|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 40岁(含)以下 |
| 10米×4往返跑 | 男≤13〞10 　　　　 女≤14〞10 |
| 男1000米跑  女800米跑 |  男≤4ˊ25〞 　　　 女≤4ˊ20〞 |
| 纵跳摸高 | 男≥265 厘米 　　　 女≥230 厘米 |