

## Annexe E – Mesure de la fréquence cardiaque et du niveau d'effort perçu

TÂCHE	FRÉQUENCE CARDIAQUE	NIVEAU D'EFFORT PERÇU
1. Porter le tuyau à un bras		
2. Lever l'échelle de 3,6 m (12 pi)		
3. Traction d'un tuyau d'arrosage chargé		
4. Première montée de l'échelle		
5. Traction d'une civière		
6. Entrée forcée (ALCO)		
7. Évacuation d'une victime		
8. Deuxième montée de l'échelle		
9. Abaisser l'échelle de 3,6 m (12 pi)		
10. Transport de matériel		