

FICHA DE RESULTADOS OBTENIDOS EN LOS TEST DE CONDICIÓN FÍSICA

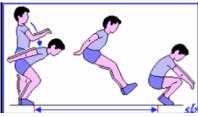
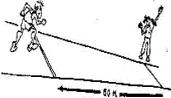
NOMBRE _____

APELLIDOS _____

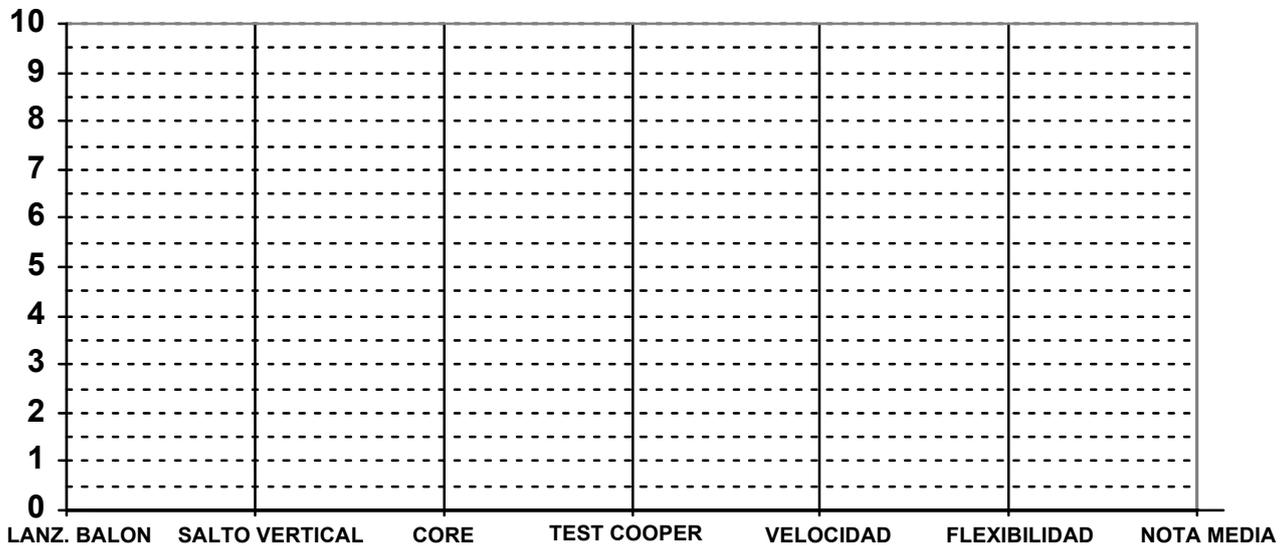
CURSO _____ GRUPO _____

	EDAD	ESTATURA	PESO	Fcd Rep	Fcd Max
Septiembre					
Junio					

	Septiembre	Junio
IMC		

	SEPTIEMBRE		JUNIO		Capac.Física	Musculatura implicada	Nota media final
	Marca	Nota	Marca	Nota			
 Lanzamiento B.M							
 Salto Horizontal							
 Core (abdominal)							
 Flexibilidad							
 Test de Cooper							
 40 metros							
NOTA MEDIA					-----		

GRÁFICA TEST DE CONDICIÓN FÍSICA



Test Septiembre **ROJO**: / **VERDE**: Test Junio

CONTESTA A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

- 1- ¿En qué Capacidades Físicas Básicas he conseguido mayor puntuación y por qué?
- 2- ¿En cuáles menos puntuación y por qué?
- 3- En qué debería mejorar y cómo podría hacerlo,
- 4- Escribe una reflexión sobre tu estado de condición física.
- 5- Qué hábitos de vida relacionados con mi nivel de condición física podría ir modificando.