

Grelha da Aptidão Física														
	Salto horizontal													
	Raparigas							Rapazes						
	Idade							Idade						
Valores	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18
20	175,3	176,4	179,6	179,0	180,4	183,4	184,2	190,6	197,3	213,3	224,4	231,8	231,8	231,8
19	169,8	172,1	175,8	172,5	175,5	179	179,6	184,2	191,2	207,3	219,4	226,4	226,4	226,4
18	163,8	166,1	169,8	167	170	173,5	174,3	178	185	201,1	213,4	220,8	220,8	220,8
17	157,8	160,1	163,8	161,5	164,5	168	169	171,8	178,8	194,9	207,4	215,2	215,2	215,2
16	151,8	154,1	157,8	156	159	162,5	163,7	165,6	172,6	188,7	201,4	209,6	209,6	209,6
15	145,8	148,1	151,8	150,5	153,5	157	158,4	159,4	166,4	182,5	195,4	204	204	204
14	139,8	142,1	145,8	145	148	151,5	153,1	153,2	160,2	176,3	189,4	198,4	198,4	198,4
13	133,8	136,1	139,8	139,5	142,5	146	147,8	147	154	170,1	183,4	192,8	192,8	192,8
12	127,8	130,1	133,8	134	137	140,5	142,5	140,8	147,8	163,9	177,4	187,2	187,2	187,2
11	121,8	124,1	127,8	128,5	131,5	135	137,2	134,6	141,6	157,7	171,4	181,6	181,6	181,6
10	115,8	118,1	121,8	123	126	129,5	131,9	128,4	135,4	151,5	165,4	175,9	175,9	175,9
9	115	117	120	122	125	128	130	127	134	150	164	174	174	174
8	114	116	119	121	124	127	129	126	133	149	163	173	173	173
7	113	115	118	120	123	126	128	125	132	148	162	172	172	172
6	112	114	117	119	122	125	127	124	131	147	161	171	171	171
5	111	113	116	118	121	124	126	123	130	146	160	170	170	170
4	110	112	115	117	120	123	125	122	129	145	159	169	169	169
3	109	111	114	116	119	122	124	121	128	144	158	168	168	168
2	108	110	113	115	118	121	123	120	127	143	157	167	167	167
1	107	109	112	114	117	120	122	119	126	142	156	166	166	166