

Aspirantes femeninos: El tiempo máximo de 1.35 minutos equivaldría a 5 puntos y 1.15 minutos equivaldría a 10 puntos en los aspirantes femeninos.

Las puntuaciones comprendidas entre los 5 y 10 puntos, saldrán de la siguiente forma: por cada 0,5 segundo inferior a la marca máximo: 0,125 puntos más.

Prueba 7.- Dominadas en barra horizontal.

Intentos: Un solo intento

Flexiones de codo para medir la potencia de los músculos dorsales.

Descripción: Suspendido en barra horizontal con agarre dígito palmar hacia el frente, un poco más abierto que la anchura de los hombros.

Posición inicial: flexión hombros (180°). Extensión del codo.

Posición final: abducción de hombros.

Se contarán el número de esfuerzos en flexiones o números de veces que pase la barbilla sobre el borde de la barra en su parte superior, sin límite de tiempo, de forma consecutiva y ritmo libre, sin soltarse de ambas manos para recuperar.

No se iniciará la primera flexión, hasta que el monitor dé la indicación con la voz de «ya», acompañada de una señal acústica.

Serán invalidadas las flexiones:

- Que no se inicien con la extensión total de los brazos, como en posición de arrancada.
- Que la barbilla no sobrepase el plano horizontal que forma la barra.
- Aquellas que el monitor no contabilice en voz alta, repitiendo el número de la última repetición válida por considerar que el aspirante no sobrepasa la barra con la barbilla o no realiza una extensión completa de los codos.
- Que se tomen impulsos o balanceos. Para ello el tribunal colocará un dispositivo "anti balanceo" frente al aspirante a una distancia de 30 cm desde la vertical de la barra de agarre para la realización de la prueba y una altura que será la resultante del punto medio aproximadamente entre la distancia de las rodillas a la cadera del aspirante. El derribo del dispositivo supondrá no contabilizar dicha repetición. El opositor podrá continuar la prueba mientras permanezca colgado hasta volver a colocar el dispositivo.

Escala de puntuación:

Aspirantes masculinos: El número mínimo de 10 repeticiones equivaldría a 5 puntos y 25 repeticiones equivaldría a 10 puntos en los aspirantes masculinos. Las puntuaciones comprendidas entre los 5 y 10 puntos, saldrán de la siguiente forma: por cada 1 repetición superior a la marca mínima: 0,333 puntos más.

Aspirantes femeninos: El número mínimo de 8 repeticiones equivaldría a 5 puntos y 23 repeticiones equivaldría a 10 puntos en los aspirantes femeninos. Las puntuaciones comprendidas entre los 5 y 10 puntos, saldrán de la siguiente forma: por cada 1 repetición superior a la marca mínima: 0,33 puntos más.

Prueba 8.- Equilibrio sobre muro o similar, o barra de equilibrio.

Intentos: Un solo intento.

Prueba 9.- Subir la escala de bomberos. (vértigo).

Intentos: Un solo intento.

Prueba 10.- Paso por un tubo no iluminado de una longitud mínima de 10 metros. (claustrofobia).

Intentos: Un solo intento.

Las pruebas 8,9 y 10 serán calificadas "apto" y "no apto".

El orden de las pruebas de este ejercicio podrá ser modificado a criterio del Tribunal.

Cada una de las pruebas de aptitud física será eliminatoria cuando el aspirante no alcance el mínimo señalado en las mismas o sea calificado como "no apto" cuando así se prevea.

Del resultado de las pruebas sometidas a puntuación (1, 2, 3, 4, 5,6 y 7) se obtendrá la media aritmética correspondiente y el resultado final de las pruebas físicas se puntuará de 5 a 10.