附件3

**体能测评项目及合格标准**

（一）男子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 俯卧撑 | ≥19个 | ≥17个 |
| 1000米跑 | ≤4＇45" | ≤4＇55" |
| 纵跳摸高 | ≥245厘米 |

（二）女子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 仰卧起坐 | ≥19个 | ≥17个 |
| 800米跑 | ≤4＇40" | ≤4＇50" |
| 纵跳摸高 | ≥210厘米 |