附件1

昆明市公安局勤务辅助人员

体测评分标准(试行)

一、体能测评项目和标准（一）

（一）男子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 1000米跑 | ≦4′25″ | ≦4′35″ |
| 纵跳摸高 | ≧265厘米 |

（二）女子组

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 标准 |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 800米跑 | ≦4′20″ | ≦4′30″ |
| 纵跳摸高 | ≧230厘米 |

二、体能测评项目和标准（二）

男子1000米跑评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分数 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 | 46岁至50岁 |
| 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 |
| 100 | 3′ 26″ | 3′ 35″ | 3′ 45″ | 3′ 55″ | 4′ 00″ | 4′ 05″ |
| 99 |  | 3′ 36″ | 3′ 46″ | 3′ 56″ | 4′ 01″ | 4′ 06″ |
| 98 | 3′ 27″ | 3′ 37″ | 3′ 47″ | 3′ 57″ | 4′ 02″ | 4′ 07″ |
| 97 |  | 3′ 38″ | 3′ 48″ | 3′ 58″ | 4′ 03″ | 4′ 08″ |
| 96 |  | 3′ 39″ | 3′ 49″ | 3′ 59″ | 4′ 04″ | 4′ 09″ |
| 95 | 3′ 28″ | 3′ 40″ | 3′ 50″ | 4′ 00″ | 4′ 05″ | 4′ 10″ |
| 94 |  | 3′ 41″ | 3′ 51″ | 4′ 01″ | 4′ 06″ | 4′ 11″ |
| 93 | 3′ 29″ | 3′ 42″ | 3′ 52″ | 4′ 02″ | 4′ 07″ | 4′ 12″ |
| 92 |  | 3′ 43″ | 3′ 53″ | 4′ 03″ | 4′ 08″ | 4′ 13″ |
| 91 |  | 3′ 44″ | 3′ 54″ | 4′ 04″ | 4′ 09″ | 4′ 14″ |
| 90 | 3′ 30″ | 3′ 45″ | 3′ 55″ | 4′ 05″ | 4′ 10″ | 4′ 15″ |
| 89 |  | 3′ 46″ | 3′ 56″ | 4′ 06″ | 4′ 11″ | 4′ 16″ |
| 88 | 3′ 31″ | 3′ 47″ | 3′ 57″ | 4′ 07″ | 4′ 12″ | 4′ 17″ |
| 87 |  | 3′ 48″ | 3′ 58″ | 4′ 08″ | 4′ 13″ | 4′ 18″ |
| 86 |  | 3′ 49″ | 3′ 59″ | 4′ 09″ | 4′ 14″ | 4′ 19″ |
| 85 | 3′ 32″ | 3′ 50″ | 4′ 00″ | 4′ 10″ | 4′ 15″ | 4′ 20″ |
| 84 | 3′ 33″ | 3′ 51″ | 4′ 01″ | 4′ 11″ | 4′ 16″ | 4′ 21″ |
| 83 |  | 3′ 52″ | 4′ 02″ | 4′ 12″ | 4′ 17″ | 4′ 22″ |
| 82 | 3′ 34″ | 3′ 53″ | 4′ 03″ | 4′ 13″ | 4′ 18″ | 4′ 23″ |
| 81 |  | 3′ 54″ | 4′ 04″ | 4′ 14″ | 4′ 19″ | 4′ 24″ |
| 80 | 3′ 35″ | 3′ 55″ | 4′ 05″ | 4′ 15″ | 4′ 20″ | 4′ 25″ |
| 79 | 3′ 36″ | 3′ 56″ | 4′ 06″ | 4′ 16″ | 4′ 21″ | 4′ 26″ |
| 78 | 3′ 37″ | 3′ 57″ | 4′ 07″ | 4′ 17″ | 4′ 22″ | 4′ 27″ |
| 77 | 3′ 38″ | 3′ 58″ | 4′ 08″ | 4′ 18″ | 4′ 23″ | 4′ 28″ |
| 76 | 3′ 39″ | 3′ 59″ | 4′ 09″ | 4′ 19″ | 4′ 24″ | 4′ 29″ |
| 75 | 3′ 40″ | 4′ 00″ | 4′ 10″ | 4′ 20″ | 4′ 25″ | 4′ 30″ |
| 74 | 3′ 41″ | 4′ 01″ | 4′ 11″ | 4′ 21″ | 4′ 26″ | 4′ 31″ |
| 73 | 3′ 42″ | 4′ 02″ | 4′ 12″ | 4′ 22″ | 4′ 27″ | 4′ 32″ |
| 72 | 3′ 43″ | 4′ 03″ | 4′ 13″ | 4′ 23″ | 4′ 28″ | 4′ 33″ |
| 71 | 3′ 44″ | 4′ 04″ | 4′ 14″ | 4′ 24″ | 4′ 29″ | 4′ 34″ |
| 70 | 3′ 45″ | 4′ 05″ | 4′ 15″ | 4′ 25″ | 4′ 30″ | 4′ 35″ |
| 69 | 3′ 46″ | 4′ 06″ | 4′ 16″ | 4′ 26″ | 4′ 31″ | 4′ 36″ |
| 68 | 3′ 47″ | 4′ 07″ | 4′ 17″ | 4′ 27″ | 4′ 32″ | 4′ 37″ |
| 67 | 3′ 48″ | 4′ 08″ | 4′ 18″ | 4′ 28″ | 4′ 33″ | 4′ 38″ |
| 66 | 3′ 49″ | 4′ 09″ | 4′ 19″ | 4′ 29″ | 4′ 34″ | 4′ 39″ |
| 65 | 3′ 50″ | 4′ 10″ | 4′ 20″ | 4′ 30″ | 4′ 35″ | 4′ 40″ |
| 64 | 3′ 51″ | 4′ 11″ | 4′ 21″ | 4′ 31″ | 4′ 36″ | 4′ 41″ |
| 63 | 3′ 52″ | 4′ 12″ | 4′ 22″ | 4′ 32″ | 4′ 37″ | 4′ 42″ |
| 62 | 3′ 53″ | 4′ 13″ | 4′ 23″ | 4′ 33″ | 4′ 38″ | 4′ 43″ |
| 61 | 3′ 54″ | 4′ 14″ | 4′ 24″ | 4′ 34″ | 4′ 39″ | 4′ 44″ |
| 60 | 3′ 55″ | 4′ 15″ | 4′ 25″ | 4′ 35″ | 4′ 40″ | 4′ 45″ |
| 59 | 3′ 56″ | 4′ 16″ | 4′ 26″ | 4′ 36″ | 4′ 41″ | 4′ 46″ |
| 58 | 3′ 57″ | 4′ 17″ | 4′ 27″ | 4′ 37″ | 4′ 42″ | 4′ 47″ |
| 57 | 3′ 58″ | 4′ 18″ | 4′ 28″ | 4′ 38″ | 4′ 43″ | 4′ 48″ |
| 56 | 3′ 59″ | 4′ 19″ | 4′ 29″ | 4′ 39″ | 4′ 44″ | 4′ 49″ |
| 55 | 4′ 00″ | 4′ 20″ | 4′ 30″ | 4′ 40″ | 4′ 45″ | 4′ 50″ |
| 54 | 4′ 01″ | 4′ 21″ | 4′ 31″ | 4′ 41″ | 4′ 46″ | 4′ 51″ |
| 53 | 4′ 02″ | 4′ 22″ | 4′ 32″ | 4′ 42″ | 4′ 47″ | 4′ 52″ |
| 52 | 4′ 03″ | 4′ 23″ | 4′ 33″ | 4′ 43″ | 4′ 48″ | 4′ 53″ |
| 51 | 4′ 04″ | 4′ 24″ | 4′ 34″ | 4′ 44″ | 4′ 49″ | 4′ 54″ |
| 50 | 4′ 05″ | 4′ 25″ | 4′ 35″ | 4′ 45″ | 4′ 50″ | 4′ 55″ |
| 49 | 4′ 06″ | 4′ 26″ | 4′ 36″ | 4′ 46″ | 4′ 51″ | 4′ 56″ |
| 48 | 4′ 07″ | 4′ 27″ | 4′ 37″ | 4′ 47″ | 4′ 52″ | 4′ 57″ |
| 47 | 4′ 08″ | 4′ 28″ | 4′ 38″ | 4′ 48″ | 4′ 53″ | 4′ 58″ |
| 46 | 4′ 09″ | 4′ 29″ | 4′ 39″ | 4′ 49″ | 4′ 54″ | 4′ 59″ |
| 45 | 4′ 10″ | 4′ 30″ | 4′ 40″ | 4′ 50″ | 4′ 55″ | 5′ 00″ |
| 44 | 4′ 11″ | 4′ 31″ | 4′ 41″ | 4′ 51″ | 4′ 56″ | 5′ 01″ |
| 43 | 4′ 12″ | 4′ 32″ | 4′ 42″ | 4′ 52″ | 4′ 57″ | 5′ 02″ |
| 42 | 4′ 13″ | 4′ 33″ | 4′ 43″ | 4′ 53″ | 4′ 58″ | 5′ 03″ |
| 41 | 4′ 14″ | 4′ 34″ | 4′ 44″ | 4′ 54″ | 4′ 59″ | 5′ 04″ |
| 40 | 4′ 15″ | 4′ 35″ | 4′ 45″ | 4′ 55″ | 5′ 00″ | 5′ 05″ |
| 39 | 4′ 16″ | 4′ 36″ | 4′ 46″ | 4′ 56″ | 5′ 01″ | 5′ 06″ |
| 38 | 4′ 17″ | 4′ 37″ | 4′ 47″ | 4′ 57″ | 5′ 02″ | 5′ 07″ |
| 37 | 4′ 18″ | 4′ 38″ | 4′ 48″ | 4′ 58″ | 5′ 03″ | 5′ 08″ |
| 36 | 4′ 19″ | 4′ 39″ | 4′ 49″ | 4′ 59″ | 5′ 04″ | 5′ 09″ |
| 35 | 4′ 20″ | 4′ 40″ | 4′ 50″ | 5′ 00″ | 5′ 05″ | 5′ 10″ |
| 34 | 4′ 21″ | 4′ 41″ | 4′ 51″ | 5′ 01″ | 5′ 06″ | 5′ 11″ |
| 33 | 4′ 22″ | 4′ 42″ | 4′ 52″ | 5′ 02″ | 5′ 07″ | 5′ 12″ |
| 32 | 4′ 23″ | 4′ 43″ | 4′ 53″ | 5′ 03″ | 5′ 08″ | 5′ 13″ |
| 31 | 4′ 24″ | 4′ 44″ | 4′ 54″ | 5′ 04″ | 5′ 09″ | 5′ 14″ |
| 30 | 4′ 25″ | 4′ 45″ | 4′ 55″ | 5′ 05″ | 5′ 10″ | 5′ 15″ |
| 29 | 4′ 26″ | 4′ 46″ | 4′ 56″ | 5′ 06″ | 5′ 11″ | 5′ 16″ |
| 28 | 4′ 27″ | 4′ 47″ | 4′ 57″ | 5′ 07″ | 5′ 12″ | 5′ 17″ |
| 27 | 4′ 28″ | 4′ 48″ | 4′ 58″ | 5′ 08″ | 5′ 13″ | 5′ 18″ |
| 26 | 4′ 29″ | 4′ 49″ | 4′ 59″ | 5′ 09″ | 5′ 14″ | 5′ 19″ |
| 25 | 4′ 30″ | 4′ 50″ | 5′ 00″ | 5′ 10″ | 5′ 15″ | 5′ 20″ |
| 24 | 4′ 31″ | 4′ 51″ | 5′ 01″ | 5′ 11″ | 5′ 16″ | 5′ 21″ |
| 23 | 4′ 32″ | 4′ 52″ | 5′ 02″ | 5′ 12″ | 5′ 17″ | 5′ 22″ |
| 22 | 4′ 33″ | 4′ 53″ | 5′ 03″ | 5′ 13″ | 5′ 18″ | 5′ 23″ |
| 21 | 4′ 34″ | 4′ 54″ | 5′ 04″ | 5′ 14″ | 5′ 19″ | 5′ 24″ |
| 20 | 4′ 35″ | 4′ 55″ | 5′ 05″ | 5′ 15″ | 5′ 20″ | 5′ 25″ |
| 19 | 4′ 36″ | 4′ 56″ | 5′ 06″ | 5′ 16″ | 5′ 21″ | 5′ 26″ |
| 18 | 4′ 37″ | 4′ 57″ | 5′ 07″ | 5′ 17″ | 5′ 22″ | 5′ 27″ |
| 17 | 4′ 38″ | 4′ 58″ | 5′ 08″ | 5′ 18″ | 5′ 23″ | 5′ 28″ |
| 16 | 4′ 39″ | 4′ 59″ | 5′ 09″ | 5′ 19″ | 5′ 24″ | 5′ 29″ |
| 15 | 4′ 40″ | 5′ 00″ | 5′ 10″ | 5′ 20″ | 5′ 25″ | 5′ 30″ |
| 14 | 4′ 41″ | 5′ 01″ | 5′ 11″ | 5′ 21″ | 5′ 26″ | 5′ 31″ |
| 13 | 4′ 42″ | 5′ 02″ | 5′ 12″ | 5′ 22″ | 5′ 27″ | 5′ 32″ |
| 12 | 4′ 43″ | 5′ 03″ | 5′ 13″ | 5′ 23″ | 5′ 28″ | 5′ 33″ |
| 11 | 4′ 44″ | 5′ 04″ | 5′ 14″ | 5′ 24″ | 5′ 29″ | 5′ 34″ |
| 10 | 4′ 45″ | 5′ 05″ | 5′ 15″ | 5′ 25″ | 5′ 30″ | 5′ 35″ |
| 9 | 4′ 46″ | 5′ 06″ | 5′ 16″ | 5′ 26″ | 5′ 31″ | 5′ 36″ |
| 8 | 4′ 47″ | 5′ 07″ | 5′ 17″ | 5′ 27″ | 5′ 32″ | 5′ 37″ |
| 7 | 4′ 48″ | 5′ 08″ | 5′ 18″ | 5′ 28″ | 5′ 33″ | 5′ 38″ |
| 6 | 4′ 49″ | 5′ 09″ | 5′ 19″ | 5′ 29″ | 5′ 34″ | 5′ 39″ |
| 5 | 4′ 50″ | 5′ 10″ | 5′ 20″ | 5′ 30″ | 5′ 35″ | 5′ 40″ |
| 4 | 4′ 51″ | 5′ 11″ | 5′ 21″ | 5′ 31″ | 5′ 36″ | 5′ 41″ |
| 3 | 4′ 52″ | 5′ 12″ | 5′ 22″ | 5′ 32″ | 5′ 37″ | 5′ 42″ |
| 2 | 4′ 53″ | 5′ 13″ | 5′ 23″ | 5′ 33″ | 5′ 38″ | 5′ 43″ |
| 1 | 4′ 54″ | 5′ 14″ | 5′ 24″ | 5′ 34″ | 5′ 39″ | 5′ 44″ |
| 0 | 4′ 55″ | 5′ 15″ | 5′ 25″ | 5′ 35″ | 5′ 40″ | 5′ 45″ |

女子800米跑评分标准

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 25岁以下 | 26岁至30岁 | 31岁至35岁 | 36岁至40岁 | 41岁至45岁 |
| 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 | 分、秒 |
| 100 | 3′ 23″ | 3′ 30″ | 3′ 40″ | 3′ 50″ | 4′ 05″ |
| 99 | 3′ 24″ | 3′ 31″ | 3′ 41″ | 3′ 51″ | 4′ 06″ |
| 98 |  | 3′ 32″ | 3′ 42″ | 3′ 52″ | 4′ 07″ |
| 97 | 3′ 25″ | 3′ 33″ | 3′ 43″ | 3′ 53″ | 4′ 08″ |
| 96 |  | 3′ 34″ | 3′ 44″ | 3′ 54″ | 4′ 09″ |
| 95 | 3′ 26″ | 3′ 35″ | 3′ 45″ | 3′ 55″ | 4′ 10″ |
| 94 | 3′ 27″ | 3′ 36″ | 3′ 46″ | 3′ 56″ | 4′ 11″ |
| 93 |  | 3′ 37″ | 3′ 47″ | 3′ 57″ | 4′ 12″ |
| 92 | 3′ 28″ | 3′ 38″ | 3′ 48″ | 3′ 58″ | 4′ 13″ |
| 91 |  | 3′ 39″ | 3′ 49″ | 3′ 59″ | 4′ 14″ |
| 90 | 3′ 29″ | 3′ 40″ | 3′ 50″ | 4′ 00″ | 4′ 15″ |
| 89 | 3′ 30″ | 3′ 41″ | 3′ 51″ | 4′ 01″ | 4′ 16″ |
| 88 |  | 3′ 42″ | 3′ 52″ | 4′ 02″ | 4′ 17″ |
| 87 | 3′ 31″ | 3′ 43″ | 3′ 53″ | 4′ 03″ | 4′ 18″ |
| 86 |  | 3′ 44″ | 3′ 54″ | 4′ 04″ | 4′ 19″ |
| 85 | 3′ 32″ | 3′ 45″ | 3′ 55″ | 4′ 05″ | 4′ 20″ |
| 84 | 3′ 33″ | 3′ 46″ | 3′ 56″ | 4′ 06″ | 4′ 21″ |
| 83 |  | 3′ 47″ | 3′ 57″ | 4′ 07″ | 4′ 22″ |
| 82 | 3′ 34″ | 3′ 48″ | 3′ 58″ | 4′ 08″ | 4′ 23″ |
| 81 |  | 3′ 49″ | 3′ 59″ | 4′ 09″ | 4′ 24″ |
| 80 | 3′ 35″ | 3′ 50″ | 4′ 00″ | 4′ 10″ | 4′ 25″ |
| 79 | 3′ 36″ | 3′ 51″ | 4′ 01″ | 4′ 11″ | 4′ 26″ |
| 78 | 3′ 37″ | 3′ 52″ | 4′ 02″ | 4′ 12″ | 4′ 27″ |
| 77 | 3′ 38″ | 3′ 53″ | 4′ 03″ | 4′ 13″ | 4′ 28″ |
| 76 | 3′ 39″ | 3′ 54″ | 4′ 04″ | 4′ 14″ | 4′ 29″ |
| 75 | 3′ 40″ | 3′ 55″ | 4′ 05″ | 4′ 15″ | 4′ 30″ |
| 74 | 3′ 41″ | 3′ 56″ | 4′ 06″ | 4′ 16″ | 4′ 31″ |
| 73 | 3′ 42″ | 3′ 57″ | 4′ 07″ | 4′ 17″ | 4′ 32″ |
| 72 | 3′ 43″ | 3′ 58″ | 4′ 08″ | 4′ 18″ | 4′ 33″ |
| 71 | 3′ 44″ | 3′ 59″ | 4′ 09″ | 4′ 19″ | 4′ 34″ |
| 70 | 3′ 45″ | 4′ 00″ | 4′ 10″ | 4′ 20″ | 4′ 35″ |
| 69 | 3′ 46″ | 4′ 01″ | 4′ 11″ | 4′ 21″ | 4′ 36″ |
| 68 | 3′ 47″ | 4′ 02″ | 4′ 12″ | 4′ 22″ | 4′ 37″ |
| 67 | 3′ 48″ | 4′ 03″ | 4′ 13″ | 4′ 23″ | 4′ 38″ |
| 66 | 3′ 49″ | 4′ 04″ | 4′ 14″ | 4′ 24″ | 4′ 39″ |
| 65 | 3′ 50″ | 4′ 05″ | 4′ 15″ | 4′ 25″ | 4′ 40″ |
| 64 | 3′ 51″ | 4′ 06″ | 4′ 16″ | 4′ 26″ | 4′ 41″ |
| 63 | 3′ 52″ | 4′ 07″ | 4′ 17″ | 4′ 27″ | 4′ 42″ |
| 62 | 3′ 53″ | 4′ 08″ | 4′ 18″ | 4′ 28″ | 4′ 43″ |
| 61 | 3′ 54″ | 4′ 09″ | 4′ 19″ | 4′ 29″ | 4′ 44″ |
| 60 | 3′ 55″ | 4′ 10″ | 4′ 20″ | 4′ 30″ | 4′ 45″ |
| 59 | 3′ 56″ | 4′ 11″ | 4′ 21″ | 4′ 31″ | 4′ 46″ |
| 58 | 3′ 57″ | 4′ 12″ | 4′ 22″ | 4′ 32″ | 4′ 47″ |
| 57 | 3′ 58″ | 4′ 13″ | 4′ 23″ | 4′ 33″ | 4′ 48″ |
| 56 | 3′ 59″ | 4′ 14″ | 4′ 24″ | 4′ 34″ | 4′ 49″ |
| 55 | 4′ 00″ | 4′ 15″ | 4′ 25″ | 4′ 35″ | 4′ 50″ |
| 54 | 4′ 01″ | 4′ 16″ | 4′ 26″ | 4′ 36″ | 4′ 51″ |
| 53 | 4′ 02″ | 4′ 17″ | 4′ 27″ | 4′ 37″ | 4′ 52″ |
| 52 | 4′ 03″ | 4′ 18″ | 4′ 28″ | 4′ 38″ | 4′ 53″ |
| 51 | 4′ 04″ | 4′ 19″ | 4′ 29″ | 4′ 39″ | 4′ 54″ |
| 50 | 4′ 05″ | 4′ 20″ | 4′ 30″ | 4′ 40″ | 4′ 55″ |
| 49 | 4′ 06″ | 4′ 21″ | 4′ 31″ | 4′ 41″ | 4′ 56″ |
| 48 | 4′ 07″ | 4′ 22″ | 4′ 32″ | 4′ 42″ | 4′ 57″ |
| 47 | 4′ 08″ | 4′ 23″ | 4′ 33″ | 4′ 43″ | 4′ 58″ |
| 46 | 4′ 09″ | 4′ 24″ | 4′ 34″ | 4′ 44″ | 4′ 59″ |
| 45 | 4′ 10″ | 4′ 25″ | 4′ 35″ | 4′ 45″ | 5′ 00″ |
| 44 | 4′ 11″ | 4′ 26″ | 4′ 36″ | 4′ 46″ | 5′ 01″ |
| 43 | 4′ 12″ | 4′ 27″ | 4′ 37″ | 4′ 47″ | 5′ 02″ |
| 42 | 4′ 13″ | 4′ 28″ | 4′ 38″ | 4′ 48″ | 5′ 03″ |
| 41 | 4′ 14″ | 4′ 29″ | 4′ 39″ | 4′ 49″ | 5′ 04″ |
| 40 | 4′ 15″ | 4′ 30″ | 4′ 40″ | 4′ 50″ | 5′ 05″ |
| 39 | 4′ 16″ | 4′ 31″ | 4′ 41″ | 4′ 51″ | 5′ 06″ |
| 38 | 4′ 17″ | 4′ 32″ | 4′ 42″ | 4′ 52″ | 5′ 07″ |
| 37 | 4′ 18″ | 4′ 33″ | 4′ 43″ | 4′ 53″ | 5′ 08″ |
| 36 | 4′ 19″ | 4′ 34″ | 4′ 44″ | 4′ 54″ | 5′ 09″ |
| 35 | 4′ 20″ | 4′ 35″ | 4′ 45″ | 4′ 55″ | 5′ 10″ |
| 34 | 4′ 21″ | 4′ 36″ | 4′ 46″ | 4′ 56″ | 5′ 11″ |
| 33 | 4′ 22″ | 4′ 37″ | 4′ 47″ | 4′ 57″ | 5′ 12″ |
| 32 | 4′ 23″ | 4′ 38″ | 4′ 48″ | 4′ 58″ | 5′ 13″ |
| 31 | 4′ 24″ | 4′ 39″ | 4′ 49″ | 4′ 59″ | 5′ 14″ |
| 30 | 4′ 25″ | 4′ 40″ | 4′ 50″ | 5′ 00″ | 5′ 15″ |
| 29 | 4′ 26″ | 4′ 41″ | 4′ 51″ | 5′ 01″ | 5′ 16″ |
| 28 | 4′ 27″ | 4′ 42″ | 4′ 52″ | 5′ 02″ | 5′ 17″ |
| 27 | 4′ 28″ | 4′ 43″ | 4′ 53″ | 5′ 03″ | 5′ 18″ |
| 26 | 4′ 29″ | 4′ 44″ | 4′ 54″ | 5′ 04″ | 5′ 19″ |
| 25 | 4′ 30″ | 4′ 45″ | 4′ 55″ | 5′ 05″ | 5′ 20″ |
| 24 | 4′ 31″ | 4′ 46″ | 4′ 56″ | 5′ 06″ | 5′ 21″ |
| 23 | 4′ 32″ | 4′ 47″ | 4′ 57″ | 5′ 07″ | 5′ 22″ |
| 22 | 4′ 33″ | 4′ 48″ | 4′ 58″ | 5′ 08″ | 5′ 23″ |
| 21 | 4′ 34″ | 4′ 49″ | 4′ 59″ | 5′ 09″ | 5′ 24″ |
| 20 | 4′ 35″ | 4′ 50″ | 5′ 00″ | 5′ 10″ | 5′ 25″ |
| 19 | 4′ 36″ | 4′ 51″ | 5′ 01″ | 5′ 11″ | 5′ 26″ |
| 18 | 4′ 37″ | 4′ 52″ | 5′ 02″ | 5′ 12″ | 5′ 27″ |
| 17 | 4′ 38″ | 4′ 53″ | 5′ 03″ | 5′ 13″ | 5′ 28″ |
| 16 | 4′ 39″ | 4′ 54″ | 5′ 04″ | 5′ 14″ | 5′ 29″ |
| 15 | 4′ 40″ | 4′ 55″ | 5′ 05″ | 5′ 15″ | 5′ 30″ |
| 14 | 4′ 41″ | 4′ 56″ | 5′ 06″ | 5′ 16″ | 5′ 31″ |
| 13 | 4′ 42″ | 4′ 57″ | 5′ 07″ | 5′ 17″ | 5′ 32″ |
| 12 | 4′ 43″ | 4′ 58″ | 5′ 08″ | 5′ 18″ | 5′ 33″ |
| 11 | 4′ 44″ | 4′ 59″ | 5′ 09″ | 5′ 19″ | 5′ 34″ |
| 10 | 4′ 45″ | 5′ 00″ | 5′ 10″ | 5′ 20″ | 5′ 35″ |
| 9 | 4′ 46″ | 5′ 01″ | 5′ 11″ | 5′ 21″ | 5′ 36″ |
| 8 | 4′ 47″ | 5′ 02″ | 5′ 12″ | 5′ 22″ | 5′ 37″ |
| 7 | 4′ 48″ | 5′ 03″ | 5′ 13″ | 5′ 23″ | 5′ 38″ |
| 6 | 4′ 49″ | 5′ 04″ | 5′ 14″ | 5′ 24″ | 5′ 39″ |
| 5 | 4′ 50″ | 5′ 05″ | 5′ 15″ | 5′ 25″ | 5′ 40″ |
| 4 | 4′ 51″ | 5′ 06″ | 5′ 16″ | 5′ 26″ | 5′ 41″ |
| 3 | 4′ 52″ | 5′ 07″ | 5′ 17″ | 5′ 27″ | 5′ 42″ |
| 2 | 4′ 53″ | 5′ 08″ | 5′ 18″ | 5′ 28″ | 5′ 43″ |
| 1 | 4′ 54″ | 5′ 09″ | 5′ 19″ | 5′ 29″ | 5′ 44″ |
| 0 | 4′ 55″ | 5′ 10″ | 5′ 20″ | 5′ 30″ | 5′ 45″ |

|  |
| --- |
|  |