

**TABLAS DE EVALUACIONES FÍSICAS PARA LAS Y LOS SERVIDORES  
POLICIALES**

**DEPARTAMENTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA Y RECREACIÓN  
PRUEBAS DE EVALUACIÓN FÍSICA  
PERSONAL MASCULINO**

**TABLA 1 HASTA 25 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
100M. VELOCIDAD	16`	80	14`	100
ABDOMINALES	40	80	50	100
FLEXIONES EN BARRA	8	80	10	100
12`CARRERA CONTINUA	2600	80	2800	100
50M NATACION	57`	80	37`	100

**TABLA 2 DESDE 25 AÑOS 1 MES HASTA 30 AÑOS**

<b>PRUBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
100M. VELOCIDAD	17`	80	15`	100
ABDOMINALES	35	80	45	10
FLEXIONES EN BARRA	6	80	8	100
12`CARRERA CONTINUA	2400	80	2600	100
50M. NATACION	62`	80	42`	100

**TABLA 3 DESDE 30 AÑOS 1 MES HASTA 35 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
100M. VELOCIDAD	18`	80	16`	100
ABDOMINALES	30	80	40	100
FLEXIONES EN BARRA	4	80	6	100
12`CARRERA CONTINUA	2200	80	2400	100
50M. NATACION	67`	80	47`	100

**TABLA 4 DESDE 35 AÑOS 1 MES HASTA 40 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
ABDOMINALES	25	80	35	100
12`CARRERA CONTINUA	2100	80	2300	100
25M. NATACION	38`	80	28`	100

**TABLA 5 DESDE 40 AÑOS 1 MES HASTA 45 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
ABDOMINALES	20	80	30	100
12`CARRERA CONTINUA	2000	80	2200	100
25M. NATACION	43`	80	33`	100

**TABLA 6 DESDE 45 AÑOS 1 MES HASTA 50 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
ABDOMINALES	15	80	25	100
12`CARRERA CONTINUA	1600	80	1800	100
25M. NATACION	48`	80	38`	100

**TABLA 7 DESDE 50 AÑOS 1 MES EN ADELANTE**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
ABDOMINALES	10	80	20	100

12`CARRERA CONTINUA	1400	80	1600	100
25M. NATACION	53`	80	43`	100