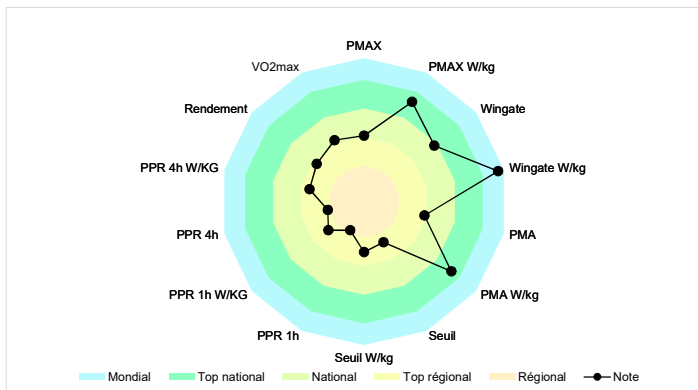
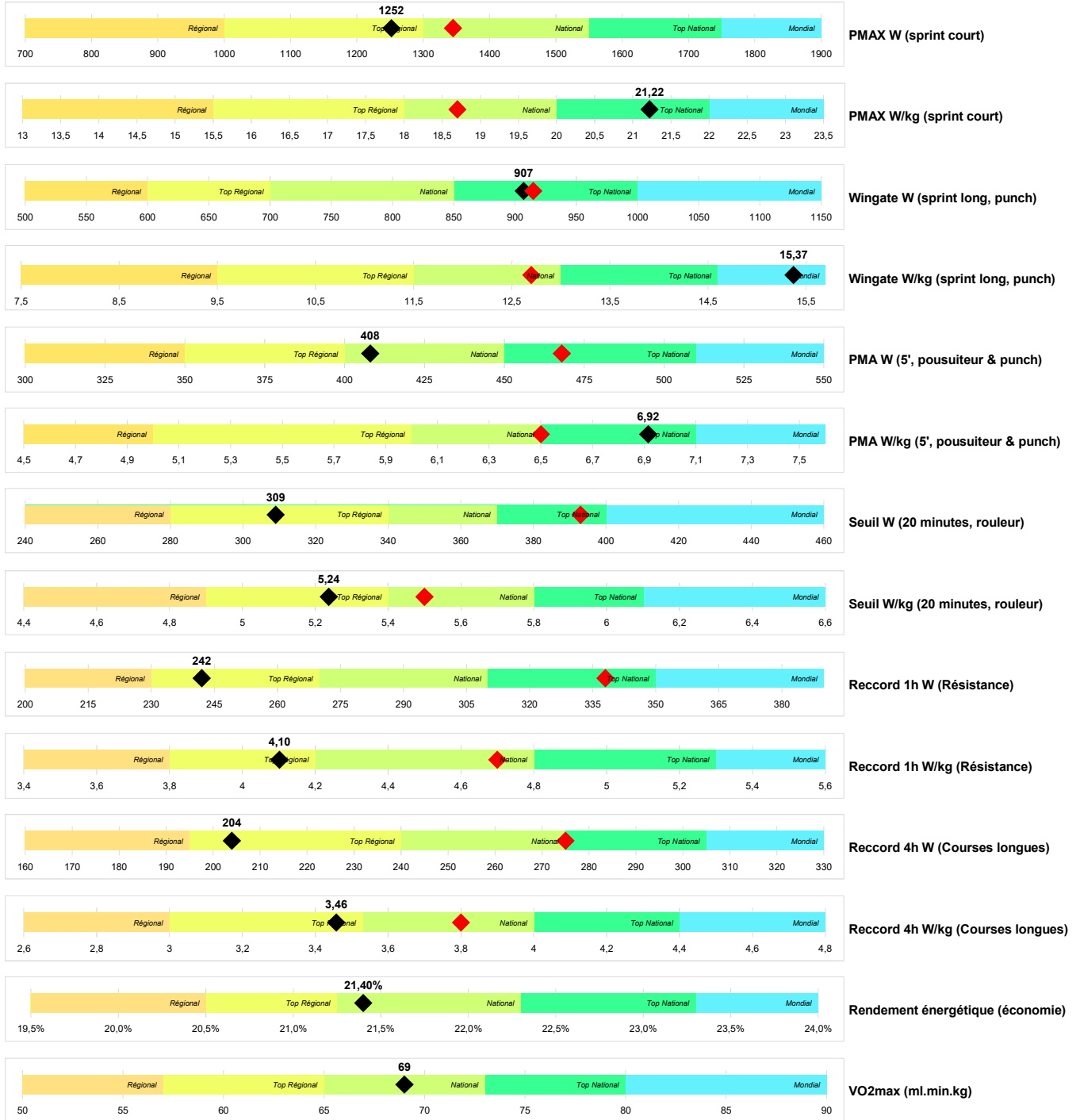


PROFIL DETAILLE DE L'ATHLETE

NOM PRENOM

Référentiel = Elite hommes



NOM PRENOM	Moyenne pro	
1252	1345	PMAX
21,22	18,70	PMAX W/kg
907	915	Wingate
15,37	12,70	Wingate W/kg
408	468	PMA
6,92	6,50	PMA W/kg
309	393	Seuil
5,24	5,50	Seuil W/kg
242	338	PPR 1h
4,10	4,70	PPR 1h W/KG
204	275	PPR 4h
3,46	3,80	PPR 4h W/KG
21,40%	-	Rendement
69	-	VO2max

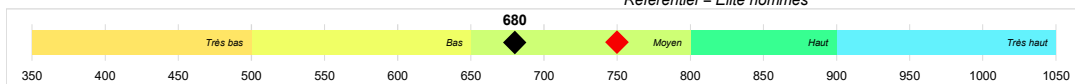
Commentaires
En date du 14/06/19

Morphologie		Résistance	
59	Poids (kg)	398	Puissance critique (W) =mFTP
177	Taille (cm)	6,75	Puissance critique (W/kg)
20	Âge	0:45:58	Tlim à Puissance critique =TTE
7,7%	MG (%)	16,9	Réserve >PC (Kj) =FRC
3,142	Surf. C (m²)	75,7%	%PMA au seuil

CARACTERISTIQUES DE L'ENTRAÎNEMENT

NOM PRENOM

Référentiel = Elite hommes



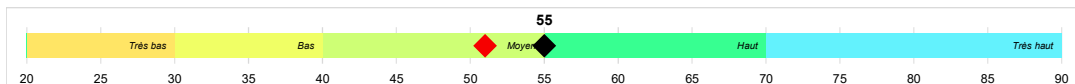
Volume global (annuel)



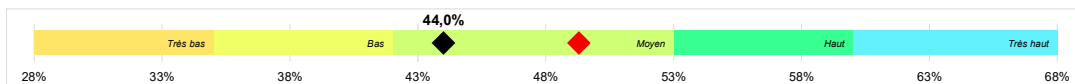
Volume autres pratiques (annuel)



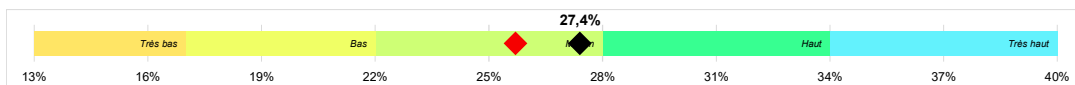
Kilomètres



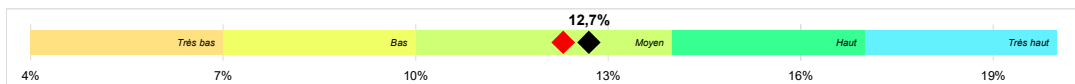
Jours de course



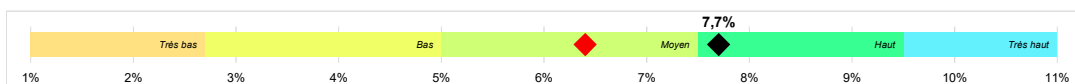
Temps passé en Endurance de base (i1)



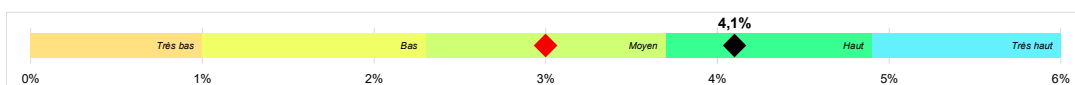
Temps passé en Endurance Haute (i2)



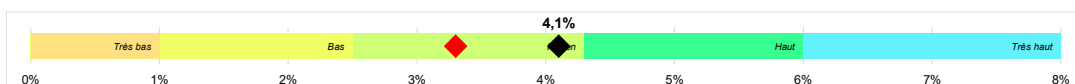
Temps passé à Tempo (i3)



Temps passé au Seuil (i4)



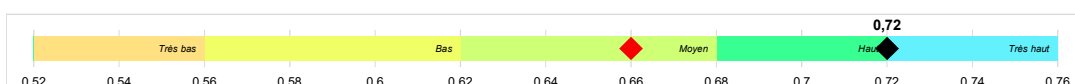
Temps passé à PMA (i5)



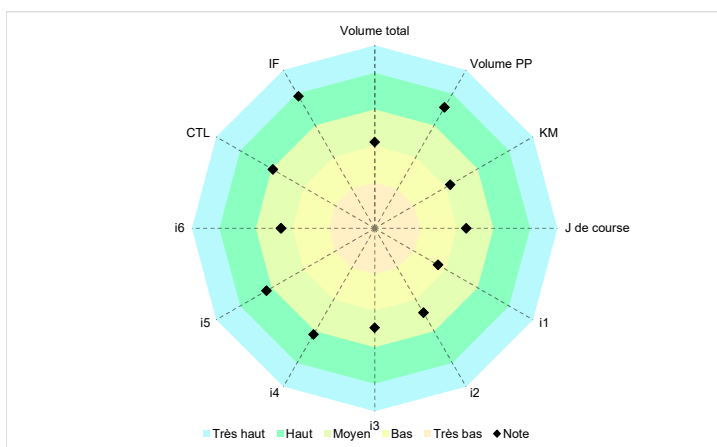
Temps passé en Anaérobie (i6)



Charge à long terme optimale



Facteur d'intensité moyen



NOM PRENOM	Moyenne pro	
680	750	Volume total
104	70	Volume PP
20000	22500	KM
55	51	J de course
44,0%	49,3%	i1
27,4%	25,7%	i2
12,7%	12,3%	i3
7,7%	6,4%	i4
4,1%	3,0%	i5
4,1%	3,3%	i6
130	120	CTL
0,72	0,66	IF

Commentaires
En date du 01/05/18