

ТАБЛИЦЯ
нормативів з фізичної підготовки кандидатів на заміщення вакантних посад співробітників
Служби судової охорони України

| № з/п | Контрольна вправа | Норматив вважається «зараховано» у таких межах | | | | | | Норматив вважається «зараховано» у таких межах | | | | |
|--|---|--|--------|-------|-------|------|----------|--|------|------|------|------|
| | | Чоловіки | | | | | | Жінки | | | | |
| | | I | II-III | IV | V | VI | VII-VIII | I | II | III | IV | V |
| 1. | Комплексна силова вправа (разів за 1 хв.) | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 |
| 2. | Біг 100 м (с) | 15.0 | 16.0 | 17.0 | 17.5 | 18.5 | 20.0 | 16.0 | 17.0 | 18.0 | 19.0 | 20.5 |
| 3. | Біг 1000 м (хв., с) | 4.05 | 4.30 | 5.00 | 5.30 | 6.00 | 6.50 | 5.30 | 6.10 | 6.40 | 7.30 | |
| 4. | Човниковий біг 10 x 10 м (с) | 30.0 | 34.0 | 36.0 | 38.0 | 40.0 | 42.0 | 34.0 | 38.0 | 40.0 | 42.0 | 44.0 |
| 5. | Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (разів) | | | | | | | 17 | 15 | 12 | 10 | 8 |
| Норматив для кандидатів на службу до підрозділів особистої охорони, оперативно-раптової дії | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Підтягування на перекладині (разів) | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | | 12 | 11 | 10 | 9 | |
| 2. | Комплексна силова вправа (разів за 1 хв.) | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | | 55 | 50 | 45 | 40 | |
| 3. | Біг 100 м (с) | 13.4 | 13.8 | 14.6 | 15.2 | 16.0 | | 14.0 | 14.8 | 15.4 | 16.0 | |
| 4. | Біг 1000 м (хв., с) | | | | | 5.40 | | 5.10 | 5.50 | 6.20 | 7.10 | |
| 5. | Біг 3000 м (хв., с) | 12.10 | 12.35 | 12.55 | 13.20 | | | | | | | |
| 6. | Човниковий біг 10 x 10 м (с) | 26.0 | 27.0 | 28.0 | 29.0 | 30.0 | | 29.0 | 30.0 | 31.0 | 32.0 | |

