

Tabela Resumo

Pontuação Mín. e Máx.		PM – PA		PF		PRF		PC – PA
@trajetopolicial								@trajetopolicial
Abdominal (1')		27x		- - - -		25x – 43x		20x
Flexão		23x		- - - -		- - - -		12x
Barra		12"		15" - 35"		10" - 28"		- - - -
				@trajetopolicial				
Corrida (12')		1,6 km		2,02 km - 34 km		2,001 km - 2,601 km		1,6 km
Impulsão horizontal		- - - -		1,59 m - 1,9 m		1,61m – 1,91 m		- - - -
@trajetopolicial								@trajetopolicial
Natação (50m)		- - - -		54" - < 37"		- - - -		- - - -