

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

**TABLA 1 HASTA 25 AÑOS**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
60M. VELOCIDAD	11`	80	10`	100
ABDOMINALES	25	80	30	100
12`CARRERA CONTINUA	1900	80	2100	100
25M. NATACION	38`	80	28`	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>
60M. VELOCIDAD	11.5`	80	10.5`	100
ABDOMINALES	23	80	28	10
12`CARRERA CONTINUA	1800	80	2000	100
25M. NATACION	43`	80	33`	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>
60M. VELOCIDAD	12.`	80	11`	100
ABDOMINALES	20	80	25	100
12`CARRERA CONTINUA	1700	80	1900	100
25M. NATACION	48`	80	38`	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	17	80	22	100
12`CARRERA CONTINUA	1600	80	1800	100
25M. NATACION	53`	80	43`	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	14	80	19	100
12`CARRERA CONTINUA	1500	80	1700	100
25M. NATACION	58`	80	48`	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	11	80	16	100
12`CARRERA CONTINUA	1400	80	1600	100
25M. NATACION	63`	80	53`	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	8	80	13	100
12`CARRERA CONTINUA	1300	80	1500	100
25M. NATACION	68`	80	58`	100

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

**TABLA 8 POSTULANTES A CADETES Y ASPIRANTES A POLICÍAS ( MASCULINO)**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
BARRAS	8	80	10	100
ABDOMINALES	45	80	50	100
100M. VELOCIDAD	15	80	13	100
12`CARRERA CONTINUA	2400	80	2600	100
50M. NATACION	58	80	48`	100

**TABLA 8 POSTULANTES A CADETES Y ASPIRANTES A POLICÍAS (FEMENINO)**

<b>PRUEBAS FÍSICAS</b>	<b>BASE</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>MAXIMO</b>	<b>PUNTOS</b>
ABDOMINALES	35	80	45	100
60M. VELOCIDAD	11	80	10	100
12`CARRERA CONTINUA	1900	80	2100	100
25M. NATACION	35`	80	25`	100