|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KARAVĪRA FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS**  **PĀRBAUDES LAPA** | | | | | | | | | |
| ***pakāpe, vārds, uzvārds, personas kods*** | | | | | | | | | |
| Vienība (apakšvienība) | | |  | | |  | | | |
| Vecuma grupa | | |  | | |
| Pārbaudes datums | | |  | | |
| ***PARAKSTS PAR IEPAZĪŠANOS AR***  ***FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS PĀRBAUDES DROŠĪBAS NOTEIKUMIEM:*** | | | | | | | | | |
| **Fiziskā testa veids** | | | | | | | **Rezultāts** | **Pārbaudītāja paraksts** | **Punkti** |
| Roku saliekšana un iztaisnošana | | | | | | |  |  |  |
| Ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana | | | | | | |  |  |  |
| Skrējiens  3000 m (vīrieši)/1500 m (sievietes) | | | | | | |  |  |  |
| Peldēšana 400 m (ar MMNC atzinumu) | | | | | | |  |  |  |
|  | | | | | | | | | |
|  | |  | |  |  | | | PUNKTI KOPĀ: |  |
|  | |  | |  |  | | |  |  |
|  | VĒRTĒJUMS: | | | |  | | |  |
|  | | | | | | | | | |
| Vienības komandieris: | | | | | | | | | |
| ***(dienesta pakāpe, vārds, uzvārds)*** | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | |
| Z. v. | |  | | | | | | | |