|  |
| --- |
| **专职消防员体能考核标准** |
|
| **科 目** | **100分** | **95分** | **90分** | **85分** | **80分** | **75分** | **70分** | **65分** | **60分** |
| **3000米** | 12分30 | 12分40 | 12分50 | 13分10 | 13分30 | 13分50 | 14分10 | 14分30 | 14分50 |
| **单杠引体向上** | 16个 | 14个 | 12个 | 11个 | 10个 | 9个 | 8个 | 7个 | 6个 |
| **徒手100米跑** | 11秒30 | 11秒50 | 11秒70 | 11秒90 | 12秒10 | 12秒30 | 12秒50 | 12秒70 | 12秒90 |
| **俯 卧 撑** | 68个 | 62个 | 56个 | 50个 | 46个 | 42个 | 38个 | 36个 | 34个 |
| **5x10折返跑** | 22秒 | 22秒50 | 23秒40 | 25秒 | 26秒 | 27秒 | 28秒 | 29秒 | 30秒 |

附件2