**沐川县消防救援大队面向社会招聘专职消防队员体能测试标准**

|  |  |
| --- | --- |
| 项 目 | 标准 |
| 优秀 | 良好 | 及格 |
| 100米负重 | 15″ | 17″ | 19″ |
| 3000米跑 | 12′ | 13′ | 14′ |
| 俯卧撑 | 70次（2分钟） | 60次（2分钟） | 50次（2分钟） |
| 仰卧起坐 | 80个（3分钟） | 70个（3分钟） | 50个（3分钟） |
| 立定跳远 | 2.4米 | 2.2米 | 2米 |