

**Начисления баллов за выполнение упражнений по физической подготовке
(ВУЦ при Университете морского и речного флота им. адмирала С.О. Макарова)**

Баллы	Подтягивание на перекладине, ко-во раз	Бег на 100 м, сек	Бег на 3 км, мин. сек
100	30	11,8	10.30
99			10.32
98	29	11,9	10.34
97			10.35
96	28	12,0	10.38
95			10.40
94	27	12,1	10.42
93			10.44
92	26	12,2	10.46
91			10.48
90	25	12,3	10.50
89			10.52
88	24	12,4	10.54
87			10.56
86	23	12,5	10.58
85			11.00
84	22	12,6	11.04
83			11.08
82	21	12,7	11.12
81			11.16
80	20	12,8	11.20
79			11.24
78	19	12,9	11.28
77			11.32
76	18	13,0	11.36
75			11.40
74	17	13,1	11.44
73			11.48
72	16	13,2	11.52
71			11.56
70	15		12.00

69		13,3	12.04
68			12.08
67			12.12
66	14	13,4	12.16
65			12.20
64			12.24
63		13,5	12.28
62	13		12.32
61			12.36
60		13,6	12.40
59			12.44
58	12		12.48
57		13,7	12.52
56			12.56
55			13.00
54	11	13,8	13.04
53			13.08
52			13.12
51		13,9	13.16
50	10		13.20