**附件3：**

**体能测评的项目和标准：**

（1）男子组：

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

**（2）女子组：**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项 目 | 标 准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤14〞1 | ≤14〞4 |
| 800米跑 | ≤4′20〞 | ≤4′30〞 |
| 纵跳摸高 | ≥230厘米 | |

备注：年龄计算时间截止到参加体能测评当月。