

Karpacki Oddział Straży Granicznej

<https://karpacki.strazgraniczna.pl/ko/aktualnosci/62539,Testy-sprawdzajace-sprawnosc-fizyczna-w-2024-roku-czas-start.html>

17.10.2024, 11:15

Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!

Tomasz Jarosz
02.10.2024

Funkcjonariusze Karpackiego Oddziału Straży Granicznej im. 1 Pułku Strzelców Podhalańskich od miesiąca września rozpoczęli testy określające ich poziom sprawności fizycznej.

Czas urlopów i wakacji za nami. Jesień to okres rozpoczęcia testów sprawności. W tym roku funkcjonariusze KaOSG przystępują do rocznego testu sprawności fizycznej oraz Testu Coopera.



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!

Wprowadzenie dodatkowego sprawdzianu wydolności w formie Testu Coopera realizowanego do wyboru w formule biegowej lub pływakiej, miało na celu monitorowanie sprawności aerobowej funkcjonariuszy oddziału i stanowiło dla wszystkich wyzwanie w zakresie poprawy swojej kondycji, która ma bezpośredni wpływ na zdrowie pograniczników.

W ciągu ubiegłego miesiąca do testów przystąpiło już 40 % funkcjonariuszek i funkcjonariuszy.



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!



Testy sprawdzające sprawność fizyczną w 2024 roku ... czas start!!!