|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 俯卧撑 | 仰卧起坐 | 100米跑 | 单杠引体向上 | 3000米跑 |  |
| 100 | 55次 | 55次 | 12秒 | 18 | 11分钟 |  |
| 90 | 50次 | 50次 | 13秒 | 15 | 12分钟 |  |
| 80 | 45次 | 45次 | 14秒 | 12 | 13分钟 |  |
| 70 | 40次 | 40次 | 15秒 | 8 | 14分钟 |  |
| 60 | 35次 | 35次 | 16秒 | 5 | 15分钟 |  |
| 备注：单项成绩不得低于60分，为不合格。 | | | | | |  |
|  |