

## PROVE DI EFFICIENZA FISICA

CONCORRENTI DI SESSO MASCHILE		
PROVE OBBLIGATORIE		
1^	2^	ESITO
CORSA PIANA M. 1000	PIEGAMENTI SULLE BRACCIA Tempo massimo 2 minuti	
tempo uguale o inferiore a 5 minuti e 40 secondi	numero uguale o superiore a 10	IDONEO
tempo superiore a 5 minuti e 40 secondi	numero inferiore a 10	INIDONEO

CONCORRENTI DI SESSO FEMMINILE		
PROVE OBBLIGATORIE		
1^	2^	ESITO
CORSA PIANA M. 1000	PIEGAMENTI SULLE BRACCIA Tempo massimo 2 minuti	
tempo uguale o inferiore a 6 minuti e 10 secondi	numero uguale o superiore a 7	IDONEO
tempo superiore a 6 minuti e 10 secondi	numero inferiore a 7	INIDONEO

I concorrenti dovranno effettuare gli esercizi sopraindicati in sequenza.

L'esecuzione degli esercizi determinerà il giudizio d'idoneità senza attribuzione di alcun punteggio incrementale.

Il mancato superamento di uno degli esercizi determinerà il giudizio d'inidoneità e l'esclusione dal concorso.

I concorrenti che prima dell'inizio delle prove lamentano postumi di infortuni precedentemente subiti o accusano un'indisposizione o si infortunano durante l'esecuzione di uno degli esercizi, dovranno farlo immediatamente presente alla commissione la quale, sentito il personale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni. Nel caso di postumi di infortuni precedentemente subiti è facoltà del concorrente esibire alla commissione idonea certificazione medica.

Per tutto quanto non sopra precisato sarà fatto riferimento al provvedimento del Comandante Generale dell'Arma dei Carabinieri di cui all'art. 10, comma 3 e ai regolamenti tecnici della relativa federazione sportiva italiana.