

**ANEXO IV**  
**CONCURSO PÚBLICO DA COMURG**  
**EDITAL Nº. 002/2009**

**PROVA DE CAPACIDADE FÍSICA – 1ª ETAPA PARA O CARGO DE TRABALHADOR NOS SERVIÇOS DE COLETA, LIMPEZA E CONSERVAÇÃO DE ÁREAS PÚBLICAS -TLP**

**Teste de Flexão de Braços (1 minuto)**

Pontos	Quantidade de Exercícios
100,00	31
97,50	30
95,00	29
92,50	28
90,00	27
87,50	26
85,00	25
82,50	24
80,00	23
77,50	22
75,00	21
72,50	20
70,00	19
67,50	18
65,00	17
62,50	16
60,00	15
57,50	14
55,00	13
52,50	12
50,00	11

**Teste de Agilidade**

Pontos	Tempo gasto (medido em segundos)
100,00	Até 11,00
90,00	De 11,01 até 11,50
80,00	De 11,51 até 12,00
70,00	De 12,01 até 12,50
60,00	De 12,51 até 13,00
50,00	De 13,01 até 14,00

**Teste de Abdominal (1 minuto)**

Pontos	Quantidade de Exercícios
100,00	37
97,50	36
95,00	35
92,50	34
90,00	33
87,50	32
85,00	31
82,50	30
80,00	29
77,50	28
75,00	27
72,50	26
70,00	25
67,50	24
65,00	23
62,50	22
60,00	21
57,50	20
55,00	19
52,50	18
50,00	17

**Teste de Corrida de 2400 metros**

Pontos	Tempo gasto
100,00	10 min ou menos
95,00	10 min e 30 seg
90,00	11 min
85,00	11 min e 30 seg
80,00	12 min
75,00	12 min e 30 seg
70,00	13 min
65,00	13 min e 30 seg
60,00	14 min
55,00	14 min e 30 seg
50,00	15 min