

Appendice all' Allegato A

	PROVE	PARAMETRI PER IL CONSEGUIMENTO DELL'IDONEITA'	PARAMETRI PER L'ATTRIBUZIONE DI PUNTEGGIO INCREMENTALE	PUNTEGGIO MASSIMO ACQUISIBILE
Uomini	Corsa piana 1.000 metri	tempo massimo: 5 minuti	0,05 punti per ogni secondo in meno (fino a un massimo di 100 secondi in meno)	5
	Piegamenti sulle braccia	minimo 8 (tempo massimo: 2 minuti senza interruzioni)	0,083 punti per ogni ulteriore piegamento (fino a un massimo di 30 oltre al numero minimo)	2,5
	Flessioni addominali	minimo 8 (tempo massimo: 2 minuti senza interruzioni)	0,083 punti per ogni ulteriore flessione (fino a un massimo di 30 oltre al numero minimo)	2,5
Donne	Corsa piana 1.000 metri	tempo massimo: 5 minuti e 15 secondi	0,05 punti per ogni secondo in meno (fino a un massimo di 100 secondi in meno)	5
	Piegamenti sulle braccia	minimo 6 (tempo massimo: 2 minuti senza interruzioni)	0,083 punti per ogni ulteriore piegamento (fino a un massimo di 30 oltre al numero minimo)	2,5
	Flessioni addominali	minimo 8 (tempo massimo: 2 minuti senza interruzioni)	0,083 punti per ogni ulteriore flessione (fino a un massimo di 30 oltre al numero minimo)	2,5

