

NORME ZA TEST IZDRŽLJIVOSTI

Muškarci		Devojke	
Distanca	Ocena	Distanca	Ocena
2400 m	6	2000 m	6
2500 m	7	2100 m	7
2600 m	8	2200 m	8
2700 m	9	2300 m	9
2800 m	10	2400 m	10

TESTOVI SNAGE

Muškarci		Devojke	
Sklekovi	Ocena	Sklekovi	Ocena
12-21	6	6-11	6
22-31	7	12-17	7
32-41	8	18-23	8
42-51	9	24-29	9
52 i više	10	30 i više	10

Muškarci		Devojke	
Trbušnjaci	Ocena	Trbušnjaci	Ocena
22-28	6	21-27	6
29-35	7	28-34	7
36-42	8	35-41	8
43-49	9	42-48	9
50 i više	10	49 i više	10