



Secció II. Autoritats i personal

Subsecció segona. Oposicions i concursos

AJUNTAMENT DE POLLENÇA

1708***Bases específiques. Concurs-oposició subinspector de policia local***

Aprovat per acord de Junta de Govern Local, en sessió de 14 de gener de 2014 es fa públic als efectes pertinents

BASES ESPECÍFIQUES

CONCURS- OPOSICIÓ SUBINSPECTOR DE POLICIA LOCAL

1.- Naturalesa i característiques

Vinculació: Funcionari de carrera

Escala: Administració Especial

Subescala: Serveis Especials

Classe: Policia Local

Grup: A

Subgrup: A-2

Número de places: 1

Per promoció interna per als funcionaris de Policia Local que pertanyen a la mateixa plantilla de l'Ajuntament de Pollença.

2.- Requisits dels aspirants.

- 1.- Tenir nacionalitat espanyola
- 2.- Tenir 18 anys complerts
- 3.- Tenir la condició de personal funcionari de carrera en el cos de Policia Local de Pollença en la categoria d'oficial.
- 4.- Haver estat, com a mínim, dos anys de servei actiu en la categoria d'oficial com a funcionari.
- 5.- Estar en possessió del diploma d'aptitud del curs de formació de la categoria de subinspector expedit per l'EBAP.
- 6.- Estar en possessió del títol universitari de grau, diplomatura o equivalent, o estar en condicions d'obtenir-lo en la data en què finalitzi el termini de presentació de sol·licituds. En el cas de titulacions expedides a l'estranger, caldrà aportar l'homologació corresponent del Ministeri d'Educació, Cultura i Esport.
- 7.- No patir cap malaltia o defecte físic o psicofísic que impedeixi o minvi el desenvolupament correcte de les funcions.
- 8.- No haver estat separat mitjançant expedient disciplinari del servei de cap Administració Pública, ni trobar-se en inhabilitació absoluta o especial per plaça o càrrecs públics per resolució judicial.
- 9.- No tenir antecedents penals per delictes dolosos.
- 10.- Compromís de portar armes i, si escau, utilitzar-les.
- 11.- Estar en possessió dels permisos de conduir A2, B i BTP. (Serà exigible el permís de conducció de la classe A en el cas de que el lloc de feina a cobrir impliqui conducció de motocicletes de cilindrada superior a la que habilita el permís de la classe A2).
- 12.- No estar sotmès a cap causa d'incapacitat específica d'acord amb la normativa vigent.
- 13.- Coneixements de català (nivell C1)
- 14.- Haver satisfet els drets d'examen dins el termini de presentació d'instàncies.

Drets d'examen: 21'04 euros.

3.- Tribunal qualificador.

Es constituirà d'acord amb la següent composició, i la designació, inclosa la dels suplents, s'efectuarà a la convocatòria, de conformitat amb l'art. 38 del Decret 70/89 modificat pel Decret 146/2001.

President: funcionari de carrera de la Corporació

Vocals:

Dos representants de la Conselleria d'Administracions Públiques





El cap de la Policia Local de la Corporació
Un funcionari de carrera designat per la Corporació
Secretari: el de la Corporació o funcionari en qui delegui

Hi podran assistir, amb veu i sense vot, representants de personal.

4.- Sistema selectiu: Desenvolupament del procés selectiu

Dues fases: fase d'oposició i fase de concurs.

Fase de concurs : 54 punts

Fase d'oposició: 81 punts

Els mèrits que puguin ser valorats a la fase de concurs per a l'accés a les diverses categories de la Policia Local són els que es relacionen a l'annex I, amb les puntuacions que s'hi indiquen per a cada cas. (Decret 67/07).

La fase d'oposició constarà dels exercicis i proves següents:

I.- Prova d'aptitud físicomèdica que consistirà en superar les proves físiques que figuren a l'annex II per a totes les categories, excepte en el cas d'auxiliar i policia durant els dos anys següents a la data de finalització del corresponent curs d'aptitud. Les proves citades hauran de ser superades globalment, sens perjudici que la qualificació conjunta sigui la d'apte/no apte.

II.- Exercici obligatori i eliminatori relatiu a l'àrea complementària: consistirà a respondre un test sobre el nombre de temes seleccionats per l'Ajuntament d'entre els inclosos a l'àrea complementària en el programa de l'Escola de Policia Local per a cada ocupació. La puntuació a atorgar serà de 0 a 40'5 i serà necessari obtenir una qualificació de 20'25 per superar-lo.

Temps: 40 minuts

Número mínim de temes subinspector: 40

Respecte de la puntuació, la resposta incorrecta, tant si ho és per haver deixat les quatre opcions en blanc com per haver assenyalat més d'una resposta, no tindrà valoració; i la pregunta amb resposta errònia es penalitzarà amb un terç del valor assignat a la resposta correcta.

III.- Exercici obligatori i eliminatori en relació amb l'àrea professional: consistirà a respondre un test sobre el mateix nombre de temes a què es refereix l'apartat anterior, seleccionats per l'Ajuntament d'entre els inclosos a l'àrea professional en el programa de l'Escola de la Policia Local. La puntuació a atorgar serà de 0 a 40'5 i serà necessari obtenir una qualificació de 20'25 per superar-lo.

Temps: 40 minuts

Respecte de la puntuació, la resposta incorrecta, tant si ho és per haver deixat les quatre opcions en blanc com per haver assenyalat més d'una resposta, no tindrà valoració; i la pregunta amb resposta errònia es penalitzarà amb un terç del valor assignat a la resposta correcta.

IV.- Exercici obligatori i eliminatori: consistirà en una prova psicotècnica per determinar l'aptitud i la personalitat més adequada per al lloc que s'ofereix. Tindrà la qualificació d'apte/no apte

ÀREA COMPLEMENTÀRIA

- 1.- Principis generals del Dret. Garanties constitucionals del Dret. Dret i llibertats constitucionals.
- 2.- El poder judicial.
- 3.- L'estat autonòmic. Aspectes generals de l'autonomia balear.
- 4.- Institucions polítiques autonòmiques.
- 5.- Entitats locals reconegudes en el Dret espanyol. El municipi: elements que el configuren. Organització municipal. El Ple.
- 6.- El Batle. La Junta de Govern Local. Organització municipal: règim de sessions. Acords. Elecció del batle i dels regidors. Llei d'Hont.
- 7.- Funcionaris de l'administració local. Enquadrament i classes. Drets i deures dels funcionaris. Situacions i règims disciplinaris.
- 8.- El model de seguretat a la CAIB. Legislació de la CAIB d'aplicació policial.
- 9.- La protecció dels consumidors.
- 10.- La detenció. La presó provisional. La identificació. Les diligències de reconeixement.
- 11.- Entrades i escorcolls. Intervenció de les comunicacions.
- 12.- La prova en el procés penal.
- 13.- El judici oral.
- 14.- La llei del Tribunal del Jurat.



- 15.- Concepte de Dret penal. Concepte de delictes i falta.
- 16.- Elements del delictes. Graus d'execució del delictes.
- 17.- La pena. La modificació de la pena. La responsabilitat civil.
- 18.- De l'homicidi i les seves formes.
- 19.- De l'avortament. De les lesions.
- 20.- Delictes contra la llibertat. Delictes contra el patrimoni.
- 21.- Delictes contra la seguretat col·lectiva.
- 22.- Delictes contra l'Administració Pública.
- 23.- Delictes contra l'Administració de Justícia.
- 24.- Delictes contra la Constitució.
- 25.- Delictes contra l'ordre públic.
- 26.- Delictes contra la llibertat sexual.
- 27.- Llei d'estrangeria. Intervenció policial en matèria d'estrangeria. Drets laborals dels estrangers.
- 28.- Legislació en matèria de drogues. Intervenció policial en matèria de drogues.
- 29.- Llei de menors.
- 30.- Processos d'atribució social.
- 31.- Processos d'inferència social.
- 32.- Delinqüència, conducta antisocial i trastorn de conducta.
- 33.- Comprensió de la conducta desviada.
- 34.- Tractament dels delinqüents.
- 35.- Teoria d'organització: el fenomen humà en les organitzacions.
- 36.- Els recursos humans. Avaluació del rendiment, la satisfacció i el clima laboral.
- 37.- Organització d'equips.
- 38.- La victimologia i victimització.
- 39.- Fonaments del testimoni. Credibilitat dels testimonis.
- 40.- La Llei Orgànica de tractament de dades. Presentació de la informació policial als mitjans de comunicació.

ÀREA PROFESSIONAL

- 1.- La Policia Local com a policia administrativa.
- 2.- Tècniques de trànsit i seguretat viària. Circulació a l'àmbit urbà. Velocitat - limitació. Travesseres. Rotondes. Vianants.
- 3.- Legislació en matèria de trànsit i seguretat vial.
- 4.- Elaboració de dispositius policials de trànsit. Organització. Controls. Accidents i catàstrofes. El policia com a element de senyalització.
- 5.- Policia Local i legislació en matèria de transports.
- 6.- Model policial. L'evolució de les policies locals.
- 7.- Elements de coordinació intercosos. Competències de les CC.AA.
- 8.- Armes. Tinença i utilització. Criteris.
- 9.- LOPSC. Principals aplicacions.
- 10.- Policia judicial. Sistema legal i jurisprudència.
- 11.- Règim disciplinari especial de la PL.
- 12.- Direcció d'objectius.
- 13.- Pressupost. Principis bàsics. Contractació i optimització de recursos.
- 14.- Conceptes relacionats amb el comandament. Definició. Obediència deguda. Disciplina. Ordres. Organigrama. Motivació. Promoció horitzontal. Manuals de procediment. Absentisme.
- 15.- Planificació estratègica: filosofia i motivació.
- 16.- Estructura d'un pla. Experiències concretes.
- 17.- Model de diagnòstic de les organitzacions.
- 18.- Organitzacions aprenents: obstacles per a l'aprenentatge.
- 19.- Organitzacions aprenents: les cinc disciplines.
- 20.- Gabinet d'accidents.
- 21.- Sala de denúncies.
- 22.- Policia judicial: assumptió de noves competències i coordinació de recursos humans.
- 23.- Supervisor de supervisors: actuacions preventives i reactives a l'àmbit penal.
- 24.- La inspecció tecnicopolicia. Requisits. Finalitats. Postulats. Metodologia.
- 25.- Hipòtesis, prova, indicatiu i rastre del delictes. Hipòtesis tecnicopolicials del fet delictiu. Prova del delictes. Tipus de prova. Evolució de la prova. Indicis i rastres del fet delictiu.
- 26.- Mitjans i mètodes utilitzats en els laboratoris de policia científica.
- 27.- Recollida de mostres. Tipologia de mostres.
- 28.- Procediment d'investigació de marques i senyals de força en les coses.





- 29.- Investigació d'incendis.
- 30.- Documentoscòpia i grafística.
- 31.- Diagnòstic de mort certa. Fenòmens cadavèrics.
- 32.- Suïcidis. Lesions. Ferides.
- 33.- Toxicologia.
- 34.- Investigació de delictes contra la llibertat sexual.
- 35.- Els codis ètics policials.
- 36.- Seguretat pública i funció policial. La seguretat privada.
- 37.- Elaboració de dispositius de seguretat ciutadana.
- 38.- Organització i coordinació dels recursos policials: sistemes i funcionament.
- 39.- Policia comunitària.
- 40.- Llei 2/86 de Forces i Cossos de seguretat.



**ANNEX I****BAREM GENERAL DE PUNTUACIONS DEL CONCURS EN EL SISTEMA DE MOBILITAT I DE LA FASE DE CONCURS EN EL PROCEDIMENT DE CONCURS OPOSICIÓ**

Puntuació màxima assolible: 54 punts

Aplicable a la promoció interna, externa, mobilitat i al torn lliure quan es triï l'opció de concurs oposició.

1. Puntuació del curs de capacitació exigida per a la categoria a la qual s'accedeix.

Tan sols es valoraran els cursos expedits o homologats per l'EBAP. La valoració serà el resultat de multiplicar la nota obtinguda per un determinat coeficient, fins a un màxim de 10 punts:

- a) Per als funcionaris de carrera de l'ajuntament que convoca el concurs, i així s'acrediti, mitjançant certificat de l'ajuntament, el coeficient multiplicador serà 1.
- b) Per als funcionaris de carrera d'un ajuntament diferent al que convoca el concurs, i amb acreditació mitjançant certificat de l'ajuntament que correspongui, el coeficient multiplicador serà 0'75.

2. Pels serveis prestats en les diferents categories. Puntuació màxima: 8 punts.

Per cada mes complet de servei actiu es multiplicarà el valor dels mesos pels coeficients següents:

Auxiliar	Polícia	Oficial	Subinsp.	Inspector	Major	Comissari	Intendent
0,016	0,033	0,041	0,05	0,058	0,066	0,075	0,083

La data de referència per a la valoració serà la de finalització del termini per a la presentació de sol·licitud de participació, i s'haurà d'acreditar mitjançant un certificat expedida pels ajuntaments.

3. Per antiguitat, pels serveis reconeguts com a funcionari en qualsevol categoria. Puntuació màxima: 4 punts.

Per cada any de servei complet, es multiplicarà per 0,2.

La data de referència per a la valoració serà la de finalització del termini per a la presentació de sol·licitud de participació, i s'haurà d'acreditar mitjançant un certificat expedida pels ajuntaments.

4. Per la possessió de titulacions acadèmiques oficials superiors a l'exigida per a la categoria a la qual s'accedeix. Puntuació màxima: 6 punts.

Diplomatura universitària, tres cursos de llicenciatura o estudis equivalents d'acord amb el Reial decret 1272/2003,

de 10 d'octubre 2'5

Llicenciatura o equivalent 3'5

Doctorat 1

Només es valorarà la de nivell superior, llevat del cas de branques acadèmiques diferents. S'han de considerar únicament les puntuacions a partir de la superior exigida per ocupar la categoria professional.

La valoració com a mèrit d'un títol implica que no es valori el de nivell inferior, excepte si les titulacions acadèmiques corresponen a branques acadèmiques distintes. Això no obstant, les puntuacions dels apartats b i c s'hauran d'acumular, i també les dels apartats e i f.

5. Coneixement de la llengua catalana. Puntuació màxima: 2 punts.

Només es reconeixeran les titulacions expedides per la Conselleria d'Educació, Cultura i Universitats (o equivalent), l'Escola Balear d'Administració Pública, l'Escola Oficial d'Idiomes (EOI) i les reconeguts d'acord amb la normativa autonòmica. Només es valorarà la titulació de nivell superior excepte en el cas del nivell LA (E), que es podrà sumar a la del nivell C2. S'han de considerar únicament els valors superiors als exigits per ocupar el lloc de treball objecte de la provisió.



A2 (A)	B1/B2 (B)	C1 (C)	C2 (D)	LA (E)
1	1'25	1,5	1'75	0'25

6. Idiomes estrangers. Puntuació màxima: 3 punts.

Per les titulacions expedides per les escoles oficials d'idiomes (EOI), l'Escola Balear d'Administració Pública i les homologades per ambdues institucions. Només es valorarà la de nivell superior, llevat del cas d'idiomes distints.

A	B	C	D	E
1	1'25	1,5	1'75	2

- A. Nivell bàsic de l'Escola Oficial d'Idiomes o nivell inicial de l'Escola Balear d'Administració Pública.
- B. Nivell intermedi de l'Escola Oficial d'Idiomes o nivell elemental de l'Escola Balear d'Administració Pública.
- C. Nivell avançat de l'Escola Oficial d'Idiomes o nivell mitjà de l'Escola Balear d'Administració Pública.
- D. Nivell C1 de l'Escola Oficial d'Idiomes.
- E. Nivell C2 de l'Escola Oficial d'Idiomes.

7. Cursos de capacitació diferents de l'exigit per a la categoria a la qual s'accedeix.

La puntuació màxima d'aquest apartat serà de 4 punts, d'acord amb els següents criteris: la valoració serà el resultat de multiplicar, per a cada curs, la nota obtinguda per 0'001, i pel nombre d'hores de duració, amb un màxim d'1 punt per curs.

8. Cursos de formació relacionats amb l'àrea professional (policial, seguretat, emergències i salvament; a més, per a l'escala executiva i superior, qualitat, recursos humans i habilitats directives). Assistència o haver-ne impartit. Puntuació màxima: 4 punts.

Només es reconeixeran els expedits per l'Escola Balear d'Administració Pública o els homologats per aquesta institució i altres centres de formació oficials de l'administració pública d'àmbit autonòmic o estatal, amb els següents criteris:

- A. Certificat d'aprofitament: 0'005 per hora
- B. Certificat d'assistència: 0'0025 per hora
- C. Certificat d'haver impartit cursos d'accions formatives relacionades amb les funcions pròpies del lloc al qual s'accedeix: 0'0075 punts per hora

9. Resta de formació no relacionada amb l'àrea professional. Puntuació màxima: 2 punts. Només es valorarà en el cas que s'hagi obtingut la puntuació màxima a l'apartat anterior.

Per cada certificat d'aprofitament: 0'005 punts per hora

Per cada certificat d'assistència: 0'0025 punts per hora

Només es reconeixeran els expedits per l'Escola Balear d'Administració Pública o els homologats per aquesta institució i altres centres de formació oficials de l'administració pública d'àmbit autonòmic o estatal.

10. Reconeixements honorífics i distincions: fins a 3 punts.

- a) Per cada medalla al mèrit policial prevista a la normativa: 2 punts per cada medalla amb distintiu blau, 1 punt si el distintiu és blanc, i 0'5 punts si el distintiu és verd. S'haurà d'acreditar mitjançant un certificat expedit per la Conselleria d'Administracions Públiques.
- b) Per cada felicitació del Ple o de la Junta de Govern de l'Ajuntament: 0'35 punts
- c) Per cada felicitació de Batlia: 0'25 punts

S'haurà d'acreditar mitjançant un certificat expedit per l'ajuntament corresponent.

11. Aptitud física: s'hauran de valorar amb 2 punts els certificats expedits per l'EBAP que acreditin la superació de les proves d'aptitud.

12. Mèrits objectius de lliure determinació per part de la Corporació relacionats amb l'exercici de les funcions públiques, la puntuació màxima és de 6 punts. Els criteris per a la seva obtenció són els següents:



- 1ª prova voluntària tipus test de 15 preguntes que versarà sobre coneixements del municipi de Pollença (història, geografia, toponímia, monuments, carrers, camins, etc.), la puntuació màxima serà de 3 punts.
- 2ª prova voluntària tipus test de 15 preguntes que versarà sobre ordenances municipals de l'Ajuntament de Pollença, la puntuació màxima serà de 3 punts.

La puntuació final del concurs- oposició s'haurà de calcular amb la següent fórmula:

$$(\text{Puntuació final de la fase d'oposició} \cdot 0'60) + (\text{puntuació final de la fase de concurs} \cdot 0'40)$$



**ANNEX II**
BAREM DE PUNTUACIÓ DE LES PROVES FÍSQUES

Les proves físiques, que han de ser exclusivament les que s'indiquen en aquest annex, són totes obligatòries i eliminatòries.

1.- Prova d'aptitud física.

Té com a finalitat comprovar, entre d'altres condicions, la força, l'agilitat, la rapidesa i la resistència de l'aspirant.

Consisteix a superar, amb una nota igual o superior a 5, les proves físiques que s'indiquen, d'acord amb els barems i criteris establerts per edat i sexe.

Per fer aquesta prova, l'aspirant ha de lliurar a l'EBAP, i/o al tribunal, un certificat mèdic en què es faci constar que té les condicions físiques necessàries per dur-la a terme. El fet de no presentar l'esmentat certificat comporta l'exclusió automàtica de l'aspirant de la realització de la prova i del procés selectiu.

Les proves físiques han de ser superades globalment, d'acord amb el barem i els mèrits assenyalats. El resultat global d'aquesta prova s'ha d'atorgar sempre que l'aspirant hagi superat un mínim de quatre de les proves parcials amb una nota mínima de 5 o superior i que, en l'altra prova parcial, la nota sigui igual o superior a 3. La nota mitjana d'«Apte» s'ha d'atorgar sempre que el resultat sigui igual o superior a 5; si és inferior a 5 serà de «No apte».

Proves per fer:

1.1. Resistència (1.000 m)

L'objectiu d'aquest exercici és mesurar la resistència orgànica i consisteix a recórrer una distància de 1.000 metres, en una instal·lació esportiva, en un temps inferior a la marca establerta. Només es pot fer un intent.

Homes (minuts)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-3,10'	-4,00'	-4,50'	-6,10'
9	-3,20'	-4,10'	-4,75'	-6,20'
8	-3,30'	-4,20'	-4,95'	-6,30'
7	-3,40'	-4,30'	-5,20'	-6,40'
6	-3,80'	-4,65'	-5,35'	-6,75'
5	-4,10'	-5,00'	-5,50'	-7,10'
3	-4,25'	-5,15'	-5,65'	-7,25'
Eliminat	+4,25'	+5,15'	+5,65'	+7,25'

Dones (minuts)

Punts	Menors de 30 anys .	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-3,25'	-4,15'	-4,65'	-6,25'
9	-3,35'	-4,25'	-4,90'	-6,35'
8	-3,45'	4,35'	-5,10'	-6,45'
7	-3,55'	-4,45'	-5,35'	-6,55'
6	-3,95'	-4,80'	-5,50'	-6,90'
5	-4,25'	-5,15'	-5,65'	-7,25'
3	-4,40'	-5,30'	-5,80'	-7,40'
Eliminada	+4,40'	+5,30'	+5,80'	+7,40'





1.2. Velocitat (50 m)

L'objectiu d'aquest exercici és mesurar la velocitat de translació corporal i consisteix a recórrer una distància de 50 metres, en una instal·lació esportiva, en un temps inferior a la marca establerta. Només es pot fer un intent.

Homes (segons)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-7,50"	-7,70"	-8,20"	-9,50"
9	-7,70"	-7,85"	-8,35"	-9,70"
8	-7,80"	-8,00"	-8,50"	-10,00"
7	-8,00"	-8,20"	-8,60"	-10,30"
6	-8,25"	-8,40"	-8,80"	-10,65"
5	-8,50"	-8,60"	-9,20"	-11,00"
3	-8,65"	-8,75"	-9,35"	-11,15"
Eliminat	+8,65"	+8,75"	+9,35"	+11,15"

Dones (segons)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-8,00"	-8,20"	-8,70"	-10,00"
9	-8,20"	-8,35"	-8,85"	-10,20"
8	-8,30"	-8,50"	-9,00"	-10,50"
7	-8,50"	-8,70"	-9,10"	-10,80"
6	-8,75"	-8,90"	-9,30"	-11,15"
5	-9,00"	-9,10"	-9,70"	-11,50"
3	-9,15"	-9,25"	-9,85"	-11,65"
Eliminada	+9,15"	+9,25"	+9,85"	+11,65"

1.3. Natació (50 m) estil lliure

L'objectiu d'aquest exercici és mesurar la velocitat de translació corporal i consisteix a recórrer una distància de 50 metres d'estil lliure, en una piscina de 50 metres o bé en una de 25 metres, amb una anada i tornada, sense tocar el fons ni aferrar-se a les surades, en un temps inferior a la marca establerta. Es permet la realització de dues sortides nul·les i un sol intent.

Homes (segons)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-35"	-40"	-45"	-50"
9	-37"	-42"	-47"	-52"
8	-39"	-44"	-49"	-54"
7	-41"	-46"	-51"	-56"
6	-43"	-48"	-53"	-58"
5	-45"	-50"	-55"	-60"
3	-47"	-55"	-57"	-1,02"
Eliminat	+47"	+55"	+57"	+1,02"



Dones (segons)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	-40"	-45"	-50"	-55"
9	-42"	-47"	-52"	-57"
8	-44"	-49"	-54"	-59"
7	-46"	-51"	-56"	-1,01"
6	-48"	-53"	-58"	-1,03"
5	-50"	-55"	-1,00"	-1,05"
3	-52"	-1"	-1,02"	-1,07"
Eliminada	+52"	+1"	+1,02"	+1,07"

1.4. Força explosiva del tren superior. Llançament de pilota medicinal

L'objectiu d'aquest exercici és mesurar la potència dels músculs superiors principals. Per fer aquesta prova es necessita una pilota medicinal de 5 kg per als homes i una de 3 kg per a les dones. La posició inicial exigeix situar-se per darrere la línia on comença el recompte de la distància amb els peus junts en terra i simètrics. En cap moment no es pot trepitjar aquesta línia. Una vegada fet el llançament, es compta la distància entre la línia de sortida i la marca de la pilota, la qual ha de ser superior a la que estableixen les taules. Per fer aquesta prova es permeten dos intents.

Homes: pilota de 5 kg – Dones: pilota de 3 kg (m)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	+7,00	+6,50	+6,00	+5,50
9	+6,80	+6,40	+5,90	+5,40
8	+6,70	+6,20	+5,70	+5,20
7	+6,50	+6,00	+5,50	+5,00
6	+6,20	+5,75	+5,25	+4,75
5	+6,00	+5,50	+5,00	+4,50
3	+5,90	+5,35	+4,85	+4,35
Eliminat/da	-5,90	-5,35	-4,85	-4,35

1.5. Força explosiva del tren inferior. Salt amb els peus junts

L'objectiu d'aquest exercici és mesurar la potència dels principals músculs extensors de les cames i consisteix a fer un salt en una superfície llisa, on han d'estar marcades les distintes distàncies que es poden aconseguir. La posició inicial exigeix situar-se per darrere la línia on comença el recompte de la distància amb els peus junts en terra i simètrics. En cap moment no es pot trepitjar aquesta línia. Una vegada fet el salt, es compta la distància entre la línia de sortida i la marca de la darrera part de suport del cos, la qual ha de ser superior a la que estableixen les taules. Per fer aquesta prova es permeten dos intents.

Homes (m)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	+2,35	+2,25	+2,15	+1,95
9	+2,30	+2,20	2,10	+1,90
8	+2,25	+2,15	+2,05	+1,85
7	+2,20	+2,10	+2,00	+1,80
6	+2,15	+2,05	+1,95	+1,75



Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
5	+2,10	+2,00	+1,90	+1,70
3	+2,08	+1,97	+1,87	+1,67
Eliminat	-2,08	-1,97	-1,87	-1,67

Dones (m)

Punts	Menors de 30 anys	De 30 a 40 anys	De 41 a 50 anys	Més de 50 anys
10	+2,05	+1,95	+1,85	+1,65
9	+2,00	+1,90	+1,80	+1,60
8	+1,95	+1,85	+1,75	+1,55
7	+1,90	+1,80	+1,70	+1,50
6	+1,85	+1,75	+1,65	+1,45
5	+1,80	+1,70	+1,60	+1,40
3	+1,78	+1,67	+1,57	+1,37
Eliminada	-1,78	-1,67	-1,57	-1,37

Pollença, 27 de gener de 2014

El Batle

Bartomeu Cifre Ochogavia

