



## Prueba de Velocidad: Carrera de 10 × 5 metros

Intervalos	12 - 13 años Masculino	12 - 13 años Femenino	14 años - Masculino	14 - Femenino	15 años - Masculino	15 años - Femenino	16 años - Masculino	16 años - Femenino	17 - 18 años Masculino	17 - 18 años Femenino
1	25,05	25,72	24,84	25,51	24,32	23,66	22,89	23,97	20,81	23,82
2	23,89	24,92	23,68	24,71	23,16	22,79	21,59	22,81	20,32	22,66
3	22,72	24,11	22,51	23,90	21,99	21,92	20,29	21,64	19,83	21,49
4	21,56	23,31	21,35	23,10	20,83	21,48	19,99	20,48	19,34	20,33
5	20,39	22,51	20,18	22,30	19,66	21,05	19,11	19,31	18,85	19,10
6	19,22	21,71	19,01	21,50	18,49	20,18	18,68	19,14	18,36	18,99
7	18,06	20,91	17,85	20,70	18,33	19,31	17,38	18,98	17,07	17,83
8	16,89	20,10	16,68	19,89	16,16	18,43	16,08	17,81	15,38	16,06
9	15,73	19,30	15,52	19,09	15,00	16,69	14,77	16,65	14,89	15,50
10	14,56	18,50	14,35	18,29	13,83	15,82	13,47	14,48	13,40	14,33

## CIRCUITO DE AGILIDAD

### HOMBRES

### MUJERES

11,7 seg. o más	0 puntos	12,8 segundos o más	0 puntos
De 11,6 a 11,5 seg.	1 punto	De 12,7 a 12,6 seg.	1 punto
De 11,4 a 11,3 seg.	2 puntos	De 12,5 a 12,4 seg.	2 puntos
De 11,2 a 11,0 seg.	3 puntos	De 12,3 a 12,1 seg.	3 puntos
De 10,9 a 10,6 seg.	4 puntos	De 12,0 a 11,7 seg.	4 puntos
De 10,5 a 10,2 seg.	5 puntos	De 11,6 a 11,3 seg.	5 puntos
De 10,1 a 9,8 seg.	6 puntos	De 11,2 a 10,9 seg.	6 puntos
De 9,7 a 9,4 seg.	7 puntos	De 10,8 a 10,4 seg.	7 puntos
De 9,3 a 8,9 seg.	8 puntos	De 10,3 a 9,9 seg.	8 puntos
De 8,8 a 8,3 seg.	9 puntos	De 9,8 a 9,4 seg.	9 puntos
8,2 seg. o menos	10 puntos	De 9,3 seg. o menos	10 puntos

**CHICOS 3 Kg**

**CHICAS 2 Kg**

<b>EDAD</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17 y +</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17 y +</b>	<b>EDAD</b>
<b>PUNTOS</b>													<b>PUNTOS</b>
<b>10</b>	6,20	7,00	8,00	8,90	9,50	10,50	6,20	6,50	7,00	7,50	8,00	8,50	<b>10</b>
<b>9,5</b>	6,00	6,75	7,70	8,65	9,15	10,15	5,95	6,25	6,80	7,25	7,75	8,20	<b>9,5</b>
<b>9</b>	5,80	6,50	7,40	8,40	8,80	9,80	5,70	6,00	6,60	7,00	7,50	7,85	<b>9</b>
<b>8,5</b>	5,55	6,25	7,15	8,15	8,50	9,45	5,50	5,75	6,40	6,75	7,20	7,50	<b>8,5</b>
<b>8</b>	5,30	6,00	6,90	7,90	8,20	9,10	5,30	5,55	6,20	6,50	6,90	7,15	<b>8</b>
<b>7,5</b>	5,05	5,75	6,65	7,60	7,90	8,80	5,10	5,35	6,00	6,25	6,60	6,80	<b>7,5</b>
<b>7</b>	4,80	5,50	6,40	7,30	7,60	8,50	4,90	5,15	5,80	6,00	6,30	6,50	<b>7</b>
<b>6,5</b>	4,55	5,25	6,15	7,00	7,30	8,20	4,70	4,95	5,60	5,75	6,00	6,20	<b>6,5</b>
<b>6</b>	4,30	5,00	5,90	6,70	7,00	7,90	4,50	4,75	5,40	5,50	5,70	5,90	<b>6</b>
<b>5,5</b>	4,05	4,75	5,65	6,40	6,70	7,60	4,30	4,55	5,20	5,30	5,45	5,60	<b>5,5</b>
<b>5</b>	<b>3,80</b>	<b>4,50</b>	<b>5,40</b>	<b>6,10</b>	<b>6,40</b>	<b>7,30</b>	<b>4,10</b>	<b>4,35</b>	<b>5,00</b>	<b>5,10</b>	<b>5,20</b>	<b>5,30</b>	<b>5</b>
<b>4,5</b>	3,55	4,25	5,15	5,80	6,10	7,00	3,90	4,15	4,80	4,90	5,00	5,10	<b>4,5</b>
<b>4</b>	3,30	4,00	4,90	5,50	5,80	6,70	3,70	3,95	4,60	4,70	4,80	4,90	<b>4</b>
<b>3,5</b>	3,05	3,75	4,65	5,20	5,50	6,40	3,50	3,75	4,40	4,50	4,60	4,70	<b>3,5</b>
<b>3</b>	2,80	3,50	4,40	4,90	5,20	6,10	3,30	3,55	4,20	4,30	4,40	4,50	<b>3</b>
<b>2,5</b>	2,55	3,25	4,15	4,60	4,90	5,80	3,10	3,35	4,00	4,10	4,20	4,30	<b>2,5</b>
<b>2</b>	2,30	3,00	3,90	4,30	4,60	5,50	2,90	3,15	3,80	3,90	4,00	4,10	<b>2</b>
<b>1,5</b>	2,05	2,75	3,65	4,00	4,30	5,20	2,70	2,95	3,60	3,70	3,80	3,90	<b>1,5</b>
<b>1</b>	1,80	2,50	3,40	3,70	4,00	4,90	2,50	2,75	3,40	3,50	3,60	3,70	<b>1</b>
<b>0,5</b>	1,55	2,25	3,15	3,40	3,70	4,60	2,30	2,55	3,20	3,30	3,40	3,50	<b>0,5</b>

# BAREMO - TEST COURSE NAVETTE

## HOMBRES

## MUJERES

	12	13	14	15	16	17+		12 - 13	14 -15	16 -17 +
10	10	10.5	11	11.5	12	12.5	10	9	9.5	10
9.5	9.5	10	10.5	11	11.5	12	9.5	8.5	9	9.5
9	9	9.5	10	10.5	11	11.5	9	8	8.5	9
8.5	8.5	9	9.5	10	10.5	11	8.5	7.5	8	8.5
8	8	8.5	9	9.5	10	10.5	8	7.5	7.5	8
7.5	7.5	8	8.5	9	9.5	10	7.5	7	7	7.5
7	7	7.5	8	8.5	9	9.5	7	6.5	6.5	7
6.5	6.5	7	7.5	8	8.5	9	6.5	6	6	6.5
6	6.5	7	7.5	8	8.5	9	6	5.5	6	6.5
5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	5.5	5.5	5.5	6
5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	5	5	5.5	6
4.5	5.5	6	6.5	7	7.5	8	4.5	4.5	5	5.5
4	5	5.5	6	6.5	7	7.5	4	4	4.5	5
3.5	4.5	5	5.5	6	6.5	7	3.5	3.5	4	4.5
3	4	4.5	5	5.5	6	6.5	3	3	3.5	4
2.5	3.5	4	4.5	5	5.5	6	2.5	2.5	3	3.5

# **POLICÍA NINJA**

## **Suspensión**

### **MUJERES**

De 0 a 35 seg.	0 puntos
De 36 a 40 seg.	1 punto
De 41 a 45 seg.	2 puntos
De 46 a 51 seg.	3 puntos
De 52 a 56 seg.	4 puntos
De 57 a 62 seg.	5 puntos
De 63 a 69 seg.	6 puntos
De 70 a 77 seg.	7 puntos
De 78 a 85 seg.	8 puntos
De 86 a 94 seg.	9 puntos
95 seg. o más	10 puntos

# FLEXIÓN ANTERIOR DEL TRONCO

## BAREMO DE PUNTUACIÓN DE LA PRUEBA DE FLEXIÓN ANTERIOR DEL TRONCO

### "SIT AND REACH"

CHICOS							CHICAS						
EDAD	12	13	14	15	16	17 y +	12	13	14	15	16	17 y +	EDAD
PUNTOS													PUNTOS
10	9	10	12	14	15	17	13	15	17	19	20	21	10
9,5	8	9	11	13	14	16	12	14	16	18	19	20	9,5
9	7	8	10	12	13	15	11	13	15	17	18	19	9
8,5	6	7	9	11	12	14	10	12	14	16	17	18	8,5
8	5	6	8	10	11	13	9	11	13	15	16	17	8
7,5	4	5	7	9	10	12	8	10	12	14	15	16	7,5
7	3	4	6	8	9	11	7	9	11	13	14	15	7
6,5	2	3	5	7	8	10	6	8	10	12	13	14	6,5
6	1	2	4	6	7	9	5	7	9	11	12	13	6
5,5	0	1	3	5	6	8	4	6	8	10	11	12	5,5
5	-1	0	2	4	5	7	3	5	7	9	10	11	5
4,5	-2	-1	1	3	4	6	2	4	6	8	9	10	4,5
4	-3	-2	0	2	3	5	1	3	5	7	8	9	4
3,5	-4	-3	-1	1	2	4	0	2	4	6	7	8	3,5
3	-5	-4	-2	0	1	3	-1	1	3	5	6	7	3
2,5	-6	-5	-3	-1	0	2	-2	0	2	4	5	6	2,5
2	-7	-6	-4	-2	-1	1	-3	-1	1	3	4	5	2
1,5	-8	-7	-5	-3	-2	0	-4	-2	0	2	3	4	1,5
1	-9	-8	-6	-4	-3	-1	-5	-3	-1	1	2	3	1
0,5	-10	-9	-7	-5	-4	-2	-6	-4	-2	0	1	2	0,5



## Salto horizontal desde parado: baremo de puntuación.

EDAD	CHICOS						CHICAS						EDAD
	12	13	14	15	16	17+	12	13	14	15	16	17+	
PUNTOS													PUNTOS
10	1,95	2,10	2,40	2,45	2,50	2,60	1,90	1,95	2	2,10	2,15	2,20	10
9,50	1,88	2,03	2,13	2,19	2,43	2,53	1,83	1,88	1,93	2,03	2,08	2,13	9,50
9	1,82	1,97	2,27	2,31	2,37	2,46	1,76	1,82	1,87	1,96	2,01	2,06	9
8,50	1,77	1,91	2,21	2,27	2,31	2,40	1,70	1,76	1,81	1,90	1,95	2	8,50
8	1,72	1,86	2,16	2,22	2,26	2,34	1,65	1,70	1,75	1,84	1,89	1,94	8
7,50	1,68	1,81	2,11	2,17	2,21	2,29	1,60	1,65	1,70	1,78	1,83	1,88	7,50
7	1,64	1,77	2,07	2,13	2,17	2,24	1,55	1,60	1,65	1,72	1,77	1,82	7
6,50	1,61	1,73	2,03	2,09	2,13	2,20	1,50	1,55	1,60	1,67	1,72	1,77	6,50
6	1,58	1,70	2	2,06	2,09	2,16	1,45	1,51	1,56	1,62	1,67	1,72	6
5,50	1,56	1,67	1,98	2,03	2,06	2,13	1,41	1,47	1,53	1,58	1,63	1,68	5,50
5	1,53	1,65	1,96	2,01	2,03	2,10	1,38	1,44	1,50	1,55	1,60	1,65	5
4,50	1,52	1,62	1,93	1,98	2	2,07	1,35	1,41	1,47	1,52	1,57	1,62	4,50
4	1,49	1,59	1,90	1,95	1,97	2,04	1,32	1,38	1,44	1,49	1,54	1,59	4
3,50	1,46	1,56	1,87	1,92	1,94	2,01	1,29	1,35	1,41	1,46	1,51	1,56	3,50
3	1,43	1,53	1,84	1,89	1,91	1,98	1,26	1,32	1,38	1,43	1,48	1,53	3
2,50	1,40	1,50	1,81	1,86	1,88	1,95	1,23	1,29	1,35	1,40	1,45	1,50	2,50
2	1,37	1,47	1,78	1,83	1,85	1,92	1,20	1,26	1,32	1,37	1,42	1,47	2
1,50	1,34	1,44	1,75	1,80	1,82	1,89	1,17	1,23	1,29	1,34	1,39	1,44	1,50
1	1,31	1,41	1,72	1,77	1,79	1,86	1,14	1,20	1,26	1,31	1,36	1,41	1
0,50	1,28	1,38	1,69	1,74	1,76	1,83	1,11	1,17	1,23	1,28	1,33	1,38	0,50



## BAREMO PUNTUACION DE LA PRUEBA DE SALTO VERTICAL

Puntos	CHICOS				CHICAS				Puntos
	14	15	16 + 17		14	15	16 + 17		
10	53	55	58	62	50	52	54	57	10
9,5	51	53	55	59	48	50	51	53	9,5
9	49	51	52	56	46	49	47	49	9
8,5	47	48	50	54	44	44	45	47	8,5
8	45	46	47	51	42	43	44	43	8
7,5	43	44	45	48	39	40	41	41	7,5
7	41	42	43	46	37	37	40	39	7
6,5	39	40	41	44	35	36	38	38	6,5
6	37	37	38	41	33	34	36	37	6
5,5	35	35	36	39	31	32	34	36	5,5
5	33	34	35	37	29	31	33	35	5
4,5	31	32	34	36	27	29	32	34	4,5
4	29	31	33	35	26	27	31	33	4
3,5	27	30	32	34	24	26	29	31	3,5
3	25	29	30	33	23	25	28	30	3
2,5	23	28	28	31	21	24	26	29	2,5
2	21	27	27	29	20	21	25	27	2
1,5	19	25	25	28	18	19	21	25	1,5
1	17	22	23	26	17	17	19	20	1
0,5	15	19	20	24	15	14	17	19	0,5

**TEST VELOCIDAD 40 METROS**

NOTA	12 años H	12 años M	13 años H	13 años M	14 años H	14 años M	15 años H	15 años M	16 o más H	16 o más M
10	6.20	6.40	6.00	6.20	5.50	6.00	5.20	5.90	5.00	5.80
9	6.40	6.60	6.20	6.40	5.70	6.20	5.40	6.10	5.20	6.00
8	6.60	6.80	6.40	6.60	5.90	6.40	5.60	6.30	5.40	6.20
7	6.80	7.00	6.60	6.80	6.10	6.60	5.80	6.50	5.60	6.40
6	7.00	7.20	6.80	7.00	6.30	6.80	6.00	6.70	5.80	6.60
5	7.20	7.40	7.00	7.20	6.50	7.00	6.25	6.90	6.00	6.80
4	7.40	7.60	7.25	7.40	6.70	7.20	6.50	7.10	6.25	7.00
3	7.60	7.80	7.40	7.60	6.90	7.40	6.75	7.30	6.50	7.20
2	7.80	7.95	7.65	7.85	7.10	7.60	7.00	7.50	6.75	7.40
1	8.00	8.10	7.90	8.10	7.30	7.80	7.20	7.70	7.00	7.60