

TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Ocena sprawności fizycznej to tor przeszkód, który należy pokonać w czasie nieprzekraczającym 1 min 41 s. Wyniki uzyskane w trakcie toru przeszkód przeliczane są w systemie punktowym. Minimalna liczba punktów to 43 a maksymalna to 60 punktów.

Kandydat do służby przystępuje do testu sprawności fizycznej po okazaniu zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych, wystawionego nie wcześniej niż 14 dni przed dniem przystąpienia do testu.

Szczegółowy opis toru sprawnościowego oraz film jak poprawnie go pokonać znajdziecie [TUTAJ](#).

Jeżeli nie zaliczy się tego etapu obowiązuje 2 miesiące karencji.