体能测评项目及标准

（一）男子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤13″1 | ≤13″4 |
| 1000米跑 |   ≤4′25″ |   ≤4′35″ |
| 纵跳摸高 |  ≥265厘米 |

（二）女子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤14″1 | ≤14″4 |
| 800米跑 |   ≤4′20″ |   ≤4′30″ |
| 纵跳摸高 |   ≥230厘米 |

备注：10米×4往返跑测评次数不超过2次，1000米（800米）跑测评次数为1次，纵跳摸高的测评次数不超过3次,三项体能测试全部达标为合格。