

MARCAS DE PRUEBAS FÍSICAS PARA CURSO DE ÁRBITROS Y ÁRBITRAS

Masculinas

→ Aspirantes a árbitro mayores de 15 años

Velocidad: 6x40 tiempo máximo 6,60 seg.

Resistencia: 2000 m tiempo máximo 9,30 min.

→ Aspirantes a árbitro de 15 o menores

Velocidad: 6x40 tiempo máximo 7,50 seg.

Resistencia: 2000 m tiempo máximo 11 min.

Femeninas

→ Aspirantes a árbitra

Velocidad: 6x40 tiempo máximo 7,50 seg.

Resistencia: 2000 m tiempo máximo 11 min.