

附件 5

公安机关录用人民警察体能测试
项目和标准

一、男子组

项目	标准	
	30 岁（含）以下	31 岁（含）以上
10 米 × 4 往返跑	≤13"1	≤13"4
1000 米跑	≤4' 25"	≤4' 35"
纵跳摸高	≥265 厘米	

二、女子组

项目	标准	
	30 岁（含）以下	31 岁（含）以上
10 米 × 4 往返跑	≤14" 1	≤14" 4
800 米跑	≤4' 20"	≤4' 30"
纵跳摸高	≥230 厘米	