附：

**体能测试考生须知**

各位考生：

现将体能测试相关注意事项公布如下，请考生认真阅读：

**1、考试时间**

2018年11月27日(本周二)，**上午9点准时在济南市奥体中心体育馆A入口集合，上午9点30分正式开始体能测试**。考生务必准时前往，迟到者一律取消考试资格。

**2、考试地点**

济南市奥体中心体育馆（鲁能大球场）

**3、测试项目**

纵跳摸高、10米×4往返跑、男子1000米跑、女子800米跑

**4、考试要求**

（1）考生凭居民身份证参加测试。

（2）考生切勿空腹参加考试，测试前自行做好测试准备工作，如运动服、运动鞋，饮用水等。

（3）考生务必遵守现场秩序，服从工作人员安排，不得随意走动，大声喧哗。

**5、注意事项**

（1）在测试过程中，考生应注意安全，患有心脏病、高血压、哮喘等不适宜剧烈运动疾病者，上报工作人员。

（2）建议测试前适度做热身运动，将相关的关节、韧带、肌肉都活动开，以防止肌肉拉伤等现象发生。

（3）将通过人员名单在山东众安安防服务有限公司官网（网址http://www.9110.com.cn）公布，请各位考生务必密切关注。