附件： 1500米跑评分标准（分钟）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 18-30岁 | 31-35岁 | 36-40岁 |
| 100分 | ≤6′30 | ≤7′00 | ≤7′30 |
| 99分 | ≤6′33 | ≤7′03 | ≤7′33 |
| 98分 | ≤6′36 | ≤7′06 | ≤7′36 |
| 97分 | ≤6′39 | ≤7′09 | ≤7′39 |
| 96分 | ≤6′42 | ≤7′12 | ≤7′42 |
| 95分 | ≤6′45 | ≤7′15 | ≤7′45 |
| 94分 | ≤6′48 | ≤7′18 | ≤7′48 |
| 92分 | ≤6′51 | ≤7′21 | ≤7′51 |
| 92分 | ≤6′54 | ≤7′24 | ≤7′54 |
| 91分 | ≤6′57 | ≤7′27 | ≤7′57 |
| 90分 | ≤7′00 | ≤7′30 | ≤8′00 |
| 89分 | ≤7′03 | ≤7′33 | ≤8′03 |
| 88分 | ≤7′06 | ≤7′36 | ≤8′06 |
| 87分 | ≤7′09 | ≤7′39 | ≤8′09 |
| 86分 | ≤7′12 | ≤7′42 | ≤8′12 |
| 85分 | ≤7′15 | ≤7′45 | ≤8′15 |
| 84分 | ≤7′18 | ≤7′48 | ≤8′18 |
| 83分 | ≤7′21 | ≤7′51 | ≤8′21 |
| 82分 | ≤7′24 | ≤7′54 | ≤8′24 |
| 81分 | ≤7′27 | ≤7′57 | ≤8′27 |
| 80分 | ≤7′30 | ≤8′00 | ≤8′30 |
| 79分 | ≤7′33 | ≤8′03 | ≤8′33 |
| 78分 | ≤7′36 | ≤8′06 | ≤8′36 |
| 77分 | ≤7′39 | ≤8′09 | ≤8′39 |
| 76分 | ≤7′42 | ≤8′12 | ≤8′42 |
| 75分 | ≤7′45 | ≤8′15 | ≤8′45 |
| 74分 | ≤7′48 | ≤8′18 | ≤8′48 |
| 73分 | ≤7′51 | ≤8′21 | ≤8′51 |
| 72分 | ≤7′54 | ≤8′24 | ≤8′54 |
| 71分 | ≤7′57 | ≤8′27 | ≤8′57 |
| 70分 | ≤8′00 | ≤8′30 | ≤9′00 |
| 69分 | ≤8′03 | ≤8′33 | ≤9′03 |
| 68分 | ≤8′06 | ≤8′36 | ≤9′06 |
| 67分 | ≤8′09 | ≤8′39 | ≤9′09 |
| 66分 | ≤8′12 | ≤8′42 | ≤9′12 |
| 65分 | ≤8′15 | ≤8′45 | ≤9′15 |
| 64分 | ≤8′18 | ≤8′48 | ≤9′18 |
| 63分 | ≤8′21 | ≤8′51 | ≤9′21 |
| 62分 | ≤8′24 | ≤8′54 | ≤9′24 |
| 61分 | ≤8′27 | ≤8′57 | ≤9′27 |
| 60分 | ≤8′30 | ≤9′00 | ≤9′30 |
| 0分 | 以下无成绩 | 以下无成绩 | 以下无成绩 |

100米跑评分标准（秒）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 18-30岁 | 31-35岁 | 36-40岁 |
| 100分 | ≤12″00 | ≤13″00 | ≤14″00 |
| 99分 | ≤12″05 | ≤13″05 | ≤14″05 |
| 98分 | ≤12″10 | ≤13″10 | ≤14″10 |
| 97分 | ≤12″15 | ≤13″15 | ≤14″15 |
| 96分 | ≤12″20 | ≤13″20 | ≤14″20 |
| 95分 | ≤12″25 | ≤13″25 | ≤14″25 |
| 94分 | ≤12″30 | ≤13″30 | ≤14″30 |
| 92分 | ≤12″35 | ≤13″35 | ≤14″35 |
| 92分 | ≤12″40 | ≤13″40 | ≤14″40 |
| 91分 | ≤12″45 | ≤13″45 | ≤14″45 |
| 90分 | ≤12″50 | ≤13″50 | ≤14″50 |
| 89分 | ≤12″55 | ≤13″55 | ≤14″55 |
| 88分 | ≤13″00 | ≤14″00 | ≤15″00 |
| 87分 | ≤13″05 | ≤14″05 | ≤15″05 |
| 86分 | ≤13″10 | ≤14″10 | ≤15″10 |
| 85分 | ≤13″15 | ≤14″15 | ≤15″15 |
| 84分 | ≤13″20 | ≤14″20 | ≤15″20 |
| 83分 | ≤13″25 | ≤14″25 | ≤15″25 |
| 82分 | ≤13″30 | ≤14″30 | ≤15″30 |
| 81分 | ≤13″35 | ≤14″35 | ≤15″35 |
| 80分 | ≤13″40 | ≤14″40 | ≤15″40 |
| 79分 | ≤13″45 | ≤14″45 | ≤15″45 |
| 78分 | ≤13″50 | ≤14″50 | ≤15″50 |
| 77分 | ≤13″55 | ≤14″55 | ≤15″55 |
| 76分 | ≤14″00 | ≤15″00 | ≤16″00 |
| 75分 | ≤14″05 | ≤15″05 | ≤16″05 |
| 74分 | ≤14″10 | ≤15″10 | ≤16″10 |
| 73分 | ≤14″15 | ≤15″15 | ≤16″15 |
| 72分 | ≤14″20 | ≤15″20 | ≤16″20 |
| 71分 | ≤14″25 | ≤15″25 | ≤16″25 |
| 70分 | ≤14″30 | ≤15″30 | ≤16″30 |
| 69分 | ≤14″35 | ≤15″35 | ≤16″35 |
| 68分 | ≤14″40 | ≤15″40 | ≤16″40 |
| 67分 | ≤14″45 | ≤15″45 | ≤16″45 |
| 66分 | ≤14″50 | ≤15″50 | ≤16″50 |
| 65分 | ≤14″55 | ≤15″55 | ≤16″55 |
| 64分 | ≤15″00 | ≤16″00 | ≤17″00 |
| 63分 | ≤15″05 | ≤16″05 | ≤17″05 |
| 62分 | ≤15″10 | ≤16″10 | ≤17″10 |
| 61分 | ≤15″15 | ≤16″15 | ≤17″15 |
| 60分 | ≤15″20 | ≤16″20 | ≤17″20 |
| 0分 | 以下无成绩 | 以下无成绩 | 以下无成绩 |

25米折返跑评分标准（秒）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 18-30岁 | 31-35岁 | 36-40岁 |
| 100分 | ≤35″ | ≤37″ | ≤41″ |
| 95分 | ≤36″ | ≤38″ | ≤42″ |
| 90分 | ≤37″ | ≤39″ | ≤43″ |
| 85分 | ≤38″ | ≤40″ | ≤44″ |
| 80分 | ≤39″ | ≤41″ | ≤45″ |
| 75分 | ≤40″ | ≤42″ | ≤46″ |
| 70分 | ≤41″ | ≤43″ | ≤47″ |
| 65分 | ≤42″ | ≤44″ | ≤48″ |
| 60分 | ≤43″ | ≤45″ | ≤49″ |
| 0分 | 以下无成绩 | 以下无成绩 | 以下无成绩 |

俯卧撑评分标准（次/2分钟）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 18-30岁 | 31-35岁 | 36-40岁 |
| 100分 | 74 | 70 | 66 |
| 99分 | 73 | 69 | 65 |
| 98分 | 72 | 68 | 64 |
| 97分 | 71 | 67 | 63 |
| 96分 | 70 | 66 | 62 |
| 95分 | 69 | 65 | 61 |
| 94分 | 68 | 64 | 60 |
| 92分 | 67 | 63 | 59 |
| 92分 | 66 | 62 | 58 |
| 91分 | 65 | 61 | 57 |
| 90分 | 64 | 60 | 56 |
| 89分 | 63 | 59 | 55 |
| 88分 | 62 | 58 | 54 |
| 87分 | 61 | 57 | 53 |
| 86分 | 60 | 56 | 52 |
| 85分 | 59 | 55 | 51 |
| 84分 | 58 | 54 | 50 |
| 83分 | 57 | 53 | 49 |
| 82分 | 56 | 52 | 48 |
| 81分 | 55 | 51 | 47 |
| 80分 | 54 | 50 | 46 |
| 79分 | 53 | 49 | 45 |
| 78分 | 52 | 48 | 44 |
| 77分 | 51 | 47 | 43 |
| 76分 | 50 | 46 | 42 |
| 75分 | 49 | 45 | 41 |
| 74分 | 48 | 44 | 40 |
| 73分 | 47 | 43 | 39 |
| 72分 | 46 | 42 | 38 |
| 71分 | 45 | 41 | 37 |
| 70分 | 44 | 40 | 36 |
| 69分 | 43 | 39 | 35 |
| 68分 | 42 | 38 | 34 |
| 67分 | 41 | 37 | 33 |
| 66分 | 40 | 36 | 32 |
| 65分 | 39 | 35 | 31 |
| 64分 | 38 | 34 | 30 |
| 63分 | 37 | 33 | 29 |
| 62分 | 36 | 32 | 28 |
| 61分 | 35 | 31 | 27 |
| 60分 | 34 | 30 | 26 |
| 0分 | 以下无成绩 | 以下无成绩 | 以下无成绩 |

仰卧起坐评分标准（次/2分钟）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 18-30岁 | 31-35岁 | 36-40岁 |
| 100分 | 76 | 70 | 67 |
| 99分 | 75 | 69 | 66 |
| 98分 | 74 | 68 | 65 |
| 97分 | 73 | 67 | 64 |
| 96分 | 72 | 66 | 63 |
| 95分 | 71 | 65 | 62 |
| 94分 | 70 | 64 | 61 |
| 92分 | 69 | 63 | 60 |
| 92分 | 68 | 62 | 59 |
| 91分 | 67 | 61 | 58 |
| 90分 | 66 | 60 | 57 |
| 89分 | 65 | 59 | 56 |
| 88分 | 64 | 58 | 55 |
| 87分 | 63 | 57 | 54 |
| 86分 | 62 | 56 | 53 |
| 85分 | 61 | 55 | 52 |
| 84分 | 60 | 54 | 51 |
| 83分 | 59 | 53 | 50 |
| 82分 | 58 | 52 | 49 |
| 81分 | 57 | 51 | 48 |
| 80分 | 56 | 50 | 47 |
| 79分 | 55 | 49 | 46 |
| 78分 | 54 | 48 | 45 |
| 77分 | 53 | 47 | 44 |
| 76分 | 52 | 46 | 43 |
| 75分 | 51 | 45 | 42 |
| 74分 | 50 | 44 | 41 |
| 73分 | 49 | 43 | 40 |
| 72分 | 48 | 42 | 39 |
| 71分 | 47 | 41 | 38 |
| 70分 | 46 | 40 | 37 |
| 69分 | 45 | 39 | 36 |
| 68分 | 44 | 38 | 35 |
| 67分 | 43 | 37 | 34 |
| 66分 | 42 | 36 | 33 |
| 65分 | 41 | 35 | 32 |
| 64分 | 40 | 34 | 31 |
| 63分 | 39 | 33 | 30 |
| 62分 | 38 | 32 | 29 |
| 61分 | 37 | 31 | 28 |
| 60分 | 36 | 30 | 27 |
| 0分 | 以下无成绩 | 以下无成绩 | 以下无成绩 |