

### Test de Plate Tapping (Test de Velocidad)

Expresada en segundos y décimas de segundo



CHICOS							CHICAS							
EIDADES							EIDADES							
	12	13	14	15	16	17+		12	13	14	15	16	17+	
10	9"8	8"8	9"4	9"1	9"0	8"5	10	10"1	9"5	9"2	9"5	9"1	9"1	10
9,5	10"6	9"7	9"4	9"4	9"2	8"8	9,5	10"8	10"1	9"8	10"3	9"6	9"6	9,5
9	11"0	10"2	9"8	9"7	9"3	9"2	9	11"2	10"6	9"9	10"2	9"9	9"9	9
8,5	11"3	10"5	10"1	9"9	9"5	9"3	8,5	11"5	10"8	10"2	10"4	10"2	10"0	8,5
8	11"6	10"8	10"3	10"1	9"5	9"4	8	11"6	11"1	10"5	10"6	10"4	10"2	8
7,5	11"9	11"0	10"5	10"4	9"9	9"6	7,5	11"9	11"2	10"8	10"7	10"5	10"3	7,5
7	12"0	11"2	10"6	10"6	10"0	9"7	7	12"0	11"4	10"9	10"8	10"8	10"4	7
6,5	12"1	11"3	10"7	10"8	10"1	9"9	6,5	12"2	11"5	11"0	11"0	10"9	10"7	6,5
6	12"2	11"5	10"9	10"9	10"4	10"1	6	12"4	11"7	11"3	11"2	11"0	10"9	6
5,5	12"3	11"6	11"1	11"1	10"5	10"2	5,5	12"5	11"9	11"5	11"3	11"2	11"1	5,5
5	12"5	11"9	11"3	11"2	10"8	10"4	5	12"7	12"1	11"6	11"4	11"1	11"2	5
4,5	12"8	12"0	11"5	11"5	11"0	10"5	4,5	12"9	12"3	11"9	11"6	11"7	11"3	4,5
4	13"0	12"1	11"7	11"6	11"1	10"7	4	13"0	12"5	12"0	11"9	11"8	11"5	4
3,5	13"0	12"4	11"8	11"9	11"4	10"9	3,5	13"2	12"6	12"2	12"1	12"0	11"7	3,5
3	13"4	12"6	12"0	12"0	11"6	11"1	3	13"6	12"9	12"4	12"4	12"3	11"9	3
2,5	13"5	12"9	12"4	12"3	11"8	11"3	2,5	13"6	13"1	12"7	12"6	12"7	12"1	2,5
2	14"0	13"0	12"6	12"6	12"1	11"6	2	13"9	13"2	12"9	13"2	12"9	12"6	2
1,5	14"5	13"4	12"9	12"9	12"5	12"0	1,5	14"3	13"6	13"3	13"6	13"1	13"1	1,5
1	15"2	14"0	13"3	13"6	13"1	12"7	1	14"7	13"9	13"6	14"6	14"3	14"5	1
0,5	16"0	14"6	14"3	15"5	16"8	16"50	0,5	15"5	14"8	13"9	16"8	17"8	16"2	0,5
0	16"7	15"1	14"9	15"0	15"9	16"1	0	15"0	15"0	14"7	16"9	15"5	15"9	0

### Test de Flexión de Brazos (Test de Fuerza)

Expresada en minutos, segundos y décimas de segundo



CHICOS							CHICAS							
EIDADES							EIDADES							
	12	13	14	15	16	17+		12	13	14	15	16	17+	
10	0'55"3	0'55"8	1'1"6	1'15"9	1'11"3	1'21"4	10	0'40"1	0'40"4	0'34"9	0'44"7	0'40"5	0'45"9	10
9,5	0'43"3	0'44"9	0'50"2	0'55"2	1'0"8	1'3"6	9,5	0'24"0	0'25"5	0'22"2	0'29"7	0'30"6	0'32"4	9,5
9	0'32"0	0'36"5	0'40"9	0'47"4	0'55"0	0'56"7	9	0'19"9	0'20"5	0'18"6	0'24"4	0'25"2	0'25"5	9
8,5	0'28"3	0'31"0	0'37"3	0'42"7	0'48"0	0'50"5	8,5	0'17"5	0'18"0	0'16"5	0'21"0	0'21"4	0'22"2	8,5
8	0'25"5	0'26"8	0'33"8	0'40"1	0'44"9	0'47"1	8	0'14"9	0'16"4	0'14"9	0'18"2	0'18"0	0'18"6	8
7,5	0'22"1	0'24"9	0'31"2	0'36"9	0'41"5	0'43"7	7,5	0'13"4	0'14"5	0'13"9	0'15"8	0'15"1	0'16"9	7,5
7	0'19"4	0'22"0	0'29"2	0'33"8	0'38"6	0'41"4	7	0'12"0	0'11"9	0'12"3	0'14"1	0'12"8	0'15"5	7
6,5	0'17"8	0'19"8	0'26"6	0'31"6	0'35"4	0'39"9	6,5	0'10"8	0'11"0	0'10"9	0'12"4	0'11"6	0'13"7	6,5
6	0'16"8	0'18"0	0'25"2	0'29"1	0'33"5	0'38"3	6	0'9"9	0'9"5	0'9"2	0'10"8	0'10"2	0'12"2	6
5,5	0'15"4	0'16"1	0'22"7	0'27"2	0'30"9	0'35"4	5,5	0'8"8	0'8"8	0'8"5	0'9"3	0'8"6	0'11"5	5,5
5	0'14"4	0'15"1	0'19"7	0'25"8	0'29"6	0'34"0	5	0'7"9	0'7"7	0'8"0	0'8"3	0'7"6	0'10"9	5
4,5	0'13"4	0'13"4	0'18"5	0'24"1	0'27"9	0'32"1	4,5	0'7"3	0'6"8	0'7"4	0'7"8	0'6"7	0'8"2	4,5
4	0'12"4	0'12"4	0'16"3	0'22"0	0'25"3	0'28"4	4	0'6"3	0'6"2	0'5"8	0'6"7	0'5"6	0'7"2	4
3,5	0'10"6	0'11"0	0'14"9	0'19"9	0'23"5	0'26"9	3,5	0'5"4	0'5"4	0'4"9	0'6"2	0'4"7	0'6"3	3,5
3	0'9"2	0'10"6	0'12"8	0'17"3	0'21"9	0'23"3	3	0'4"5	0'4"6	0'3"6	0'5"2	0'3"9	0'5"5	3
2,5	0'7"6	0'9"2	0'11"6	0'14"8	0'19"5	0'21"3	2,5	0'3"7	0'3"4	0'2"8	0'3"9	0'3"4	0'4"5	2,5
2	0'5"8	0'7"9	0'9"2	0'13"3	0'17"6	0'19"0	2	0'2"6	0'2"4	0'1"8	0'2"3	0'2"6	0'3"2	2
1,5	0'4"0	0'6"0	0'5"7	0'12"1	0'15"2	0'16"4	1,5	0'1"9	0'1"4	0	0'1"9	0'1"0	0'2"0	1,5
1	0'2"6	0'3"5	0'2"9	0'9"6	0'12"6	0'13"7	1	0	0	0	0	0	0'1"4	1
0,5	0'1"0	0'1"3	0'7"0	0'6"0	0'7"0	0'5"9	0,5	0	0	0	0	0	0	0,5
0	0	0"0"9	0	0'4"3	0'4"9	0'3"6	0	0	0	0	0	0	0	0