

## TEST DI COOPER 13-20 ANNI

<b>ETA'</b>	<b>ECCELLENTE</b>	<b>BUONO</b>	<b>MEDIO</b>	<b>SCARSO</b>	<b>INSUFFICIENTE</b>
M. 13-14	>2700m	2400-2700m	2200-2399m	2100-2199m	<2100m
F. 13-14	>2000m	1900-2000m	1600-1899m	1500-1599m	<1500m
M. 15-16	>2800m	2500-2800m	2300-2499m	2200-2299m	<2200m
F. 15-16	>2100m	2000-2100m	1700-1999m	1600-1699m	<1600m
M. 17-19	>3000m	2700-3000m	2500-2699m	2300-2499m	<2300m
F. 17-20	>2300m	2100-2300m	1800-2099m	1700-1799m	<1700m

## TEST DI COOPER 20-50 ANNI

<b>ETA'</b>	<b>ECCELLENTE</b>	<b>BUONO</b>	<b>MEDIO</b>	<b>SCARSO</b>	<b>INSUFFICIENTE</b>
M. 20-29	>2800m	2400-2800m	2200-2399m	1600-2199m	<1600m
F. 20-29	>2700m	2200-2700m	1800-2199m	1500-1799m	<1500m
M. 30-39	>2700m	2300-2700m	1900-2299m	1500-1999m	<1500m
F. 30-39	>2500m	2000-2500m	1700-1999m	1400-1699m	<1400m
M. 40-49	>2500m	2100-2500m	1700-2099m	1400-1699m	<1400m
F. 40-49	>2300m	1900-2300m	1500-1899m	1200-1499m	<1200m
M. >50	>2400m	2000-2400m	1600-1999m	1300-1599m	<1300m
F. >50	>2200m	1700-2200m	1400-1699m	1100-1399m	<1100m