附件2

上海市消防救援总队政府专职消防员招聘

体能测评项目和标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **分值** | **30周岁（含）以下** | **30周岁以上** |
| **1500米跑** | **仰卧起坐****（3分钟）** | **跳 绳****(1分钟)** | **1500米跑** | **仰卧起坐（3分钟）** | **跳 绳****(1分钟)** |
| **100** | 6′ | 80 | 150 | 6′30″ | 70 | 130 |
| **90** | 6′30″ | 70 | 140 | 7′ | 60 | 120 |
| **80** | 7′ | 60 | 130 | 7′30″ | 50 | 110 |
| **70** | 7′15″ | 55 | 120 | 7′45″ | 45 | 100 |
| **60** | 7′30″ | 50 | 110 | 8′ | 40 | 90 |
| **55** | 7′45″ | 45 | 105 | 8′15″ | 35 | 85 |
| **50** | 8′ | 40 | 100 | 8′30″ | 30 | 80 |
| **45** | 8′15″ | 35 | 95 | 8′45″ | 25 | 75 |
| **40** | 8′30″ | 30 | 90 | 9′ | 20 | 70 |
|  |