

Klasyfikacja wydolności tlenowej u kobiet i mężczyzn w zależności od wieku.

	Wiek	Maksymalny pobór tlenu [L/min]				
		niska	przeciętna	dobra	wysoka	bardzo wysoka
Kobiety	20-29	1,69 28	1,70-1,99 29-34	2,0-2,49 35-43	2,50-2,79 44-48	2,80 49
	30-39	1,59 27	1,60-1,89 28-33	1,90-2,39 34-41	2,40-2,69 42-47	2,70 48
	40-49	1,49 25	1,50-1,79 26-31	1,80-2,29 32-40	2,30-2,59 41-45	2,60 46
	50-65	1,29 21	1,30-1,59 22-28	1,60-2,09 29-36	2,10-2,39 37-41	2,40 42
Mężczyźni	20-29	2,79 38	2,80-3,09 39-43	3,10-3,69 44-51	3,70-3,99 52-56	4,00 57
	30-39	2,49 34	2,50-2,79 35-39	2,80-3,39 40-47	3,40-3,69 48-51	3,70 52
	40-49	2,19 30	2,20-2,49 31-35	2,50-3,09 36-43	3,10-3,39 44-47	3,40 48
	50-59	1,89 25	1,90-2,19 26-31	2,20-2,79 32-39	2,80-3,09 40-43	3,10 44
	60-69	1,59 21	1,60-1,89 22-26	1,90-2,49 27-35	2,50-2,79 36-39	2,80 40

Źródło Astrand I 1960.

Wartości współczynników korelacyjnych dla prób pośrednich w zależności od wieku badanej osoby (wg Astrand I. 1960)

Wiek	Współczynnik
15	1,10
25	1,00
35	0,87
40	0,83
45	0,78
50	0,75
55	0,71
60	0,68
65	0,65