위치	오류유형	수정 전	수정 후
62~62p 상단 번호 : 31	문제-본문	31. 33세에 체중이 50kg인 A씨는 1주일에 5회, 하루에 30분씩 운동을 한다. 7METs의 운동강도로 운동할 때의, A씨의 주당 순 에너지소비량으로 옳은 것은?	31. 33세에 체중이 50kg인 A씨는 1주일에 5회, 하루에 30분씩 운동을 한다. 8METs의 운동강도로 운동할 때의, A씨의 주당 순 에너지소비량으로 옳은 것은?
81~81p 하단 번호 : 31	해설	31 1MET는 산소섭취량의 단위로, 약 3.5ml/kg/min을 말한다. 여기서 달리기 시 순 에너지소비량은 7METs이므로, 이때의 산소섭취량은 7METs x 50kg x 3.5ml/kg/min = 1,225ml/kg/min이다.	31 1MET는 산소섭취량의 단위로, 약 3.5ml/kg/min을 말한다. 여기서 달리기 시 순 에너지소비량은 1METs를 뺀 7METs 이므로, 이때의 산소섭취량은 7METs x 50kg x 3.5ml/kg/min = 1,225ml/kg/min이다.
125~125p 번호 : 42	정답	42 ③	42 ③,④
155~155p 번호 : 43	문제-보기(지문)	43. 다음 중 미국심폐재활학회(AACVPR)에서 제시하는 위험분류 기준의 연결이 옳은 것은? ① 저위험군 - 운동수행능력이 7METs **이상** ② 중위험군 - 운동수행력이 5METs 미만 ③ 중위험군 - 안정 시 구축률 40% 미만 ④ 고위험군 - 운동수행력이 5METs 이상	43. 다음 중 미국심폐재활학회(AACVPR)에서 제시하는 위험분류 기준의 연결이 옳은 것은? ① 저위험군 - 운동수행능력이 7METs **미만** ② 중위험군 - 운동수행력이 5METs 미만 ③ 중위험군 - 안정 시 구축률 40% 미만 ④ 고위험군 - 운동수행력이 5METs 이상
158~158p 번호 : 54	문제-문항	54. 다음 중 운동부하검사의 적절한 변인 측정 시기가 아닌 것은? ① 가스교환을 지속적으로 측정함 ② 혈압 각 단계의 마지막 45초 동안 ③ 심박수 각 단계의 마지막 5초 동안 기록 ④ 심전도 각 단계의 마지막 **5**초 동안 기록	54. 다음 중 운동부하검사의 적절한 변인 측정 시기가 아닌 것은? ① 가스교환을 지속적으로 측정함 ② 혈압 각 단계의 마지막 45초 동안 ③ 심박수 각 단계의 마지막 5초 동안 기록 ④ 심전도 각 단계의 마지막 **15**초 동안 기록
174~174p 번호 : 54	해설	54. 운동부하검사 중 심전도는 각 단계의 마지막 **15초 동안 기록하며, 램프 프로토콜의 경우 각 2분의 마지막 15초에 측정하고 기록한다.**	54. 운동부하검사 중 심전도는 각 단계의 마지막 **5~10초 동안 기록한다.**
363~363p 상단 번호 : 15	문제-문항	15. 트레이닝 이후 호흡교환율의 변화와 최대산소소비량에 대한 생리적 적응에 대한 설명으로 옳지 않은 것은? ① 최대하 운동 시의 호흡교환율 감소는 트레이닝 시 유리지방산 사용률이 높아지기 때문이다. ② 최대 운동 시의 호흡교환율 증가는 과환기가 지속되는 것으로, 더 오랜 시간 운동을 할 수 있음을 나타낸다. ③ 최대산소소비량의 증가는 미토콘드리아 산화효소의 증가에서 기인한다. ④ 활동근육으로의 산소 운반 **증가** 현상이 나타난다.	15. 트레이닝 이후 호흡교환율의 변화와 최대산소소비량에 대한 생리적 적응에 대한 설명으로 옳지 않은 것은? ① 최대하 운동 시의 호흡교환율 감소는 트레이닝 시 유리지방산 사용률이 높아지기 때문이다. ② 최대 운동 시의 호흡교환율 증가는 과환기가 지속되는 것으로, 더 오랜 시간 운동을 할 수 있음을 나타낸다. ③ 최대산소소비량의 증가는 미토콘드리아 산화효소의 증가에서 기인한다. ④ 활동근육으로의 산소 운반 **감소** 현상이 나타난다.

위치	오류유형	수정 전	수정 후
415~415p 상단 번호 : 1	문제-본문	01 규칙적인 운동을 통해 얻는 생리학적 적응 현상으로 옳은 것은?	01 규칙적인 운동을 통해 얻는 생리학적 적응 현상으로 옳지 않은 것은?
466~466p 가운데 정답표 번호 : 8	정답	08 ④	08 ①
		수정 사유	ACSM 가이드 개정으로 인한 수정
467~467p 8번 해설 번호 : 8	해설	08 심전도는 각 단계의 마지막 15초 동안 기록한다.	08 운동부하검사 전 심전도는 누운 자세와 운동 자세로 기록하도록 한다. 운동부하검사 중 심전도는 각 단계 또는 매 2분의 마지막 5~10초 동안 기록한다.
		수정 사유	ACSM 가이드 개정으로 인한 수정
479~479p 상단 번호 : 1	문제-본문	01 규칙적인 운동을 통해 혈액 내 젖산 축적 시점에 대한 운동의 역치지점을 감소시킬 수 있다.	01 규칙적인 운동을 통해 혈액 내 젖산 축적 시점에 대한 운동의 역치지점을 증가시킬 수 있다.

도서의 오류로 학습에 불편드린 점 진심으로 사과드립니다.
더 나은 도서를 만들기 위해 노력하는 시대교육그룹이 되겠습니다.