

PROVE FISICHE DI TERRA CONCORSO POLIZIA



**PREPARAZIONE PROVE
FISICHE DI TERRA
POLIZIA**

Le prove di efficienza fisica del concorso in Polizia, salvo modifiche al bando di concorso, prevedono:

Per l'uomo:

- corsa 1.000 m in un tempo massimo di 3 minuti e 55 secondi.
- salto in alto con altezza 1,20 m (massimo tre tentativi)
- 5 sollevamenti alla sbarra (continuativi massimo 2 minuti).

Per la donna:

- corsa 1.000 m in un tempo di 4 minuti e 55 secondi
- salto in alto con altezza di 1,00 m
- 2 sollevamenti alla sbarra.