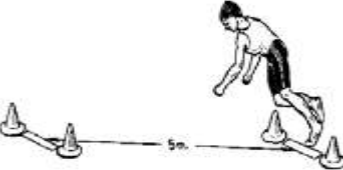
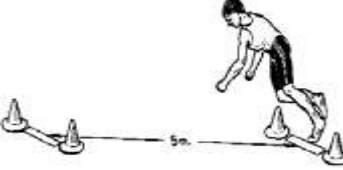


ANEXO 2. BATERIA DE PRUEBAS FÍSICAS ANAERÓBICAS A REALIZAR.

NOMBRE DE LA PRUEBA	DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA	GRÁFICA DE LA PRUEBA
1. CMJ	Es una prueba de salto vertical sobre una plataforma, el participante debe tener las manos sueltas a la cintura y ejecutar el salto en contramovimiento.	
2. 5m	Es una prueba de velocidad corta, el participante debe recorrer lo mas rápido posible la distancia de 5 metros.	
3. 10m	Es una prueba de velocidad corta, el participante debe recorrer lo mas rapido posible la distancia de 10 metros.	
4. Agilidad 10x5m	Es una prueba de agilidad que consiste en realizar 10 recorridos de 5 metros realizando cambios de dirección en el menor tiempo posible.	
5. Test de la araña	Es una prueba de agilidad que consiste en llevar 5 pelotas (cada una en un vertice del cuadro de fondo del campo de tenis) a un cuadro de 30cmx30cms dibujado en la línea de servicio.	
6. RSA 10x20	Es una prueba que evalua la capacidad de mantener la velocidad en carreras de 20 metros. El participante debe hacer 10 recorridos de 20 metros con un descanso de 20 segundos entre cada recorrido.	