

# YES2MOVE

FIT-TEST

## BRZUSZKI

<b>POZIOM WYKONANIA</b>	<b>KOBIETY</b>	<b>MĘŻCZYŹNI</b>
WYBITNY	42-54	49-59
BARDZO DOBRY	36-41	43-58
DOBRY	32-35	39-42
PRZECIĘTNY	28-31	35-38
DOSTATECZNY	24-27	31-34
MINIMALNY	18-23	25-30
NIEWYSTARCZAJĄCY	3-17	11-24

