

	Tractions		Pompes		Lancer Medecine-Ball (en mètres)		2000m	
Note/20	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme	Femme
20	12	5	40	30	10,8	8,7	7'00	8'00
19			38	27	10,2	8,4	7'12	8'12
18	10	4	36	25	9,7	8,1	7'24	8'24
17			34	23	9,4	7,8	7'36	8'36
16	8		32	21	9,1	7,5	7'48	8'48
15			30	19	8,8	7,2	8'00	9'00
14	7	3	28	17	8,5	6,9	8'12	9'12
13			26	15	8,2	6,6	8'24	9'24
12	6		24	13	7,9	6,3	8'36	9'36
11			22	11	7,6	6	8'48	9'48
10	5	2	20	10	7,3	5,7	9'00	10'00
9			18	9	7	5,4	9'15	10'15
8	4		16	8	6,7	5,1	9'30	10'30
7			14	7	6,4	4,8	9'45	10'45
6	3	1	12	6	6,1	4,5	10'00	11'00
5			10	5	5,8	4,2	10'12	11'12
4	2		8	4	5,5	3,9	10'24	11'24
3			6	3	5,2	3,6	10'36	11'36
2	1		4	2	4,9	3,3	10'48	11'48
1			2	1	4,6	3	11'00	12'00