

項目 Provas 年齡 Idades 成績 Classifi.	力量 Força				速度 Velocidade		耐力 Resistência		靈巧性 Destreza			
	俯臥撐 (次) Extensões de braços (Vez)		仰臥起坐 (次/2分鐘) Flexões de tronco (Vez/2 Min.)		80米計時跑 (秒) Corrida 80M (Seg.)		“庫伯氏” (Cooper) 測試 (米/12分鐘) Teste de cooper (M/12Min.)		跳遠 (米) Salto em comprimento (M.)		平衡木步行 Passagem da trave de equilíbrio	跳高 (0.9米) Salto em altura (0,9M.)
	<35	>= 35	<35	>= 35	<35	>= 35	<35	>= 35	<35	>= 35		
20	>26	>24	>69	>64	<11.1	<12.1	>2799	>2599	>5.49	>5.19	S 合格 Apto	S 合格 Apto
19	25 - 26	23 - 24	66 - 69	61 - 64	11.1 - 11.3	12.1 - 12.3	2700 - 2799	2500 - 2599	5.30 - 5.49	5.00 - 5.19		
18	23 - 24	21 - 22	62 - 65	57 - 60	11.4 - 11.6	12.4 - 12.6	2600 - 2699	2400 - 2499	5.10 - 5.29	4.80 - 4.99		
17	21 - 22	19 - 20	58 - 61	53 - 56	11.7 - 11.9	12.7 - 12.9	2500 - 2599	2300 - 2399	4.90 - 5.09	4.60 - 4.79		
16	19 - 20	17 - 18	54 - 57	49 - 52	12.0 - 12.2	13.0 - 13.2	2400 - 2499	2200 - 2299	4.70 - 4.89	4.40 - 4.59		
15	17 - 18	15 - 16	50 - 53	45 - 48	12.3 - 12.5	13.3 - 13.5	2300 - 2399	2100 - 2199	4.50 - 4.69	4.10 - 4.39		
14	15 - 16	13 - 14	46 - 49	41 - 44	12.6 - 12.8	13.6 - 13.8	2200 - 2299	2000 - 2099	4.10 - 4.49	3.70 - 4.09		
13	13 - 14	12	42 - 45	37 - 40	12.9 - 13.1	13.9 - 14.1	2100 - 2199	1900 - 1999	3.80 - 4.09	3.40 - 3.69		
12	12	11	38 - 41	33 - 36	13.2 - 13.4	14.2 - 14.4	2000 - 2099	1800 - 1899	3.40 - 3.79	3.00 - 3.39		
11	11	10	34 - 37	29 - 32	13.5 - 13.7	14.5 - 14.7	1900 - 1999	1700 - 1799	3.00 - 3.39	2.60 - 2.99		
10	10	8 - 9	30 - 33	25 - 28	13.8 - 14.0	14.8 - 15.0	1800 - 1899	1600 - 1699	2.50 - 2.99	2.20 - 2.59		
9	9	7	26 - 29	22 - 24	14.1 - 14.3	15.1 - 15.3	1700 - 1799	1500 - 1599	2.30 - 2.49	2.00 - 2.19	N 不合格 Inapto	N 不合格 Inapto
8	8	6	23 - 25	19 - 21	14.4 - 14.6	15.4 - 15.6	1600 - 1699	1400 - 1499	2.10 - 2.29	1.80 - 1.99		
7	7	5	20 - 22	16 - 18	14.7 - 14.9	15.7 - 15.9	1500 - 1599	1300 - 1399	2.00 - 2.09	1.70 - 1.79		
6	6	4	17 - 19	13 - 15	15.0 - 15.2	16.0 - 16.2	1400 - 1499	1200 - 1299	1.90 - 1.99	1.60 - 1.69		
5	5	3	14 - 16	10 - 12	15.3 - 15.5	16.3 - 16.5	1300 - 1399	1100 - 1199	1.80 - 1.89	1.50 - 1.59		
4	4	2	11 - 13	7 - 9	15.6 - 15.8	16.6 - 16.8	1200 - 1299	1000 - 1099	1.70 - 1.79	1.40 - 1.49		
3	3	1	8 - 10	4 - 6	15.9 - 16.1	16.9 - 17.1	1100 - 1199	900 - 999	1.60 - 1.69	1.30 - 1.39		
2	2		5 - 7	2 - 3	16.2 - 16.4	17.2 - 17.4	1000 - 1099	800 - 899	1.50 - 1.59	1.20 - 1.29		
1	1		2 - 4	1	16.5 - 16.7	17.5 - 17.7	900 - 999	700 - 799	1.40 - 1.49	1.10 - 1.19		
0	0	0	<2	0	>16.7	>17.7	<900	<700	<1.40	<1.10		