

## ANEXO I - TABELA

<b>TESTE ABDOMINAL – MASCULINO</b>							
<b>Repetições em 01(UM) MINUTO</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	27	26	25	22	21	18	0.5
	28	27	26	23	22	19	1.0
	29	28	27	24	23	20	1.5
	30	29	28	25	24	21	2.0
	31	30	29	26	25	22	2.5
	32	31	30	27	26	23	3.0
	33	32	31	28	27	24	3.5
	34	33	32	29	28	25	4.0
	35	34	33	30	29	26	4.5
	36	35	34	31	30	27	5.0
	37	36	35	32	31	28	5.5
	38	37	36	33	32	29	6.0
	39	38	37	34	33	30	6.5
	40	39	38	35	34	31	7.0
	41	40	39	36	35	32	7.5
	42	41	40	37	36	33	8.0
43	42	41	38	37	34	8.5	
44	43	42	39	38	35	9.0	
45	44	43	40	39	36	9.5	
46	45	44	41	40	37	10.00	

<b>TESTE ABDOMINAL – FEMININO</b>							
<b>Repetições em 01(UM) MINUTO</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	21	20	19	18	17	16	0.5
	22	21	20	19	18	17	1.0
	23	22	21	20	19	18	1.5
	24	23	22	21	20	19	2.0
	25	24	23	22	21	20	2.5
	26	25	24	23	22	21	3.0
	27	26	25	24	23	22	3.5
	28	27	26	25	24	23	4.0
	29	28	27	26	25	24	4.5
	30	29	28	27	26	25	5.0
	31	30	29	28	27	26	5.5
	32	31	30	29	28	27	6.0
	33	32	31	30	29	28	6.5
	34	33	32	31	30	29	7.0
	35	34	33	32	31	30	7.5
	36	35	34	33	32	31	8.0
37	36	35	34	33	32	8.5	
38	37	36	35	34	33	9.0	
39	38	37	36	35	34	9.5	
40	39	38	37	36	35	10.00	

**ANEXO I - TABELA**

<b>TESTE de NATAÇÃO: 50m MASCULINO</b>						
<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOT A</b>
01'22"01/01'24"	01'24"01/01'26"	01'26"01/01'28"	01'28"01/01'30"	01'30"01/01'32"	01'32"01/01'34"	0.5
01'20"01/01'22"	01'22"01/01'24"	01'24"01/01'26"	01'26"01/01'28"	01'28"01/01'30"	01'30"01/01'32"	1.0
01'18"01/01'20"	01'20"01/01'22"	01'22"01/01'24"	01'24"01/01'26"	01'26"01/01'28"	01'28"01/01'30"	1.5
01'16"01/01'18"	01'18"01/01'20"	01'20"01/01'22"	01'22"01/01'24"	01'24"01/01'26"	01'26"01/01'28"	2.0
01'14"01/01'16"	01'16"01/01'18"	01'18"01/01'20"	01'20"01/01'22"	01'22"01/01'24"	01'24"01/01'26"	2.5
01'12"01/01'14"	01'14"01/01'16"	01'16"01/01'18"	01'18"01/01'20"	01'20"01/01'22"	01'22"01/01'24"	3.0
01'10"01/01'12"	01'12"01/01'14"	01'14"01/01'16"	01'16"01/01'18"	01'18"01/01'20"	01'20"01/01'22"	3.5
01'08"01/01'10"	01'10"01/01'12"	01'12"01/01'14"	01'14"01/01'16"	01'16"01/01'18"	01'18"01/01'20"	4.0
01'06"01/01'08"	01'08"01/01'10"	01'10"01/01'12"	01'12"01/01'14"	01'14"01/01'16"	01'16"01/01'18"	4.5
01'04"01/01'06"	01'06"01/01'08"	01'08"01/01'10"	01'10"01/01'12"	01'12"01/01'14"	01'14"01/01'16"	5.0
01'02"01/01'04"	01'04"01/01'06"	01'06"01/01'08"	01'08"01/01'10"	01'10"01/01'12"	01'12"01/01'14"	5.5
01'00"01/01'02"	01'02"01/01'04"	01'04"01/01'06"	01'06"01/01'08"	01'08"01/01'10"	01'10"01/01'12"	6.0
00'58"01/01'00"	01'00"01/01'02"	01'02"01/01'04"	01'04"01/01'06"	01'06"01/01'08"	01'08"01/01'10"	6.5
00'56"01/00'58"	00'58"01/01'00"	01'00"01/01'02"	01'02"01/01'04"	01'04"01/01'06"	01'06"01/01'08"	7.0
00'52"01/00'56"	00'56"01/00'58"	00'58"01/01'00"	01'00"01/01'02"	01'02"01/01'04"	01'04"01/01'06"	7.5
00'48"01/00'52"	00'52"01/00'56"	00'56"01/00'58"	00'58"01/01'00"	01'00"01/01'02"	01'02"01/01'04"	8.0
00'44"01/00'48"	00'48"01/00'52"	00'52"01/00'56"	00'56"01/00'58"	00'58"01/01'00"	01'00"01/01'02"	8.5
00'40"01/00'44"	00'44"01/00'48"	00'48"01/00'52"	00'52"01/00'56"	00'56"01/00'58"	00'58"01/01'00"	9.0
00'36"01/00'40"	00'40"01/00'44"	00'44"01/00'48"	00'48"01/00'52"	00'52"01/00'56"	00'56"01/00'58"	9.5
Até 00'36"	Até 00'40"	Até 00'44"	Até 00'48"	Até 00'52"	Até 00'56"	10.00

## TESTE de NATAÇÃO: 50m FEMININO

### FAIXA ETÁRIA EM ANOS

18 a 24 anos	25 a 29 anos	30 a 34 anos	35 a 39 anos	40 a 44 anos	45 a 49 anos	NOT A
01'24"01/01' 26"	01'26"01/01' 28"	01'28"01/01' 30"	01'30"01/01' 32"	01'32"01/01' 34"	01'34"01/01' 36"	0.5
01'22"01/01' 24"	01'24"01/01' 26"	01'26"01/01' 28"	01'28"01/01' 30"	01'30"01/01' 32"	01'32"01/01' 34"	1.0
01'20"01/01' 22"	01'22"01/01' 24"	01'24"01/01' 26"	01'26"01/01' 28"	01'28"01/01' 30"	01'30"01/01' 32"	1.5
01'18"01/01' 20"	01'20"01/01' 22"	01'22"01/01' 24"	01'24"01/01' 26"	01'26"01/01' 28"	01'28"01/01' 30"	2.0
01'16"01/01' 18"	01'18"01/01' 20"	01'20"01/01' 22"	01'22"01/01' 24"	01'24"01/01' 26"	01'26"01/01' 28"	2.5
01'14"01/01' 16"	01'16"01/01' 18"	01'18"01/01' 20"	01'20"01/01' 22"	01'22"01/01' 24"	01'24"01/01' 26"	3.0
01'12"01/01' 14"	01'14"01/01' 16"	01'16"01/01' 18"	01'18"01/01' 20"	01'20"01/01' 22"	01'22"01/01' 24"	3.5
01'10"01/01' 12"	01'12"01/01' 14"	01'14"01/01' 16"	01'16"01/01' 18"	01'18"01/01' 20"	01'20"01/01' 22"	4.0
01'08"01/01' 10"	01'10"01/01' 12"	01'12"01/01' 14"	01'14"01/01' 16"	01'16"01/01' 18"	01'18"01/01' 20"	4.5
01'06"01/01' 08"	01'08"01/01' 10"	01'10"01/01' 12"	01'12"01/01' 14"	01'14"01/01' 16"	01'16"01/01' 18"	5.0
01'04"01/01' 06"	01'06"01/01' 08"	01'08"01/01' 10"	01'10"01/01' 12"	01'12"01/01' 14"	01'14"01/01' 16"	5.5
01'02"01/01' 04"	01'04"01/01' 06"	01'06"01/01' 08"	01'08"01/01' 10"	01'10"01/01' 12"	01'12"01/01' 14"	6.0
01'00"01/01' 02"	01'02"01/01' 04"	01'04"01/01' 06"	01'06"01/01' 08"	01'08"01/01' 10"	01'10"01/01' 12"	6.5
00'58"01/01' 00"	01'00"01/01' 02"	01'02"01/01' 04"	01'04"01/01' 06"	01'06"01/01' 08"	01'08"01/01' 10"	7.0
00'56"01/00' 58"	00'58"01/01' 00"	01'00"01/01' 02"	01'02"01/01' 04"	01'04"01/01' 06"	01'06"01/01' 08"	7.5
00'52"01/00' 56"	00'56"01/00' 58"	00'58"01/01' 00"	01'00"01/01' 02"	01'02"01/01' 04"	01'04"01/01' 06"	8.0
00'48"01/00' 52"	00'52"01/00' 56"	00'56"01/00' 58"	00'58"01/01' 00"	01'00"01/01' 02"	01'02"01/01' 04"	8.5
00'44"01/00' 48"	00'48"01/00' 52"	00'52"01/00' 56"	00'56"01/00' 58"	00'58"01/01' 00"	01'00"01/01' 02"	9.0
00'40"01/00' 44"	00'44"01/00' 48"	00'48"01/00' 52"	00'52"01/00' 56"	00'56"01/00' 58"	00'58"01/01' 00"	9.5
Até 00'40"	Até 00'44"	Até 00'48"	Até 00'52"	Até 00'56"	Até 00'58"	10.00

**ANEXO I - TABELA**

<b>TESTE DE FLEXÃO DE BRAÇO/BARRA FIXA – MASCULINO</b>							
Número de Repetições <b>SEM TEMPO</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	01	-	-	20 apoios	18 apoios	16 apoios	1.0
	02	01	-	22 apoios	20 apoios	18 apoios	2.0
	03	02	01	24 apoios	22 apoios	20 apoios	3.0
	04	03	02	01	24 apoios	22 apoios	4.0
	05	04	03	02	25 apoios	23 apoios	5.0
	06	05	04	03	26 apoios	24 apoios	6.0
	07	06	05	04	27 apoios	25 apoios	7.0
	08	07	06	05	28 apoios	26 apoios	8.0
09	08	07	06	29 apoios	27 apoios	9.0	
10	09	08	07	30 apoios	28 apoios	10.00	

<b>TESTE ESTÁTICO NA BARRA FIXA/FLEXÃO 06 APOIOS – FEMININO</b>							
Teste Estático <b>TEMPO EM SEG</b> Flexão 06 apoios <b>SEM TEMPO</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	05"	04"	03"	09 apoios	08 apoios	07 apoios	1.0
	06"	05"	04"	10 apoios	09 apoios	08 apoios	2.0
	07"	06"	05"	11 apoios	10 apoios	09 apoios	3.0
	08"	07"	06"	12 apoios	11 apoios	10 apoios	4.0
	09"	08"	07"	13 apoios	12 apoios	11 apoios	5.0
	10"	09"	08"	14 apoios	13 apoios	12 apoios	6.0
	11"	10"	09"	15 apoios	14 apoios	13 apoios	7.0
	12"	11"	10"	16 apoios	15 apoios	14 apoios	8.0
13"	12"	11"	18 apoios	16 apoios	15 apoios	9.0	
14"	13"	12"	20 apoios	18 apoios	16 apoios	10.00	

**ANEXO I - TABELA**

<b>CORRIDA 12 MINUTOS – MASCULINO</b>							
<b>TEMPO 12min</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	1800m	1700m	1600m	1500m	1400m	1300m	1.0
	1900m	1800m	1700m	1600m	1500m	1400m	2.0
	2000m	1900m	1800m	1700m	1600m	1500m	3.0
	2100m	2000m	1900m	1800m	1700m	1600m	4.0
	2200m	2100m	2000m	1900m	1800m	1700m	5.0
	2300m	2200m	2100m	2000m	1900m	1800m	6.0
	2400m	2300m	2200m	2100m	2000m	1900m	7.0
	2500m	2400m	2300m	2200m	2100m	2000m	8.0
2600m	2500m	2400m	2300m	2200m	2100m	9.0	
2700m	2600m	2500m	2400m	2300m	2200m	10.00	

<b>CORRIDA 12 MINUTOS – FEMININO</b>							
<b>TEMPO 12min</b>	<b>FAIXA ETÁRIA EM ANOS</b>						
	<b>18 a 24</b>	<b>25 a 29</b>	<b>30 a 34</b>	<b>35 a 39</b>	<b>40 a 44</b>	<b>45 a 49</b>	<b>NOTA</b>
	1400m	1300m	1200m	1100m	1000m	900m	1.0
	1500m	1400m	1300m	1200m	1100m	1000m	2.0
	1600m	1500m	1400m	1300m	1200m	1100m	3.0
	1700m	1600m	1500m	1400m	1300m	1200m	4.0
	1800m	1700m	1600m	1500m	1400m	1300m	5.0
	1900m	1800m	1700m	1600m	1500m	1400m	6.0
	2000m	1900m	1800m	1700m	1600m	1500m	7.0
	2100m	2000m	1900m	1800m	1700m	1600m	8.0
2200m	2100m	2000m	1900m	1800m	1700m	9.0	
2300m	2200m	2100m	2000m	1900m	1800m	10.00	

## ANEXO II - ATESTADO MÉDICO

### ATESTADO MÉDICO

**ATESTO**, para os devidos fins, que \_\_\_\_\_  
(**NOME COMPLETO DO CANDIDATO**) CPF \_\_\_\_\_,  
**RG:** \_\_\_\_\_, encontra-se em boas condições de saúde,  
estando **APTO(A)** para realizar esforços físicos dos **TESTES DE APTIDÃO FÍSICA - TAF**, da disciplina de **Educação Física Militar III** do Concurso Público para ingresso no **CARGO DE PRIMEIRO-TENENTE DO QUADRO DE OFICIAIS DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DO CEARÁ - TURMA II**, junto à Academia Estadual de Segurança Pública.

Fortaleza, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2019.

\_\_\_\_\_  
Assinatura/Carimbo do CRM do Médico

**ANEXO III****RELAÇÃO DE ALUNOS DO CFPCO BMCE/2018 - TURMA II - GRUPO 01**

<b>ORD</b>	<b>INSCRIÇÃO</b>	<b>CANDIDATO</b>	<b>SEXO</b>	<b>GRUPO</b>
1	10001407	ALINE COSTA DE LIMA	F	1
2	10002438	ANDRÉ LUIZ FERREIRA	M	1
3	10000731	BRUNO AQUINO MOURA SAMPAIO	M	1
4	10000429	CLEBIANO BARBOSA VALE	M	1
5	10000915	CLELIA DO REGO BATISTA	F	1
6	10000282	DANIEL CALS THEOPHILO MACIEL	M	1
7	10001429	DAYANE TEIXEIRA RODRIGUES	F	1
8	10001988	DIEGO DAVIS FURTADO CAVALCANTE	M	1
9	10003381	DIEGO RAFAEL BRAGA SANTOS	M	1
10	10002642	DIEGO RODRIGUES E SILVA FALCAO	M	1
11	10000076	EVERTON DE OLIVEIRA BARROS	M	1
12	10001039	FERNANDO ALENCAR FEITOZA	M	1
13	10000084	FILIPE COSTA FALCAO	M	1
14	10000764	FRANCISCO DE ARAUJO MAGALHAES	M	1
15	10001530	FRANCISCO REGIS LEITE LIMA	M	1
16	10002029	JACKSON OLIVEIRA DE MELO	M	1
17	10003351	JOSÉ ALBERTO BATISTA JUNIOR	M	1
18	10000876	JOSÉ HALLYS FREITAS	M	1
19	10003190	JOSE LUCIANO FERREIRA SILVA	M	1
20	10000202	JOSE MARIA TAVARES DA SILVA FILHO	M	1
21	10001049	JOSÉ MÁRIO CARNEIRO	M	1
22	10001427	JOSE VALDERI DE MATOS JUNIOR	M	1
23	10001139	LEONARDO DE SOUSA SANTOS	M	1
24	10000188	LUIZ ANTONIO DE OLIVEIRA JUNIOR	M	1
25	10000452	MAURILIO OLIVEIRA DA SILVA	M	1
26	10000167	NATANAEL MARTINS PONTES LIMA	M	1
27	10000572	RENATA MICHELLI GOMES LUCAS	F	1
28	10000634	RONALDO PACIFICO XAVIER DA SILVA	M	1
29	10001529	SIDNEY ROBERTO DOS SANTOS NASCIMENTO	M	1
30	10001567	THIAGO ALVES BRASILEIRO	M	1
31	10002341	WILLIAM PAULO DOS SANTOS	M	1

**RELAÇÃO DE ALUNOS DO CFPCO BMCE/2018 - TURMA II - GRUPO 02**

ORD	INSCRIÇÃO	CANDIDATO	SEXO	GRUPO
1	10001396	ALEXSANDRO VIANA FREITAS	M	2
2	10001646	ANTONIO FLAVIO FERREIRA DO NASCIMENTO FILHO	M	2
3	10000174	BRUNA DOS SANTOS NOBRE SOBRAL	F	2
4	10000573	BRUNO PEREIRA LIMA DE GOES	M	2
5	10000064	BRUNO TORQUATO DE SOUSA	M	2
6	10001793	CRISTIANO LIMA DA SILVA	M	2
7	10000591	DOUGLAS MOURA UCHOA	M	2
8	10000925	ELIAS VITOR CHAGAS GOMES	M	2
9	10001033	HENRIQUE VIEIRA COELHO	M	2
10	10000656	JAIRO SEVERINO DE SOUSA BRASIL	M	2
11	10001547	JOELMA FRANCELINO FREITAS	F	2
12	10000710	KHARITA WALESKA COSTA VIANA	F	2
13	10002812	LUIZ PAULO ANDRADE DE OLIVEIRA	M	2
14	10000702	MARCIO RAMOS DE CASTRO	M	2
15	10002319	MARLOS AMAURY CASTELO BEZERRA FILHO	M	2
16	10000285	MAURICIO LACERDA ANTUNES	M	2
17	10002909	MOISES VALMILDO AGUIAR	M	2
18	10001194	RAIANDERSON NERI ROCHA	M	2
19	10000253	RODRIGO MARTIM SOUZA DE ARAUJO	M	2
20	10000382	SAMUEL DE SOUSA NOGUEIRA COSTA	M	2
21	10000276	TATIANY FERREIRA DE OLIVEIRA	F	2
22	10000266	WANDEGLEIDSON CAVALCANTE CORDEIRO	M	2
23	10002191	WILAME PEREIRA LIMA	M	2
24	10001894	LEANDRO GOMES PIRES	M	2
25	10001659	FRANCISCO ALMEIDA DE SOUSA FILHO	M	2