

## 송전 체력검정 평가표

| 구분     |                   | 10점        | 9점            | 8점            | 7점            | 6점            | 5점            | 4점            | 3점            | 2점            | 1점         |
|--------|-------------------|------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| 남<br>자 | 100m 달리기<br>(초)   | 13.0<br>이내 | 13.1~<br>13.5 | 13.6~<br>14.0 | 14.1~<br>14.5 | 14.6~<br>15.0 | 15.1~<br>15.5 | 15.6~<br>16.0 | 16.1~<br>16.5 | 16.6~<br>16.9 | 17.0<br>이후 |
|        | 1,000m 달리기<br>(초) | 230<br>이내  | 231 ~<br>236  | 237 ~<br>242  | 243 ~<br>248  | 249 ~<br>254  | 255 ~<br>260  | 261 ~<br>266  | 267 ~<br>272  | 273 ~<br>279  | 280<br>이후  |
|        | 윗몸일으키기<br>(회/1분)  | 58<br>이상   | 57 ~<br>55    | 54 ~<br>51    | 50 ~<br>46    | 45 ~<br>40    | 39 ~<br>36    | 35 ~<br>31    | 30 ~<br>25    | 24 ~<br>22    | 21<br>이하   |
|        | 좌우 악력<br>(kg)     | 61<br>이상   | 60 ~<br>59    | 58 ~<br>56    | 55 ~<br>54    | 53 ~<br>51    | 50 ~<br>48    | 47 ~<br>45    | 44 ~<br>42    | 41 ~<br>38    | 37<br>이하   |
|        | 팔굽혀펴기<br>(회/1분)   | 58<br>이상   | 57 ~<br>52    | 51 ~<br>46    | 45 ~<br>40    | 39 ~<br>34    | 33 ~<br>28    | 27 ~<br>23    | 22 ~<br>18    | 17 ~<br>13    | 12<br>이하   |
| 여<br>자 | 100m 달리기<br>(초)   | 15.5<br>이내 | 15.6~<br>16.3 | 16.4~<br>17.1 | 17.2~<br>17.9 | 18.0~<br>18.7 | 18.8~<br>19.4 | 19.5~<br>20.1 | 20.2~<br>20.8 | 20.9~<br>21.5 | 21.6<br>이후 |
|        | 1,000m 달리기<br>(초) | 290<br>이내  | 291 ~<br>297  | 298 ~<br>304  | 305 ~<br>311  | 312 ~<br>318  | 319 ~<br>325  | 326 ~<br>332  | 333 ~<br>339  | 340 ~<br>347  | 348<br>이후  |
|        | 윗몸일으키기<br>(회/1분)  | 55<br>이상   | 54 ~<br>50    | 49 ~<br>45    | 44 ~<br>40    | 39 ~<br>35    | 34 ~<br>30    | 29 ~<br>25    | 24 ~<br>19    | 18 ~<br>13    | 12<br>이하   |
|        | 좌우 악력<br>(kg)     | 40<br>이상   | 39 ~<br>38    | 37 ~<br>36    | 35 ~<br>34    | 33 ~<br>31    | 30 ~<br>29    | 28 ~<br>27    | 26 ~<br>25    | 24 ~<br>22    | 21<br>이하   |
|        | 팔굽혀펴기<br>(회/1분)   | 50<br>이상   | 49 ~<br>45    | 44 ~<br>40    | 39 ~<br>35    | 34 ~<br>30    | 29 ~<br>26    | 25 ~<br>21    | 20 ~<br>16    | 15 ~<br>11    | 10<br>이하   |

주) 경찰공무원 채용시험 체력검사의 평가기준 준용[「경찰공무원 임용령 시행규칙」

<별표 5의2> (체력검사 평가기준 개정 : '22.02.16)]

- 관련근거 : 「경찰공무원 임용령 시행규칙」제34조의2(본조신설 : '93.08.26, 전문개정 : '16.12.30)