



CONDICIONES GENERALES:

I-La calificación de cada ejercicio se realizará según lo establecido por las tablas, teniendo en cuenta que la obtención de cero puntos en cualquier de ellos supone la eliminación del aspirante.

La calificación de la prueba será la media de las obtenidas en cada ejercicio, debiendo alcanzarse al menos cinco puntos para aprobar.

II-Certificado médico para la prueba de aptitud física, los opositores deberán presentarse provistos de atuendo deportivo, y entregar al tribunal un certificado médico, en el que se haga constar que el aspirante reúne las condiciones físicas precisas para realizar las referidas pruebas deportivas. La no presentación de dicho documento supondrá la exclusión del aspirante del proceso selectivo.

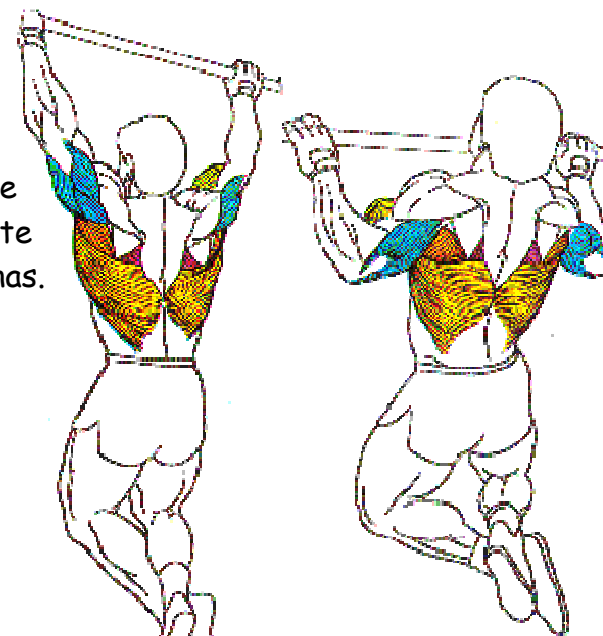
PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA SISTEMA DE CALIFICACION			
HOMBRES		MUJERES	
Fuerza flexora	Salto vertical	Fuerza flexora	Salto vertical
Flexiones puntos	Centímetros puntos	Tiempo puntos	Centímetros puntos
0 a 3 = 0	0 o 43 = 0	0" o 21" = 0	0 o 33 = 0
4 = 1	44 a 45 = 1	22" a 26" = 1	34 a 35 = 1
5 = 2	46 a 47 = 2	27" a 31" = 2	36 a 37 = 2
6 = 3	48 a 49 = 3	32" a 36" = 3	38 a 39 = 3
7 = 4	50 a 52 = 4	37" a 43" = 4	40 a 41 = 4
8 = 5	53 a 56 = 5	44" a 51" = 5	42 a 44 = 5
9 = 6	57 a 60 = 6	52" a 60" = 6	45 a 47 = 6
10 = 7	61 a 64 = 7	61" a 70" = 7	48 a 50 = 7
12 = 8	65 a 69 = 8	71" a 82" = 8	51 a 54 = 8
14 = 9	70 a 75 = 9	83" a 94" = 9	55 a 59 = 9
17 = 10	76 o más = 10	95" o más = 10	60 o más = 10
Agilidad-Velocidad		Agilidad-Velocidad	
Tiempo-puntos		Tiempo-puntos	
11,7" o más = 0	11,5" = 1	12,8" o más = 0	12,6" = 1
11,6" a 11,5" = 1	11,3" = 2	12,7" a 12,6" = 1	12,4" = 2
11,4" a 11,3" = 2	11,0" = 3	12,5" a 12,4" = 2	12,3" a 12,1" = 3
11,2" a 11,0" = 3	10,6" = 4	12,3" a 12,1" = 3	12,0" a 11,7" = 4
10,9" a 10,6" = 4	10,2" = 5	12,0" a 11,7" = 4	11,6" a 11,3" = 5
10,5" a 10,2" = 5	9,8" = 6	11,6" a 11,3" = 5	11,2" a 10,9" = 6
10,1" a 9,8" = 6	9,4" = 7	11,2" a 10,9" = 6	10,8" a 10,4" = 7
9,7" a 9,4" = 7	8,9" = 8	10,8" a 10,4" = 7	10,3" a 9,9" = 8
9,3" a 8,9" = 8	8,3" = 9	10,3" a 9,9" = 8	9,8" a 9,4" = 9
8,8" a 8,3" = 9	8,2" o menos = 10	9,8" a 9,4" = 9	9,3" o menos = 10
8,2" o menos = 10		9,3" o menos = 10	
Resistencia		Resistencia	
Tiempo-puntos		Tiempo-puntos	
8,45" o más = 0	8,35" = 1	5,00' o más = 0	4,54" = 1
8,44" a 8,35" = 1	8,25" = 2	4,59" a 4,54" = 1	4,53" a 4,48" = 2
8,34" a 8,25" = 2	8,15" = 3	4,53" a 4,48" = 2	4,47" a 4,38" = 3
8,24" a 8,15" = 3	8,05" = 4	4,47" a 4,38" = 3	4,37" a 4,28" = 4
8,14" a 8,05" = 4	7,51" = 5	4,37" a 4,28" = 4	4,27" a 4,18" = 5
8,04" a 7,51" = 5	7,36" = 6	4,27" a 4,18" = 5	4,17" a 4,08" = 6
7,50" a 7,36" = 6	7,16" = 7	4,17" a 4,08" = 6	4,07" a 3,57" = 7
7,35" a 7,16" = 7	6,56" = 8	4,07" a 3,57" = 7	3,56" a 3,42" = 8
7,15" a 6,56" = 8	6,31" = 9	3,56" a 3,42" = 8	3,41" a 3,27" = 9
6,55" a 6,31" = 9	6,30" o menos = 10	3,41" a 3,27" = 9	3,26" o menos = 10
6,30" o menos = 10		3,26" o menos = 10	



DOMINADAS

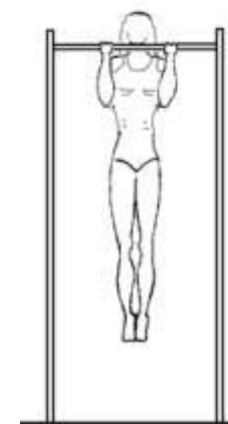
Primer ejercicio (hombre)

Desde la posición de suspensión pura con palmas al frente, total extensión de brazos, se realizarán flexiones asomando la barbilla por encima de la barra y extendiendo totalmente los brazos sin que se permita el balanceo del cuerpo o ayudarse con movimientos de piernas. Un intento.



Primer ejercicio (Mujeres)

El ejercicio consiste en quedar, el mayor tiempo posible, en la posición que se describe: brazos flexionados, presa con las palmas de la mano hacia atrás, piernas completamente extendidas y sin tocar el suelo, barbilla situada por encima de la barra y sin tener contacto con ella. Un intento.



SALTO VERTICAL

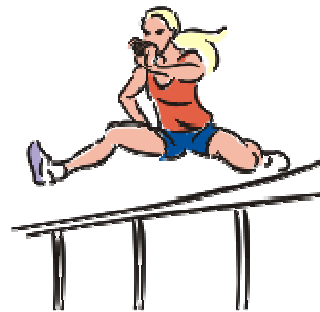


Segundo ejercicio (Hombres y Mujeres)

Desde la posición inicial, de lado junto a una pared vertical, y con un brazo totalmente extendido hacia arriba, el candidato marca la altura que alcanza en esta posición. Separado 20 cms. de la pared vertical, salta tanto como pueda y marca nuevamente con los dedos el nivel alcanzado. Al flexionar las piernas para tomar impulso, no se permite despegar los talones del suelo. Se acredita la distancia existente entre la marca hecha desde la posición inicial y la conseguida con el salto. Un intento.

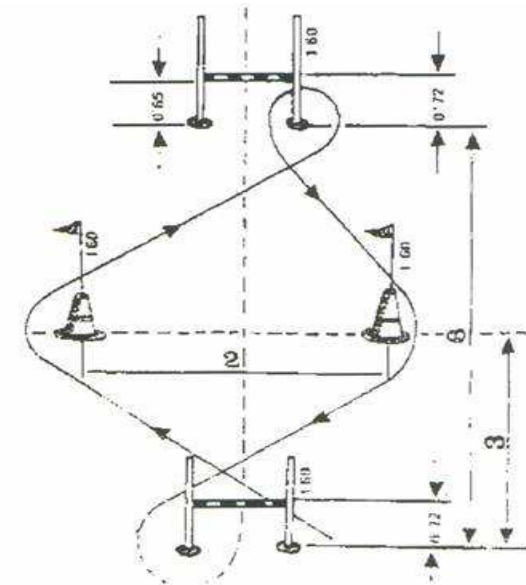


CIRCUTO DE AGILIDAD



Tercer ejercicio (Hombres y Mujeres)

Con la salida de pie, detrás de la línea de partida, el opositor debe realizar el recorrido que figura en el siguiente gráfico representativo. Es nulo todo intento en el que el candidato derribe alguno de los banderines o vallas que delimitan el recorrido o se equivoque en el mismo. Se permiten dos intentos sólo a los opositores que hagan nulo el primero.





RESISTENCIA

Cuarto ejercicio (Hombres)

Carrera de 2.000 metros sobre superficie lisa, plana y dura. Un intento.

Cuarto ejercicio (Mujeres)

Carrera de 1.000 metros sobre superficie lisa, plana y dura. Un intento.

