|  |
| --- |
| 体能测试标准 |
| 男子组 |
| **项目** | **标准** |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤13"1 | ≤13"4 |
| 1000米跑 | ≤4'35" | ≤4'45" |
| 纵跳摸高 | ≥265厘米 |
| 女子组 |
| **项目** | **标准** |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤14"1 | ≤14"4 |
| 800米跑 | ≤4'30" | ≤4'40" |
| 纵跳摸高 | ≥230厘米 |