

- Prueba de velocidad.- Carrera de 50 metros en pista la cual se deberá cubrir en tiempo no superior a 8 segundos y 30 centésimas para hombres y a 9 segundos 40 centésimas para mujeres. Un único intento.
- Prueba de resistencia muscular.- Carrera de 1.000 metros en pista la cual se deberá cubrir en tiempo no superior a 4 minutos y 10 segundos para hombres y a 4 minutos 50 segundos para mujeres. Un único intento.
- Prueba extensora del tren superior.- Se realizará situándose el ejecutante en tierra inclinado hacia delante. Colocará las manos en la posición más cómoda manteniendo los brazos perpendiculares al suelo. El número de flexiones que se realicen no será inferior a 18 para hombres y a 14 para mujeres. Se permitirán dos intentos espaciados para permitir la recuperación del ejecutante.
- Prueba de natación.- Recorrido de 50 metros en piscina. Situado el ejecutante en pie al borde de la piscina, se lanzará al agua y efectuará el recorrido con estilo libre y sin apoyo en un tiempo no superior a 70 segundos para hombres y a 75 segundos para mujeres. Un único intento.