**石龙消防大队公开招聘体能测试评定标准**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 标 年 龄  准  内  容 | | 20-30岁 |
| 1 | 俯卧撑  （次/3分钟） | 40 |
| 2 | 仰卧起坐  （次/3分钟） | 45（35） |
| 3 | 100m跑 | 16″（18″） |
| 4 | 1500米/800米 | 7″（5″） |
| 5 | 跳绳  （次/1分钟） | （100） |

注：年龄折算截止时间为当月考试时间，“（）”内为女性报考人员标准。