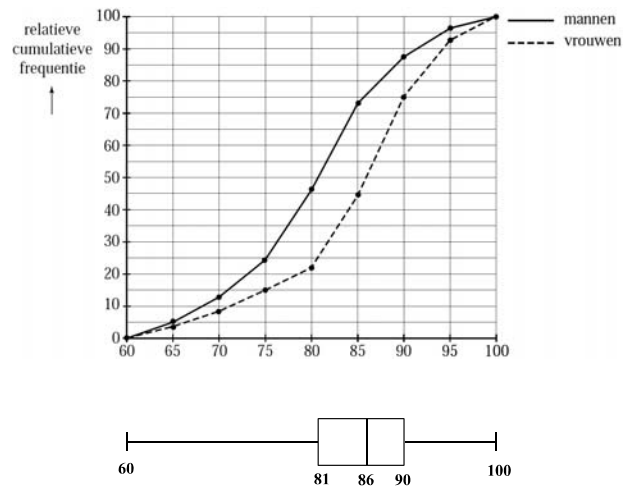


## Hartslag

6. Aflezen:    25% → 81  
                   50% → 86  
                   75% → 90

Ondergrens is 60 en bovengrens is 100.

7. Aflezen bij mannen:  
 $\mu$  bij 50%             $\mu = 81$   
 $\mu + \sigma$  bij 84%    → 90  
 Dus  $\sigma = 90 - 81 = 9$



8. Maximale hartslag is 100%  
 98 is de ondergrens: dat is 50% van de maximale hartslag.

Maximale hartslag is  $2 \cdot 98 = 196$

Maximale hartslag:  $220 \cdot 0,7 \cdot L$

$$196 = 220 \cdot 0,7 \cdot L \quad \rightarrow \quad L = 34 \text{ jaar}$$

9.  $220 - 0,9 \cdot L = 214 - 0,8 \cdot L$   
 $6 = 0,1 \cdot L$

Probeer een leeftijd dicht bij de 60 jaar, bijvoorbeeld 59.

$$\text{Maximale hartslag}_{\text{methode 1}} = 220 - 0,9 \cdot 59 \approx 167$$

$$\text{Maximale hartslag}_{\text{methode 2}} = 214 - 0,8 \cdot 59 \approx 167$$

dus bij 60 en 59 jaar.