

Teste de Vai e vem de Léger.

Nome: _____ Data: ____/____/____

		Nº de Percursos (20 metros)											
0	1	2	3	<u>4</u>	5	6	7						
1	8	9	10	<u>11</u>	12	13	14	15					
2	16	17	18	<u>19</u>	20	21	22	23					
3	24	25	26	<u>27</u>	28	29	30	31					
4	32	33	34	35	<u>36</u>	37	38	39	40				
5	41	42	43	44	<u>45</u>	46	47	48	49				
6	50	51	52	53	<u>54</u>	55	56	57	58	59			
7	60	61	62	63	<u>64</u>	65	66	67	68	69			
8	70	71	72	73	<u>74</u>	75	76	77	78	79			
9	80	81	82	83	<u>84</u>	85	86	87	88	89	90		
10	91	92	93	94	95	<u>96</u>	97	98	99	100	101		
11	102	103	104	105	106	<u>107</u>	108	109	110	111	112	113	
12	114	115	116	117	118	<u>119</u>	120	121	122	123	124	125	
13	126	127	128	129	130	<u>131</u>	132	133	134	135	136	137	138
14	139	140	141	142	143	144	<u>145</u>	146	147	148	149	150	151
15													

Marque um círculo em volta do último percurso completado antes da eliminação.

Tempo (minutos e fração de 30 segundos): ____: ____ (meio minuto)