

PPL APMM NO. DOKUMEN: BK-LAT-KS-03-01 BORANG UJIAN KECERGASAN



Bil	Pangkat	Nama	Tarikh Lahir	Umur	Tinggi	Berat	Bangkit Tubi (Dalam 60 Saat)	Lompat Jauh Keadaan Berdiri (CM)	4 X 10 Meter Lari Ulang Alik (Saat)	Mendagu dalam 30 saat (Lelaki) dan Bergantung dengan tangan (wanita) saat	Larian 2.4 KM	Renang/ Terapung	KEPUTUSAN LULUS/GAGAL

Disediakan : IMPLEMEBTASI LATIHAN TARIKH KEMASKINI: 26 JANUARI 2012