

附件2:

消防救援人员体能训练标准

男子评分标准						女子评分标准					
3000米跑		俯卧撑（2分钟）		仰卧起坐（3分钟）		1500米跑		跳绳（1分钟）		仰卧起坐（3分钟）	
成绩	得分	成绩	得分	成绩	得分	成绩	得分	成绩	得分	成绩	得分
12分30秒	100分	68次	100分	70次	100分	7分50秒	100分	130次	100分	60次	100分
12分40秒	95分	62次	95分	67次	95分	7分55秒	95分	125次	95分	57次	95分
12分50秒	90分	56次	90分	64次	90分	8分00秒	90分	120次	90分	54次	90分
13分10秒	85分	50次	85分	61次	85分	8分05秒	85分	115次	85分	51次	85分
13分30秒	80分	46次	80分	58次	80分	8分10秒	80分	110次	80分	48次	80分
13分50秒	75分	42次	75分	55次	75分	8分15秒	75分	105次	75分	45次	75分
14分10秒	70分	38次	70分	52次	70分	8分20秒	70分	100次	70分	42次	70分
14分30秒	65分	36次	65分	49次	65分	8分25秒	65分	95次	65分	39次	65分
14分50秒	60分	34次	60分	46次	60分	8分30秒	60分	90次	60分	36次	60分