

Figur 65. Tabel til vurdering af kondital.

Kondital: mL O ₂ pr. min. pr. kg					
	Lav	Under middel	Middel	Over middel	Høj
Mænd 15–19 år	≤ 39	40–44	45–49	50–53	≥ 54
Kvinder 15–19 år	≤ 35	36–40	41–45	46–51	≥ 52