ESERCIZIO	PARAMETRO DI RIFERIMENTO	IDONEITA' ALLA PROVA
NUOTO 25 MT (qualunque stile)	Tempo inferiore a 35 secondi	SI
	<i>Tempo superiore o uguale a 35 secondi</i>	NO
PIEGAMENTI SULLE BRACCIA (tempo massimo 2 minuti - da eseguire senza interruzioni)	Numero di piegamenti superiore o uguale a 10	SI
	<i>Numero di piegamenti inferiore a 10</i>	NO
CORSA PIANA 1000 MT	Tempo inferiore a 5'	SI
	<i>Tempo superiore o uguale a 5'</i>	NO
ADDOMINALI (tempo massimo 2 minuti - da eseguire senza interruzioni)	Numero di addominali superiore o uguale a 15	SI
	<i>Numero di addominali inferiore a 15</i>	NO