

TEST DE CONDICIÓN FÍSICA 2º ESO

2º ESO	FLEXIBILIDAD		LANZAMIENTO BALÓN 2 Kg		SALTO HORIZONTAL		2º ESO
NOTA	MASC	FEM	MASC	FEM	MASC	FEM	NOTA
1	10 o menos	14 o menos	2,6 o menos	2,1 o menos	141 o menos	126 o menos	1
1,5	11	15	2,90	2,40	144	129	1,5
2	12	16	3,20	2,70	147	132	2
2,5	13	17	3,50	3,00	150	135	2,5
3	14	18	3,80	3,30	153	138	3
3,5	15	19	4,10	3,60	156	141	3,5
4	16	20	4,40	3,90	159	144	4
4,5	17	21	4,70	4,20	162	147	4,5
5	18	22	5,00	4,50	165	150	5
5,5	19	23	5,30	4,80	169	153	5,5
6	21	25	5,60	5,10	172	157	6
6,5	22	26	5,90	5,40	175	160	6,5
7	24	28	6,20	5,70	178	163	7
7,5	25	29	6,50	6,00	181	166	7,5
8	27	31	6,80	6,30	184	170	8
8,5	28	32	7,10	6,60	187	173	8,5
9	30	34	7,40	6,90	189	175	9
9,5	31	35	7,70	7,20	192	178	9,5
10	33 o más	37 o más	8 o más	7,5 o más	195 o más	181 o más	10

2º ESO	ABDOMINALES 30''		RESISTENCIA COOPER 12'		VELOCIDAD 5x10		2º ESO
NOTA	MASC	FEM	MASC	FEM	MASC	FEM	NOTA
1	17o menos	15 o menos	1350 o menos	1050 o menos	19,50 o más	20,50 o más	1
1,5	18	16			19,20	20,20	1,5
2	19	17	1500	1200	19,00	20,00	2
2,5	20	18			18,70	19,70	2,5
3	21	19	1650	1350	18,50	19,50	3
3,5	22	20			18,20	19,20	3,5
4	23	21	1800	1500	18,00	19,00	4
4,5	24	22			17,80	18,70	4,5
5	26	24	1950	1650	17,50	18,50	5
5,5	27	25			17,30	18,20	5,5
6	28	26	2100	1800	17,00	18,00	6
6,5	29	27			16,80	17,80	6,5
7	30	28	2250	1950	16,50	17,50	7
7,5	31	29			16,30	17,30	7,5
8	32	30	2400	2100	16,00	17,00	8
8,5	33	31			15,80	16,80	8,5
9	34	32	2550	2250	15,50	16,50	9
9,5	36	34			15,30	16,30	9,5
10	37 o más	35 o más	2700 o más	2400 o más	15,29 o menos	16,29 o menos	10