

TABELA PUNKTOWA

(przeliczenie uzyskanych wyników na punkty)

| LICZBA PUNKTÓW | Podciąganie się na drążku (liczba powtórzeń) | Rzut piłką lekarską 2 kg (odległość w metrach) | Bieg po kopercie (czas w sekundach) | Beep test (poziom - liczba odcinków) |
|-------------------|--|---|--|--|
| 75 | 26 | 10,00 | 22,00 | 12 - 5 |
| 74 | 25 | 9,90 | 22,05 | 12 - 4 |
| 73 | 24 | 9,80 | 22,10 | 12 - 3 |
| 72 | 23 | 9,70 | 22,15 | 12 - 2 |
| 71 | 22 | 9,60 | 22,20 | 12 - 1 |
| 70 | 21 | 9,50 | 22,25 | 11 - 12 |
| 69 | 20 | 9,40 | 22,30 | 11 - 11 |
| 68 | 19 | 9,30 | 22,35 | 11 - 10 |
| 67 | 18 | 9,20 | 22,40 | 11 - 9 |
| 66 | 17 | 9,10 | 22,45 | 11 - 8 |
| 65 | 16 | 9,00 | 22,50 | 11 - 7 |
| 64 | | 8,90 | 22,55 | 11 - 6 |
| 63 | 15 | 8,80 | 22,60 | 11 - 5 |
| 62 | | 8,70 | 22,65 | 11 - 4 |
| 61 | 14 | 8,60 | 22,70 | 11 - 3 |
| 60 | | 8,50 | 22,75 | 11 - 2 |
| 59 | | 8,40 | 22,80 | 11 - 1 |
| 58 | 13 | 8,30 | 22,85 | 10 - 11 |
| 57 | | 8,20 | 22,90 | 10 - 10 |
| 56 | | 8,10 | 22,95 | 10 - 9 |
| 55 | 12 | 8,00 | 23,00 | 10 - 8 |
| 54 | | | 23,05 | 10 - 7 |
| 53 | | 7,90 | 23,10 | 10 - 6 |
| 52 | | | 23,15 | 10 - 5 |
| 51 | | 7,80 | 23,20 | 10 - 4 |
| 50 | 11 | | 23,25 | 10 - 3 |
| 49 | | 7,70 | 23,30 | 10 - 2 |
| 48 | | | 23,35 | 10 - 1 |
| 47 | | 7,60 | 23,40 | 9 - 11 |
| 46 | | | 23,45 | 9 - 10 |
| 45 | 10 | 7,50 | 23,50 | 9 - 9 |
| 44 | | | 23,60 | 9 - 8 |
| 43 | | 7,40 | 23,70 | 9 - 7 |
| 42 | | | 23,80 | 9 - 6 |
| 41 | | 7,30 | 23,90 | 9 - 5 |
| 40 | 9 | | 24,00 | 9 - 4 |
| 39 | | 7,20 | 24,10 | 9 - 3 |
| 38 | | | 24,20 | 9 - 2 |

| | | | | |
|----|---|------|-------|--------|
| 37 | | 7,10 | 24,30 | 9 - 1 |
| 36 | | | 24,40 | 8 - 11 |
| 35 | 8 | 7,00 | 24,50 | 8 - 10 |
| 34 | | | 24,60 | 8 - 9 |
| 33 | | 6,90 | 24,70 | 8 - 8 |
| 32 | | | 24,80 | 8 - 7 |
| 31 | | 6,80 | 24,90 | 8 - 6 |
| 30 | 7 | | 25,00 | 8 - 5 |
| 29 | | 6,70 | 25,10 | 8 - 4 |
| 28 | | | 25,20 | 8 - 3 |
| 27 | | 6,60 | 25,30 | 8 - 2 |
| 26 | | | 25,40 | 8 - 1 |
| 25 | 6 | 6,50 | 25,50 | 7 - 10 |
| 24 | | | 25,60 | 7 - 9 |
| 23 | | 6,40 | 25,70 | 7 - 8 |
| 22 | | | 25,80 | 7 - 7 |
| 21 | | 6,30 | 25,90 | 7 - 6 |
| 20 | 5 | | 26,00 | 7 - 5 |
| 19 | | 6,20 | 26,10 | 7 - 4 |
| 18 | | | 26,20 | 7 - 3 |
| 17 | | 6,10 | 26,30 | 7 - 2 |
| 16 | | | 26,40 | 7 - 1 |
| 15 | 4 | 6,00 | 26,50 | 6 - 10 |
| 14 | | | 26,60 | 6 - 9 |
| 13 | | 5,90 | 26,70 | 6 - 8 |
| 12 | | | 26,80 | 6 - 7 |
| 11 | | 5,80 | 26,90 | 6 - 6 |
| 10 | 3 | | 27,00 | 6 - 5 |
| 9 | | 5,70 | 27,10 | 6 - 4 |
| 8 | | | 27,20 | 6 - 3 |
| 7 | | 5,60 | 27,30 | 6 - 2 |
| 6 | | 5,50 | 27,40 | 6 - 1 |
| 5 | 2 | 5,40 | 27,50 | 5 - 9 |
| 4 | | 5,30 | 27,60 | 5 - 8 |
| 3 | | 5,20 | 27,70 | 5 - 7 |
| 2 | | 5,10 | 27,80 | 5 - 6 |
| 1 | 1 | 5,00 | 27,90 | 5 - 5 |