

Ejecución: La propia de una carrera de resistencia.

Medición: Será manual.

Intentos: Se permite un solo intento.

Hombres	Nota	Mujeres
2:48	10	3:18
2:55	9	3:28
3:02	8	3:38
3:09	7	3:48
3:16	6	3:58
3:23	5	4:08
3:28	4	4:16
3:33	3	4:24
3:38	2	4:32
3:43	1	4:40
3:48	0	4:48

3.- Salto Vertical:

Disposición: El aspirante desde la posición inicial, de lado junto a la pared vertical, y con el brazo totalmente extendido hacia arriba, marcará la altura que alcanza en esta posición.

Ejecución: Cuando se halle dispuesto el aspirante, separado 20 cms. de la pared vertical, saltará tanto como pueda y marcará nuevamente con los dedos el nivel alcanzado. Al flexionar las piernas para tomar impulso, no se permite despegar los talones del suelo.

Medición: Se acredita la distancia existente entre la marca hecha desde la posición inicial y la conseguida con el salto.

Intentos: Se permiten dos intentos sólo a los opositores que hagan nulo el primero.

Hombres	Nota	Mujeres
76 o +	10	60 o +
70 a 75	9	55 a 59
65 a 69	8	51 a 54
61 a 64	7	48 a 50
57 a 60	6	45 a 47
53 a 56	5	42 a 44
50 a 52	4	40 a 41
48 a 49	3	38 a 39
46 a 47	2	36 a 37
44 a 45	1	34 a 35
0 a 43	0	0 a 33