

ANEXO "B"

TABELA DE EAF PARA O ESTÁGIO DE MOTO-PATRULHAMENTO – FEMININO

FAIXA ETÁRIA	APOIO	MEIO SUGADO	ABDOMINAL	CORRIDA
18 – 25	17	14	28	2000 METROS
26 – 30	13	13	24	1750 METROS
31 – 35	11	12	20	1600 METROS
36 – 39	09	11	17	1550 METROS
40 – 45	06	09	14	1450 METROS
46 – 49	03	07	12	1350 METROS
50 – 54	02	06	09	1250 METROS
55 – 60	OPCIONAL	OPCIONAL	OPCIONAL	1150 METROS

TABELA DE EAF PARA O ESTÁGIO DE MOTO-PATRULHAMENTO – MASCULINO

FAIXA ETÁRIA	APOIO	BARRA	MEIO SUGADO	ABDOMINAL	CORRIDA
18 – 25	22	05	15	28	2200 m
26 – 30	20	04	14	25	1900 m
31 – 35	18	03	12	23	1800 m
36 – 39	16	02	11	20	1700 m
40 – 45	14	02	10	18	1600 m
46 – 49	11	02	08	15	1500 m
50 – 54	08	02	06	10	1300 m
+ 60	OPCIONAL	OPCIONAL	OPCIONAL	OPCIONAL	1150 m

