

**TABEL CU PROBELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA APTITUDINILOR
FIZICE ALE CANDIDAȚILOR BĂRBAȚI**

PROBE BĂRBAȚI																				
VITEZĂ – 50 m							ABDOMEN							REZISTENȚĂ – 1000 m						
PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ					
TIMP	I	II	III	IV	V	VI	REPET	I	II	III	IV	V	VI	TIMP	I	II	III	IV	V	VI
7"0	10						40	10						4'00"	10					
7"1	9,5						39	9,5						4'05"	9,5					
7"2	9						38	9						4'10"	9					
7"3	8,5						37	8,5						4'15"	8,5					
7"4	8						36	8						4'20"	8					
7"5	7,5	10					35	7,5	10					4'25"	7,5	10				
7"6	7	9,5					34	7	9,5					4'30"	7	9,5				
7"7	6,5	9					33	6,5	9					4'35"	6,5	9				
7"8	6	8,5					32	6	8,5					4'40"	6	8,5				
7"9	5,5	8					31	5,5	8					4'45"	5,5	8				
8"0	5	7,5	10				30	5	7,5	10				4'50"	5	7,5	10			
8"1	4,5	7	9,5				29	4,5	7	9,5				4'55"	4,5	7	9,5			
8"2	4	6,5	9				28	4	6,5	9				5'00"	4	6,5	9			
8"3	3,5	6	8,5				27	3,5	6	8,5				5'05"	3,5	6	8,5			
8"4	3	5,5	8				26	3	5,5	8				5'10"	3	5,5	8			
8"5	2,5	5	7,5	10			25	2,5	5	7,5	10			5'15"	2,5	5	7,5	10		
8"6	2	4,5	7	9,5			24	2	4,5	7	9,5			5'20"	2	4,5	7	9,5		
8"7	1,5	4	6,5	9			23	1,5	4	6,5	9			5'25"	1,5	4	6,5	9		
8"8	1	3,5	6	8,5			22	1	3,5	6	8,5			5'30"	1	3,5	6	8,5		
8"9		3	5,5	8			21		3	5,5	8			5'35"		3	5,5	8		
9"0		2,5	5	7,5	10		20		2,5	5	7,5	10		5'40"		2,5	5	7,5	10	
9"1		2	4,5	7	9,5		19		2	4,5	7	9,5		5'45"		2	4,5	7	9,5	

	I	II	III	IV	V	VI														
9"2		1,5	4	6,5	9		18		1,5	4	6,5	9		5'50"		1,5	4	6,5	9	
9"3		1	3,5	6	8,5		17		1	3,5	6	8,5		5'55"		1	3,5	6	8,5	
9"4			3	5,5	8		16			3	5,5	8		6'00"			3	5,5	8	
9"5			2,5	5	7,5	10	15			2,5	5	7,5	10	6'05"			2,5	5	7,5	10
9"6			2	4,5	7	9,5	14			2	4,5	7	9,5	6'10"			2	4,5	7	9,5
9"7			1,5	4	6,5	9	13			1,5	4	6,5	9	6'15"			1,5	4	6,5	9
9"8			1	3,5	6	8,5	12			1	3,5	6	8,5	6'20"			1	3,5	6	8,5
9"9				3	5,5	8	11				3	5,5	8	6'25"				3	5,5	8
10"0				2,5	5	7,5	10				2,5	5	7,5	6'30"				2,5	5	7,5
10"1				2	4,5	7	9				2	4,5	7	6'35"				2	4,5	7
10"2				1,5	4	6,5	8				1,5	4	6,5	6'40"				1,5	4	6,5
10"3				1	3,5	6	7				1	3,5	6	6'45"				1	3,5	6
10"4					3	5,5	6					3	5,5	6'50"					3	5,5
10"5					2,5	5	5					2,5	5	6'55"					2,5	5
10"6					2	4,5	4					2	4,5	7'00"					2	4,5
10"7					1,5	4	3					1,5	4	7'05"					1,5	4
10"8					1	3,5	2					1	3,5	7'10"					1	3,5
10"9						3	1						3	7'15"						3
11"0						2,5	0						2,5							2,5
11"1						2	0						2							2
11"2						1,5	0						1,5							1,5
11"3						1	0						1							1

- grupa I – până la 30 de ani, inclusiv ;
- grupa a II-a – de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv;
- grupa a III-a – de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv;
- grupa a IV-a – de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv;
- grupa a V-a – de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv;
- grupa a VI-a – peste 51 de ani;

nu are semne particulare evidente sau tatuaje neacoperite de vestimentație în ținuta de vară, are un aspect fizic corespunzător, verificări care se realizează cu ocazia examinării medicale.

**TABEL CU PROBELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA APTITUDINILOR FIZICE
ALE CANDIDAȚILOR FEMEI**

PROBE FEMEI																				
VITEZĂ – 50 m							ABDOMEN							REZISTENȚĂ – 800 m						
PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ						PERF	NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ					
TIMP	I	II	III	IV	V	VI	REPET	I	II	III	IV	V	VI	TIMP	I	II	III	IV	V	VI
8''6	10						36	10						4'00''	10					
8''7	9,5						35	9,5						4'05''	9,5					
8''8	9						34	9						4'10''	9					
8''9	8,5						33	8,5						4'15''	8,5					
9''0	8						32	8						4'20''	8					
9''1	7,5	10					31	7,5	10					4'25''	7,5	10				
9''2	7	9,5					30	7	9,5					4'30''	7	9,5				
9''3	6,5	9					29	6,5	9					4'35''	6,5	9				
9''4	6	8,5					28	6	8,5					4'40''	6	8,5				
9''5	5,5	8					27	5,5	8					4'45''	5,5	8				
9''6	5	7,5	10				26	5	7,5	10				4'50''	5	7,5	10			
9''7	4,5	7	9,5				25	4,5	7	9,5				4'55''	4,5	7	9,5			
9''8	4	6,5	9				24	4	6,5	9				5'00''	4	6,5	9			
9''9	3,5	6	8,5				23	3,5	6	8,5				5'05''	3,5	6	8,5			
10''0	3	5,5	8				22	3	5,5	8				5'10''	3	5,5	8			
10''1	2,5	5	7,5	10			21	2,5	5	7,5	10			5'15''	2,5	5	7,5	10		
10''2	2	4,5	7	9,5			20	2	4,5	7	9,5			5'20''	2	4,5	7	9,5		
10''3	1,5	4	6,5	9			19	1,5	4	6,5	9			5'25''	1,5	4	6,5	9		
10''4	1	3,5	6	8,5			18	1	3,5	6	8,5			5'30''	1	3,5	6	8,5		
10''5		3	5,5	8			17		3	5,5	8			5'35''		3	5,5	8		
10''6		2,5	5	7,5	10		16		2,5	5	7,5	10		5'40''		2,5	5	7,5	10	
10''7		2	4,5	7	9,5		15		2	4,5	7	9,5		5'45''		2	4,5	7	9,5	
10''8		1,5	4	6,5	9		14		1,5	4	6,5	9		5'50''		1,5	4	6,5	9	

10''9		1	3,5	6	8,5		13		1	3,5	6	8,5		5'55''		1	3,5	6	8,5	
11''0			3	5,5	8		12			3	5,5	8		6'00''			3	5,5	8	
11''1			2,5	5	7,5	10	11			2,5	5	7,5	10	6'05''			2,5	5	7,5	10
11''2			2	4,5	7	9,5	10			2	4,5	7	9,5	6'10''			2	4,5	7	9,5
11''3			1,5	4	6,5	9	9			1,5	4	6,5	9	6'15''			1,5	4	6,5	9
11''4			1	3,5	6	8,5	8			1	3,5	6	8,5	6'20''			1	3,5	6	8,5
11''5				3	5,5	8	7				3	5,5	8	6'25''				3	5,5	8
11''6				2,5	5	7,5	6				2,5	5	7,5	6'30''				2,5	5	7,5
11''7				2	4,5	7	5				2	4,5	7	6'35''				2	4,5	7
11''8				1,5	4	6,5	4				1,5	4	6,5	6'40''				1,5	4	6,5
11''9				1	3,5	6	3				1	3,5	6	6'45''				1	3,5	6
12''0					3	5,5	2					3	5,5	6'50''					3	5,5
12''1					2,5	5	1					2,5	5	6'55''					2,5	5
12''2					2	4,5	0					2	4,5	7'00''					2	4,5
12''3					1,5	4	0					1,5	4	7'05''					1,5	4
12''4					1	3,5	0					1	3,5	7'10''					1	3,5
12''5						3	0						3	7'15''						3
12''6						2,5	0						2,5	7'20''						2,5
12''7						2	0						2	7'25''						2
12''8						1,5	0						1,5	7'30''						1,5
12''9						1	0						1	7'35''						1

- grupa I – până la 30 de ani, inclusiv ;
- grupa a II-a – de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv;
- grupa a III-a – de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv;
- grupa a IV-a – de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv;
- grupa a V-a – de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv;
- grupa a VI-a – peste 51 de ani;

nu are semne particulare evidente sau tatuaje neacoperite de vestimentație în ținuta de vară, are un aspect fizic corespunzător, verificări care se realizează cu ocazia examinării medicale