

**PRUEBA FÍSICA ASCENSOS FECHA: , / /2016**

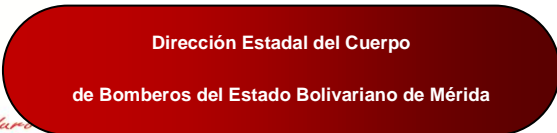
FUNCIONARIO						Nº C. I.			FECHA NCTO.			EDAD			SEXO	
Test 1700 - 2000 mts						Test Abdominales			Test Lanz. Balón Medicinal			Test Flex-extens de codos			Test velocidad	Resultado
Tiemp	Ptos	30 %	Rept.	Ptos	20 %	Distan	Ptos	10 %	Rept.	Ptos	20 %	Tiemp	Ptos.	20 %	20 pts	

**“ D I S C I P L I N A Y A B N E G A C I Ó N ”**

firmas

Unidad de Deporte y Recreación

Funcionario



**PRUEBA FÍSICA ASCENSOS FECHA: , / /2016**

FUNCIONARIO						Nº C. I.			FECHA NCTO.			EDAD			SEXO	
Test 1700 - 2000 mts						Test Abdominales			Test Lanz. Balón Medicinal			Test Flex-extens de codos			Test velocidad	Resultado
Tiemp	Ptos	30 %	Rept.	Ptos	20 %	Distan	Ptos	10 %	Rept.	Ptos	20 %	Tiemp	Ptos.	20 %	20 pts	

**“ D I S C I P L I N A Y A B N E G A C I Ó N ”**

firmas

Unidad de Deporte y Recreación

Funcionario