

لیست آزمون‌های مصوب مورد نیاز

نام آزمون	حیطه آزمون	ردیف
قد ایستاده	آزمون‌های پیکرسنجی (آنتروپومتری)	۱
وزن		۲
قد نشسته		۳
چین پوستی سه سر بازو		۴
چین پوستی دو سر بازو		۵
چین پوستی تحت کتف		۶
چین پوستی تاج خاصره‌ای		۷
چین پوستی سوپراسپینال		۸
چین پوستی ساق پا		۹
دور بازو استراحت		۱۰
دور بازو منقبض		۱۱
دور ساق		۱۲
دور کمر		۱۳
دور باسن		۱۴
پهنای استخوان بازو (آرنج)		۱۵
پهنای استخوان ران (زانو)		۱۶
پهنای شانه		۱۷
پهنای لگن		۱۸
طول بازو		۱۹
طول ساعد		۲۰
طول کف دست		۲۱
طول کف پا		۲۲
طول انگشت اشاره		۲۳
طول انگشت حلقه		۲۴
طول استخوان ساق		۲۵
طول استخوان ران		۲۶
طول دو دست		۲۷
حجم دست		۲۸
حجم ساعد		۲۹
قدرت انگشتان تک دست (لبه استاندارد+ترازو)	۳۰	
آویزان شدن دو دست روی لبه استاندارد	۳۱	
آویزان شدن با بازوی جمع از بارفیکس	۳۲	
بارفیکس (با مترونوم)	۳۳	
استقامت قلبی تنفسی Vo2 max	۳۴	
اسکات تک پا	۳۵	
انعطاف تنه به جلو	۳۶	
انعطاف بلند کردن تنه از عقب	۳۷	
انعطاف شانه	۳۸	
تعادل ستاره	۳۹	
عکس العمل دیداری	۴۰	
دو سرعت ۳۵ متر	۴۱	
آزمون سارجنت	۴۲	