DECRETO 163/2019, de 19 de julio, del Consell

ANEXO I

Pruebas físicas

Escala de inspección — Categoría: Inspector/a

Para esta categoría (escala de inspección), las pruebas físicas del proceso selectivo son las que el Decreto 163/2019 establece para la escala de inspección y que se reproducen a continuación.

Escala de inspección

La calificación de este ejercicio será de APTO o NO APTO. Para ser calificado/a como apto/a se deberá superar la prueba de carrera y la de natación y, al menos, una prueba entre el salto vertical y la fuerza de empuje del tren superior.

1. Salto vertical

Descripción:

Desde la posición inicial, de lado junto a una pared vertical y con un brazo totalmente extendido hacia arriba, el/la candidato/a marca la altura que alcanza en esta posición. Separado 20 centímetros de la pared vertical, salta tanto como pueda y marca nuevamente con los dedos el nivel alcanzado. Se acredita la distancia existente entre la marca hecha desde la posición inicial y la conseguida con el salto.

Marca mínima (centímetros) para resultar apto/a, según edad y sexo:

	<30 años		30/35 años		36/40 años		41/45 años		46/50 años		>51 años	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Apto	52	50	50	48	48	46	46	44	44	42	42	40

2. Carrera de resistencia, 1.000 metros (hombres) / 850 metros (mujeres)

Descripción:

El ejercicio consiste en correr, en una pista de atletismo por calle libre, una distancia de 1.000 metros lisos para los hombres y 850 metros lisos para las mujeres.

Tiempo máximo para superar la prueba, según edad y sexo:

	<30 años		30/35 años		36/40 años		41/45 años		46/50 años		>51 años	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Apto	4’ 15»		4’ 30»		4’ 45»		5’ 00»		5’ 15»		5’ 30»	

3. Fuerza de empuje del tren superior

Descripción:

Consistirá en que, colocado/a en posición de cúbito supino con las rodillas flexionadas y sobre un banco plano, sin poder despegar los glúteos del mismo, el/la ejecutante deberá levantar un peso de acuerdo al baremo de edades, en un tiempo de 45 segundos, un mínimo de 15 repeticiones consecutivas. El levantamiento se realizará con ambas manos, con un agarre ligeramente superior a la anchura de los hombros (los límites del agarre estarán marcados en la barra de levantamiento), en una acción de extensión-flexión de los codos que se inicia con el contacto de la barra con la parte superior del pecho y termina con la extensión total de los codos en su proyección vertical.

Peso mínimo (kg) a levantar para resultar apto/a, según edad y sexo:

	<30 años		30/35 años		36/40 años		41/45 años		46/50 años		>51 años	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Apto	60	55	55	50	50	45	45	40	40	35	35	30

4. Natación, 50 metros

Descripción:

La prueba consiste en cubrir una distancia de 50 metros a nado, en las mismas condiciones generales de ejecución que la prueba de natación de la escala básica.

Tiempo máximo para superar la prueba, según edad y sexo:

	<30 años		30/35 años		36/40 años		41/45 años		46/50 años		>51 años	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Apto	50»	55»	55»	1’ 00»	1’ 00»	1’ 05»	1’ 05»	1’ 10»	1’ 10»	1’ 15»	1’ 15»	1’ 20»