



Tablas de función

Sexo y edad	Velocidad – 50 metros	Flexiones – Número de veces	Salto vertical	Resistencia – 1.000 metros
	Tiempo – Segundos	Balón medicinal – Metros	Altura – Centímetros	Tiempo
De 18 a 25 años: Hombres..... Mujeres.....	8,5 9	3 veces 4,5 metros	40 35	4'30" 5'00"
De 26 a 32 años: Hombres..... Mujeres.....	9 9,5	2 veces 4 metros	38 33	4'45" 5'15"
De 33 a 39 años: Hombres..... Mujeres.....	9,5 10	1 vez 3,75 metros	36 31	5'00" 5'30"
De 40 a 50 años: Hombres..... Mujeres.....	10,5 11	4,25 metros 3,25 metros	32 27	5'30" 6'00"
De 51 en adelante: Hombres..... Mujeres.....	11 11,5	4,00 metros 3,00 metros	30 25	5'45" 6'15"

