

ANEXO I - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE CAPACIDADE FÍSICA

1 – Tabelas de Referência para o Teste de Aptidão Física

A- Teste de Flexão Abdominal (candidato do sexo masculino)

TABELA PARA CANDIDATOS DO SEXO MASCULINO PARA O TESTE DE FLEXÃO ABDOMINAL			
PERCENTUAL	18 a 28 anos	29 a 39 anos	40 ou mais anos
100%	50	48	46
95%	47	45	43
90%	44	42	40
85%	41	39	37
80%	38	36	34
75%	35	33	31
70%	32	30	28
65%	29	27	25
60%	25	23	20
CONDIÇÃO MÍNIMA PARA APROVAÇÃO			

B- Teste de Flexão Abdominal (candidato do sexo feminino)

TABELA PARA CANDIDATOS DO SEXO FEMININO PARA O TESTE DE FLEXÃO ABDOMINAL			
PERCENTUAL	18 a 28 anos	29 a 39 anos	40 ou mais anos
100%	45	43	41
95%	42	40	38
90%	39	37	35
85%	36	34	32
80%	33	31	29
75%	30	28	26
70%	27	25	23
65%	24	22	20
60%	21	19	16
CONDIÇÃO MÍNIMA PARA APROVAÇÃO			

Teste de Flexão Abdominal Masculino e Feminino

Fig. 1

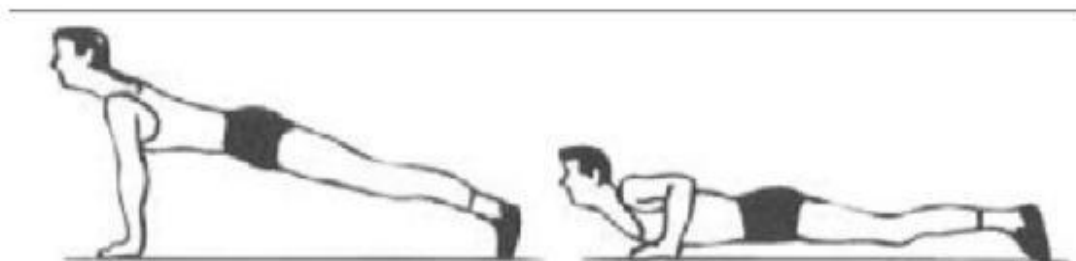


C- Teste de Flexão de Braço (candidato do sexo masculino)

TABELA PARA CANDIDATOS DO SEXO MASCULINO PARA O TESTE DE FLEXÃO DE BRAÇO			
PERCENTUAL	18 a 28 anos	29 a 39 anos	40 ou mais anos
100%	45	43	41
95%	42	40	38
90%	39	37	35
85%	36	34	32
80%	33	31	29
75%	30	28	26
70%	27	25	23
65%	24	22	20
60%	21	19	17
55%	18	16	14
50%	15	13	11
CONDIÇÃO MÍNIMA PARA APROVAÇÃO			

Fig. 1

Fig. 2



D- Teste de Flexão de braços (candidato do sexo feminino)

TABELA PARA CANDIDATOS DO SEXO FEMININO PARA O TESTE DE FLEXÃO DE BRAÇOS			
PERCENTUAL	18 a 28 anos	29 a 39 anos	40 ou mais anos
100%	30	29	28
95%	28	27	26
90%	26	25	24
85%	24	23	22
80%	22	21	20
75%	20	19	18
70%	18	17	16
65%	16	15	14
60%	14	13	12
55%	12	11	10
50%	10	09	08
CONDIÇÃO MÍNIMA PARA APROVAÇÃO			

