

Bosna i Hercegovina
Ministarstvo odbrane/obrane



Босна и Херцеговина
Министарство одбране

**NORME ZA TESTOVE PROVJERE TJELESNE SPREMNOSTI
ZA PRIJAM U VOJNU SLUŽBU U ORUŽANE SNAGE
BOSNE I HERCEGOVINE**

STANDARDI I REZULTATI																
TRBUŠNJACI MUŠKARCI/ŽENE																
Ponavljanje starosna skupina	17-21		22-26		27-31		32-36		37-41		42-46		47-51		52+	
92	100															
91	99															
90	98	▼														
89	97	100														
88	96	99														
87	95	98														
86	94	97	100													
85	93	96	99	▼												
84	92	95	98	100												
83	91	94	97	99												
82	90	93	96	98												
81	89	92	95	97	100											
80	88	91	94	96	99	▼										
79	87	90	93	95	98	100										
78	86	89	92	94	97	99										
77	85	88	91	93	96	98	100									
76	84	87	90	92	95	97										
75	83	86	89	91	94	96	98	▼								
74	82	85	88	90	93	95	97	100								
73	81	84	87	89	92	94	96	99								
72	80	83	86	88	91	93	95	98	100							
71	79	82	85	87	90	92	94	97	99							
70	78	81	84	86	89	91	93	96	98	▼						
69	77	80	83	85	88	90	92	95	97	100						
68	76	79	82	84	87	89	91	94	96	99	100					
67	75	78	81	83	86	88	90	93	95	98	99	▼				
66	74	77	80	82	85	87	89	92	94	97	98	100	100			
65	73	76	79	81	84	86	88	91	93	96	97	99	99		100	
64	72	75	78	80	83	85	87	90	92	95	96	98	98	▼	99	
63	71	74	77	79	82	84	86	89	91	94	95	97	97	100	98	
62	70	73	76	78	81	83	85	88	90	93	94	96	96	99	97	
61	69	72	75	77	80	82	84	87	89	92	93	95	95	98	96	▼
60	68	71	74	76	79	81	83	86	88	91	92	94	94	97	95	99
59	67	70	73	75	78	80	82	85	87	90	91	93	93	96	94	98
58	66	69	72	74	77	79	81	84	86	89	90	92	92	95	93	97
57	65	68	71	73	76	78	80	83	85	88	89	91	91	94	92	96
56	64	67	70	72	75	77	79	82	84	87	88	90	90	93	91	95
55	63	66	69	71	74	76	78	81	83	86	87	89	89	92	90	94
54	62	65	68	70	73	75	77	80	82	85	86	88	88	91	89	93
53	61	64	67	69	72	74	76	79	81	84	85	87	87	90	88	92
52	60	63	66	68	71	73	75	78	80	83	84	86	86	89	87	91
51	59	62	65	67	70	72	74	77	79	82	83	85	85	88	86	90
50	58	61	64	66	69	71	73	76	78	81	82	84	84	87	85	89
49	57	60	63	65	68	70	72	75	77	80	81	83	83	86	84	88
48	56	59	62	64	67	69	71	74	76	79	80	82	82	85	83	87
47	55	58	61	63	66	68	70	73	75	78	79	81	81	84	82	86
46	54	57	60	62	65	67	69	72	74	77	78	80	80	83	81	85
45	53	56	59	61	64	66	68	71	73	76	77	79	79	82	80	84
44	52	55	58	60	63	65	67	70	72	75	76	78	78	81	79	83
43	51	54	57	59	62	64	66	69	71	74	75	77	77	80	78	82
42	50	53	56	58	61	63	65	68	70	73	74	76	76	79	77	81
41	49	52	55	57	60	62	64	67	69	72	73	75	75	78	76	80
40	48	51	54	56	59	61	63	66	68	71	72	74	74	77	75	79
39	47	50	53	55	58	60	62	65	67	70	71	73	73	76	74	78
38	46	49	52	54	57	59	61	64	66	69	70	72	72	75	73	77
37	45	48	51	53	56	58	60	63	65	68	69	71	71	74	72	76
36	44	47	50	52	55	57	59	62	64	67	68	70	70	73	71	75
35	43	46	49	51	54	56	58	61	63	66	67	69	69	72	70	74
34	42	45	48	50	53	55	57	60	62	65	66	68	68	71	69	73
33	41	44	47	49	52	54	56	59	61	64	65	67	67	70	68	72
32	40	43	46	48	51	53	55	58	60	63	64	66	66	69	67	71
31	39	42	45	47	50	52	54	57	59	62	63	65	65	68	66	70
30	38	41	44	46	49	51	53	56	58	61	62	64	64	67	65	69
29	37	40	43	45	48	50	52	55	57	60	61	63	63	66	64	68
28	36	39	42	44	47	49	51	54	56	58	60	62	62	65	63	67
27	35	38	41	43	46	48	50	53	55	56	58	61	61	64	62	66
26	34	37	40	42	45	47	49	52	54	54	56	60	60	63	61	65
25	33	36	39	41	44	46	48	51	52	52	54	58	58	62	60	64
24	32	35	38	40	43	45	47	50	50	50	52	56	56	61	58	63
23	31	34	37	39	42	44	46	48	48	48	50	54	54	60	56	62
22	30	33	36	38	41	43	45	46	46	46	48	52	52	58	54	61
21	29	32	35	37	40	42	44	44	44	44	46	50	50	56	52	60
20	28	31	34	36	39	41	42	42	42	42	44	48	48	54	50	58
19	27	30	33	35	38	40	40	40	40	40	42	46	46	52	48	56
18	26	29	32	34	37	38	38	38	38	38	40	44	44	50	46	54
17	25	28	31	32	36	36	36	36	36	36	38	42	42	48	44	52
16	24	27	30	31	34	34	34	34	34	34	36	40	40	46	42	50
15	23	26	29	30	32	32	32	32	32	32	34	38	38	44	40	48
14	22	25	28	29	30	30	30	30	30	30	32	36	36	42	38	45
13	21	24	27	28	28	28	28	28	28	28	30	34	34	40	36	42
12	20	23	26	26	26	26	26	26	26	26	28	32	32	38	34	39
11	19	22	24	24	24	24	24	24	24	24	26	30	30	36	32	36
10	18	21	22	22	22	22	22	22	22	22	24	28	28	33	30	33
9	17	20	20	20	20	20	20	20	20	20	22	26	26	30	28	30
8	16	18	18	18	18	18	18	18	18	18	20	24	24	27	26	27
7	14	16	16	16	16	16	16	16	16	16	18	22	22	24	24	24
6	12	14	14	14	14	14	14	14	14	14	16	20	20	21	21	21
5	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	14	18	18	18	18	18
4	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	12	16	15	15	15	15
3	6	8	8	8	8	8	8	8	8	8	10	12	12	12	12	12
2	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	9	9	9	9	9	9
1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6	6	6
		2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3

STANDARDI I REZULTATI																
SKLEKOVI MUŠKARCI/ŽENE																
Ponavljanje starosna skupina	17-21		22-26		27-31		32-36		37-41		42-46		47-51		52+	
82	100															
81	99															
80	98		100													
79	97		99													
78	96		98		100											
77	95		97		99											
76	94		96		98											
75	93		95		97											
74	92		94		96											
73	91		93		95		100									
72	90		92		94		99		100							
71	89		91		93		98		99							
70	88		90		92		97		98							
69	87		89		91		96		97							
68	86		88		90		95		96							
67	85		87		89		94		95							
66	84		86		88		93		94		100					
65	83		85		87		92		93		99					
64	82		84		86		91		92		98					
63	81		83		85		90		91		97					
62	80		82		84		89		90		96		100			
61	79		81		83		88		89		95		99			
60	78		80		82		87		88		94		98			
59	77		79		81		86		87		93		97			
58	76	100	78		80		85		86		92		96			
57	75	99	77	▼	79		84		85		91		95			
56	74	98	76	100	78		83		84		90		94		100	
55	73	97	75	99	77		82		83		89		93		99	
54	72	96	74	98	76	▼	81		82		88		92		98	
53	71	95	73	97	75	100	80		81		87		91		97	
52	70	94	72	96	74	99	79	100	80		86		90		96	
51	69	93	71	95	73	98	78	99	79		85		89		95	
50	68	92	70	94	72	97	77	98	78		84		88		94	
49	67	91	69	93	71	96	76	97	77	▼	83		87		93	
48	66	90	68	92	70	95	75	96	76	100	82		86		92	
47	65	89	67	91	69	94	74	95	75	99	81		85		91	
46	64	88	66	90	68	93	73	94	74	98	80	▼	84		90	
45	63	87	65	89	67	92	72	93	73	97	79	100	83		89	
44	62	86	64	88	66	91	71	92	72	96	78	99	82		88	
43	61	85	63	87	65	90	70	91	71	95	77	98	81		87	
42	60	84	62	86	64	89	69	90	70	94	76	97	80		86	
41	59	83	61	85	63	88	68	89	69	93	75	96	79	100	85	▼
40	58	82	60	84	62	87	67	88	68	92	74	95	78	99	84	100
39	57	81	59	83	61	86	66	87	67	91	73	94	77	98	83	
38	56	80	58	82	60	85	65	86	66	90	72	93	76	97	82	98
37	55	79	57	81	59	84	64	85	65	89	71	92	75	96	81	97
36	54	78	56	80	58	83	63	84	64	88	70	91	74	95	80	96
35	53	77	55	79	57	82	62	83	63	87	69	90	73	94	79	95
34	52	76	54	78	56	81	61	82	62	86	68	89	72	93	78	94
33	51	75	53	77	55	80	60	81	61	85	67	88	71	92	77	93
32	50	74	52	76	54	79	59	80	60	84	66	87	70	91	76	92
31	49	73	51	75	53	78	58	79	59	83	65	86	69	90	75	91
30	48	72	50	74	52	77	57	78	58	82	64	85	68	89	74	90
29	47	71	49	73	51	76	56	77	57	81	63	84	67	88	73	89
28	46	70	48	72	50	75	55	76	56	80	62	83	66	87	72	88
27	45	69	47	71	49	74	54	75	55	79	61	82	65	86	71	87
26	44	68	46	70	48	73	53	74	54	78	60	81	64	85	70	86
25	43	67	45	69	47	72	52	73	53	77	59	80	63	84	69	85
24	42	66	44	68	46	71	51	72	52	76	58	79	62	83	68	84
23	41	65	43	67	45	70	50	71	51	75	57	78	61	82	67	83
22	40	64	42	66	44	69	48	70	50	74	56	77	60	81	66	82
21	39	63	41	65	42	68	46	69	48	73	55	76	58	80	65	81
20	38	62	40	64	40	67	44	68	46	72	54	75	56	79	64	80
19	37	61	38	63	38	66	42	67	44	71	52	74	54	78	63	79
18	36	60	36	62	36	65	40	66	42	70	50	72	52	77	62	78
17	34	58	34	61	34	64	38	65	40	68	48	70	50	76	61	77
16	32	56	32	60	32	63	36	64	38	66	46	68	48	75	60	76
15	30	54	30	58	30	62	34	62	36	64	44	66	46	74	57	75
14	28	52	28	56	28	60	32	60	34	62	43	64	44	72	54	74
13	26	50	26	54	26	58	30	58	32	60	39	62	43	70	51	72
12	24	48	24	52	24	56	28	56	30	58	36	60	42	68	48	70
11	22	44	22	50	22	54	26	54	28	56	33	58	38	64	44	68
10	20	40	20	46	20	52	24	52	26	54	30	56	36	60	40	64
9	18	36	18	42	18	50	22	50	24	52	27	54	34	58	36	60
8	16	32	16	38	16	45	20	45	22	50	24	52	32	54	32	56
7	14	28	14	34	14	40	18	40	20	44	21	50	28	51	28	52
6	12	24	12	30	12	35	16	35	18	38	18	43	24	48	24	48
5	10	20	10	25	10	30	14	30	16	32	16	35	20	40	20	40
4	8	16	8	20	8	25	12	24	12	26	12	29	16	32	16	32
3	6	12	6	15	6	20	9	18	9	20	9	22	12	24	12	24
2	4	8	4	10	4	15	6	12	6	14	6	15	8	15	8	15
1	2	4	2	5	2	1	3	6	3	7	3	8	4	8	4	8

STANDARDI I REZULTATI																
TRČANJE NA 3,2 km MUŠKARCI/ŽENE																
Ponavljanje starosna skupina	17-21		22-26		27-31		32-36		37-41		42-46		47-51		52+	
11:54	100															
12:00	99															
12:05	98															
12:15	97															
12:18	96															
12:25	95															
12:30	94															
12:38	93		100													
12:45	92		99													
12:48	91		98													
12:51	90		97													
13:00	89		96													
13:06	88		95													
13:12	87		94													
13:18	86		93		100											
13:26	85		92		99											
13:30	84		91		98											
13:36	83		90		97											
13:42	82		89		96											
13:48	81		88		95											
13:54	80		87		94											
14:00	79		86		93		100									
14:06	78		85		92		99									
14:13	77		84		91		98									
14:18	76		83		90		97									
14:23	75		82		89		96									
14:30	74		81		88		95									
14:36	73		80		87		94									
14:42	72		79		86		93		100							
14:48	71	▼	78		85		92		99							
14:56	70	100	77		84		91		98							
15:00	69	99	76		83		90		97							
15:06	68	98	75		82		89		96		100					
15:12	67	97	74		81		88		95		99					
15:18	66	96	73		80		87		94		98					
15:20	65	95	72		79		86		93		97					
15:26	64	94	71		78		85		92		96					
15:36	63	93	70	100	77		84		91		95		100			
15:42	62	92	69	99	76		83		90		94		99			
15:48	61	91	68	98	75		82		89		93		98			
15:54	60	90	67	97	74		81		88		92		97			
16:00	59	89	66	96	73		80		87		91		96		100	
16:08	58	88	65	95	72		79		86		90		95		99	
16:12	57	87	64	94	71		78		85		89		94		98	
16:14	56	86	63	93	70		77		84		88		93		97	
16:24	55	85	62	92	69		76		83		87		92		96	
16:30	54	84	61	91	68		75		82		86		91		95	
16:36	53	83	60	90	67		74		81		85		90		94	
16:41	52	82	59	89	66		73		80		84		89		93	
16:48	51	81	58	88	65		72		79		83		88		92	
16:51	50	80	57	87	64	▼	71		78		82		87		91	
17:00	48	79	56	86	63	100	70		77		81		86		90	
17:08	46	78	55	85	62	99	69		76		80		85		89	
17:17	44	77	54	84	61	98	68		75		79		84		88	
17:18	42	76	53	83	60	97	67		74		78		83		87	
17:20	40	75	52	82	59	96	66		73		77		82		86	
17:26	38	74	51	81	58	95	65		72		76		81		85	
17:36	36	73	50	80	57	94	64		71		75		80		84	
17:42	34	72	48	79	56	93	63		70		74		79		83	
17:48	32	71	46	78	55	92	62		69		73		78		82	
17:54	30	70	44	77	54	91	61		68		72		77		81	
18:00	28	69	42	76	53	90	60		67		71		76		80	
18:06	26	68	40	75	52	89	59		66		70		75		79	
18:12	24	67	38	74	51	88	58		65		69		74		78	
18:18	22	66	36	73	50	87	57		64		68		73		77	
18:26	20	65	34	72	48	86	56		63		67		72		76	
18:30	18	64	32	71	46	85	55	▼	62		66		71		75	
18:35	16	63	30	70	44	84	54	100	61		65		70		74	
18:41	14	62	28	69	42	83	53	99	60		64		69		73	
18:45	12	61	26	68	40	82	52	98	58		63		68		72	
18:54	10	60	24	67	38	81	51	97	56		62		67		71	
19:00	8	59	22	66	36	80	50	96	54		61		66		70	
19:06	6	58	20	65	34	79	48	95	52		60		65		69	
19:12	4	57	18	64	32	78	46	94	50		58		64		68	
19:16		56	16	63	30	77	44	93	48		56		63		67	
19:24		55	14	62	28	76	42	92	46		54		62		66	
19:30		54	12	61	26	75	40	91	44	▼	52		61		65	
19:36		53	10	60	24	74	38	90	42	100	50		60		64	
19:42		52	8	59	22	73	36	89	40	99	48		58		63	
19:48		51	6	58	20	72	34	88	38	98	46		56		62	
19:54		50	4	57	18	71	32	87	36	97	44	▼	54		61	
20:00		48	2	56	16	70	30	86	34	96	42	100	52		60	
20:06		46		55	14	69	28	85	32	95	40	99	50		58	
20:12		44		54	12	68	26	84	30	94	38	98	48		56	
20:18		42		53	10	67	24	83	28	93	36	97	46		54	
20:24		40		52	8	66	22	82	26	92	34	96	44	▼	52	
20:30		38		51	6	65	20	81	24	91	32	95	42	100	50	

20:36	36	50	4	64	18	80	22	90	30	94	40	99	48	▼ 100	
20:42	34	48	2	63	16	79	20	89	28	93	38	98	46		99
20:48	32	46		62	14	78	18	88	26	92	36	97	44		
20:54	30	44		61	12	77	16	87	24	91	34	96	42		
21:00	28	42		60	10	76	14	86	22	90	32	95	40		
21:06	26	40		59	8	75	12	85	20	89	30	94	38		
21:12	24	38		58	6	74	10	84	18	88	28	93	36		
21:18	22	36		57	4	73	8	83	16	87	26	92	34		
21:24	20	34		56	2	72	6	82	14	86	24	91	32		
21:30	18	32		55		71	4	81	12	85	22	90	30		
21:36	16	30		54		70	2	80	10	84	20	89	28		
21:42	14	28		53		69		79	8	83	18	88	26		
21:48	12	26		52		68		78	6	82	16	87	24		
21:54	10	24		51		67		77	4	81	14	86	22		
22:00	8	22		50		66		76	2	80	12	85	20		
22:06	6	20		48		65		75		79	10	84	18		
22:12	4	18		46		64		74		78	8	83	16		
22:18	2	16		44		63		73		77	6	82	14		
22:24		14		42		62		72		76	4	81	12		
22:30		12		40		61		71		75	2	80	10		
22:36		10		38		60		70		74		79	8		
22:42		8		36		59		69		73		78	6		
22:48		6		34		58		68		72		77	4		
22:54		4		32		57		67		71		76	2		
23:00		2		30		56		66		70		75			
23:06				28		55		65		69		74			
23:12				26		54		64		68		73			
23:18				24		53		63		67		72			
23:24				22		52		62		66		71			
23:30				20		51		61		65		70			
23:36				18		50		60		64		69			
23:42				16		48		58		63		68			
23:48				14		46		56		62		67			
23:54				12		44		54		61		66			
24:00				10		42		52		60		65			
24:06				8		40		50		58		64			
24:12				6		38		48		56		63			
24:18				4		36		46		54		62			
24:24				2		34		44		52		61			
24:30						32		42		50		60			
24:36						30		40		48		58			
24:42						28		38		46		56			
24:48						26		36		44		54			
24:54						24		34		42		52			
25:00						22		32		40		50			
25:06						20		30		38		48			
25:12						18		28		36		46			
25:18						16		26		34		44			
25:24						14		24		32		42			
25:30						12		22		30		40			
25:36						10		20		28		38			
25:42						8		18		26		36			
25:48						6		16		24		34			
25:54						4		14		22		32			
26:00						2		12		20		30			
26:06								10		18		28			
26:12								8		16		26			
26:18								6		14		24			
26:24								4		12		22			
26:30								2		10		20			
26:36										8		18			
26:42										6		16			
26:48										4		14			
26:54										2		12			
27:00												10			
27:06												8			
27:12												6			
27:18												4			
27:24												2			
27:30															
27:36															
27:42															
27:48															
27:54															