ТАБЛИЦА

за оценка на физическата дееспособност
на кандидатите за военна служба.

МЪЖЕ

Комплексно силово упражнение		Бягане на 100 м		Крос 3000 м	
Резултат (брой пъти)	Точки	Резултат (секунди)	Точки	Резултат (минути)	Точки
36	20	15,4	20	16,10	20
37	24	15,3	25	16,00	24
38	32	15,2	30	15,50	28
39	40	15,1	35	15,40	32
40	48	15,0	40	15,30	36
41	56	14,9	45	15,20	40
42	64	14,8	50	15,10	44
43	72	14,7	55	15,00	48
44	80	14,6	60	14,50	52
45	82	14,5	65	14,40	56
46	84	14,4	70	14,30	60
47	86	14,3	75	14,20	64
48	88	14,2	80	14,10	68
49	90	14,1	84	14,00	72
50	92	14,0	88	13,50	76
51	94	13,9	92	13,40	80
52	96	13,8	96	13,30	84
53	98	13,7	100	13,20	88
54	100			13,10	92
				13,00	96
				12,50	100

Повдигане на трупа от тилен лег (за една минута)		Бягане на „Совалка“10 х10 м		Крос 1000 м		Крос 5000 м	
Резултат (брой пъти)	Точки	Резултат (секунди)	Точки	Резултат (минути)	Точки	Резултат (минути)	Точки
32	20	31.40	20	4,55	20	28.30	20
33	25	31.10	23	4,53	22	28.20	22
34	30	30.80	26	4,51	24	28.10	24
35	35	30.50	29	4,49	26	28.00	26
36	40	30.20	32	4,47	28	27.50	28
37	50	29.90	36	4,45	30	27.40	30
38	60	29.60	40	4,43	32	27.30	32
39	70	29.30	45	4,41	34	27.20	34
40	80	28.70	51	4,39	36	27.10	36
41	85	28.40	58	4,37	38	27.00	38
42	89	28.10	65	4,35	40	26.50	40
43	92	27.80	72	4,33	42	26.40	42
44	94	27.50	80	4,31	44	26.30	44
45	96	27.20	85	4,29	46	26.20	46
46	98	26.90	89	4,27	48	26.10	48
47	100	26.60	93	4,25	50	26.00	50
		26.30	97	4,23	53	25.50	53
		26.00	100	4,21	56	25.40	56
				4,19	59	25.30	59
				4,17	62	25.20	62
				4,15	65	25.10	65
				4,13	68	25.00	68
				4,11	71	24.50	71
				4,09	74	24.40	74
				4,07	77	24.30	77
				4,05	80	24.20	80
				4,01	84	24.10	84
				3,57	88	24.00	88
				3,53	92	23.50	92
				3,49	96	23.40	96
				3,45	100	23.30	100

Сгъване и разгъване на ръцете в опора (за една минута)		Скок на дължина от място		Повдигане на сандък 24 кг.	
Резултат (брой пъти)	Точки	Резултат (сантиметри)	Точки	Резултат (брой пъти)	Точки
25	20	170	20	2	20
26	22	172	22	3	30
27	24	174	24	4	40
28	26	176	26	5	50
29	28	178	28	6	60
30	30	180	30	7	70
31	32	182	32	8	80
32	34	184	34	9	90
33	36	186	36	10	100
34	38	188	38		
35	40	190	40		
36	42	192	42		
37	44	194	44		
38	46	196	46		
39	48	198	48		
40	50	200	50		
41	53	202	53		
42	56	204	56		
43	59.	206	59		
44	62	208	62		
45	65	210	65		
46	68	212	68		
47	71	214	71		
48	74	216	74		
49	77	218	77		
50	80	220	80		
51	84	222	84		
52	88	224	88		
53	92	226	92		
54	96	228	96		
55	100	230	100		

ЖЕНИ

Комплексно силово упражнение		Бягане на 100 м		Крос 1000 м		Крос 3000 м	
Резултат (брой пъти)	Точки	Резултат (секунди)	Точки	Резултат (минути)	Точки	Резултат (минути)	Точки
18	20	16,9	20	6,00	20	20,00	20
19	24	16,8	25	5,55	25	19,45	25
20	28	16,7	30	5,50	30	19,30	30
21	32	16,6	35	5,45	35	19,15	35
22	36	16,5	40	5,40	40	19,00	40
23	40	16,4	44	5,35	45	18,45	45
24	44	16,3	48	5,30	50	18,30	50
25	48	16,2	52	5,25	55	18,15	55
26	52	16,1	56	5,20	60	18,00	60
27	56	16,0	60	5,15	65	17,45	65
28	60	15,9	64	5,10	70	17,30	70
29	64	15,8	68	5,05	75	17,15	75
30	68	15,7	72	5,00	80	17,00	80
31	72	15,6	76	4,55	84	16,45	84
32	76	15,5	80	4,50	88	16,30	88
33	80	15,4	82	4,45	92	16,15	92
34	82	15,3	84	4,40	96	16,00	96
35	86	15,2	86	4,35	100	15,45	100
36	90	15,1	88				
37	94	15,0	90				
38	98	14,9	92				
39	100	14,8	94				
		14,7	96				
		14,6	98				
		14,5	100				

ЖЕНИ

Комплексно силово упражнение		Бягане на 100 м		Крос 1000 м		Крос 3000 м	
Резултат (брой пъти)	Точки	Резултат (секунди)	Точки	Резултат (минути)	Точки	Резултат (минути)	Точки
18	20	16,9	20	6,00	20	20,00	20
19	24	16,8	25	5,55	25	19,45	25
20	28	16,7	30	5,50	30	19,30	30
21	32	16,6	35	5,45	35	19,15	35
22	36	16,5	40	5,40	40	19,00	40
23	40	16,4	44	5,35	45	18,45	45
24	44	16,3	48	5,30	50	18,30	50
25	48	16,2	52	5,25	55	18,15	55
26	52	16,1	56	5,20	60	18,00	60
27	56	16,0	60	5,15	65	17,45	65
28	60	15,9	64	5,10	70	17,30	70
29	64	15,8	68	5,05	75	17,15	75
30	68	15,7	72	5,00	80	17,00	80
31	72	15,6	76	4,55	84	16,45	84
32	76	15,5	80	4,50	88	16,30	88
33	80	15,4	82	4,45	92	16,15	92
34	82	15,3	84	4,40	96	16,00	96
35	86	15,2	86	4,35	100	15,45	100
36	90	15,1	88				
37	94	15,0	90				
38	98	14,9	92				
39	100	14,8	94				
		14,7	96				
		14,6	98				
		14,5	100				