

**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	
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	RE PE RF T	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