

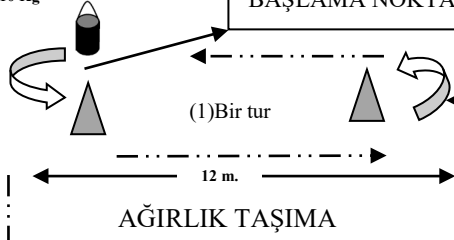
7. DÖNEM 2022 YILI EMNİYET MENSUBU ADAYLARIN İLK DERECE AMİRLİK SINAVI FİZİKİ YETERLİLİK PARKURU VE ZAMAN/PUAN CETVELİ



BAŞLANGIÇ

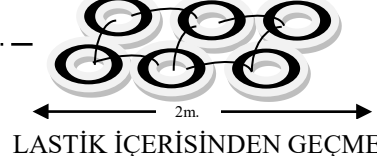
ERKEK: 2 X 15 Kg
KADIN: 2 X 10 Kg

AĞIRLIK TAŞIMA
BAŞLAMA NOKTASI



(1) Bir tur

16 inch araç lastiği



LASTİK İÇERİSİNDEN GEÇME



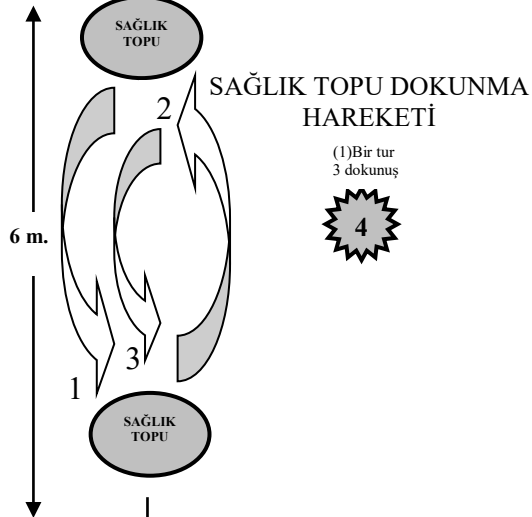
JİMNASTİK SIRASI ÜZERİNDE
ÇİFT AYAKLA SICRAYIŞ (6)

AĞIRLIK TAŞIMA



Saniye	ERKEK ADAY		KADIN ADAY		
	35 Yaş ve Altı	36 Yaş Ve Üstü	Saniye	35 Yaş ve Altı	36 Yaş Ve Üstü
40	100		45	100	
41	95	100	46	95	100
42	90	95	47	90	95
43	85	90	48	85	90
44	80	85	49	80	85
45	75	80	50	75	80
46	70	75	51	70	75
47		70	52		70

KOMİSYON

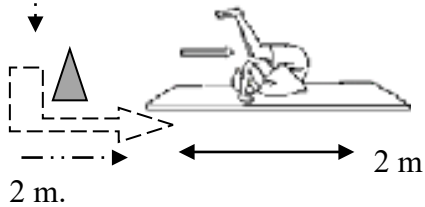


SAĞLIK TOPU DOKUNMA
HAREKETİ

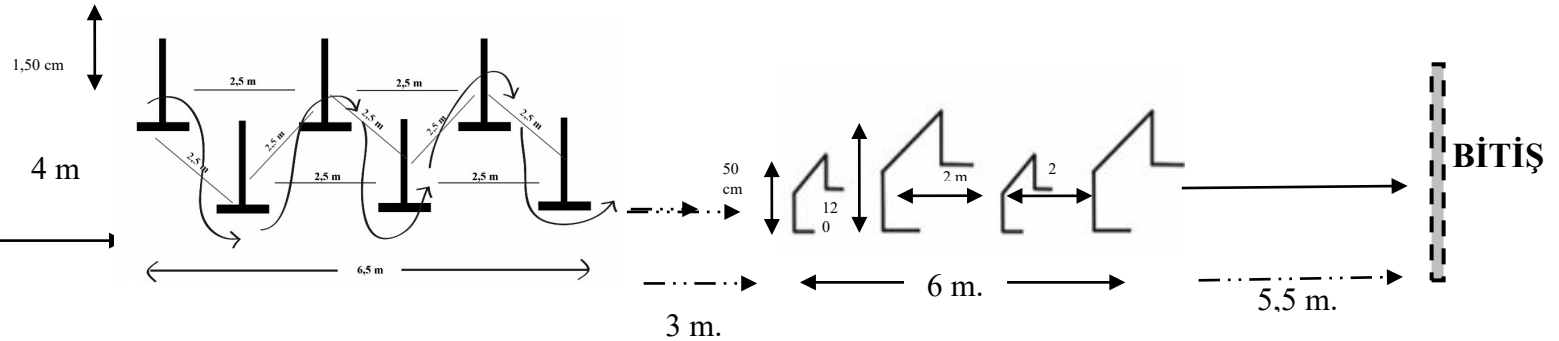


6 m.

4 m.



DÜZ TAKLA (1)



SLALOM KOŞU



ENGEL ALTINDAN ve
ÜSTÜNDEN GEÇME



BİTİŞ