

20m LÕIKUDE VASTUPIDAVUS - KORDUSJOOKS			
TÜDRUKUD	Risk tervisele	Tervise seisukohast HEA	Tervise seisukohast VÄGA HEA
Vanus	Testi tulemust on vaja oluliselt parandada ning selle võimekuse arendamisele olulist tähelepanu pöörata, et hoida ära võimalikke ja tulevasi terviseriske üleüldisele tervisele ja heaolule.	Testi tulemust antud võimekuse osas võiks parandada.	Testi tulemus on tervislikus vahemikus.
6 - 6,9 a.	<1,6	1,6 - 2,1	>2,1
7 - 7,9 a.	<1,8	1,8 - 2,4	>2,4
8 - 8,9 a.	<2,1	2,1 - 2,8	>2,8
9 - 9,9 a.	<2,5	2,5 - 3,3	>3,3
10 - 10,9 a.	<2,8	2,8 - 3,7	>3,7
11 - 11,9 a.	<3,1	3,1 - 4,1	>4,1
12 - 12,9 a.	<3,4	3,4 - 4,3	>4,3
13 - 13,9 a.	<3,4	3,4 - 4,4	>4,4
14 - 14,9 a.	<3,5	3,5 - 4,4	>4,4
15 - 15,9 a.	<3,5	3,5 - 4,4	>4,4
16 - 16,9 a.	<3,5	3,5 - 4,4	>4,4
17 - 17,9 a.	<3,4	3,4 - 4,3	>4,3
18 - 18,9 a.	<3,3	3,3 - 4,2	>4,2

Tabel. 20m lõikude vastupidavus-kordusjooks: eakohased soovituslikud tulemused TÜDRUKUTELE

20m LÕIKUDE VASTUPIDAVUS - KORDUSJOOKS			
POISID	Risk tervisele	Tervise seisukohast HEA	Tervise seisukohast VÄGA HEA
Vanus	Testi tulemust on vaja oluliselt parandada ning selle võimekuse arendamisele olulist tähelepanu pöörata, et hoida ära võimalikke ja tulevasi terviseriske üleüldisele tervisele ja heaolule.	Testi tulemust antud võimekuse osas võiks parandada.	Testi tulemus on tervislikus vahemikus.
6 - 6,9 a.	<1,7	1,7 - 2,4	>2,4
7 - 7,9 a.	<2,1	2,1 - 2,9	>2,9
8 - 8,9 a.	<2,5	2,5 - 3,5	>3,5
9 - 9,9 a.	<3,1	3,1 - 4,2	>4,2
10 - 10,9 a.	<3,6	3,6 - 4,8	>4,8
11 - 11,9 a.	<4,0	4,0 - 5,3	>5,3
12 - 12,9 a.	<4,4	4,4 - 5,7	>5,7
13 - 13,9 a.	<4,9	4,9 - 6,2	>6,2
14 - 14,9 a.	<5,4	5,4 - 6,8	>6,8
15 - 15,9 a.	<5,8	5,8 - 7,2	>7,2
16 - 16,9 a.	<6,0	6,0 - 7,3	>7,3
17 - 17,9 a.	<6,0	6,0 - 7,3	>7,3
18 - 18,9 a.	<5,9	5,9 - 7,2	>7,2

Tabel. 20m lõikude vastupidavus-kordusjooks: eakohased soovituslikud tulemused POISTELE