|  |  |
| --- | --- |
| 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 |

(不同年龄段参照对应标准)