

Primera prueba. Aptitud física.

- 1.- Objetivo: Medir la agilidad de movimientos del ejecutante (hombres y mujeres). Realización de un circuito.
- 2.- Objetivo: Medir la fuerza de los principales músculos flexores de los brazos y la cintura escapulo-humeral. Flexiones en barra (hombres) o tiempo de suspensión (mujeres).
- 3.- Tercer ejercicio (hombres y mujeres).Objetivo: Medir la resistencia orgánica de los opositores. Recorrido de 1.000 m.