

PROBA SUPLIMENTARĂ-FIZICĂ
Detalii

Proba se adresează exclusiv candidaților pentru funcțiile publice de execuție din cadrul Poliției Locale Sector 4, înscriși la concursul organizat în perioada 24.09.-26.09.2014

Proba se va desfășura în data de 24.09.2014 ora 09⁰⁰ la sediul Poliției Locale Sector 4 din Aleea Ciceu nr.12, Sector 4 și se referă la următoarele aspecte:

A. Testarea cuprinde următoarele probe sportive:

- flotări - bărbați
- săritura în lungime de pe loc - bărbați – femei ;
- abdomene - femei .

B. Grupele de vârstă la această probă, atât pentru bărbați cât și pentru femei, sunt următoarele:

- grupa 1 - până la 30 de ani, inclusiv ;
- grupa a 2-a - 31 - 35 de ani, inclusiv ;
- grupa a 3-a - 35 - 40 de ani, inclusiv ;
- grupa a 4-a - peste 41 de ani .

C. Probele, normele și baremele pentru verificarea candidaților se prezintă astfel:

PROBE SPORTIVE - BARBAȚI

1. SĂRITURA ÎN LUNGIME DE PE LOC

- grupa 1-a-pana la 30 de ani, inclusiv - 1,90m
- grupa a 2-a - 31 - 35 de ani, inclusiv - 1,80 m
- grupa a 3-a - 36 - 40 de ani, inclusiv - 1,70 m
- grupa a 4-a - peste 41 de ani -1,60 m

2. FLOTĂRI

- grupa 1-a - pana la 30 de ani, inclusiv - 20 repetari in 30 de secunde
- grupa a 2-a - 31 - 35 de ani, inclusiv -18 repetari in 30 de secunde
- grupa a 3-a - 36 - 40 de ani, inclusiv -16 repetari in 30 de secunde
- grupa a 4-a - peste 41 de ani -14 repetari in 30 de secunde

PROBE SPORTIVE - FEMEI

1. ABDOMENE

- grupa 1-a - pana la 30 de ani, inclusiv - 16 repetari in 30 de secunde
- grupa a 2-a - 31 - 35 de ani, inclusiv - 14 repetari in 30 de secunde
- grupa a 3-a - 36 - 40 de ani, inclusiv - 12 repetari in 30 de secunde
- grupa a 4-a - peste 41 de ani - 10 repetari in 30 de secunde

2. SĂRITURA ÎN LUNGIME DE PE LOC

- grupa 1-a - pana la 30 de ani, inclusiv - 1,70m
- grupa a 2-a - 31 - 35 de ani, inclusiv - 1,60m
- grupa a 3-a - 36 - 40 de ani, inclusiv - 1,50m
- grupa a 4-a - peste 41 de ani - 1,40m

D. Toate probele fizice, se execută numai în ținuta sportivă adecvată anotimpului și probei respective și nu se admit contestații.

Este declarat "ADMIS" candidatul care a îndeplinit baremul minim la fiecare probă în parte .

**DIRECTOR GENERAL
IONESCU ADRIAN CORNELIU**

