

TEST VAMEVAL - TABLEAU DE CORRESPONDANCE (jusqu'à une VMA de 20,5)

Temps cumulé	Pallier	Vitesse (km/h)	VMA
00:00'00	Echauffement	8	
00:00'15			
00:00'30			
00:00'45			
00:01'00			
00:01'15			
00:01'30			
00:01'45			
00:02'00	début Pallier 1	8,5	8
00:02'15		8,6	
00:02'30		8,8	
00:02'45		8,9	
00:03'00	début Pallier 2	9	8,5
00:03'15		9,1	
00:03'30		9,3	
00:03'45		9,4	
00:04'00	début Pallier 3	9,5	9
00:04'15		9,6	
00:04'30		9,8	
00:04'45		9,9	
00:05'00	début Pallier 4	10	9,5
00:05'15		10,1	
00:05'30		10,3	
00:05'45		10,4	
00:06'00	début Pallier 5	10,5	10
00:06'15		10,6	
00:06'30		10,8	
00:06'45		10,9	
00:07'00	début Pallier 6	11	10,5
00:07'15		11,1	
00:07'30		11,3	
00:07'45		11,4	
00:08'00	début Pallier 7	11,5	11
00:08'15		11,6	
00:08'30		11,8	
00:08'45		11,9	
00:09'00	début Pallier 8	12	11,5
00:09'15		12,1	
00:09'30		12,3	
00:09'45		12,4	
00:10'00	début Pallier 9	12,5	12
00:10'15		12,6	
00:10'30		12,8	
00:10'45		12,9	
00:11'00	début Pallier 10	13	12,5
00:11'15		13,1	
00:11'30		13,3	
00:11'45		13,4	
00:12'00	début Pallier 11	13,5	13
00:12'15		13,6	
00:12'30		13,8	
00:12'45		13,9	
00:13'00	début Pallier 12	14	13,5
00:13'15		14,1	
00:13'30		14,3	
00:13'45		14,4	

Temps cumulé	Pallier	Vitesse (km/h)	VMA
00:14'00	début Pallier 13	14,5	14
00:14'15		14,6	
00:14'30		14,8	
00:14'45		14,9	
00:15'00	début Pallier 14	15	14,5
00:15'15		15,1	
00:15'30		15,3	
00:15'45		15,4	
00:16'00	début Pallier 15	15,5	15
00:16'15		15,6	
00:16'30		15,8	
00:16'45		15,9	
00:17'00	début Pallier 16	16	15,5
00:17'15		16,1	
00:17'30		16,3	
00:17'45		16,4	
00:18'00	début Pallier 17	16,5	16
00:18'15		16,6	
00:18'30		16,8	
00:18'45		16,9	
00:19'00	début Pallier 18	17	16,5
00:19'15		17,1	
00:19'30		17,3	
00:19'45		17,4	
00:20'00	début Pallier 19	17,5	17
00:20'15		17,6	
00:20'30		17,8	
00:20'45		17,9	
00:21'00	début Pallier 20	18	17,5
00:21'15		18,1	
00:21'30		18,3	
00:21'45		18,4	
00:22'00	début Pallier 21	18,5	18
00:22'15		18,6	
00:22'30		18,8	
00:22'45		18,9	
00:23'00	début Pallier 22	19	18,5
00:23'15		19,1	
00:23'30		19,3	
00:23'45		19,4	
00:24'00	début Pallier 23	19,5	19
00:24'15		19,6	
00:24'30		19,8	
00:24'45		19,9	
00:25'00	début Pallier 24	20	19,5
00:25'15		20,1	
00:25'30		20,3	
00:25'45		20,4	
00:26'00	début Pallier 25	20,5	20
00:26'15		20,6	
00:26'30		20,8	
00:26'45		20,9	
00:27'00	début Pallier 26	21	20,5