

POLICÍA LOCAL CATALUÑA

REQUISITOS

Los requisitos comunes que tienen que cumplirse para acceder a cualquiera de las diferentes escalas de los cuerpos de policías locales, tanto por el turno libre como por promoción interna, son los siguientes:

- a) Tener ciudadanía española, de conformidad con las leyes vigentes.
- b) Tener la edad comprendida entre el mínimo y el máximo que fijen el reglamento del cuerpo o la convocatoria correspondiente.
- c) Cumplir las condiciones exigidas para ejercer las funciones que les puedan ser encomendadas, de acuerdo con lo que determinan la [Ley 16/1991, de 10 de julio](#), las disposiciones que la despliegan y el Reglamento de los cuerpos de policía local.
- d) Estar en posesión del nivel de titulación que se establece, para cada categoría, en el apartado 2 de este artículo.
- e) No sufrir ninguna enfermedad ni estar afectado por ningún impedimento físico o psíquico que imposibilite el normal ejercicio de las funciones propias de la categoría.
- f) En el caso del acceso a la categoría de agentes, tener una altura mínima que, para los hombres y las mujeres, fijen las bases de la convocatoria. En el resto de categorías en que tiene que preverse turno libre, la exigencia de este requisito es potestativa para los ayuntamientos convocantes.
- g) No haber sido condenado por ningún delito. No estar inhabilitado para el ejercicio de las funciones públicas ni estar separado mediante expediente disciplinario del servicio de ninguna administración pública. Será aplicable, sin embargo, el beneficio de la rehabilitación, siempre que el aspirante lo acredite mediante el correspondiente documento oficial.
- h) Poseer los carnés de conducir de las categorías correspondientes a los vehículos propios de los cuerpos policiales. Las convocatorias determinarán los tipos de carnés a exigir.
- i) Compromiso de llevar armas, que se tomará mediante declaración jurada.

El requisito relativo al nivel de titulación para cada categoría es el siguiente:

- a)** En las categorías de agente y cabo: título de graduado o graduada en educación secundaria, graduado o graduada escolar, técnico o técnica correspondiente a ciclos formativos de grado medio, técnico o técnica auxiliar correspondiente a formación profesional de primer grado u otro equivalente o superior.
- b)** En las categorías de sargento y subinspector: título de bachillerato, técnico o técnica superior correspondiente a ciclos formativos de grado superior, técnico o técnica especialista correspondiente a formación profesional de segundo grado u otro equivalente o superior.
- c)** En la categoría de inspector: título de ingeniero técnico o ingeniera técnica, de diplomado universitario o diplomada universitaria de primer ciclo, de arquitecto técnico o arquitecta técnica, u otro equivalente o superior.
- d)** En las categorías de intendente, de intendente mayor y de superintendente: título de doctor o doctora, de licenciado o licenciada, de ingeniero o ingeniera, de arquitecto o arquitecta o equivalente.

EXCLUSIONES MÉDICAS

I. ANTROPOMETRÍA:

- 1. La dinamometría, con el estenómetro de Blok, inferior a las 30 divisiones en la mano dominante y a las 25 divisiones en la mano no dominante, en lo que se refiere a los hombres; e inferior a las 25 y 20 divisiones, respectivamente, en las manos dominante y no dominante, en cuanto a las mujeres.
- 2. La capacidad vital, obtenida con el espirómetro, inferior a los 3,5, litros en los varones, y a los 3 litros en las mujeres.

II. ENFERMEDADES, LESIONES Y DEFECTOS FÍSICOS:

1 Aparato circulatorio

- 1.1 Insuficiencia cardíaca en todas sus posibles manifestaciones, independientemente de su causa.
- 1.2 Malformaciones de corazón o de grandes vasos.
- 1.3 Lesiones adquiridas de corazón o de grandes vasos.
- 1.4 Trastornos de la conducción y del ritmo cardíaco.
- 1.5 Insuficiencia coronaria.
- 1.6 Pericarditis activa o residual.

1.7 Insuficiencia arterial periférica.

1.8 Insuficiencia venosa periférica.

1.9 Malformaciones arteriovenosas. Shunt y aneurismas arteriales. Linfedema.

1.10 Hipertensión arterial. Hipotensión sintomática.

2 Aparato respiratorio

2.1 Enfermedades respiratorias con repercusión permanente u ocasional en la función respiratoria.

2.2 Malformaciones o lesiones de las vías respiratorias altas o bajas, parénquima, pulmón, pleuras o tórax.

3 Aparato genitourinario

3.1 Malformaciones o lesiones del trato genitourinario.

3.2 Disfunciones urogenitales crónicas.

3.3 Nefropatías de cualquier etiología. Insuficiencia renal. Hidronefrosis.

3.4 Litiasis del trato urinario crónica.

3.5 Prolapso genital.

4 Aparato digestivo

4.1 Malformaciones o lesiones del aparato digestivo, incluidos el hígado, las vías biliares, el páncreas exocrino y las glándulas salivares.

4.2 Disfunciones que comprometan la masticación, la deglución, la digestión o la excreción.

4.3 Hernias y eventraciones no tratadas o recidivantes.

4.4 Úlcera gastroduodenal.

4.5 Hepatopatías (incluyen alteraciones metabólicas).

4.6 Enfermedad inflamatoria crónica intestinal y síndrome de mala absorción.

4.7 Pancreopatías crónicas o recidivantes.

5 Sistema hematopoyético

5.1 Hemopatías que a juicio del tribunal limiten el ejercicio de la función policial.

6 Aparato locomotor

6.1 Malformaciones o lesiones que incapaciten, limiten o comprometan el libre movimiento de cualquier articulación o que puedan disminuir la fuerza y la agilidad de las extremidades, el tronco o cuello, o su repercusión estática.

6.2 Cualquier otro proceso del aparato locomotor que a juicio del tribunal dificulte el ejercicio de las funciones policiales.

7 Trastornos psiquiátricos y sistema nervioso

7.1 Cualquier tipo de psicosis o trastorno afectivo, neurótico o de personalidad que afecte a un adecuado comportamiento social y laboral.

7.2 Retraso mental, trastorno del desarrollo psicológico o trastorno mental orgánico que incapacite para las funciones propias del puesto al que aspira.

7.3 Trastornos mentales y del comportamiento causados por consumo de sustancias psicotrópicas.

7.4 Síntomas y/o signos clínicos biológicos indicadores de intoxicación exógena (detección de metabolitos de drogas de abuso en la orina).

7.5 Epilepsia y/o antecedentes suyos. Convulsiones sin filiar.

7.6 Malformaciones o lesiones del sistema nervioso central o periférico.

7.7 Síndromes vertiginosos de cualquier etiología.

7.8 Temblor. Ticos o espasmos.

7.9 Trastornos del sueño.

8 Glándulas endocrinas

8.1 Malformaciones o disfunciones de las glándulas endocrinas o mixtas.

8.2 Diabetes mellitus que pueda comprometer la función policial.

9 Infecciones

9.1 Cualquier enfermedad infectocontagiosa (vímica, bacteriana, micótica o parasitaria).

10 Órganos de los sentidos

10.1 Lesiones que puedan dar trastornos de la sensibilidad epicrítica o protopática o del funcionalismo neuromotor.

10.2 Agudeza visual monocular inferior a 4/10.

10.3 Queratotomía radial.

10.4 Desprendimiento de retina.

10.5 Estrabismo manifiesto y no corregido.

10.6 Hemianopsias o reducciones manifiestas del campo visual.

10.7 Discromatopsias.

10.8 Glaucoma.

10.9 Cualquier otro proceso patológico que, a juicio de los facultativos que realicen la prueba, dificulte de forma importante la agudeza visual.

10.10 Agudeza auditiva que suponga una pérdida entre 1.000 y 3.000 Hz a 35 dB o de 4.000 Hz a 45 dB.

10.11 Malformaciones o lesiones del oído interno, medio o externo, que comprometan su buen funcionamiento o determinen afecciones crónicas.

10.12 Malformaciones o lesiones de los órganos de la fonación (labios, paladar, boca, cuerdas vocales, etc.) que comprometan la función fonatoria normal.

10.13 Trastornos en el habla. Quequeza.

11 Piel, faneras y glándulas exocrinas

11.1 Malformaciones, tumoraciones y lesiones de la piel y las faneras que puedan comprometer la función policial.

11.2 Cicatrices que por su extensión, profundidad o estética puedan comprometer la función policial o facilitar su identificación.

11.3 Disfunciones de las glándulas exocrinas que comporten compromiso para la función policial.

11.4 Dermatitis generalizadas. Eczemas o psoriasis.

11.5 Otras alteraciones dermatológicas que a juicio del Tribunal limiten o dificulten el ejercicio de la función policial.

12 Otros

12.1 Procesos neoplásicos.

12.2 Procesos hereditarios con repercusión permanente sobre funciones orgánicas

12.3 Enfermedades autoinmunes.

12.4 Diátesis alérgica.

12.5 Cualquier afección, lesión o disfunción que según el criterio facultativo pueda comprometer la función policial.

PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA

PRUEBA 1 - LANZAMIENTO DE PELOTA MEDICINAL

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

POSICIÓN INICIAL

De pie de cara a la zona de caída, con los pies paralelos y situados a la misma altura detrás de la línea frontal de la zona de lanzamiento, sin pisarla en ningún momento.

Los brazos por detrás la nuca y las manos cogiendo una pelota medicinal (3 kg).

La zona de lanzamiento es un rectángulo de 1 m de largo por 0,5 m de ancho.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

Desde la posición inicial, y sin impulso previo de ninguna clase, lanzar la pelota medicinal tan lejos como se pueda por encima de la cabeza, sin interrupción del movimiento, sin levantar los talones ni las puntas de los pies, ni pisar ni sobrepasar la línea frontal de la zona de lanzamiento.

El aspirante podrá realizar dos (2) intentos.

EVALUACIÓN

La distancia se mide en centímetros desde la parte anterior de la línea frontal de la zona de lanzamiento hasta la marca más posterior dejada por la pelota medicinal al tocar el suelo.

Se contabilizará el mejor de los dos intentos realizados.

El Tribunal evaluador podrá decretar nulo cualquier intento que no se ajuste a la correcta ejecución de la prueba.

Se considerará nulo cualquier lanzamiento en el que la pelota medicinal no caiga dentro de la “zona de caída”.

IMPORTANTE: en la realización de esta prueba se permite el uso de fajas o cinturones.

PRUEBA 2 - POTENCIA DE PIERNAS

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

POSICIÓN INICIAL

El participante debe situarse de forma que las puntas de los pies estén exactamente detrás de la línea de bateo (parte trasera de la línea) y separadas al ancho de las caderas.

La línea de bateo tendrá un grosor máximo de 5 cm.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

El aspirante debe saltar simultáneamente con los pies lo más lejos posible.

Toda la planta de los pies debe estar en contacto permanente con el suelo hasta el momento despegar (no se permitirán las acciones de balanceo de pies antes de la ejecución del salto).

El aspirante podrá realizar dos (2) intentos.

EVALUACIÓN

La distancia se mide en centímetros desde la parte anterior de la línea de bateo hasta la marca más posterior hecha por el saltador.

Se descartan o no se miden los 5 cm de grosor de la línea de bateo.

Deberá abandonarse la zona de caída de forma equilibrada. Se contará lo mejor de los dos intentos permitidos.

El Juez evaluador podrá decretar nulo cualquier intento que no se ajuste a la ejecución correcta de la prueba.

Se considerará nulo cualquier salto que no se efectúe sobre la "zona de caída".

PRUEBA 3 - ABDOMINALES EN 1 MINUTO

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

POSICIÓN INICIAL

Tumbado de espaldas al suelo, con las piernas flexionadas y los pies sujetos. Las manos entrelazadas en la nuca y con los brazos abiertos con los codos tocando el suelo.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

Elevación sucesiva del tronco durante un minuto, a tocar de forma alternativa una rodilla con el codo contrario, y volver a la posición inicial (codos tocando el suelo).

EVALUACIÓN

Se contabilizará cada vez que después de una elevación correcta, se vuelva a la posición inicial y los dos codos toquen el suelo.

Si en algún momento de la secuencia, los codos no tocan claramente en el suelo, ese abdominal no se contabilizará.

PRUEBA 4 - VELOCIDAD

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

POSICIÓN INICIAL

De pie en la zona asignada, detrás de la línea de salida.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

Consiste en correr 50 metros lisos al máximo de las posibilidades y con el mínimo tiempo posible.

El aspirante se situará frente a la línea de salida sin pisarla.

Se hará un aviso y se pondrá en marcha el cronómetro y, a la máxima velocidad, tendrá que correr los 50 metros lisos.

Al traspasar la línea de llegada se detendrá el cronómetro.

No puede salir con starting.

Después de haber calentado, el aspirante podrá realizar dos (2) intentos.

Se registrará el mejor tiempo que el aspirante sea capaz de realizar.

El aviso de salida y el cronometraje del tiempo se realizarán por un examinador desde la línea de llegada.

EVALUACIÓN

Se medirá el tiempo en segundos desde el aviso de salida, hasta que el aspirante haya atravesado la línea de llegada.

PRUEBA 5 - RESISTENCIA AERÓBICA

DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

POSICIÓN INICIAL

De pie en la zona asignada, detrás de la línea de salida.

DESARROLLO DE LA PRUEBA

Correr durante el máximo de tiempo posible en un trazado de ida y vuelta de 20 m, siguiendo la velocidad que se impone y que aumenta cada minuto, mediante una banda magnética que emite sonidos a intervalos regulares y que indica al sujeto el momento en que se ha de encontrar en uno u otro extremo del trazado.

Directrices: la velocidad será impuesta mediante una banda sonora que emite sonidos a intervalos regulares.

Se debe ajustar la velocidad de forma que se coincida en un lado o en el otro del trazado de 20 m cuando se emita el sonido.

La velocidad es lenta al principio, pero aumentará progresivamente cada minuto.

El objetivo del aspirante es completar el mayor número posible de rectas, o bien seguir el ritmo impuesto durante el mayor tiempo posible. En ese momento se anotará el número de rectas anunciado. Éste será el resultado.

La duración de la prueba será distinta según la capacidad del sujeto.

Directrices de salida: la salida se efectuará dentro de 30 segundos.

Colocados sobre la línea de salida, correr el máximo tiempo posible manteniéndose dentro de su calle.

Al llegar a el otro extremo de la línea, pivote sobre un pie y cambie de sentido.

Los virajes no son permitidos.

La prueba comenzará cuando oiga la señal sonora, es decir, en 5 segundos, 4, 3, 2, 1. pip."

EVALUACIÓN

Se anotará la última recta completada, antes de que el sujeto abandone la prueba o se le haga abandonar por no poder seguir el ritmo impuesto por la cinta magnética.

En el momento de sonar la señal habrá que estar situado con todo el cuerpo como máximo a un metro de la línea de pivotar (dentro de la zona de señal) correspondiente, para luego pisarla.

MARCAS

PRUEBA 1. LANZAMIENTO DE BALÓN MEDICINAL

GRUPO DE EDAD DE 18 A 36 AÑOS.

VALORACIONS PROVES FÍSQUES					
Prova 1 - Llançament de Pilota Medicinal					
GRUPS D'EDAT de 18 a 36 anys:					
NOTA	MARCA		NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES		HOMES	DONES
10	Més de 11,50 m.	Més de 9,50 m.	5	8,11 - 8,40 m.	6,26 - 6,50 m.
9,5	11,21 - 11,50 m.	9,11 - 9,50 m.	4,5	7,81 - 8,10 m.	6,01 - 6,25 m.
9	10,81 - 11,20 m.	8,71 - 9,10 m.	4	7,51 - 7,80 m.	5,71 - 6,00 m.
8,5	10,41 - 10,80 m.	8,31 - 8,70 m.	3,5	7,31 - 7,50 m.	5,41 - 5,70 m.
8	10,01 - 10,40 m.	7,91 - 8,30 m.	3	7,11 - 7,30 m.	5,11 - 5,40 m.
7,5	9,61 - 10,00 m.	7,61 - 7,90 m.	2,5	6,81 - 7,10 m.	4,91 - 5,10 m.
7	9,31 - 9,60 m.	7,31 - 7,60 m.	2	6,51 - 6,80 m.	4,71 - 4,90 m.
6,5	9,01 - 9,30 m.	7,01 - 7,30 m.	1,5	6,31 - 6,50 m.	4,51 - 4,70 m.
6	8,71 - 9,00 m.	6,76 - 7,00 m.	1	6,11 - 6,30 m.	4,31 - 4,50 m.
5,5	8,41 - 8,70 m.	6,51 - 6,75 m.	0	menys de 6,10 m.	menys de 4,30 m.

GRUPO DE EDAD DE 37 AÑOS EN ADELANTE.

GRUPS D'EDAT de 37 anys fins a l'edat de la jubilació obligatòria:

NOTA	MARCA		NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES		HOMES	DONES
10	Més de 11,20 m.	Més de 8,50 m.	5	7,71 - 8,00 m.	5,76 - 6,00 m.
9,5	10,81 - 11,20 m.	8,21 - 8,50 m.	4,5	7,41 - 7,70 m.	5,51 - 5,75 m.
9	10,41 - 10,80 m.	7,81 - 8,20 m.	4	7,11 - 7,40 m.	5,21 - 5,50 m.
8,5	10,01 - 10,40 m.	7,51 - 7,80 m.	3,5	6,81 - 7,10 m.	5,01 - 5,20 m.
8	9,61 - 10,00 m.	7,26 - 7,50 m.	3	6,51 - 6,80 m.	4,71 - 5,00 m.
7,5	9,31 - 9,60 m.	7,01 - 7,25 m.	2,5	6,31 - 6,50 m.	4,51 - 4,70 m.
7	8,91 - 9,30 m.	6,76 - 7,00 m.	2	6,11 - 6,30 m.	4,31 - 4,50 m.
6,5	8,61 - 8,90 m.	6,51 - 6,75 m.	1,5	5,81 - 6,10 m.	4,11 - 4,30 m.
6	8,31 - 8,60 m.	6,26 - 6,50 m.	1	5,51 - 5,80 m.	4,01 - 4,10 m.
5,5	8,01 - 8,30 m.	6,01 - 6,25 m.	0	menys de 5,50 m.	menys de 4 m.

PRUEBA 2. POTENCIA DE PIERNAS.

GRUPO DE EDAD DE 18 A 36 AÑOS.

Prova 2 - Potència de Cames

GRUPS D'EDAT de 18 a 36 anys:

NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	Més de 2,60 m.	Més de 2,30 m.		5	2,11- 2,15 m.	1,71- 1,80 m.
9,5	2,56- 2,60 m.	2,26- 2,30 m.		4,5	2,06- 2,10 m.	1,61- 1,70 m.
9	2,51- 2,55 m.	2,21- 2,25 m.		4	2,01- 2,05 m.	1,51- 1,60 m.
8,5	2,46- 2,50 m.	2,16- 2,20 m.		3,5	1,96- 2,00 m.	1,41- 1,50 m.
8	2,41- 2,45 m.	2,11- 2,15 m.		3	1,91- 1,95 m.	1,31- 1,40 m.
7,5	2,36- 2,40 m.	2,06- 2,10 m.		2,5	1,81- 1,90 m.	1,21- 1,30 m.
7	2,31- 2,35 m.	2,01- 2,05 m.		2	1,71- 1,80 m.	1,16- 1,20 m.
6,5	2,26- 2,30 m.	1,96- 2,00 m.		1,5	1,61- 1,70 m.	1,11- 1,15 m.
6	2,21- 2,25 m.	1,91- 1,95 m.		1	1,51- 1,60 m.	1,06- 1,10 m.
5,5	2,16- 2,20 m.	1,81- 1,90 m.		0	menys de 1,50 m.	menys de 1,05 m.

GRUPO DE EDAD DE 37 AÑOS EN ADELANTE.

GRUPS D'EDAT de 37 anys fins a l'edat de la jubilació obligatòria:

NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	Més de 2,50 m.	Més de 2,25 m.		5	2,01- 2,05 m.	1,61- 1,70 m.
9,5	2,46- 2,50 m.	2,21- 2,25 m.		4,5	1,96- 2,00 m.	1,51- 1,60 m.
9	2,41- 2,45 m.	2,16- 2,20 m.		4	1,91- 1,95 m.	1,41- 1,50 m.
8,5	2,36- 2,40 m.	2,11- 2,15 m.		3,5	1,81- 1,90 m.	1,31- 1,40 m.
8	2,31- 2,35 m.	2,06- 2,10 m.		3	1,71- 1,80 m.	1,21- 1,30 m.
7,5	2,26- 2,30 m.	2,01- 2,05 m.		2,5	1,61- 1,70 m.	1,16- 1,20 m.
7	2,21- 2,25 m.	1,96- 2,00 m.		2	1,51- 1,60 m.	1,11- 1,15 m.
6,5	2,16- 2,20 m.	1,91- 1,95 m.		1,5	1,41- 1,50 m.	1,06- 1,10 m.
6	2,11- 2,15 m.	1,81- 1,90 m.		1	1,31- 1,40 m.	1,01- 1,05 m.
5,5	2,06- 2,10 m.	1,71- 1,80 m.		0	menys de 1,10 m.	menys de 1,00 m.

PRUEBA 3. ABDOMINALES EN 1 MINUTO.

GRUPO DE EDAD DE 18 A 36 AÑOS.

Prova 3 - Abdominals en 1 minut						
GRUPS D'EDAT de 18 a 36 anys:						
NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	més de 68	més de 65		5	43	40
9,5	68	65		4,5	40	38
9	65	62		4	38	35
8,5	62	60		3,5	35	33
8	60	55		3	33	30
7,5	55	53		2,5	30	27
7	53	50		2	27	24
6,5	50	48		1,5	23	21
6	48	45		1	20	18
5,5	45	43		0	menys de 20	menys de 18

GRUPO DE EDAD DE 37 AÑOS EN ADELANTE.

GRUPS D'EDAT de 37 anys fins a l'edat de la jubilació obligatòria:						
NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	més de 60	més de 56		5	38	33
9,5	60	56		4,5	35	30
9	58	54		4	33	28
8,5	55	52		3,5	30	24
8	53	50		3	28	21
7,5	50	48		2,5	26	18
7	48	45		2	24	16
6,5	45	42		1,5	21	14
6	43	39		1	18	12
5,5	40	36		0	menys de 18	més de 12

PRUEBA 4. VELOCIDAD.

GRUPO DE EDAD DE 18 A 36 AÑOS.

Prova 4 - Velocitat						
GRUPS D'EDAT de 18 a 36 anys:						
NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	menys de 6,0 "	menys de 7,3 "		5	7,4 "	9,0 "
9,5	6,0 "	7,3 "		4,5	7,6 "	9,2 "
9	6,1 "	7,4 "		4	7,8 "	9,4 "
8,5	6,3 "	7,6 "		3,5	8,0 "	9,6 "
8	6,5 "	7,8 "		3	8,4 "	9,8 "
7,5	6,7 "	8,0 "		2,5	8,6 "	10,0 "
7	6,9 "	8,2 "		2	8,8 "	10,3 "
6,5	7,0 "	8,4 "		1,5	9,0 "	10,4 "
6	7,1 "	8,6 "		1	9,1 "	10,5 "
5,5	7,3 "	8,8 "		0	més de 9,1 "	més de 10,5 "

GRUPO DE EDAD DE 37 AÑOS EN ADELANTE.

GRUPS D'EDAT de 37 anys fins a l'edat de la jubilació obligatòria:

NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	menys de 6,5 "	menys de 7,8 "		5	8,0 "	9,5 "
9,5	6,5 "	7,8 "		4,5	8,1 "	9,6 "
9	6,7 "	8,0 "		4	8,3 "	9,8 "
8,5	6,9 "	8,2 "		3,5	8,4 "	9,9 "
8	7,0 "	8,4 "		3	8,6 "	10,1 "
7,5	7,1 "	8,6 "		2,5	8,8 "	10,3 "
7	7,3 "	8,8 "		2	9,0 "	10,5 "
6,5	7,4 "	9,0 "		1,5	9,3 "	10,8 "
6	7,6 "	9,2 "		1	9,6 "	11,0 "
5,5	7,8 "	9,4 "		0	més de 9,6 "	més de 11,0 "

PRUEBA 5. RESISTENCIA AERÓBICA.

TABLA COMÚN.

Prova 5 - Resistència aeròbica

GRUPS D'EDAT de 18 anys fins a l'edat de la jubilació obligatòria:

NOTA	MARCA			NOTA	MARCA	
	HOMES	DONES			HOMES	DONES
10	més de 121 rectes	més de 97 rectes		5	Palier 8 - 70 rect.	Palier 6 - 50 rect.
9,5	Palier 12,5 - 121 rec.	Palier 10,5 - 97 rec.		4,5	Palier 7,5 - 66 rect.	Palier 5,5 - 46 rect.
9	Palier 12 - 114 rec.	Palier 10 - 91 rect.		4	Palier 7 - 60 rect.	Palier 5 - 41 rect.
8,5	Palier 11,5 - 108 rec.	Palier 9,5 - 86 rect.		3,5	Palier 6,5 - 56 rect.	Palier 4,5 - 37 rect.
8	Palier 11 - 102 rec.	Palier 9 - 80 rect.		3	Palier 6 - 50 rect.	Palier 4 - 32 rect.
7,5	Palier 10,5 - 97 rec.	Palier 8,5 - 76 rect.		2,5	Palier 5,5 - 46 rect.	Palier 3,5 - 28 rect.
7	Palier 10 - 91 rect.	Palier 8 - 70 rect.		2	Palier 5 - 41 rect.	Palier 3 - 24 rect.
6,5	Palier 9,5 - 86 rect.	Palier 7,5 - 66 rect.		1,5	Palier 4,5 - 37 rect.	Palier 2,5 - 20 rect.
6	Palier 9 - 80 rect.	Palier 7 - 60 rect.		1	Palier 4 - 32 rect.	Palier 2 - 16 rect.
5,5	Palier 8,5 - 76 rect.	Palier 6,5 - 56 rect.		0	menys de 32 rectes	menys de 16 rectes

Cada ejercicio se puntuará de 0 a 10 puntos. La puntuación final de cada aspirante se obtendrá dividiendo entre cinco la suma total de puntos conseguidos en cada uno de ellos y quedarán eliminados de la oposición quienes no logren una puntuación mínima de 5 puntos.