

3. Tabele norm sprawnościowych kandydatów do służby w Służbie Celno-Skarbowej

KOBIETY

Lp.	Nazwa ćwiczenia	Grupa wiekowa	Jednostki miary	Punkty/Wyniki		
				5	4	3
1	Uginanie ramion w podporze leżąc przodem.	do 30 lat	liczba powtórzeń	14	10	6
		31 – 40 lat	liczba powtórzeń	12	9	5
		41 lat i powyżej	liczba powtórzeń	8	6	4
2	Skłony tułowia w przód z leżenia tyłem w ciągu 30 sek.	do 30 lat	liczba powtórzeń	20	17	14
		31-40 lat	liczba powtórzeń	18	15	12
		41 lat i powyżej	liczba powtórzeń	16	13	10
3	Bieg na 600m.	do 30 lat	minuty	3,00	3,15	3,30
		31-40 lat	minuty	3,10	3,25	3,40
		41 lat i powyżej	minuty	3,20	3,35	3,50

MEŹCZYŹNI

Lp.	Nazwa ćwiczenia	Grupa wiekowa	Jednostki miary	Punkty/Wyniki		
				5	4	3
1	Uginanie ramion w podporze leżąc przodem.	do 30 lat	liczba powtórzeń	32	28	25
		31 – 40 lat	liczba powtórzeń	28	24	20
		41 lat i powyżej	liczba powtórzeń	23	18	14
2	Skłony tułowia w przód z leżenia tyłem w ciągu 30 sek.	do 30 lat	liczba powtórzeń	28	24	18
		31-40 lat	liczba powtórzeń	26	20	16
		41 lat i powyżej	liczba powtórzeń	22	16	12
3	Bieg na 1000m.	do 30 lat	minuty	4,15	4,30	4,50
		31-40 lat	minuty	4,35	4,50	5,05
		41 lat i powyżej	minuty	4,50	5,05	5,25

4. Punktacja testu sprawności fizycznej kandydatów do służby w Służbie Celno-Skarbowej

Ilość uzyskanych punktów przez kandydata do Służby Celno-Skarbowej stanowi sumę punktów uzyskanych z trzech wykonanych ćwiczeń. Minimalna możliwa do

uzyskania ilość punktów wynosi 9 (tj. 3 ćwiczenia x minimum 3 punkty). Maksymalna ilość punktów możliwa do uzyskania przez kandydata wynosi 15 (tj. 3 ćwiczenia x maksimum 5 punktów). W przypadku uzyskania z wykonanego ćwiczenia wyniku na poziomie niższym niż 3 punkty - wpisuje się 0.

Test sprawności fizycznej jest zaliczony, jeżeli kandydat każde z 3 ćwiczeń zaliczy na minimalną liczbę 3 punktów. Uzyskanie 0 punktów za wykonanie, co najmniej jednego ćwiczenia lub rezygnacja z wykonania któregośkolwiek z ćwiczeń powoduje niezaliczenie testu sprawności fizycznej.

Naczelnik Wydziału

Michał Katka