

Nadodrzański Oddział Straży Granicznej

<https://nadodrzański.strazgraniczna.pl/nad/aktualnosci/50573,NoOSG-Licealisci-zaliczyli-test-sprawnosci-fizyczn>
ej.html

07.07.2024, 14:46

NoOSG: Licealiści zaliczyli test sprawności fizycznej

Paweł Biskupik
11.05.2023

Młodzież licealna z klasy mundurowej Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego "Elektryk" w Nowej Soli odwiedziła komendę Nadodrzańskiego Oddziału SG, by spróbować swoich sił w teście sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w Straży Granicznej.

Dzisiaj 11 maja kolejny raz gościliśmy w naszym oddziale klasę mundurową z Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego "Elektryk" w Nowej Soli. Tym razem licealiści z „Elektryka” pojawili się w komendzie Nadodrzańskiego Oddziału SG, aby spróbować swoich sił w teście sprawności fizycznej, jaki przechodzą kandydaci do służby w Straży Granicznej.

Młodzież, po krótkiej rozgrzewce, od razu przystąpiła do testu, w skład którego wchodziły następujące ćwiczenia: uginanie i prostowanie ramion w podporze leżąc przodem, bieg koperta - na prostokącie o wymiarach 300 cm x 500 cm, skok w dal z miejsca obunóż, skrętoskłon wykonywane w czasie jednej minuty, skłon w przód oraz bieg na dystansie 1000 m (mężczyźni) i 600 m (kobiety).

Wzajemna rywalizacja oraz duże zaangażowanie ćwiczących spowodowały, że wszyscy pomyślnie ukończyli test sprawności fizycznej. Na pamiątkę każdy otrzymał specjalny Certyfikat potwierdzający zaliczenie testu.

W Nadodrzańskim Oddziale Straży Granicznej prowadzony jest ciągły nabór do służby w Straży Granicznej. Dokumenty można składać nie tylko w Krośnie Odrzańskim, a także w poszczególnych placówkach Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej. Wykaz miejsc składania dokumentów oraz wszelkie informacje dotyczące naboru można znaleźć na stronie internetowej Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej

<http://nadodrzański.strazgraniczna.pl/>.

Kto wie... może już niedługo licealiści z „Elektryka” ponownie będą przechodzić test sprawnościowy, tym razem już jako kandydaci do służby w Straży Granicznej.



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG



Młodzież przystąpiła do testu sprawności fizycznej dla kandydatów do służby w SG