

項目 Provas 年齡 Idades 成績 Classifi.	力量 Força				速度 Velocidade		耐力 Resistência		靈巧性 Destreza			
	引體上升 (次) Flexão de braços (Vez)	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 (1米) Salto em altura (1M.)
	<39	>= 39	<39	>= 39	<39	>= 39	<39	>= 39	<39	>= 39		
20	>13	>41	>87	>77	<9.6	<10.6	>3299	>3099	>5.99	>5.59	S 合格 Apto	S 合格 Apto
19	13	40 - 41	87	77	9.6 - 9.7	10.6 - 10.7	3200 - 3299	3000 - 3099	5.90 - 5.99	5.50 - 5.59		
18	12	38 - 39	85 - 86	75 - 76	9.8 - 9.9	10.8 - 10.9	3100 - 3199	2900 - 2999	5.70 - 5.89	5.30 - 5.49		
17	11	36 - 37	83 - 84	73 - 74	10.0 - 10.1	11.0 - 11.1	3000 - 3099	2800 - 2899	5.50 - 5.69	5.10 - 5.29		
16	10	34 - 35	80 - 82	70 - 72	10.2 - 10.3	11.2 - 11.3	2900 - 2999	2700 - 2799	5.20 - 5.49	4.80 - 5.09		
15	9	32 - 33	76 - 79	66 - 69	10.4 - 10.5	11.4 - 11.5	2800 - 2899	2600 - 2699	4.90 - 5.19	4.50 - 4.79		
14	8	30 - 31	72 - 75	62 - 65	10.6 - 10.7	11.6 - 11.7	2700 - 2799	2500 - 2599	4.60 - 4.89	4.20 - 4.49		
13	7	28 - 29	68 - 71	58 - 61	10.8 - 10.9	11.8 - 11.9	2600 - 2699	2400 - 2499	4.20 - 4.59	3.80 - 4.19		
12	6	26 - 27	63 - 67	53 - 57	11.0 - 11.1	12.0 - 12.1	2500 - 2599	2300 - 2399	3.80 - 4.19	3.40 - 3.79		
11	5	23 - 25	55 - 62	45 - 52	11.2 - 11.3	12.2 - 12.3	2400 - 2499	2200 - 2299	3.40 - 3.79	3.00 - 3.39		
10	4	20 - 22	45 - 54	35 - 44	11.4 - 11.5	12.4 - 12.5	2300 - 2399	2100 - 2199	3.00 - 3.39	2.60 - 2.99	N 不合格 Inapto	N 不合格 Inapto
9	3	18 - 19	40 - 44	30 - 34	11.6 - 11.9	12.6 - 12.9	2200 - 2299	2000 - 2099	2.80 - 2.99	2.40 - 2.59		
8	2	16 - 17	35 - 39	25 - 29	12.0 - 12.4	13.0 - 13.4	2100 - 2199	1900 - 1999	2.60 - 2.79	2.30 - 2.39		
7	1	14 - 15	30 - 34	20 - 24	12.5 - 12.9	13.5 - 13.9	2000 - 2099	1800 - 1899	2.50 - 2.59	2.20 - 2.29		
6		12 - 13	25 - 29	15 - 19	13.0 - 13.4	14.0 - 14.4	1900 - 1999	1700 - 1799	2.40 - 2.49	2.10 - 2.19		
5		10 - 11	20 - 24	10 - 14	13.5 - 13.9	14.5 - 14.9	1800 - 1899	1600 - 1699	2.30 - 2.39	2.00 - 2.09		
4		8 - 9	15 - 19	7 - 9	14.0 - 14.4	15.0 - 15.4	1700 - 1799	1500 - 1599	2.20 - 2.29	1.90 - 1.99		
3		6 - 7	10 - 14	4 - 6	14.5 - 14.9	15.5 - 15.9	1600 - 1699	1400 - 1499	2.10 - 2.19	1.80 - 1.89		
2		4 - 5	5 - 9	2 - 3	15.0 - 15.7	16.0 - 16.7	1500 - 1599	1300 - 1399	2.00 - 2.09	1.70 - 1.79		
1		1 - 3	1 - 4	1	15.8 - 16.4	16.8 - 17.4	1400 - 1499	1200 - 1299	1.90 - 1.99	1.60 - 1.69		
0	0	0	0	0	>16.4	>17.4	<1400	<1200	<1.90	<1.60		