

### 田径专项测试标准（男）

标准 得分	项目	100M	200M	400M	800M	1500M	3000M	110 栏	跳高	跳远	三级跳	铅 球 5kg	铁 饼 1kg	标 枪 600g
	50		11"5	23"6	53"0	2'03	4'15	9'10	16"0	1.83	6.50	13.50	14.50	46.00
45		11"6	23"8	53"5	2'045	4'18	9'16	16"2	1.81	6.40	13.35	14.00	45.00	49.00
40		11"7	24"0	54"0	2'06	4'21	9'22	16"4	1.78	6.30	13.20	13.50	44.00	47.00
35		11"8	24"2	54"5	2'075	4'25	9'30	16"7	1.75	6.20	12.90	13.20	43.00	45.00
30		12"0	24"5	55"5	2'10	4'30	9'40	17"0	1.70	6.00	12.60	12.90	41.00	43.50
25		12"2	25"0	56"0	2'13	4'35	9'50	17"5	1.65	5.80	12.30	12.60	39.00	41.00
20		12"4	25"5	56"5	2'16	4'40	10'05	18"0	1.60	5.60	12.00	12.30	37.00	39.00

## 田径专项测试标准（女）

标准 得分	项目	100M	200M	400M	800M	1500M	3000M	100 栏	跳高	跳远	三级跳	铅 球 5kg	铁 饼 1kg	标 枪 600g
	50		12"8	27"0	1'03	2'26	5'05	11'00	15"5	1.56	5.20	11.00	12.50	39.00
45		12"9	27"2	1'035	2'28	5'08	11'05	15"7	1.54	5.15	10.80	12.20	38.00	37.00
40		13"0	27"4	1'04	2'30	5'11	11'10	15"9	1.52	5.10	10.60	11.90	37.00	36.00
35		13"1	27"7	1'045	2'32	5'15	11'20	16"1	1.50	5.00	10.40	11.50	36.00	35.00
30		13"2	28"0	1'05	2'34	5'20	11'30	16"3	1.48	4.90	10.10	11.00	34.00	34.00
25		13"5	28"5	1'06	2'36	5'25	11'45	16"6	1.44	4.70	9.80	10.50	32.00	32.00
20		13"8	29"0	1'08	2'38	5'30	12'00	17"0	1.40	4.50	9.40	10.00	31.00	31.00

## 田径素质测试标准

性别	项目	60 米		100 米		立定跳远		原地三级跳		前掷实心球 男 2KG 女 1KG	
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
	15	8"2	8"8	12"0	13"4	2.80	2.20	8.40	7.40	15.0	12.0
	14	8"3	8"9	12"2	13"6	2.75	2.15	8.20	7.20	14.5	11.5
	13	8"4	9"0	12"4	13"8	2.70	2.10	8.00	7.00	14.0	11.0
	12	8"5	9"1	12"6	14"0	2.65	2.05	7.80	6.80	13.5	10.5
	11	8"6	9"2	12"8	14"2	2.60	2.00	7.60	6.60	13.0	10.0
	10	8"7	9"3	13"0	14"4	2.55	1.95	7.40	6.40	12.5	9.5
	9	8"8	9"4	13"2	14"6	2.50	1.90	7.20	6.20	12.0	9.0
	8	8"9	9"5	13"4	14"8	2.45	1.85	7.00	6.00	11.5	8.5
	7	9"0	9"6	13"6	15"0	2.40	1.80	6.80	5.80	11.0	8.0
	6	9"1	9"7	13"8	15"2	2.35	1.75	6.60	5.60	10.5	7.5
	5	9"2	9"8	14"0	15"4	2.30	1.70	6.40	5.40	10.0	7.0
	4	9"3	9"9	14"2	15"6	2.25	1.65	6.20	5.20	9.5	6.5
	3	9"4	10"0	14"4	15"8	2.20	1.60	6.00	5.00	9.0	6.0
	2	9"5	10"1	14"6	16"0	2.15	1.55	5.80	4.80	8.5	5.5
	1	9"6	10"2	14"8	16"2	2.10	1.50	5.60	4.60	8.0	5.0
必测项目		投掷专项		中长跑专项 跳跃转向		中长跑专项 投 掷专项		短跨专项		跳跃专项 短跨专项	