	REPOS	ECHAUFFEMENT		PERIODE D'ACTIVITE							REPOS	
	Taux au repos	Taux après echauffement		APRES	5 MN	10 MN	15 MN	20 MN	25 MN	30 MN	2 MN	10 MN
1 ere semaine												
3 éme semaine												
6e semaine												
9e semaine												
12e semaine												