1.男子组

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 标准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤13″1 | ≤13″4 |
| 1000米跑 | ≤4′25″ | ≤4′35″ |
| 纵跳摸高 | ≥265厘米 | |

2.女子组

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项  目 | 标  准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米X4往返跑 | ≤14″1 | ≤14″4 |
| 800米跑 | ≤4′20″ | ≤4′30″ |
| 纵跳摸高 | ≥230厘米 | |

注：体能测试中，1000米/800米跑和10米×4往返跑项目只能测试一次，纵跳摸高项目最多不超过三次，最终测试结果得出后均不进行复测，测试项目其中一项不达标，视为体能测试不合格。