**消防员招录体能素质测试标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 年龄标准内容 | 18—23岁 | 24—29岁 | 30—35岁 |
| 俯卧撑（次/3分钟） | 45 | 40 | 35 |
| 仰卧起座（次/3分钟）（女） | 55（18＂） | 50（16＂） | 40（15＂） |
| 立定跳远（米）（女） | 2.4（1.6） | 2.3（1.5） | 2.2（1.4） |
| 10×5往返跑（女） | 26＂（36＂） | 28＂（40＂） | 29＂（45＂） |
| 1500米（女800米） | 7＇ | 7:20＇ | 7:50＇ |
| 100米跑（女） | 15.5＂（20＂） | 16＂（22＂） | 17＂（24＂） |
| **备注：男性从上述内容中选取五项，女性测试后五项，每项20分。** |