

ANEXA 1



**Tabel cu probele , normele și baremele
pentru verificările de solicitare fizică
ORDINE PUBLICĂ**

BĂRBAȚI

PROBE					
VITEZĂ - 50 m		FLOTĂRI		REZISTENȚĂ - 1000m	
Perf timp	Nota	Perf rep	Nota	Perf timp	Nota
6"8	10	45	10	3'40"	10
6"9	9.5	43	9.5	3'45"	9.5
7"0	9	41	9	3'50"	9
7"1	8.5	39	8.5	3'55"	8.5
7"2	8	37	8	4'00"	8
7"3	7.5	35	7.5	4'05"	7.5
7"4	7	33	7	4'10"	7
7"5	6.5	31	6.5	4'15"	6.5
7"6	6	29	6	4'20"	6
7"7	5.5	27	5.5	4'25"	5.5
7"8	5	25	5	4'30"	5
7"9	4.5	23	4.5	4'35"	4.5
8"0	4	21	4	4'40"	4
8"1	3.5	19	3.5	4'45"	3.5
8"2	3	18	3	4'50"	3
8"3	2.5	17	2.5	4'55"	2.5
8"4	2	16	2	5'00"	2
8"5	1.5	15	1.5	5'05"	1.5
8"6	1	14	1	5'10"	1