

Pont	Fekvőtámaszban karhajlítás- nyújtás		Hajlított karú függés		4x10 m ingafutás		Helyből távolugrás		Hanyatfekvéből felülés		2000m -es futás	
	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő
25	30	15	65	35	9	9,6	240	200	45	35	7,35	10
24	29		62	34	9,1	9,7	238	198	44	34	7,4	10,6
23	28	14	59	33	9,2	9,8	236	196	43	33	7,45	10,12
22	27		56	32	9,3	9,9	234	194	42	32	7,5	10,18
21	26	13	54	31	9,4	10	232	192	41	31	7,55	10,21
20	25		52	30	9,5	10,1	230	190	40	30	8	10,3
19	24	12	50	29	9,6	10,2	228	188	39	29	8,15	10,4
18	23		48	28	9,7	10,3	226	186	38	28	8,3	10,5
17	22	11	46	27	9,8	10,4	224	184	37	27	8,45	11
16	21	10	43	26	9,9	10,5	222	182	36	26	9	11,1
15	20	9	40	25	10	10,6	220	180	35	24	9,15	11,2
14	19	8	37	24	10,1	10,7	218	178	34	23	9,3	11,3
13	18	7	34	22	10,2	10,8	216	176	33	22	9,45	11,4
12	17	6	32	21	10,3	10,9	214	174	32	21	10	11,5
11	16	5	30	20	10,4	11	212	172	31	20	10,15	12
10	15		28	19	10,5	11,1	210	170	30	18	10,3	12,15
9	14	4	26	18	10,6	11,2	208	169	29	16	10,45	12,3
8	13		24	17	10,7	11,3	206	168	28	14	11	12,45
7	12		22	16	10,8	11,4	204	167	27	12	11,15	13
6	11	3	20	15	10,9	11,5	202	166	26	10	11,3	13,15
5	10		17	14	11	11,6	200	165	25	9	11,45	13,3
4	9	2	15	12	11,1	11,7	198	164	24	8	12	13,45
3	8		13	10	11,2	11,8	196	163	23	7	12,15	14
2	7	1	11	8	11,3	11,9	194	162	22	6	12,3	14,15
1	6		9	6	11,4	12	192	161	21	5	12,45	14,3