

附件2

体能测试标准

男子组（25岁以下）

项目 分值	10米×4往返跑 (秒)	1000米跑 (分、秒)	纵跳摸高	
100	9"2	3'26"	标准	高度
95	9"5	3'28"	达标	≧265cm
90	9"8	3'30"		
85	10"1	3'32"		
80	10"4	3'35"		
75	10"7	3'40"		
70	11"0	3'45"		
65	11"3	3'50"		
60	11"6	3'55"		
55	11"9	4'00"	不达标	≧265cm
50	12"2	4'05"		
45	12"5	4'10"		
40	12"8	4'15"		
35	13"1	4'20"		

男子组（26岁至30岁）

项目 分值	10米×4往返跑 (秒)	1000米跑 (分、秒)	纵跳摸高	
100	9"5	3'35"	标准	高度
95	9"8	3'40"	达标	≧265cm
90	10"1	3'45"		
85	10"4	3'50"		
80	10"7	3'55"		
75	11"0	4'00"		
70	11"3	4'05"		
65	11"6	4'10"		
60	11"9	4'15"		
55	12"2	4'20"	不达标	≧265cm
50	12"5	4'25"		
45	12"8	4'30"		
40	13"1	4'35"		
35	13"5	4'40"		

男子组（31岁至35岁）

项目 分值	10米×4往返跑 (秒)	1000米跑 (分、秒)	纵跳摸高	
			标准	高度
100	9"8	3'45"	标准	高度
95	10"1	3'50"	达标	≧265cm
90	10"4	3'55"		
85	10"7	4'00"		
80	11"0	4'05"		
75	11"3	4'10"		
70	11"6	4'15"		
65	11"9	4'20"		
60	12"2	4'25"		
55	12"5	4'30"	不达标	≧265cm
50	12"8	4'35"		
45	13"1	4'40"		
40	13"5	4'45"		
35	13"9	4'50"		