

PROVE FISICHE DI TERRA CONCORSO ESERCITO

Le prove fisiche di terra per il concorso dell' ESERCITO sono:

- simulazione del sollevamento di una bomba da mortaio da 120 mm;
- simulazione dell'armamento di una mitragliatrice;
- simulazione del trascinamento di un ferito; corsa piana 2.000 metri.

Nella tabella vengono riportati anche i parametri di riferimento e i punteggi diversificati per uomini e donne.



**PREPARAZIONE PROVE
FISICHE DI TERRA
ESERCITO**

	ESERCIZI	PARAMETRI DI RIFERIMENTO	DI	PARAMETRI DI RIFERIMENTO PER L'ATTRIBUZIONE DI PUNTEGGI INCREMENTALI	PUNTEGGIO MASSIMO ACQUISIBILE
Uomini	Simulazione sollevamento bomba da mortaio da 120 mm	tempo massimo 60 secondi		0,36 punti per ogni sollevamento (fino a un massimo di 14 sollevamenti nel tempo massimo di 60 secondi)	5
	Simulazione armamento di una mitragliatrice	manubrio da 20 kg tempo massimo 60 secondi		0,21 punti per ogni trazione (fino a un massimo di 24 trazioni nel tempo massimo di 60 secondi)	5
	Simulazione trascinamento di un ferito	tempo massimo 80 secondi lungo un tragitto di 20 m e ritorno		0,125 punti per ogni secondo in meno rispetto al tempo massimo di 80 secondi per l'attribuzione del punteggio incrementale (fino a un massimo di 40 secondi in meno)	5
	Corsa piana 2.000 metri	tempo massimo per lo svolgimento della prova 13 minuti; tempo di riferimento per attribuzione del punteggio incrementale 10 minuti e 30 secondi.		0,029 punti per ogni secondo in meno rispetto al tempo massimo di 10 minuti e 30 secondi per l'attribuzione del punteggio incrementale (fino a un massimo di 173 secondi in meno)	5
Donne	Simulazione sollevamento bomba da mortaio da 120 mm	tempo massimo 80 secondi		0,36 punti per ogni sollevamento (fino a un massimo di 14 sollevamenti nel tempo massimo di 80 secondi)	5
	Simulazione armamento di una mitragliatrice	manubrio da 10 kg tempo massimo 80 secondi		0,21 punti per ogni trazione (fino a un massimo di 24 trazioni nel tempo massimo di 80 secondi)	5
	Simulazione trascinamento di un ferito	tempo massimo 120 secondi lungo un tragitto di 20 m e ritorno		0,125 punti per ogni secondo in meno rispetto al tempo massimo di 120 secondi per l'attribuzione del punteggio incrementale (fino a un massimo di 40 secondi in meno)	5
	Corsa piana 2.000 metri	tempo massimo per lo svolgimento della prova 13 minuti; tempo di riferimento per attribuzione del punteggio incrementale 11 minuti e 30 secondi.		0,029 punti per ogni secondo in meno rispetto al tempo massimo di 11 minuti e 30 secondi per l'attribuzione del punteggio incrementale (fino a un massimo di 173 secondi in meno).	5