附件3：

四会市石狗镇专职消防队招聘专职消防员

体能测试内容和标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **项目（男性）** | | **合格标准** |
| 1 | 1500米跑 | ≤7分30秒 |
| 2 | 双杠臂屈伸 | ≥8个 |
| 3 | 2分钟俯卧撑 | ≥40个 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **项目（女性）** | | **合格标准** |
| 1 | 800米跑 | ≤5分30秒 |
| 2 | 2分钟仰卧起坐 | ≥15次 |