,8	30,0	33,0	115	37	14,8	1,0	170	Ejercicio
10:56	52,2	4698	4291	0,91	145,9	41,0	3,561	27,5	30,5	33,3	115	36	14,8	1,0	171	Ejercicio
10:58	51,7	4651	4277	0,92	145,5	40,7	3,580	27,2	30,7	33,4	115	36	14,8	1,0	171	Ejercicio
10:59	51,9	4673	4323	0,93	146,7	40,8	3,599	27,2	30,8	33,3	116	36	14,8	1,0	172	Ejercicio
11:01	51,6	4647	4340	0,93	147,7	40,7	3,633	27,1	31,2	33,4	116	36	14,8	1,0	172	Ejercicio

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
11:02	51,8	4665	4341	0,93	149,2	41,1	3,630	27,2	31,4	33,7	116	36	15,0	1,0	172	Ejercicio
11:04	51,1	4599	4290	0,93	147,0	40,1	3,671	26,9	31,4	33,6	116	36	15,0	1,0	171	Ejercicio
11:05	51,7	4650	4304	0,93	148,9	40,8	3,654	27,3	31,4	33,9	116	36	15,0	1,0	171	Ejercicio
11:07	51,8	4663	4285	0,92	149,7	41,6	3,603	27,4	31,5	34,3	116	36	15,0	1,0	170	Ejercicio
11:08	51,8	4665	4248	0,91	147,3	41,3	3,566	27,4	31,0	34,0	116	36	15,0	1,0	170	Ejercicio
11:10	51,5	4639	4230	0,91	145,8	41,2	3,543	27,2	30,8	33,8	116	36	15,0	1,0	171	Ejercicio
11:11	52,1	4688	4254	0,91	146,8	41,5	3,539	27,5	30,7	33,8	116	36	15,0	1,0	171	Ejercicio
11:12	52,0	4680	4272	0,91	146,0	40,6	3,595	27,4	30,6	33,5	116	36	15,0	1,0	171	Ejercicio
11:14	52,2	4698	4318	0,92	147,4	40,1	3,675	27,6	30,8	33,5	116	36	15,0	1,0	170	Ejercicio
11:16	52,5	4728	4363	0,92	150,3	40,2	3,743	27,7	31,2	33,8	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:17	52,4	4713	4379	0,93	151,4	40,0	3,786	27,6	31,5	33,9	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:18	52,6	4735	4406	0,93	153,3	40,8	3,761	27,7	31,8	34,1	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:20	52,4	4715	4399	0,93	154,0	41,1	3,747	27,5	32,0	34,3	116	36	15,2	1,0	172	Ejercicio
11:21	51,9	4672	4353	0,93	152,7	41,8	3,656	27,2	32,1	34,4	116	36	15,2	1,0	172	Ejercicio
11:23	51,1	4601	4329	0,94	149,5	41,2	3,627	26,8	31,9	33,9	116	36	15,2	1,0	172	Ejercicio
11:24	51,2	4612	4338	0,94	148,3	41,1	3,610	26,9	31,5	33,5	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:26	50,7	4566	4338	0,95	145,9	40,2	3,632	26,6	31,3	33,0	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:27	50,9	4584	4341	0,95	146,7	41,2	3,564	26,7	31,4	33,1	116	36	15,2	1,0	171	Ejercicio
11:29	51,3	4619	4373	0,95	146,8	40,5	3,620	26,9	31,2	32,9	115	36	15,2	1,0	172	Ejercicio
11:30	51,9	4670	4388	0,94	148,0	41,4	3,572	27,2	31,1	33,1	116	36	15,2	1,0	172	Ejercicio
11:32	51,3	4620	4336	0,94	145,2	40,8	3,562	26,8	30,8	32,8	115	36	15,5	1,0	172	Ejercicio
11:33	51,6	4647	4293	0,92	144,7	41,8	3,458	27,0	30,5	33,0	116	36	15,5	1,0	172	Ejercicio
11:35	51,4	4624	4262	0,92	141,5	40,8	3,470	26,8	30,0	32,5	115	37	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:36	51,3	4618	4231	0,92	140,2	40,9	3,426	26,7	29,7	32,5	115	37	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:37	50,2	4514	4122	0,91	134,6	39,6	3,395	26,1	29,2	32,0	114	38	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:39	50,5	4548	4098	0,90	135,7	41,0	3,310	26,3	29,2	32,4	114	37	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:41	50,1	4511	4055	0,90	128,2	38,5	3,334	26,0	27,8	31,0	113	38	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:42	51,3	4621	4150	0,90	131,0	38,3	3,418	26,7	27,8	30,9	113	38	15,5	1,0	173	Ejercicio
11:44	51,8	4666	4176	0,90	132,4	38,5	3,444	26,9	27,8	31,1	113	38	15,5	1,0	174	Ejercicio
11:45	53,4	4806	4293	0,89	138,5	39,3	3,523	27,7	28,2	31,6	113	38	15,5	1,0	174	Ejercicio
11:47	53,7	4831	4341	0,90	140,4	39,3	3,575	27,8	28,5	31,7	113	38	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:48	54,1	4866	4406	0,91	148,5	41,8	3,549	28,0	29,9	33,0	115	37	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:50	52,4	4718	4299	0,91	146,2	42,7	3,425	27,1	30,3	33,3	115	36	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:51	51,4	4626	4287	0,93	144,9	42,4	3,419	26,6	30,7	33,1	116	36	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:52	51,0	4587	4292	0,94	144,5	42,9	3,372	26,4	30,8	33,0	115	37	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:54	51,4	4625	4346	0,94	146,5	43,5	3,370	26,6	31,0	33,0	115	37	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:55	52,2	4701	4410	0,94	149,8	44,9	3,336	27,0	31,2	33,3	115	37	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:56	52,5	4727	4437	0,94	153,3	45,9	3,338	27,1	31,8	33,8	116	36	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:58	53,8	4839	4489	0,93	159,1	48,8	3,262	27,7	32,2	34,7	116	36	15,8	1,0	174	Ejercicio
11:59	54,3	4886	4482	0,92	163,8	51,6	3,173	28,0	32,8	35,7	117	35	15,8	1,0	175	Ejercicio
12:00	54,2	4877	4436	0,91	164,8	53,8	3,065	27,9	33,0	36,3	117	35	15,8	1,0	175	Ejercicio
12:01	54,7	4925	4452	0,90	166,7	54,6	3,051	28,1	33,1	36,6	117	35	16,0	1,0	175	Ejercicio
12:02	54,8	4928	4437	0,90	165,7	54,8	3,021	28,1	32,8	36,5	117	35	16,0	1,0	175	Ejercicio
12:03	54,4	4893	4405	0,90	165,9	55,0	3,015	27,9	33,1	36,8	117	35	16,0	1,0	175	Ejercicio
12:04	54,6	4917	4448	0,90	167,8	54,7	3,065	28,0	33,3	36,9	117	35	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:05	54,4	4894	4459	0,91	167,6	53,7	3,124	27,8	33,5	36,8	117	35	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:07	54,2	4876	4465	0,92	169,4	53,7	3,157	27,7	34,0	37,1	118	34	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:08	54,8	4928	4519	0,92	173,4	54,4	3,184	27,9	34,4	37,5	118	34	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:09	55,2	4972	4555	0,92	172,9	54,2	3,188	28,2	34,0	37,1	118	34	16,0	1,0	177	Ejercicio
12:10	54,7	4920	4504	0,92	170,1	54,0	3,152	27,8	33,8	36,9	117	34	16,0	1,0	177	Ejercicio
12:11	54,8	4935	4521	0,92	171,6	54,2	3,168	27,9	34,0	37,1	118	34	16,0	1,0	177	Ejercicio
12:12	54,3	4889	4492	0,92	170,2	53,8	3,165	27,7	34,0	37,0	118	34	16,0	1,0	177	Ejercicio
12:13	54,4	4896	4497	0,92	168,1	53,6	3,138	27,7	33,6	36,5	117	35	16,0	1,0	177	Ejercicio
12:14	54,1	4868	4483	0,92	168,4	53,8	3,132	27,6	33,8	36,7	117	35	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:15	54,3	4887	4510	0,92	168,4	54,0	3,121	27,7	33,7	36,5	117	35	16,0	1,0	176	Ejercicio
12:17	54,5	4907	4530	0,92	167,3	53,8	3,112	28,0	33,3	36,1	117	35	16,2	1,0	175	Ejercicio
12:18	54,5	4903	4520	0,92	165,1	54,0	3,060	28,2	32,9	35,7	116	35	16,2	1,0	174	Ejercicio
12:19	52,0	4680	4389	0,94	155,5	48,9	3,183	27,1	32,5	34,7	116	36	16,2	1,0	173	Ejercicio
12:20	50,5	4549	4312	0,95	152,7	46,7	3,272	26,5	32,8	34,6	116	36	4,0	0,0	172	Recuperación
12:22	47,9	4314	4182	0,97	148,0	42,9	3,454	25,2	33,6	34,7	117	36	4,0	0,0	171	Recuperación
12:23	45,7	4116	4055	0,99	144,8	41,2	3,513	24,0	34,5	35,0	117	36	4,0	0,0	171	Recuperación
12:25	44,4	3993	4020	1,01	144,5	39,2	3,690	23,3	35,5	35,3	118	35	4,0	0,0	172	Recuperación
12:26	42,5	3827	3933	1,03	145,7	39,1	3,730	22,1	37,4	36,4	119	35	4,0	0,0	173	Recuperación
12:28	41,5	3738	3892	1,04	143,6	37,8	3,796	21,5	37,7	36,2	119	35	4,0	0,0	174	Recuperación
12:29	40,9	3685	3832	1,04	141,9	38,3	3,704	21,1	37,8	36,3	119	35	4,0	0,0	175	Recuperación
12:31	39,9	3592	3737	1,04	137,9	38,2	3,610	20,5	37,7	36,2	119	35	4,0	0,0	175	Recuperación

												Imprimido En		Fecha de Visita		
												08/01/2026		08/01/2026		
Primer Nombre		Segundo Nombre		Apellido		ID1		Fec. Nac		Sexo	Edad	Peso (kg)	Altura (cm)			
Fernando		--		Monje Vicario		--		07/03/1993		Hombre	32,8	90,00	189,0			
t hh:mm:ss	VO2/kg mL/min/Kg	VO2 mL/min	VCO2 mL/min	RQ ---	VE L/min	Rf 1/min	VT L	VO2/HR mL/beat	VE/VO2 ---	VE/VCO2 ---	PetO2 mmHg	PetCO2 mmHg	Velocidad Kmh	Grado %	HR bpm	Fase ---
12:32	38,6	3472	3639	1,05	133,9	37,4	3,580	19,8	37,8	36,1	119	35	4,0	0,0	175	Recuperación
12:34	40,1	3606	3748	1,04	135,3	37,8	3,582	20,7	36,8	35,4	119	36	4,0	0,0	175	Recuperación
12:36	40,9	3682	3807	1,03	135,5	37,8	3,582	21,3	36,1	34,9	118	37	4,0	0,0	173	Recuperación
12:37	41,8	3762	3876	1,03	136,7	37,4	3,654	21,9	35,6	34,6	117	37	4,0	0,0	172	Recuperación
12:39	43,0	3869	3989	1,03	139,2	36,9	3,772	22,6	35,3	34,2	117	37	4,0	0,0	171	Recuperación
12:40	44,3	3985	4050	1,02	139,8	37,7	3,704	23,4	34,4	33,9	117	38	4,0	0,0	170	Recuperación
12:42	44,2	3978	4025	1,01	139,3	37,9	3,679	23,6	34,4	34,0	117	38	4,0	0,0	169	Recuperación
12:44	43,5	3913	3963	1,01	137,3	37,9	3,620	23,3	34,4	34,0	117	37	4,0	0,0	168	Recuperación
12:45	43,1	3882	3953	1,02	137,2	38,1	3,603	23,3	34,7	34,0	117	37	4,0	0,0	167	Recuperación
12:47	42,3	3803	3895	1,02	135,4	37,5	3,615	23,0	34,9	34,1	117	37	4,0	0,0	165	Recuperación
12:48	41,8	3765	3895	1,03	135,9	36,8	3,697	22,9	35,4	34,2	117	37	4,0	0,0	165	Recuperación
12:50	40,7	3662	3808	1,04	133,6	36,5	3,655	22,4	35,8	34,4	118	37	4,0	0,0	164	Recuperación
12:52	40,0	3604	3769	1,05	133,5	36,9	3,622	22,2	36,3	34,7	118	37	4,0	0,0	163	Recuperación
12:53	39,7	3575	3752	1,05	133,1	37,1	3,589	22,0	36,5	34,8	118	36	4,0	0,0	162	Recuperación
12:55	39,5	3553	3753	1,06	133,5	37,3	3,577	22,0	36,8	34,9	119	36	4,0	0,0	162	Recuperación
12:56	38,6	3475	3666	1,05	131,8	37,5	3,510	21,6	37,2	35,2	119	36	4,0	0,0	161	Recuperación
12:58	38,1	3428	3609	1,05	131,1	38,3	3,423	21,5	37,5	35,6	119	36	4,0	0,0	160	Recuperación
13:00	36,5	3289	3470	1,06	126,0	36,3	3,469	20,7	37,5	35,6	119	36	4,0	0,0	159	Recuperación
13:01	33,4	3005	3161	1,05	109,4	32,3	3,392	19,0	35,7	33,9	119	36	4,0	0,0	158	Recuperación
13:03	33,7	3033	3156	1,04	108,4	32,6	3,321	19,3	35,0	33,6	118	37	4,0	0,0	157	Recuperación
13:06	33,8	3038	3151	1,04	108,0	33,3	3,242	19,4	34,8	33,5	118	37	4,0	0,0	156	Recuperación
13:07	34,2	3075	3183	1,04	109,3	33,9	3,222	19,8	34,8	33,6	119	36	4,0	0,0	156	Recuperación
13:09	34,7	3122	3220	1,03	111,9	36,5	3,062	20,2	35,0	34,0	119	36	4,0	0,0	155	Recuperación
13:10	37,1	3335	3438	1,03	129,2	43,8	2,949	21,6	37,8	36,7	120	34	4,0	0,0	154	Recuperación
13:11	36,2	3258	3384	1,04	129,6	45,0	2,876	21,2	38,8	37,4	121	34	4,0	0,0	154	Recuperación
13:13	35,4	3183	3342	1,05	127,6	43,7	2,917	20,7	39,1	37,3	121	34	4,0	0,0	154	Recuperación
13:14	33,4	3010	3230	1,07	121,3	40,6	2,987	19,5	39,3	36,7	121	34	4,0	0,0	154	Recuperación
13:16	32,3	2904	3156	1,09	116,1	38,0	3,058	18,9	39,1	36,0	121	35	4,0	0,0	154	Recuperación
13:17	31,8	2863	3151	1,10	113,3	34,8	3,260	18,7	38,7	35,2	120	35	4,0	0,0	153	Recuperación
13:19	30,8	2770	3077	1,11	110,6	33,8	3,275	18,1	39,1	35,2	120	35	4,0	0,0	153	Recuperación
13:21	30,4	2738	3042	1,11	109,5	34,7	3,154	18,1	39,1	35,2	120	35	4,0	0,0	152	Recuperación
13:23	30,6	2751	3032	1,10	110,1	36,5	3,020	18,3	39,1	35,5	121	35	4,0	0,0	150	Recuperación
13:24	31,1	2798	3074	1,10	112,9	38,1	2,962	18,7	39,4	35,9	121	35	4,0	0,0	150	Recuperación
13:26	31,3	2816	3065	1,09	115,9	40,9	2,835	19,0	40,1	36,9	121	34	4,0	0,0	148	Recuperación
13:27	31,1	2797	3055	1,09	116,9	41,0	2,849	19,1	40,8	37,3	122	34	4,0	0,0	147	Recuperación
13:29	30,7	2763	3047	1,10	117,8	40,0	2,945	18,9	41,6	37,7	122	34	4,0	0,0	146	Recuperación
13:30	30,3	2723	3018	1,11	118,2	39,7	2,976	18,7	42,4	38,3	123	33	4,0	0,0	146	Recuperación
13:32	29,8	2683	2983	1,11	118,0	39,7	2,970	18,6	43,0	38,6	123	33	4,0	0,0	145	Recuperación
13:33	28,9	2600	2907	1,12	114,7	39,1	2,932	18,0	43,0	38,5	123	33	4,0	0,0	144	Recuperación
13:35	28,4	2557	2857	1,12	112,6	39,2	2,871	17,8	43,0	38,4	123	33	4,0	0,0	144	Recuperación
13:36	28,1	2527	2831	1,12	111,4	38,9	2,866	17,6	43,0	38,4	123	33	4,0	0,0	143	Recuperación
13:38	27,5	2477	2796	1,13	109,8	38,0	2,890	17,4	43,2	38,3	123	33	4,0	0,0	143	Recuperación
13:39	26,6	2394	2732	1,14	107,7	36,7	2,937	16,8	43,9	38,5	123	33	4,0	0,0	142	Recuperación
13:41	26,6	2392	2744	1,15	107,6	36,6	2,938	16,9	43,9	38,3	123	33	4,0	0,0	142	Recuperación
13:43	26,3	2363	2706	1,15	106,0	36,6	2,894	16,7	43,8	38,2	123	33	4,0	0,0	141	Recuperación
13:44	24,5	2204	2522	1,14	98,4	35,0	2,816	15,7	43,6	38,1	123	33	4,0	0,0	141	Recuperación
13:46	24,5	2206	2472	1,12	94,1	34,2	2,751	15,7	41,6	37,1	123	34	4,0	0,0	140	Recuperación
13:48	23,7	2130	2332	1,09	86,8	33,3	2,604	15,3	39,7	36,2	122	34	4,0	0,0	140	Recuperación
13:50	26,0	2336	2450	1,05	85,9	32,4	2,648	16,8	35,8	34,1	119	36	4,0	0,0	139	Recuperación