

TABLO-3 (Devamı)

KADIN ASKERİ ÖĞRENCİ ADAYLARI İÇİN

BARFİKSTE AÇIK TUTUŞTA BEKLEME		DURARAK UZUN ATLAMA		BASKETBOL TOPU FIRLATMA		MEKİK (1 dk)		400 m. KOŞU	
Süre (sn)	Puan	Mesafe (cm)	Puan	Mesafe (m)	Puan	Tekrar Sayısı	Puan	Süre (sn)	Puan
00:29	0	149	0	5,5	0	14	0	01:40	0
00:30-00:35	1	150-154	1	6	1	15	1	01:39	2
00:36-00:40	2	155-159	2	6,5	2	16-17	2	01:38	4
00:41-00:42	3	160-164	3	7	3	18-19	3	01:37	6
00:43-00:44	4	165-169	4	7,5	4	20-21	4	01:36	8
00:45-00:46	5	170-172	5	8	5	22-23	5	01:35	10
00:47-00:48	6	173-175	6	8,5	6	24-25	6	01:34	12
00:49-00:50	7	176-178	7	9	7	26-27	7	01:33	14
00:51-00:52	8	179	8	9,5	8	28-29	8	01:32	16
00:53-00:54	9	180	9	10	9	30-31	9	01:31	18
00:55-00:56	10	181	10	10,5	10	32-33	10	01:30	20
00:57-00:58	11	182	11	11	11	34-35	11	01:29	22
00:59-00:60	12	183	12	11,5	12	36-37	12	01:28	24
00:61-00:62	13	184	13	12	13	38-39	13	01:27	26
00:63-00:64	14	185	14	12,5	14	40-41	14	01:26	28
00:65	15	186	15	13	15	42	15	01:25	30
								01:24	32
								01:23	34
								01:22	36
								01:21	38
								01:20	40

AÇIKLAMALAR:

1. Fiziki Yeterlilik Testinde 5 branşın 4'ünden en az birer puan almak zorunludur, 2 ve daha fazla branştan puan alamayan aday not toplamına bakılmaksızın elenir. Aday puan alamadığı branş veya branşlardan bir defaya mahsus olmak üzere itiraz sınavına girebilir.
2. Adayın aldığı puanların toplamı Fiziki Yeterlilik Testi puanını oluşturur.