Dir. DIGPE 160-9
ANEXO "C"

TABLAS PARA EVALUAR LAS PRUEBAS DE ESFUERZO FÍSICO DEL PERSONAL DE OFICIALES, SUPERVISORES, TÉCNICOS Y SUBOFICIALES HASTA 29 AÑOS DE EDAD

PUNTOS	OBLIGATORIAS						SUSTITUTORIA		PUNTOS
	1500 m. Planos (minutos y segundos)		Barras	Planchas	25 m. Natación (segundos)		Abdominales Tipo "B"		
	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	
100	5´20"	6´50"	17	24	16.00"	22.20"	80	70	**100**
99	5´23"	6´53"			16.17"	22.37"	79	69	**99**
98	5´26"	6´56"	16	23	16.34"	22.54"	78	68	**98**
97	5´29"	6´59"			16.51"	22.71"	77	67	**97**
96	5´32"	7´02"		22	16.68"	22.88"	76	66	**96**
95	5´35"	7´05"	15		16.85"	23.05"	75	65	**95**
94	5´38"	7´08"			17.02"	23.22"	74	64	**94**
93	5´41"	7´11"		21	17.19"	23.39"	73	63	**93**
92	5´44"	7´14"	14		17.36"	23.56"	72	62	**92**
91	5´47"	7´17"			17.53"	23.73"	71	61	**91**
90	5´50"	7´20"		20	17.70"	23.90"	70	60	**90**
89	5´53"	7´23"	13		17.87"	24.07"	69	59	**89**
88	5´56"	7´26"			18.04"	24.24"	68	58	**88**
87	5´59"	7´29"		19	18.21"	24.41"	67	57	**87**
86	6´02"	7´32"	12		18.38"	24.58"	66	56	**86**
85	6´05"	7´35"			18.55"	24.75"	65	55	**85**
84	6´08"	7´38"		18	18.72"	24.92"	64	54	**84**
83	6´11"	7´41"	11		18.89"	25.09"	63	53	**83**
82	6´14"	7´44"			19.06"	25.26"	62	52	**82**
81	6´17"	7´47"		17	19.23"	25.43"	61	51	**81**
80	6´20"	7´50"	10		19.40"	25.60"	60	50	**80**
79	6´23"	7´53"			19.57"	25.77"	59	49	**79**
78	6´26"	7´56"		16	19.74"	25.94"	58	48	**78**
77	6´29"	7´59"			19.91"	26.11"	57	47	**77**
76	6´32"	8´02"	9		20.08"	26.28"	56	46	**76**
75	6´35"	8´05"		15	20.25"	26.45"	55	45	**75**
74	6´38"	8´08"			20.42"	26.62"	54	44	**74**
73	6´41"	8´11"			20.59"	26.79"	53	43	**73**
72	6´44"	8´14"	8	14	20.76"	26.96"	52	42	**72**
71	6´47"	8´17"			20.93"	27.13"	51	41	**71**
70	6´50"	8´20"			21.10"	27.30"	50	40	**70**
69	6´53"	8´23"		13	21.27"	27.47"	49	39	**69**
68	6´56"	8´26"	7		21.44"	27.64"	48	38	**68**
67	6´59"	8´29"			21.61"	27.81"	47	37	**67**
66	7´02"	8´32"		12	21.78"	27.98"	46	36	**66**
65	7´05"	8´35"			21.95"	28.15"	45	35	**65**
64	7´08"	8´38"	6		22.12"	28.32"	44	34	**64**
63	7´11"	8´41"		11	22.29"	28.49"	43	33	**63**
62	7´14"	8´44"			22.46"	28.66"	42	32	**62**
61	7´17"	8´47"			22.63"	28.83"	41	31	**61**
60	**7´20"**	**8´50"**	**5**	**10**	**22,80**	**29.00"**	**40**	**30**	**60**
59	7´23"	8´53"			22,97	29.17"	29	19	**59**
58	7´26"	8´56"		9	23,14	29.34"	28	18	**58**
57	7´29"	8´59"			23,31	29.51"	27	17	**57**
56	7´32"	9´02"	4	8	23,48	29.68"	26	16	**56**
55	7´35"	9´05"			23,65	29.85"	25	15	**55**
54	7´38"	9´08"		7	23,82	30.02"	24	14	**54**
53	7´41"	9´11"			23,99	30.19"	23	13	**53**
52	7´44"	9´14"	3	6	24,16	30.36"	22	12	**52**
51	7´47"	9´17"			24,33	30.53"	21	11	**51**
50	7´50"	9´20"		5	24,50	30.70"	20	10	**50**
49	7´53"	9´23"			24,67	30.87"	19	9	**49**
48	7´56"	9´26"	2	4	24,84	31.04"	18	8	**48**
47	7´59"	9´29"			25,01	31.21"	17	7	**47**
46	8´02"	9´32"		3	25,18	31.38"	16	6	**46**
45	8´05"	9´35"			25,35	31.55"	15	5	**45**
44	8´08"	9´38"	1	2	25,52	31.72"	14	4	**44**
43	8´11"	9´41"			25,69	31.89"	13	3	**43**
42	8´14"	9´44"		1	25,86	32.06"	12	2	**42**
41	8´17"	9´47"			26,03	32.23"	11	1	**41**
40	8´20"	9´50"	0	0	26,20	32.40"	10	0	**40**

Firma Digital
Fuerza Aérea del Perú

Firmado digitalmente por BECERRA PALACIOS Jorge Alberto FAU 20144364059 soft
Motivo: Doy V° B°
Fecha: 30.06.2025 09:33:41 -05:00

Dir. DIGPE 160-9
ANEXO "D"

TABLAS PARA EVALUAR LAS PRUEBAS DE ESFUERZO FÍSICO DEL PERSONAL DE OFICIALES, SUPERVISORES, TÉCNICOS Y SUBOFICIALES DE 30 A 39 AÑOS EDAD



Firmado digitalmente por BECERRA PALACIOS Jorge Alberto FAU 20144364059 soft
Motivo: Doy V° B°
Fecha: 30.06.2025 09:33:41 -05:00

PUNTOS	OBLIGATORIAS						SUSTITUTORIA		PUNTOS
	1500 m. Planos (minutos y segundos)		Barras	Planchas	25 m. Natación (segundos)		Abdominales Tipo "B" (en 2 minutos)		
	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.	
100	6´20"	7´50"	13	23	20.30"	24.80"	75	65	**100**
99	6´23"	7´53"			20.48"	24.98"	74	64	**99**
98	6´26"	7´56"		22	20.66"	25.16"	73	63	**98**
97	6´29"	7´59"	12		20.84"	25.34"	72	62	**97**
96	6´32"	8´02"		21	21.02"	25.52"	71	61	**96**
95	6´35"	8´05"			21.20"	25.70"	70	60	**95**
94	6´38"	8´08"	11		21.38"	25.88"	69	59	**94**
93	6´41"	8´11"		20	21.56"	26.06"	68	58	**93**
92	6´44"	8´14"			21.74"	26.24"	67	57	**92**
91	6´47"	8´17"			21.92"	26.42"	66	56	**91**
90	6´50"	8´20"	10	19	22.10"	26.60"	65	55	**90**
89	6´53"	8´23"			22.28"	26.78"	64	54	**89**
88	6´56"	8´26"			22.46"	26.96"	63	53	**88**
87	6´59"	8´29"		18	22.64"	27.14"	62	52	**87**
86	7´02"	8´32"	9		22.82"	27.32"	61	51	**86**
85	7´05"	8´35"			23.00"	27.50"	60	50	**85**
84	7´08"	8´38"		17	23.18"	27.68"	59	49	**84**
83	7´11"	8´41"			23.36"	27.86"	58	48	**83**
82	7´14"	8´44"	8		23.54"	28.04"	57	47	**82**
81	7´17"	8´47"		16	23.72"	28.22"	56	46	**81**
80	7´20"	8´50"			23.90"	28.40"	55	45	**80**
79	7´23"	8´53"			24.08"	28.58"	54	44	**79**
78	7´26"	8´56"	7	15	24.26"	28.76"	53	43	**78**
77	7´29"	8´59"			24.44"	28.94"	52	42	**77**
76	7´32"	9´02"			24.62"	29.12"	51	41	**76**
75	7´35"	9´05"		14	24.80"	29.30"	50	40	**75**
74	7´38"	9´08"	6		24.98"	29.48"	49	39	**74**
73	7´41"	9´11"			25.16"	29.66"	48	38	**73**
72	7´44"	9´14"		13	25.34"	29.84"	47	37	**72**
71	7´47"	9´17"			25.52"	30.02"	46	36	**71**
70	7´50"	9´20"	5		25.70"	30.20"	45	35	**70**
69	7´53"	9´23"		12	25.88"	30.38"	44	34	**69**
68	7´56"	9´26"			26.06"	30.56"	43	33	**68**
67	7´59"	9´29"			26.24"	30.74"	42	32	**67**
66	8´02"	9´32"		11	26.42"	30.92"	41	31	**66**
65	8´05"	9´35"	4		26.60"	31.10"	40	30	**65**
64	8´08"	9´38"			26.78"	31.28"	39	29	**64**
63	8´11"	9´41"		10	26.96"	31.46"	38	28	**63**
62	8´14"	9´44"			27.14"	31.64"	37	27	**62**
61	8´17"	9´47"			27.32"	31.82"	36	26	**61**
60	**8´20"**	**9´50"**	**3**	**9**	**27.50"**	**32.00"**	**35**	**25**	**60**
59	8´23"	9´53"			27.68"	32.18"	34	24	**59**
58	8´26"	9´56"			27.86"	32.36"	33	23	**58**
57	8´29"	9´59"		8	28.04"	32.54"	32	22	**57**
56	8´32"	10´02"			28.22"	32.72"	31	21	**56**
55	8´35"	10´05"	2		28.40"	32.90"	30	20	**55**
54	8´38"	10´08"		7	28.58"	33.08"	29	19	**54**
53	8´41"	10´11"			28.76"	33.26"	28	18	**53**
52	8´44"	10´14"		6	28.94"	33.44"	27	17	**52**
51	8´47"	10´17"			29.12"	33.62"	26	16	**51**
50	8´50"	10´20"	1	5	29.30"	33.80"	25	15	**50**
49	8´53"	10´23"			29.48"	33.98"	24	14	**49**
48	8´56"	10´26"		4	29.66"	34.16"	23	13	**48**
47	8´59"	10´29"			29.84"	34.34"	22	12	**47**
46	9´02"	10´32"		3	30.02"	34.52"	21	11	**46**
45	9´05"	10´35"			30.20"	34.70"	20	10	**45**
44	9´08"	10´38"		2	30.38"	34.88"	19	9	**44**
43	9´11"	10´41"			30.56"	35.06"	18	8	**43**
42	9´14"	10´44"		1	30.74"	35.24"	17	7	**42**
41	9´17"	10´47"			30.92"	35.42"	16	6	**41**
40	9´20"	10´50"	0	0	31.10"	35.60"	15	5	**40**