

**TABEL CU PROBELE ȘI BAREMELE PENTRU VERIFICAREA APTITUDINILOR FIZICE
ALE CANDIDAȚILOR FEMEI**

| PROBE FEMEI | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------------|-----|-----|-----|-----|----|---------|----------------------|-----|-----|-----|-----|----|--------------------|----------------------|-----|-----|-----|-----|----|
| VITEZĂ – 50 m | | | | | | | ABDOMEN | | | | | | | REZISTENȚĂ – 800 m | | | | | | |
| PER F | NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ | | | | | | PERF | NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ | | | | | | PER F | NOTE/GRUPE DE VÂRSTĂ | | | | | |
| TIMP | I | II | III | IV | V | VI | REPE T | I | II | III | IV | V | VI | TIMP | I | II | III | IV | V | VI |
| 8"6 | 10 | | | | | | 36 | 10 | | | | | | 4'00" | 10 | | | | | |
| 8"7 | 9,5 | | | | | | 35 | 9,5 | | | | | | 4'05" | 9,5 | | | | | |
| 8"8 | 9 | | | | | | 34 | 9 | | | | | | 4'10" | 9 | | | | | |
| 8"9 | 8,5 | | | | | | 33 | 8,5 | | | | | | 4'15" | 8,5 | | | | | |
| 9"0 | 8 | | | | | | 32 | 8 | | | | | | 4'20" | 8 | | | | | |
| 9"1 | 7,5 | 10 | | | | | 31 | 7,5 | 10 | | | | | 4'25" | 7,5 | 10 | | | | |
| 9"2 | 7 | 9,5 | | | | | 30 | 7 | 9,5 | | | | | 4'30" | 7 | 9,5 | | | | |
| 9"3 | 6,5 | 9 | | | | | 29 | 6,5 | 9 | | | | | 4'35" | 6,5 | 9 | | | | |
| 9"4 | 6 | 8,5 | | | | | 28 | 6 | 8,5 | | | | | 4'40" | 6 | 8,5 | | | | |
| 9"5 | 5,5 | 8 | | | | | 27 | 5,5 | 8 | | | | | 4'45" | 5,5 | 8 | | | | |
| 9"6 | 5 | 7,5 | 10 | | | | 26 | 5 | 7,5 | 10 | | | | 4'50" | 5 | 7,5 | 10 | | | |
| 9"7 | 4,5 | 7 | 9,5 | | | | 25 | 4,5 | 7 | 9,5 | | | | 4'55" | 4,5 | 7 | 9,5 | | | |
| 9"8 | 4 | 6,5 | 9 | | | | 24 | 4 | 6,5 | 9 | | | | 5'00" | 4 | 6,5 | 9 | | | |
| 9"9 | 3,5 | 6 | 8,5 | | | | 23 | 3,5 | 6 | 8,5 | | | | 5'05" | 3,5 | 6 | 8,5 | | | |
| 10"0 | 3 | 5,5 | 8 | | | | 22 | 3 | 5,5 | 8 | | | | 5'10" | 3 | 5,5 | 8 | | | |
| 10"1 | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | | | 21 | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | | | 5'15" | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | | |
| 10"2 | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | | | 20 | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | | | 5'20" | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | | |
| 10"3 | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | | | 19 | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | | | 5'25" | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | | |
| 10"4 | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | | | 18 | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | | | 5'30" | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | | |
| 10"5 | | 3 | 5,5 | 8 | | | 17 | | 3 | 5,5 | 8 | | | 5'35" | | 3 | 5,5 | 8 | | |
| 10"6 | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | | 16 | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | | 5'40" | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | |
| 10"7 | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | | 15 | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | | 5'45" | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | |
| 10"8 | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | | 14 | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | | 5'50" | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|---|-----|-----|-----|-----|----|--|---|-----|-----|-----|-----|-------|--|---|-----|-----|-----|-----|
| 10"9 | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | | 13 | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | | 5'55" | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | |
| 11"0 | | | 3 | 5,5 | 8 | | 12 | | | 3 | 5,5 | 8 | | 6'00" | | | 3 | 5,5 | 8 | |
| 11"1 | | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | 11 | | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 | 6'05" | | | 2,5 | 5 | 7,5 | 10 |
| 11"2 | | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | 10 | | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 | 6'10" | | | 2 | 4,5 | 7 | 9,5 |
| 11"3 | | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | 9 | | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 | 6'15" | | | 1,5 | 4 | 6,5 | 9 |
| 11"4 | | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | 8 | | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 | 6'20" | | | 1 | 3,5 | 6 | 8,5 |
| 11"5 | | | | 3 | 5,5 | 8 | 7 | | | | 3 | 5,5 | 8 | 6'25" | | | | 3 | 5,5 | 8 |
| 11"6 | | | | 2,5 | 5 | 7,5 | 6 | | | | 2,5 | 5 | 7,5 | 6'30" | | | | 2,5 | 5 | 7,5 |
| 11"7 | | | | 2 | 4,5 | 7 | 5 | | | | 2 | 4,5 | 7 | 6'35" | | | | 2 | 4,5 | 7 |
| 11"8 | | | | 1,5 | 4 | 6,5 | 4 | | | | 1,5 | 4 | 6,5 | 6'40" | | | | 1,5 | 4 | 6,5 |
| 11"9 | | | | 1 | 3,5 | 6 | 3 | | | | 1 | 3,5 | 6 | 6'45" | | | | 1 | 3,5 | 6 |
| 12"0 | | | | | 3 | 5,5 | 2 | | | | | 3 | 5,5 | 6'50" | | | | | 3 | 5,5 |
| 12"1 | | | | | 2,5 | 5 | 1 | | | | | 2,5 | 5 | 6'55" | | | | | 2,5 | 5 |
| 12"2 | | | | | 2 | 4,5 | 0 | | | | | 2 | 4,5 | 7'00" | | | | | 2 | 4,5 |
| 12"3 | | | | | 1,5 | 4 | 0 | | | | | 1,5 | 4 | 7'05" | | | | | 1,5 | 4 |
| 12"4 | | | | | 1 | 3,5 | 0 | | | | | 1 | 3,5 | 7'10" | | | | | 1 | 3,5 |
| 12"5 | | | | | | 3 | 0 | | | | | | 3 | 7'15" | | | | | | 3 |
| 12"6 | | | | | | 2,5 | 0 | | | | | | 2,5 | 7'20" | | | | | | 2,5 |
| 12"7 | | | | | | 2 | 0 | | | | | | 2 | 7'25" | | | | | | 2 |
| 12"8 | | | | | | 1,5 | 0 | | | | | | 1,5 | 7'30" | | | | | | 1,5 |
| 12"9 | | | | | | 1 | 0 | | | | | | 1 | 7'35" | | | | | | 1 |

●grupa I – până la 30 de ani, inclusiv ;

●grupa a II-a – de la 31 de ani până la 35 de ani, inclusiv;

●grupa a III-a – de la 36 de ani până la 40 de ani, inclusiv;

●grupa a IV-a – de la 41 de ani până la 45 de ani, inclusiv;

●grupa a V-a – de la 46 de ani până la 50 de ani, inclusiv;

●grupa a VI-a – peste 51 de ani;

nu are semne particulare evidente sau tatuaje neacoperite de vestimentație în ținuta de vară, are un aspect fizic corespunzător, verificări care se realizează cu ocazia examinării medicale.