

PRUEBAS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA – TEST 1

NOMBRE DEL ALUMNO/A:

	PRUEBAS	RESULTADOS TEST 1	PUNTUACIÓN
FLEXIBILIDAD	FLEXIÓN PROFUNDA		
	FLEXIÓN DE TRONCO		
FUERZA	ABDOMINALES		
	SALTO HORIZONTAL		
	LANZAMIENTO DE BALÓN		
	SALTO VERTICAL		
RESISTENCIA	COURSE NAVETTE		
	COOPER		
VELOCIDAD	50 METROS		
	10 x 5 METROS		
AGILIDAD	CARRERA DE AGILIDAD		
COORDINACIÓN	CARRERA DE COORDINACIÓN		

### TESTS DE CONDICIÓN FÍSICA

TEST 1

FLEXIBILIDAD
FUERZA
RESISTENCIA
VELOCIDAD
 AGILIDAD
  COORDINACIÓN

RESUMEN DE RESULTADOS	TEST 1
<b>FLEXIBILIDAD</b>	<b>#iDIV/0!</b>
<b>FUERZA</b>	<b>#iDIV/0!</b>
<b>RESISTENCIA</b>	<b>#iDIV/0!</b>
<b>VELOCIDAD</b>	<b>#iDIV/0!</b>
<b>AGILIDAD</b>	
<b>COORDINACIÓN</b>	
<b>TOTAL CONDICIÓN FÍSICA</b>	<b>#iDIV/0!</b>

**PRUEBAS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA – TEST 2**

NOMBRE DEL ALUMNO/A: \_\_\_\_\_

	PRUEBAS	RESULTADOS TEST 1	PUNTUACIÓN	RESULTADOS TEST 2	PUNTUACIÓN
FLEXIBILIDAD	FLEXIÓN PROFUNDA		5,75		
	FLEXIÓN DE TRONCO				
FUERZA	ABDOMINALES				
	SALTO HORIZONTAL				
	LANZAMIENTO DE BALÓN				
	SALTO VERTICAL				
RESISTENCIA	COURSE NAVETTE				
	COOPER				
VELOCIDAD	50 METROS				
	10 x 5 METROS				
AGILIDAD	CARRERA DE AGILIDAD				
COORDINACIÓN	CARRERA DE COORDINACIÓN				

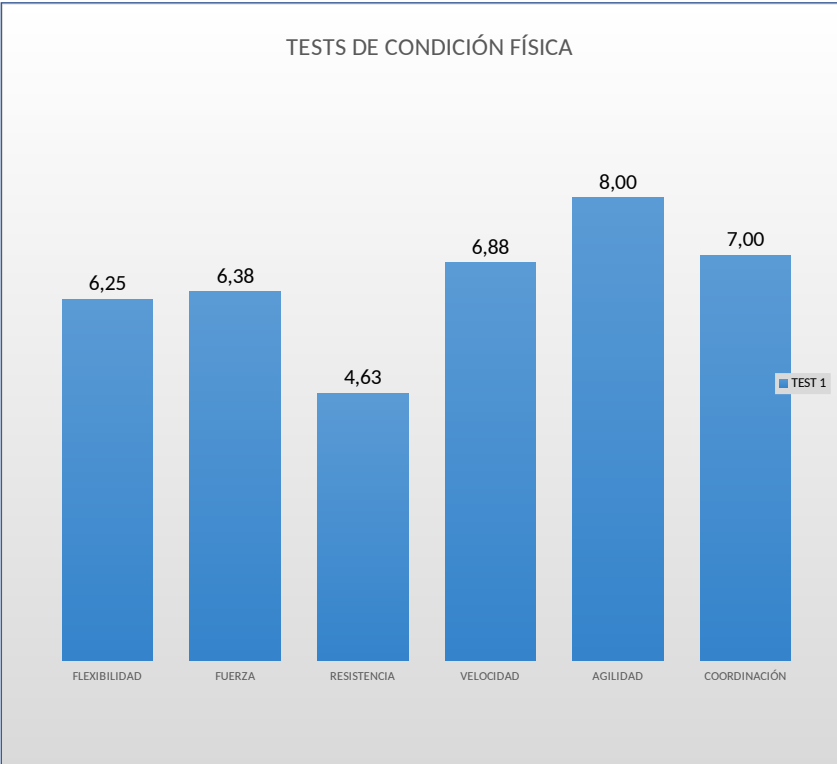


RESUMEN DE RESULTADOS	TEST 1	TEST 2	MEJORA	PUNTUACIÓN FINAL
<b>FLEXIBILIDAD</b>	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!
<b>FUERZA</b>	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!
<b>RESISTENCIA</b>	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!
<b>VELOCIDAD</b>	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!
<b>AGILIDAD</b>				
<b>COORDINACIÓN</b>				
<b>TOTAL CONDICIÓN FÍSICA</b>	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!	#iDIV/0!

**PRUEBAS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA – TEST 1**

NOMBRE DEL ALUMNO/A: \_\_\_\_\_

	PRUEBAS	RESULTADOS TEST 2	PUNTUACIÓN
FLEXIBILIDAD	FLEXIÓN PROFUNDA	33	5,75
	FLEXIÓN DE TRONCO	10	6,75
FUERZA	ABDOMINALES	42	5
	SALTO HORIZONTAL	196	6
	LANZAMIENTO DE BALÓN	6,7	7,5
	SALTO VERTICAL	201	7
RESISTENCIA	COURSE NAVETTE	6,5	4
	COOPER	2500	5,25
VELOCIDAD	50 METROS	7,3	6,75
	10 x 5 METROS	18,33	7
AGILIDAD	CARRERA DE AGILIDAD	10,3	8
COORDINACIÓN	CARRERA DE COORDINACIÓN	9,8	7

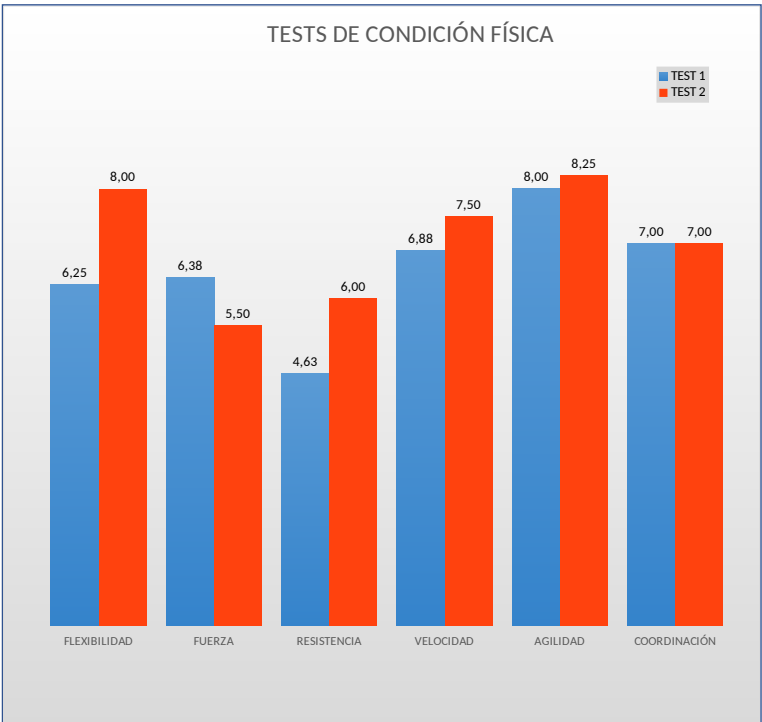


RESUMEN DE RESULTADOS	TEST 1
<b>FLEXIBILIDAD</b>	<b>6,25</b>
<b>FUERZA</b>	<b>6,38</b>
<b>RESISTENCIA</b>	<b>4,63</b>
<b>VELOCIDAD</b>	<b>6,88</b>
<b>AGILIDAD</b>	<b>8,00</b>
<b>COORDINACIÓN</b>	<b>7,00</b>
<b>TOTAL CONDICIÓN FÍSICA</b>	<b>6,52</b>

**PRUEBAS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA – TEST 2**

NOMBRE DEL ALUMNO/A: \_\_\_\_\_

	PRUEBAS	RESULTADOS TEST 1	PUNTUACIÓN	RESULTADOS TEST 2	PUNTUACIÓN
FLEXIBILIDAD	FLEXIÓN PROFUNDA	33	5,75	35	6,5
	FLEXIÓN DE TRONCO	10	6,75	17	9,5
FUERZA	ABDOMINALES	42	5	40	4
	SALTO HORIZONTAL	196	6	185	5
	LANZAMIENTO DE BALÓN	6,7	7,5	5,6	5
	SALTO VERTICAL	201	7	208	8
RESISTENCIA	COURSE NAVETTE	6,5	4	8	6
	COOPER	2500	5,25	2600	6
VELOCIDAD	50 METROS	7,3	6,75	7,2	7
	10 x 5 METROS	18,33	7	18,33	8
AGILIDAD	CARRERA DE AGILIDAD	10,3	8	10,2	8,25
COORDINACIÓN	CARRERA DE COORDINACIÓN	9,8	7	9,8	7



RESUMEN DE RESULTADOS	TEST 1	TEST 2	MEJORA	PUNTUACIÓN FINAL
<b>FLEXIBILIDAD</b>	<b>6,25</b>	<b>8,00</b>	<b>1,75</b>	<b>9,00</b>
<b>FUERZA</b>	<b>6,38</b>	<b>5,50</b>	<b>-0,88</b>	<b>5,94</b>
<b>RESISTENCIA</b>	<b>4,63</b>	<b>6,00</b>	<b>1,38</b>	<b>6,75</b>
<b>VELOCIDAD</b>	<b>6,88</b>	<b>7,50</b>	<b>0,63</b>	<b>8,00</b>
<b>AGILIDAD</b>	<b>8,00</b>	<b>8,25</b>	<b>0,25</b>	<b>8,50</b>
<b>COORDINACIÓN</b>	<b>7,00</b>	<b>7,00</b>		<b>7,00</b>
<b>TOTAL CONDICIÓN FÍSICA</b>	<b>6,52</b>	<b>7,04</b>	<b>0,52</b>	<b>7,53</b>