

## Vous avez maintenant l'équipement et vous êtes prêt pour le test

Les mesures commencent avec 5 minutes de repos, puis vous allez marcher pendant 5 minutes à la vitesse où vous marchez normalement.

À la fin, vous allez marcher le plus vite possible, mais sans courir, pendant 1 minute et sans masque.

Quand vous portez le masque, il faut parler le moins possible. Quand on vous demande comment ça va, vous répondez avec :

👍 Si ça va bien.

👎 Si ça ne va pas bien. Si cela arrive, nous enlevons le masque.



**Bonne chance avec le test !**

# L'étude de WE !



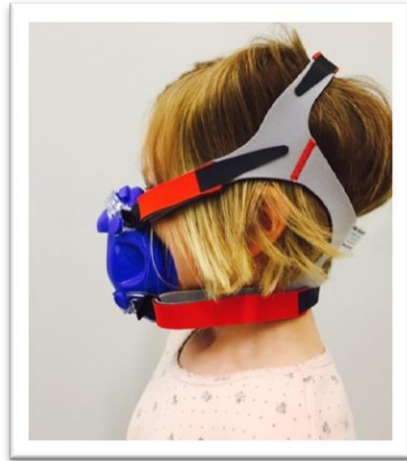
Salut - C'est génial de vouloir vous joindre à notre projet !

Cette brochure présente des informations pratiques sur le test auquel vous allez participer.

Ce test mesure l'air que vous allez inspirer et expirer. Il va nous renseigner sur l'énergie dépensée par votre corps quand vous marchez.



## Voilà l'équipement que vous allez avoir



Cette ceinture va être placée autour de vos poumons.  
Elle mesure les battements de votre cœur.  
La montre indique combien de fois votre cœur bat chaque minute.

Ce masque va couvrir votre bouche et votre nez.  
Ce sera un peu serré autour des joues, mais cela n'empêche pas de respirer.

C'est comme ça vous serez avec tout l'équipement sur vous.



La boîte sur votre dos recueille les informations données par le masque quand vous respirez à travers.

