

Synthese des avantages des différentes méthodes en altitude (par Fodil Dehiba) .

	Hi-Hi	Hi-Lo	Lo-Hi	VeryHi-Lo	VeryHi-Hi
Globules Rouges	++	+++	-	++++	++++
Volume d'Ejection Systolique	+	++	-	++	+
Capilarisation	+	++	++	++	+
Enzymes Aérobie	+	++	+++	++	+
Tampon	+	++	+++	++	+