

categorie	systolisch	diastolisch	piekbelasting statische belasting	piekbelasting dynamische belasting
optimaal	< 120	< 80	geen beperking	geen beperking
normaal	120-129	80-84	geen beperking	geen beperking
hoog normaal	130-139	85-89	geen beperking	geen beperking
graad 1 hypertensie	140-159	90-99	geen beperking	geen beperking
graad 2 hypertensie	160-179	100-109	beperking bij belastingen > 30% van de maximale kracht	geen beperking
graad 3 hypertensie	≥ 180	≥ 110	geen belasting toegestaan	geen belasting toegestaan
geïsoleerde systolische hypertensie	≥ 140	< 90		
secundaire orgaanschade (bijvoorbeeld linkerventrikelhypertrofie)			geen belasting toegestaan	geen belasting toegestaan