遂宁市消防救援支队

政府专职消防队伍招录男子体能测评标准

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **30周岁（含）以下** | | | **30周岁以上** | | |
| 1000米跑 | 立定跳远(cm) | 俯卧撑  （2分钟） | 1000米跑 | 立定跳远 | 俯卧撑  （2分钟） |
| **100** | 3′15″ | 265 | 60 | 3′25″ | 249 | 55 |
| **95** | 3′25″ | 257 | 55 | 3′35″ | 241 | 50 |
| **90** | 3′35″ | 249 | 50 | 3′45″ | 233 | 45 |
| **85** | 3′45″ | 241 | 45 | 3′55″ | 225 | 40 |
| **80** | 3′55″ | 233 | 40 | 4′05″ | 217 | 35 |
| **75** | 4′05″ | 225 | 35 | 4′15″ | 209 | 30 |
| **70** | 4′15″ | 217 | 30 | 4′25″ | 205 | 25 |
| **65** | 4′25″ | 209 | 25 | 4′35″ | 201 | 23 |
| **60** | 4′35″ | 205 | 23 | 4′45″ | 197 | 21 |
| **55** | 4′45″ | 201 | 21 | 4′55″ | 193 | 19 |
| **50** | 4′55″ | 197 | 19 | 5′00″ | 191 | 18 |
| **45** | 5′00″ | 194 | 18 | 5′10″ | 189 | 17 |
| **40** | 5′05″ | 193 | 17 | 5′25″ | 187 | 16 |
| **30** | 5′25″ | 185 | 15 | 5′45″ | 175 | 13 |
| **20** | 5′45″ | 175 | 13 | 6′05″ | 165 | 11 |
| **10** | 6′05″ | 165 | 11 | 6′25″ | 155 | 9 |
| 备注：1、体能测试成绩为3个项目的平均成绩；俯卧撑计2分钟。 | | | | | | |

遂宁市消防救援支队

政府专职消防队伍招录女子体能测评标准

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **30周岁（含）以下** | | | **30周岁以上** | | |
| 800米跑 | 仰卧起坐  （2分钟） | 跳绳  （1分钟） | 800米跑 | 仰卧起坐  （2分钟） | 跳绳  （1分钟） |
| **100** | 3′16″ | 60 | 130 | 3′22″ | 57 | 125 |
| **95** | 3′22″ | 57 | 125 | 3′28″ | 54 | 120 |
| **90** | 3′28″ | 54 | 120 | 3′35″ | 51 | 115 |
| **85** | 3′35″ | 51 | 115 | 3′42″ | 48 | 110 |
| **80** | 3′42″ | 48 | 110 | 3′55″ | 45 | 105 |
| **75** | 3′55″ | 45 | 105 | 4′07″ | 42 | 100 |
| **70** | 4′07″ | 42 | 100 | 4′20″ | 39 | 95 |
| **65** | 4′20″ | 39 | 95 | 4′32″ | 36 | 90 |
| **60** | 4′32″ | 36 | 90 | 4′37″ | 33 | 85 |
| **55** | 4′37″ | 33 | 85 | 4′42″ | 30 | 80 |
| **50** | 4′42″ | 30 | 80 | 4′47″ | 27 | 75 |
| **45** | 4′47″ | 27 | 75 | 4′52″ | 24 | 70 |
| **40** | 4′52″ | 24 | 70 | 5′01″ | 21 | 65 |
| **30** | 5′12″ | 20 | 55 | 5′32″ | 15 | 50 |
| **20** | 5′32″ | 15 | 35 | 6′07″ | 9 | 30 |
| **10** | 6′06″ | 5 | 20 | 6′32″ | 3 | 10 |
| 备注：体能测试成绩为3个项目的平均成绩；仰卧起坐计2分钟、跳绳计1分钟。 | | | | | | |