

| poids (kg) | 40,0 | 45,0 | 50,0 | 55,0 | 60,0 | 65,0 | 70,0 | 75,0 | 80,0 | 85,0 | 90,0 | 95,0 |
|-------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| taille (cm) | | | | | | | | | | | | |
| 140,0 | 20,4 | 23,0 | 25,5 | 28,1 | 30,6 | 33,2 | 35,7 | 38,3 | 40,8 | 43,4 | 45,9 | 48,5 |
| 145,0 | 19,0 | 21,4 | 23,8 | 26,2 | 28,5 | 30,9 | 33,3 | 35,7 | 38,0 | 40,4 | 42,8 | 45,2 |
| 150,0 | 17,8 | 20,0 | 22,2 | 24,4 | 26,7 | 28,9 | 31,1 | 33,3 | 35,6 | 37,8 | 40,0 | 42,2 |
| 155,0 | 16,6 | 18,7 | 20,8 | 22,9 | 25,0 | 27,1 | 29,1 | 31,2 | 33,3 | 35,4 | 37,5 | 39,5 |
| 160,0 | 15,6 | 17,6 | 19,5 | 21,5 | 23,4 | 25,4 | 27,3 | 29,3 | 31,3 | 33,2 | 35,2 | 37,1 |
| 165,0 | 14,7 | 16,5 | 18,4 | 20,2 | 22,0 | 23,9 | 25,7 | 27,5 | 29,4 | 31,2 | 33,1 | 34,9 |
| 170,0 | 13,8 | 15,6 | 17,3 | 19,0 | 20,8 | 22,5 | 24,2 | 26,0 | 27,7 | 29,4 | 31,1 | 32,9 |
| 175,0 | 13,1 | 14,7 | 16,3 | 18,0 | 19,6 | 21,2 | 22,9 | 24,5 | 26,1 | 27,8 | 29,4 | 31,0 |
| 180,0 | 12,3 | 13,9 | 15,4 | 17,0 | 18,5 | 20,1 | 21,6 | 23,1 | 24,7 | 26,2 | 27,8 | 29,3 |
| 185,0 | 11,7 | 13,1 | 14,6 | 16,1 | 17,5 | 19,0 | 20,5 | 21,9 | 23,4 | 24,8 | 26,3 | 27,8 |
| 190,0 | 11,1 | 12,5 | 13,9 | 15,2 | 16,6 | 18,0 | 19,4 | 20,8 | 22,2 | 23,5 | 24,9 | 26,3 |
| 195,0 | 10,5 | 11,8 | 13,1 | 14,5 | 15,8 | 17,1 | 18,4 | 19,7 | 21,0 | 22,4 | 23,7 | 25,0 |

| | |
|--|--|
| | ok |
| | saut possible, mais vigilance accrue |
| | sauf cas exceptionnel (boule de muscles) |