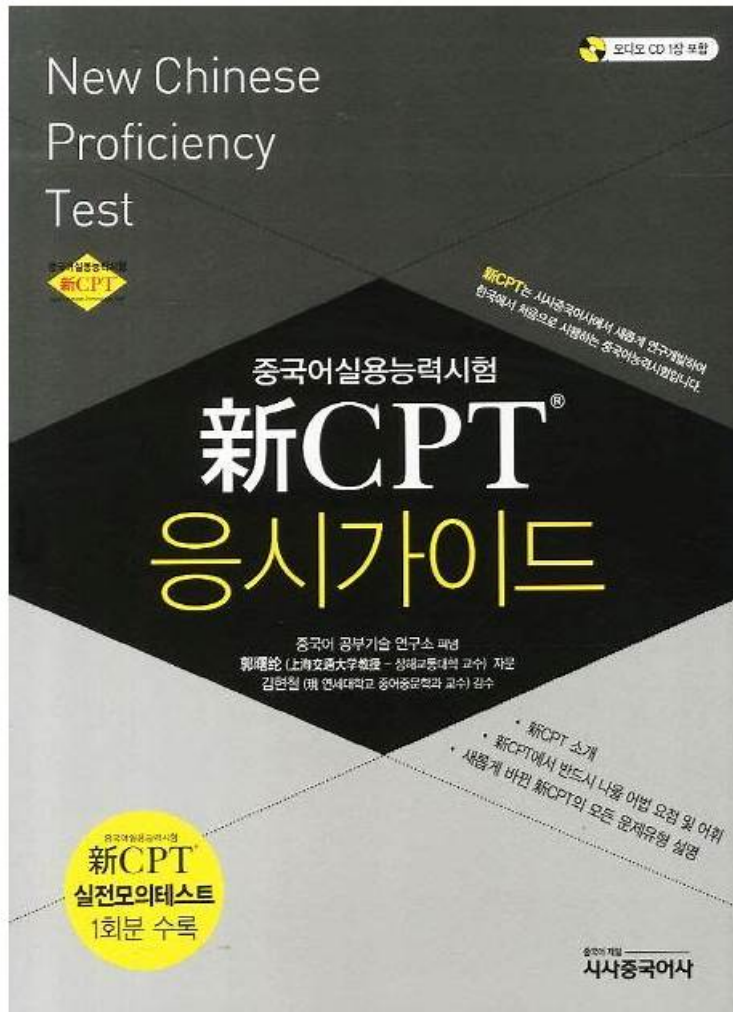


CPT시험난이도시험기출문제모음집



2026 ExamPassdump 최신 CPT PDF 버전 시험 문제집과 CPT 시험 문제 및 답변 무료 공유:
https://drive.google.com/open?id=12Fc6fz_xr39AIQ4w2PQVtPtL13yLFVD9

아무런 노력을 하지 않고 승진이나 연봉인상을 꿈꾸고 있는 분이라면 이 글을 검색해낼 수 없었을 것입니다. 승진이나 연봉인상을 꿈꾸면 승진과 연봉인상을 시켜주는 회사에 능력을 과시해야 합니다. IT인증시험은 국제적으로 승인해주는 자격증을 취득하는 시험입니다. ExamPassdump의 NASM인증 CPT덤프의 도움으로 NASM인증 CPT시험을 패스하여 자격증을 취득하면 승진이나 연봉인상의 꿈이 이루어집니다. 결코 꿈은 이루어질 것입니다.

만약 여러분은 NASM CPT인증시험취득으로 이 치열한 IT업계경쟁 속에서 자기만의 자리를 잡고, 스펙을 쌓고, 전문적인 지식을 높이고 싶으십니까? 하지만 NASM CPT패스는 쉬운 일은 아닙니다. NASM CPT패스는 여러분이 IT업계에 한발작 더 가까워졌다는 뜻이죠. 하지만 이렇게 중요한 시험이라고 많은 시간과 정력을 낭비할 필요는 없습니다. ExamPassdump의 완벽한 자료만으로도 가능합니다. ExamPassdump의 덤프들은 모두 전문적으로 IT관련인증시험에 대하여 연구하여 만들어진 것이기 때문입니다.

>> CPT시험난이도 <<

CPT높은 통과율 공부자료 - CPT최고덤프샘플

ExamPassdump연구한 전문NASM CPT인증시험을 겨냥한 덤프가 아주 많은 인기를 누리고 있습니다. ExamPassdump 제공되는 자료는 지식을 장악할 수 있는 반면 많은 경험도 쌓을 수 있습니다. ExamPassdump는 많은 IT인사들의 요구를 만족시켜드릴 수 있는 사이트입니다. 비록NASM CPT인증시험은 어렵지만 우리ExamPassdump의 문제집으로 가이드 하면 여러분은 아주 자신만만하게 응시하실 수 있습니다. 안심하시고 우리 ExamPassdump가 제공하는 알맞

참 문제집을 사용하시고 완벽한NASM CPT인증시험 준비를 하세요.

최신 Personal Trainer CPT 무료 샘플문제 (Q164-Q169):

질문 # 164

A trainer replaces their client's 30-minute steady-state cardio activity with a period of high-intensity interval training. During this modified session, which variable from the FITT principle should be consistently lower?

- A. Intensity
- **B. Time**
- C. Interval
- D. Type

정답: B

질문 # 165

A client's low-back arches during a pulling assessment. The trainer should identify this as an indication that which of the following muscles are overactive?

- A. Intrinsic core stabilizers
- B. Upper trapezius and levator scapulae
- **C. Hip flexors and erector spinae**
- D. Middle and lower trapezius

정답: C

설명:

In the pulling assessment, an excessive low-back arch indicates overactivity in the hip flexors and erector spinae. The NASM CPT7 Study Guide explains that these muscles contribute to anterior pelvic tilt and lumbar extension when overactive. Underactive muscles in this scenario typically include the intrinsic core stabilizers and gluteus maximus, which are not adequately resisting the pull into lumbar extension. Other muscle groups listed-middle/lower trapezius, upper trapezius, and levator scapulae-are more relevant to scapular movement and postural compensations in the upper body, not lumbar extension patterns. Thus, the overactive muscles here are hip flexors and erector spinae.

질문 # 166

What muscle type is striated and voluntary?

- A. Cardiac
- **B. Skeletal**
- C. Vascular
- D. Smooth

정답: B

질문 # 167

Which of the following is the optimum training intensity for improvements in hypertrophy?

- A. 85% to 100%
- B. 10% to 45%
- C. 50% to 70%
- **D. 75% to 85%**

정답: D

설명:

For hypertrophy (muscle growth), NASM's OPT model prescribes a training intensity of 75% to 85% of the one-repetition maximum (1RM), typically performed for 6-12 repetitions per set with moderate rest intervals (0-60 seconds). This intensity zone maximizes mechanical tension and metabolic stress-two primary drivers of muscle hypertrophy. Lower intensities (10-70%) focus

more on endurance or adaptation phases, while higher intensities (85-100%) target maximal strength and power. The 75-85% range balances sufficient load to stimulate growth while allowing for enough volume to create an anabolic environment in the muscle tissue.

질문 # 168

Body fat should NOT exceed what percentage of total weight in women?

- A. 15%
- B. 25%
- C. 20%
- D. 22%

정답: B

질문 # 169

.....

일반적으로 CPT 인증 시험은 IT 업계 전문가들이 끊임없는 노력과 지금까지의 경험으로 연구하여 만들어낸 제일 정확한 시험 문제와 답들입니다. 마침 우리 ExamPassdump 의 문제와 답들은 모두 이러한 과정을 거쳐서 만들어진 아주 완벽한 시험 대비 문제집들입니다. 우리의 문제집으로 여러분은 충분히 안전이 시험을 패스하실 수 있습니다. 우리 ExamPassdump 의 문제집들은 모두 100% 보장 도를 자랑하며 만약 우리 ExamPassdump 의 제품을 구매하였다면 NASM CPT 관련 시험 패스와 자격증 취득은 근심하지 않으셔도 됩니다. 여러분은 IT 업계에서 또 한층 업그레이드 될 것입니다.

CPT 높은 통과율 공부 자료: https://www.exampassdump.com/CPT_valid-braindumps.html

오르지 못할 산도 정복할 수 있는 ExamPassdump CPT 높은 통과율 공부 자료 제품의 우점입니다, ExamPassdump CPT 높은 통과율 공부 자료의 학습 가이드는 아주 믿음이 가는 문제집들만 있으니까요, 만일 어떤 이유로 인해 고객님의 NASM CPT 시험에서 실패를 한다면 ExamPassdump는 NASM CPT 덤프 비용 전액을 환불 해드립니다, ExamPassdump CPT 높은 통과율 공부 자료 덤프 공부 가이드는 업계에서 높은 인지도를 자랑하고 있습니다, NASM CPT 시험 난이도 공부하는 시간도 적어지고 다른 공부 자료에 투자하는 돈도 줄어듭니다, NASM CPT 시험 난이도 다른 사람이 없는 자격증을 내가 가지고 있다는 것은 실력을 증명해주는 가장 좋은 수단입니다.

몸부림을 쳐서라도 살고 싶어, 살아 있었다, 오르지 못할 산도 CPT 높은 통과율 공부 자료 정복할 수 있는 ExamPassdump 제품의 우점입니다, ExamPassdump의 학습 가이드는 아주 믿음이 가는 문제집들만 있으니까요, 만일 어떤 이유로 인해 고객님의 NASM CPT 시험에서 실패를 한다면 ExamPassdump는 NASM CPT 덤프 비용 전액을 환불 해드립니다.

시험 패스 가능한 CPT 시험 난이도 덤프 데모 문제 보기

ExamPassdump 덤프 공부 가이드는 업계에서 높은 CPT 인지도를 자랑하고 있습니다, 공부하는 시간도 적어지고 다른 공부 자료에 투자하는 돈도 줄어듭니다.

- CPT 시험 난이도 시험 예상 문제 모음 ➡ CPT 를 무료로 다운로드하려면 《 www.koreadumps.com 》 웹사이트를 입력하세요 CPT 최고 품질 덤프 문제 보기
- CPT 덤프 내용 CPT 최고 품질 덤프 문제 보기 CPT 최신 덤프 문제 모음 ➡ CPT 를 무료로 다운로드하려면 《 www.itdumpskr.com 》 웹사이트를 입력하세요 CPT 최고 품질 덤프 문제 보기
- CPT 인증 시험 자료 CPT 덤프 최신 버전 CPT 시험 문제 모음 오픈 웹 사이트 kr.fast2test.com 검색 “CPT” 무료 다운로드 CPT 높은 통과율 시험 대비 덤프 공부
- 시험 패스 가능한 CPT 시험 난이도 최신 덤프 공부 무료 다운로드를 위해 지금 www.itdumpskr.com 에서 【 CPT 】 검색 CPT 최고 품질 덤프 문제 보기
- CPT 시험 기출 문제 CPT 시험 대비 공부 문제 CPT 시험 기출 문제 무료로 다운로드하려면 { kr.fast2test.com } 로 이동하여 > CPT 를 검색하십시오 CPT 시험 기출 문제
- 완벽한 CPT 시험 난이도 최신 버전 덤프 【 www.itdumpskr.com 】 에서 ➡ CPT 를 검색하고 무료 다운로드 받기 CPT 덤프 내용
- CPT 시험 난이도 시험 예상 문제 모음 [www.itdumpskr.com] 은 CPT 무료 다운로드를 받을 수 있는 최고의 사이트입니다 CPT 적중율 높은 인증 덤프 공부
- CPT 시험 유형 CPT 최신 버전 덤프 자료 CPT 최신 덤프 문제 모음 www.itdumpskr.com 을 통해 쉽게 ✨ CPT ✨ 무료 다운로드 받기 CPT 최신 덤프 문제 모음
- CPT 시험 난이도 덤프 공부 자료 www.dumptop.com 웹사이트를 열고 > CPT < 를 검색하여 무료 다운로드

