



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

12/09/16

Despacho

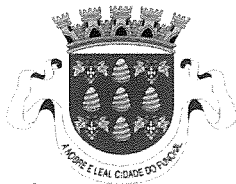
Abertura de concurso externo de ingresso para admissão a estágio da carreira de bombeiro municipal, na modalidade de contrato de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado

Considerando que:

I - A Câmara Municipal do Funchal, ao abrigo da competência atribuída pelo nº 1 do artigo 4º do Decreto – Lei nº 209/2009, de 3 de setembro, por deliberação datada de 29 de setembro de 2016, autorizou a abertura de concurso externo de ingresso para a constituição de relações jurídicas de emprego público, através da celebração de contratos de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado, destinado ao preenchimento de 24 postos de trabalho da categoria de bombeiro municipal de 3.ª classe, previstos no Mapa de Pessoal do Município do Funchal para o ano de 2016, e dos que vierem a vagar até ao termo do prazo de validade do concurso, fixado num ano, com um prazo de apresentação de candidaturas de 12 dias úteis.

II - Na mesma deliberação a Câmara Municipal do Funchal autorizou, nos termos do previsto no n.º 5 do art.º 30.º da Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas (LTFP), que a este procedimento concursal possam concorrer trabalhadores com ou sem vínculo de emprego público, a título excecional e com base nos seguintes fundamentos:

- a) A imperiosa necessidade de promover, com urgência, o preenchimento dos postos de trabalho em causa, atenta a grave carência de recursos humanos na atual Corporação de Bombeiros, necessários para a satisfação do relevante interesse público que revestem as atividades ligadas à proteção civil e aos bombeiros;
- b) A grande improbabilidade de ocupação de todos os postos de trabalho por trabalhadores detentores de um vínculo de emprego público, considerando a área de atividade e a especificidade das funções a desempenhar e o



12/01/17

MUNICÍPIO DO FUNCHAL

requisito especial de idade previsto no artigo 18.º do Decreto-Lei n.º 106/202 (inferior a 25 anos, completados no ano de abertura);

- c) A possibilidade de garantir a realização do estágio simultâneo por todos os recrutados, com caráter probatório, visando a formação e adaptação dos candidatos às funções de bombeiro, e obrigando à frequência durante um ano de cursos de formação teóricos e práticos, com elevados custos financeiros, devido à especial logística em termos de recursos humanos, técnicos e materiais;
- d) O cumprimento dos princípios da economia, da racionalização, da eficácia e eficiência que devem presidir à atividade municipal e que justificam que se desenvolva um único procedimento concursal, que se perspetiva de especial complexidade.

III - O Município do Funchal não dispõe de qualquer reserva de recrutamento para colmatar a ocupação dos postos de trabalho que determinaram a autorização de recrutamento e o INA - Direção Geral da Qualificação dos Trabalhadores em Funções Públicas e em resposta à consulta de reserva de recrutamento registado sob o nº SIPOC/2017/599, de 27 de janeiro de 2017, informou que não existem candidatos em situação de reserva de recrutamento com o perfil identificado pelo Município do Funchal, em virtude de não ter decorrido, até ao presente momento, qualquer procedimento concursal para constituição de reservas de recrutamento para a categoria de bombeiro.

IV - O INA - Direção Geral da Qualificação dos Trabalhadores em Funções Públicas e em resposta ao procedimento prévio registado sob o nº 47676, de 27 de janeiro de 2017, e de acordo com o conteúdo da Portaria nº 48/2014, de 26 de fevereiro, informou que não existem trabalhadores em situação de requalificação com o perfil identificado pelo Município do Funchal.

V - Usando da competência que me é conferida pela alínea a) do nº 2 do artigo 35º do Regime Jurídico das Autarquias Locais, aprovado pela Lei nº 75/2013, de 12 de setembro, e que me advém do Despacho de Delegação e Subdelegação de



Dem

MUNICÍPIO DO FUNCHAL

Competências, exarado pelo Senhor Presidente da Câmara Municipal, em 12 de fevereiro de 2015, publicitado pelo Edital n.º 34/2015 e atendendo ao artigo 9º do Decreto – Lei n.º 209/2009, de 3 de setembro, às disposições constantes do artigo 33º da Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas (LTFP), aprovada em anexo à Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, e à tramitação do procedimento concursal constante do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, adaptado à administração local pelo Decreto-Lei n.º 238/99, de 25 de junho, aplicável por força do disposto na alínea b) do n.º 1 do artigo 41.º da Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, determino a abertura de concurso externo de ingresso para admissão a estágio da carreira de bombeiro municipal, tendo em vista o preenchimento de 24 postos de trabalho na categoria de bombeiro de 3.ª classe (m/f), previstos e não ocupados no mapa de pessoal desta Câmara Municipal, na modalidade de contrato de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado, conforme previsto no artigo 7.º do anexo à Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, sendo de considerar na respetiva tramitação o conteúdo das disposições que se seguem.

1 - Âmbito do recrutamento - Por deliberação tomada na reunião da Câmara Municipal do Funchal de 29 de setembro de 2016, foi decidido que, nos termos previstos no n.º 5 do art.º 30.º da Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas (LTFP), aprovada em anexo à Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, o recrutamento deverá ser feito, a título excecional, de entre trabalhadores com ou sem vínculo de emprego público.

2 - Prazo de validade - O presente concurso é válido pelo período de um ano, contado da data de publicitação da respetiva lista de classificação final, nos termos previstos no artigo 10.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de julho, aplicado à Administração Local pelo Decreto-Lei n.º 238/99, de 25 de junho.

3 - Conteúdo funcional - O exercício das funções constantes do anexo I ao Decreto- Lei n.º 106/2002, de 13 de abril.

4 - Remuneração - A frequência do estágio é feita como recruta, sendo a remuneração fixada nos termos do n.º 4 do artigo 18.º do Decreto-Lei 106/2002, de 13 de abril, conjugado com o diploma que estabelece o valor da retribuição mínima



Uso.

MUNICÍPIO DO FUNCHAL

mensal garantida na Região Autónoma da Madeira, atualmente fixada em € 570,00, salvo o disposto no n.º 1 do artigo 154.º do anexo à LTFP, constando as escalas salariais das categorias que integram a carreira de bombeiro municipal do Anexo II ao mesmo Decreto-Lei.

5 - Local de trabalho - Câmara Municipal do Funchal/Companhia de Bombeiros Sapadores do Funchal.

6 - Requisitos de admissão - Só podem ser admitidos a concurso os(as) candidatos(as) que reúnam os seguintes requisitos:

6.1 - Requisitos gerais, previstos no artigo 17.º do anexo à Lei n.º 35/2014, de 20 de junho:

- a) Nacionalidade portuguesa, quando não dispensada pela Constituição, convenção internacional ou por lei especial;
- b) 18 anos de idade completos;
- c) Não inibição do exercício de funções públicas ou não interdição para o exercício daquelas que se propõe desempenhar;
- d) Robustez física e perfil psíquico indispensáveis ao exercício das funções;
- e) Cumprimento das leis de vacinação obrigatória.

6.2 - Requisitos especiais:

- a) Ter idade inferior a 25 anos, completados no ano da abertura do presente concurso;
- b) Ter como habilitações literárias mínimas o 9.º ano de escolaridade.

Não podem ser admitidos (as) candidatos (as) que, cumulativamente, se encontrem integrados (as) na carreira, sejam titulares da categoria e, não se encontrando em situação de requalificação (em mobilidade especial), ocupem postos de trabalho previstos no mapa de pessoal da Câmara Municipal do Funchal idênticos aos postos de trabalho para cuja ocupação se publica o presente procedimento

7 - Métodos de seleção:

- a) Prova de conhecimentos gerais;



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

- b) Inspeção médica;
- c) Provas práticas;
- d) Exame psicológico de seleção.

7.1 - A prova de conhecimentos gerais (PCG) visa avaliar os níveis de conhecimentos académicos e profissionais dos candidatos (as), exigidos e adequados ao exercício das funções na área da atividade profissional para a qual é aberto o concurso, terá a forma escrita, natureza teórica e a duração de 60 minutos, sendo constituída por questões de escolha múltipla versando sobre os temas e a legislação abaixo discriminada.

Tema 1 - Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas - Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, alterada pela Declaração de Retificação n.º 37-A/2014, de 19 de agosto e pelas Leis 82-B/2014, de 31 de dezembro e 84/2015, de 7 de agosto.

Tema 2 - Código do Procedimento Administrativo e medidas de modernização administrativa: Decreto-Lei n.º 4/2015, de 7 de janeiro, e Decreto-Lei n.º 135/99, de 22 de abril, alterado e republicado pelo Decreto-Lei n.º 73/2014, de 13 de maio.

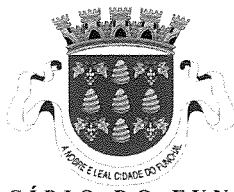
Tema 3 - Regime Jurídico das Autarquias Locais - Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, alterada pelas Declarações de Retificação n.ºs 46-C/2013, de 1 de novembro e 50-A/2013, de 11 de novembro e pelas Leis n.ºs 25/2015, de 30 de março, n.º 69/2015, de 16 de julho e n.º 7-A/2016, de 30 de março.

Tema 4 - Estatuto de Pessoal dos Bombeiros Profissionais da Administração Local - Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril.

7.1.1 - A prova de conhecimentos gerais (PCG), será valorada de 0 a 20 valores, terá caráter eliminatório, considerando-se não aprovados (as) os (as) candidatos (as) que obtenham classificação inferior a 10 valores, considerando-se como tal, por arredondamento, as classificações inferiores a 9,5 valores.

7.2 - A inspeção médica, a realizar por médico a indicar pela Câmara Municipal do Funchal, visa avaliar a robustez física dos candidatos (as) e o estado geral de saúde, tendo em vista determinar a aptidão para o exercício das funções a que se candidatam. A inspeção médica tem caráter eliminatório, sendo, no final,

Handwritten signature



[Handwritten signature]

MUNICÍPIO DO FUNCHAL

elaborada a respetiva ficha de aptidão conclusiva, com o resultado expresso pela menção “Apto” ou “Não Apto”, considerando-se eliminados os candidatos (as) que obtenham o resultado “Não Apto”.

7.3 - As provas práticas (PP), destinadas a avaliar o desenvolvimento e a destreza do(a) concorrente, bem como, a sua aptidão, capacidade e resistência para a função, são as seguintes: salto do muro sem apoio, exercício de equilíbrio na trave, flexões de braços na trave ou solo, abdominais, e teste de *Cooper* em 12 minutos.

7.3.1 - As regras respeitantes à execução das provas práticas constam do anexo ao presente despacho, que contém especificidades para os (as) candidatos (as) de cada sexo.

7.3.2 - As provas práticas serão valoradas de 0 a 20 valores e terão carácter eliminatório, considerando-se não aprovados (as) os (as) candidatos (as) que, em qualquer uma delas, obtenham uma classificação inferior a 10 valores, considerando-se como tal, por arredondamento, as classificações inferiores a 9,5 valores.

7.3.2 - As provas de “salto do muro sem apoio”, “exercício de equilíbrio na trave” são superadas ou não superadas, têm carácter eliminatório e não contam para a classificação.

7.3.4 - A classificação final das provas práticas, para a qual não contam as provas eliminatórias referidas no ponto 7.3.2, é obtida através da média aritmética ponderada das classificações obtidas, segundo a seguinte fórmula:

$$CFPP = (2 \times \text{Class. Cooper}) + (\text{Class. Braços}) + (\text{Class. Abdominais}) / 4$$

Em que: CFPP = Classificação final das provas práticas

Class. *Cooper* = Prova de teste de *Cooper* em 12 minutos

Class. Braços = Prova de flexões de braços na trave ou solo

Class. Abdominais = Prova de abdominais em 2 minutos



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

7.3.5 - Cada candidato (a) realiza todas as provas num único dia usando traje de ginástica (camisola, calções, meias e sapatos de ginástica), a seu cargo.

7.4 - O Exame psicológico de seleção (EPS) visa avaliar as capacidades e as características de personalidade dos (as) candidatos (as) através da utilização de técnicas psicológicas, visando determinar a sua adequação à função. O resultado do EPS será valorado através das menções qualitativas de Favorável preferencialmente, Bastante favorável, Favorável, Com reservas e Não favorável, correspondendo-lhes as classificações de 20, 16, 12, 8, 4. Este método tem caráter eliminatório quando a classificação obtida for inferior a 12 valores.

7.5 - Os critérios de apreciação e ponderação de todos os métodos de seleção utilizados constam da ata n.º 1 do procedimento concursal, sendo a mesma facultada aos candidatos sempre que solicitada.

8 - Classificação Final: Resultante da média aritmética das classificações obtidas em cada método de seleção:

$$CF = (PCG + PP \times 2 + EPS) / 4$$

Em que: CF = Classificação final;

PCG = Prova de conhecimentos gerais;

PP = Provas práticas;

EPS = Exame psicológico de seleção.

8.1 - Na classificação final é adotada a escala de 0 a 20 valores, considerando-se não aprovados os (as) candidatos (as) que, nas fases ou métodos de seleção eliminatórios ou na classificação final obtenham classificação inferior a 9,50 valores, sem prejuízo da possibilidade de eliminação prevista na realização das provas práticas.

8.2 - A falta de comparência dos (as) candidatos (as) a qualquer um dos métodos de seleção equivale à desistência do concurso, sendo os (as) candidatos (as) faltosos (as) excluídos (as) do procedimento.



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

8.3 - Em todos os momentos de aplicação dos métodos de seleção, é obrigatória a apresentação do cartão do cidadão, sob pena de não poder realizar o método para o qual foi convocado (a).

8.4 - Em situações de igualdade de valoração serão adotados os critérios de desempate preceituados na alínea c) do n.º 1 do artigo 37.º, bem como no n.º 3 do mesmo art.º do Decreto-Lei 204/98, de 11 de julho, aplicável à Administração Local pelo Decreto-Lei 238/99, de 25 de junho.

9 – Composição do Júri do concurso e do estágio:

Presidente - Major Eugénio Dias de Matos, Chefe do Gabinete de Atendimento Público da Zona Militar da Madeira.

Vogais Efetivos - Nuno Miguel Figueira Ribeiro Pereira, Chefe da Divisão de Recursos Humanos, que substituirá o Presidente do júri nas suas faltas e impedimentos, e José Cândido Fernandes Minas, Subchefe da carreira de bombeiro municipal.

Vogais Suplentes - Virgílio Freitas Silva Berenguer e Jorge Luis Rodrigues Sousa, Subchefes da carreira de bombeiro municipal.

10 – Informação de cabimento orçamental, n.º 36/2017, datada de 16 de março de 2017.

Câmara Municipal do Funchal, 16 de março de 2017.

A Vereadora, por delegação do Presidente da Câmara

Maria Madalena Caetano Sacramento Nunes



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

ANEXO

(a que se refere o ponto 7.3.1 do Despacho de abertura do concurso externo de ingresso para admissão a estágio da carreira de bombeiro municipal, datado de 16 de março de 2017)

REGRAS APLICÁVEIS ÀS PROVAS PRÁTICAS

1. As provas práticas a efetuar são as seguintes:

- 1.1 Salto do muro sem apoio;
- 1.2 Exercício de equilíbrio na trave;
- 1.3 Flexão de braços na trave (barra) ou solo;
- 1.4 Abdominais (dois minutos);
- 1.5 Teste de *Cooper*.

2. A classificação das Provas Práticas será a resultante da aplicação da seguinte fórmula:

$$CFPP = \frac{(2 \times \text{Class. Cooper}) + (\text{Class. Braços}) + (\text{Class. Abdominais})}{4}$$

Em que:

CFPP = Classificação Final Provas Práticas;
Class. Cooper = Prova de Teste de Cooper em 12 minutos;
Class. Braços = Prova de Flexões de braços na trave ou solo;
Class. Abdominais = Prova de Abdominais em 2 minutos.

A - PROVAS PRÁTICAS

As provas realizam-se num único dia, sendo-lhes atribuídas três horas.

A.1. - As provas são de realização obrigatória para todos os elementos.

A.2. - As provas a efetuar são as seguintes:

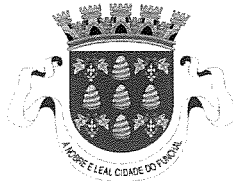
- Salto do muro sem apoio;
- Exercício de equilíbrio na trave;
- Flexão de braços na trave (barra) ou solo;
- Abdominais (dois minutos);
- Teste de *Cooper*.

A.3. - A classificação das provas é obtida através da fórmula a seguir mencionada, em que a prova de resistência (Teste de *Cooper*), dada a importância desta qualidade física, é valorizada com o coeficiente 2:

$$CFPP = \frac{(2 \times \text{Class. Cooper}) + (\text{Class. Braços}) + (\text{Class. Abdominais})}{4}$$

Para cada prova as classificações são obtidas através das tabelas em apêndice.

O não cumprimento do mínimo de dez (10) valores nesta classificação implica exclusão.



Handwritten signature

MUNICÍPIO DO FUNCHAL

A.4. - Disposições diversas:

A.4.1 - Todas as provas são realizadas recorrendo a equipamento de ginástica (camisola, calções, meias e sapatos adequados).

A.4.2 - As provas são executadas pela ordem antes indicada.

A.4.3 - Nenhuma prova deve ser iniciada sem prévio aquecimento.

A.4.4 – As provas “Salto do muro sem apoio” e “Exercício de equilíbrio na trave” têm caráter eliminatório e não contam para a classificação final.

A.5 – Salto do muro sem apoio:

a) É um salto, com corrida, de um muro de alvenaria com 0,25m de espessura, frente mínima de 1,50m e 0,90m de altura – para homens – e 0,80m de altura para mulheres;

b) A execução desta prova consiste em transpor o muro sem o tocar, sendo permitidas três tentativas e sendo proibido o “salto de peixe”.

A.6 – Exercício de equilíbrio na trave:

a) Consiste em percorrer até o extremo uma trave colocada a 2m do solo, com comprimento de 4m e a largura de 70cm, regressando ao ponto de início, sempre de tronco erguido e sem apoio de braços e mãos;

b) São permitidas três tentativas.

A.7. - Flexão de braços na trave suspensa a 230 cm do solo, ou ao solo (Para candidatos do sexo masculino e feminino, respetivamente).

A.7.1 – Finalidade – visa, avaliar a força superior, em especial dos músculos flexores (ou extensores) dos membros superiores.

A.7.2 – Execução (candidatos do sexo masculino) À voz de "EM POSIÇÃO" dada pelo Controlador, o Executante, por meio de um salto, tomará a posição inicial, suspendendo-se na Trave (Barra) em suspensão facial, palmas das mãos para a frente, mantendo os braços completamente estendidos, corpo na posição vertical e perdendo o contacto dos pés com o solo.

À voz de "COMEÇAR", o Executante flete simultaneamente os braços, até ultrapassar com o queixo a parte superior da Trave (Barra). Em seguida, voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços. O corpo deve permanecer na posição vertical durante o exercício. Realizar, nestas condições, o maior número possível de flexões de braços.

Execução (candidatas do sexo feminino) À voz de "EM POSIÇÃO" dada pelo Controlador, a executante, tomará a posição de corpo empranchado, paralelo ao solo, apoiando-se apenas nos bicos dos pés e nas palmas das mãos, estas dirigidas para a frente, mantendo os braços completamente fletidos, corpo na posição horizontal e perdendo o contacto com o solo das restantes partes do corpo.

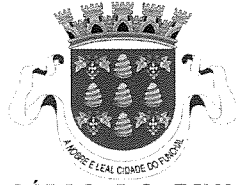
À voz de "COMEÇAR", a executante estenderá simultaneamente os braços, até à extensão máxima. Em seguida, voltará à posição inicial pela flexão completa dos braços. O corpo deve permanecer na posição empranchado durante o exercício e não tocar o solo exceto com os apoios acima referidos, (pés e mãos). Realizar, nestas condições, o maior número possível de extensões/flexões de braços.

A.7.3 Instruções prévias:

a) Não serão contadas as flexões em que o queixo não passe acima da trave (barra), ou em que os braços não fiquem completamente estendidos, tal como não serão contadas as extensões em que os braços não sejam totalmente estendidos nas flexões ao solo.

b) O corpo deve permanecer na vertical, não sendo permitidos balanços nem movimentos de pernas (pedalar) na barra, nem perder o “empranchamento” em relação ao solo.

c) A prova deve ser feita sem interrupções.



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

d) A prova seguinte só deve realizar-se após um intervalo mínimo individual de 10 minutos. A primeira flexão só deve ser iniciada depois da ordem do Controlador, de forma a não ser aproveitado o balanço do salto inicial, para a efetuar.

A.8 - Abdominais durante dois minutos:

A.8.1 – Finalidade – avaliar a força média, em especial o nível funcional dos músculos abdominais.

A.8.2 – Execução – efetuar em dois minutos o maior número possível de repetições do seguinte exercício:

Posição inicial – deitados (as) em decúbito dorsal, pernas fletidas a 90° e naturalmente afastadas, mãos à nuca com os dedos entrecruzados, pés fixos no espaldar (ou tornozelos seguros por um ajudante, de joelhos, a seu lado). Elevação, flexão e torção do tronco, tocando com cotovelo direito no joelho esquerdo, e retornam à posição inicial.

Por cada repetição, alternar o movimento dos cotovelos/joelhos.

São permitidas pausas durante a execução da prova.

A prova seguinte deve realizar-se após um intervalo mínimo individual de dez minutos.

A.9 – Teste de *Cooper*:

A.9.1 – Finalidade – destina-se fundamentalmente a avaliar a capacidade de resistência do indivíduo.

A.9.2 – Organização – a prova consiste em percorrer a maior distância possível no tempo de doze minutos, correndo e (ou) andando.

A.9.3 – Execução:

a) Os (As) Executantes, à medida que vão sendo chamados, dirigem-se para trás da linha de partida que lhes é indicada. Ao sinal de “Partir” (que pode ser voz, apito ou pistola) começam a correr à volta da pista.

b) Os Controladores contam e registam o número de voltas que cada indivíduo executa e vão avisando do tempo gasto ou do tempo que falta;

c) Ao cabo de 12 minutos, o Controlador indicado para o efeito emite um sinal sonoro que seja audível para todos (as) os (as) Executantes, o qual será previamente referido a estes (as);

d) A este sinal, os (as) executantes devem parar, permanecendo no mesmo local até que chegue um Controlador;

e) Cada Controlador registará o número aproximado de metros que cada Executante percorreu, para além do número de voltas completas;

f) Finda esta operação, os (as) Executantes devem abandonar a pista.

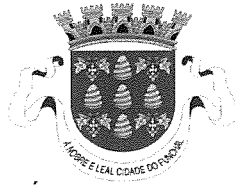
Provas Práticas Masculinas – Apêndice I

Provas Práticas Femininas – Apêndice II

Câmara Municipal do Funchal, 16 de março de 2017.

A Vereadora, por delegação do Presidente da Câmara

Maria Madalena Caetano Sacramento Nunes



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

Apêndice I

| FLEXÃO DE BRAÇOS | ABDOMINAIS | COOPER | CLASSIFICAÇÃO | | FLEXÃO DE BRAÇOS | ABDOMINAIS | COOPER | CLASSIFICAÇÃO | |
|------------------|------------|--------|---------------|---------------|------------------|------------|--------|---------------|---------------|
| | | | VALORES | CLASSIFICAÇÃO | | | | VALORES | CLASSIFICAÇÃO |
| 18 | 86 | 3400 | 20 | MUITO BOM | 39 | 2380 | 9,8 | 9,8 | MUITO BOM |
| | | | 19,8 | | | | | | |
| 17 | 84 | 3360 | 19,6 | MUITO BOM | 37 | 2340 | 9,4 | 9,4 | MUITO BOM |
| | | | 19,4 | | | | | | |
| 16 | 83 | 3320 | 19,2 | MUITO BOM | 35 | 2300 | 9 | 9 | MUITO BOM |
| | | | 19 | | | | | | |
| 15 | 82 | 3280 | 18,8 | MUITO BOM | 33 | 2260 | 8,6 | 8,6 | MUITO BOM |
| | | | 18,6 | | | | | | |
| 14 | 81 | 3240 | 18,4 | MUITO BOM | 31 | 2220 | 8,2 | 8,2 | MUITO BOM |
| | | | 18,2 | | | | | | |
| 13 | 80 | 3200 | 18 | MUITO BOM | 29 | 2180 | 7,8 | 7,8 | MUITO BOM |
| | | | 17,6 | | | | | | |
| 12 | 79 | 3180 | 17,6 | MUITO BOM | 3 | 27 | 2140 | 7,4 | MUITO BOM |
| | | | 17,4 | | | | | | |
| 11 | 77 | 3140 | 17,4 | MUITO BOM | 25 | 2100 | 7 | 7 | MUITO BOM |
| | | | 17,2 | | | | | | |
| 10 | 76 | 3120 | 17,2 | MUITO BOM | 23 | 2080 | 6,8 | 6,8 | MUITO BOM |
| | | | 17 | | | | | | |
| 9 | 75 | 3100 | 17 | MUITO BOM | 21 | 2060 | 6,2 | 6,2 | MUITO BOM |
| | | | 16,8 | | | | | | |
| 8 | 74 | 3080 | 16,8 | MUITO BOM | 2 | 19 | 2040 | 5,8 | MUITO BOM |
| | | | 16,6 | | | | | | |
| 7 | 73 | 3060 | 16,6 | MUITO BOM | 17 | 2020 | 5,4 | 5,4 | MUITO BOM |
| | | | 16,4 | | | | | | |
| 6 | 72 | 3040 | 16,4 | MUITO BOM | 16 | 2000 | 5 | 5 | MUITO BOM |
| | | | 16,2 | | | | | | |
| 5 | 71 | 3020 | 16,2 | MUITO BOM | 14 | 1980 | 4,6 | 4,6 | MUITO BOM |
| | | | 16 | | | | | | |
| 4 | 70 | 3000 | 16 | MUITO BOM | 12 | 1960 | 4,2 | 4,2 | MUITO BOM |
| | | | 15,8 | | | | | | |
| 3 | 69 | 2980 | 15,8 | MUITO BOM | 1 | 10 | 1940 | 3,8 | MUITO BOM |
| | | | 15,6 | | | | | | |
| 2 | 68 | 2960 | 15,6 | MUITO BOM | 8 | 1920 | 3,4 | 3,4 | MUITO BOM |
| | | | 15,4 | | | | | | |
| 1 | 67 | 2940 | 15,4 | MUITO BOM | 6 | 1900 | 3 | 3 | MUITO BOM |
| | | | 15,2 | | | | | | |
| 0 | 66 | 2920 | 15,2 | MUITO BOM | 4 | 1880 | 2,6 | 2,6 | MUITO BOM |
| | | | 15 | | | | | | |
| 0 | 65 | 2900 | 15 | MUITO BOM | 2 | 1860 | 2,2 | 2,2 | MUITO BOM |
| | | | 14,8 | | | | | | |
| 0 | 64 | 2880 | 14,8 | MUITO BOM | 0 | 1840 | 1,8 | 1,8 | MUITO BOM |
| | | | 14,6 | | | | | | |
| 0 | 63 | 2860 | 14,6 | MUITO BOM | 0 | 1820 | 1,4 | 1,4 | MUITO BOM |
| | | | 14,4 | | | | | | |
| 0 | 62 | 2840 | 14,4 | MUITO BOM | 0 | 1800 | 1 | 1 | MUITO BOM |
| | | | 14,2 | | | | | | |
| 0 | 61 | 2820 | 14,2 | MUITO BOM | 0 | 1780 | 0,6 | 0,6 | MUITO BOM |
| | | | 14 | | | | | | |
| 0 | 60 | 2800 | 14 | MUITO BOM | 0 | 1760 | 0,2 | 0,2 | MUITO BOM |
| | | | 13,8 | | | | | | |
| 0 | 59 | 2780 | 13,8 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 13,6 | | | | | | |
| 0 | 58 | 2760 | 13,6 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 13,4 | | | | | | |
| 0 | 57 | 2740 | 13,4 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 13,2 | | | | | | |
| 0 | 56 | 2720 | 13,2 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 13 | | | | | | |
| 0 | 55 | 2700 | 13 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 12,8 | | | | | | |
| 0 | 54 | 2680 | 12,8 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 12,6 | | | | | | |
| 0 | 53 | 2660 | 12,6 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 12,4 | | | | | | |
| 0 | 52 | 2640 | 12,4 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 12,2 | | | | | | |
| 0 | 51 | 2620 | 12,2 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 12 | | | | | | |
| 0 | 50 | 2600 | 12 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 11,8 | | | | | | |
| 0 | 49 | 2580 | 11,8 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 11,6 | | | | | | |
| 0 | 48 | 2560 | 11,6 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 11,4 | | | | | | |
| 0 | 47 | 2540 | 11,4 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 11,2 | | | | | | |
| 0 | 46 | 2520 | 11,2 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 11 | | | | | | |
| 0 | 45 | 2500 | 11 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 10,8 | | | | | | |
| 0 | 44 | 2480 | 10,8 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 10,6 | | | | | | |
| 0 | 43 | 2460 | 10,6 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 10,4 | | | | | | |
| 0 | 42 | 2440 | 10,4 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 10,2 | | | | | | |
| 0 | 41 | 2420 | 10,2 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 10 | | | | | | |
| 0 | 40 | 2400 | 10 | MUITO BOM | 0 | 0 | 0 | 0 | MUITO BOM |
| | | | 0 | | | | | | |



MUNICÍPIO DO FUNCHAL

1000

Apêndice II

| FLEXÃO DE BRAÇOS | ABDOMINAIS | COOPER | CLASSIFICAÇÃO | | FLEXÃO DE BRAÇOS | ABDOMINAIS | COOPER | CLASSIFICAÇÃO | | | | |
|------------------|------------|--------|---------------|---------------|------------------|------------|--------|---------------|---------------|----|------|-----|
| | | | VALORES | CLASSIFICAÇÃO | | | | VALORES | CLASSIFICAÇÃO | | | |
| 13 | 70 | 3000 | 20 | MUITO BOM | 24 | 1980 | 9,8 | 1 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 19,8 | | | | | | | 23 | 1960 | 9,6 |
| | | | 19,6 | | | | | | | 22 | 1940 | 9,4 |
| | | | 19,4 | | | | | | | 21 | 1920 | 9,2 |
| | | | 19,2 | | | | | | | 20 | 1900 | 9 |
| 12 | 2900 | 2900 | 19 | BOM | 19 | 1880 | 9,8 | 2 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 18,8 | | | | | | | 18 | 1860 | 9,6 |
| | | | 18,6 | | | | | | | 17 | 1840 | 9,4 |
| | | | 18,4 | | | | | | | 16 | 1820 | 9,2 |
| 11 | 2800 | 2800 | 18,2 | BOM | 16 | 1820 | 9,2 | 3 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 18 | | | | | | | 15 | 1800 | 9 |
| | | | 17,8 | | | | | | | 14 | 1780 | 7,8 |
| | | | 17,6 | | | | | | | 13 | 1760 | 7,6 |
| 10 | 2700 | 2700 | 17,6 | BOM | 12 | 1740 | 7,4 | 4 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 17,4 | | | | | | | 11 | 1720 | 7,2 |
| | | | 17,2 | | | | | | | 10 | 1700 | 7 |
| | | | 17 | | | | | | | 9 | 1680 | 6,8 |
| | | | 16,8 | | | | | | | 8 | 1660 | 6,6 |
| 9 | 2600 | 2600 | 16,6 | BOM | 7 | 1640 | 6,4 | 5 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 16,4 | | | | | | | 6 | 1620 | 6,2 |
| | | | 16,2 | | | | | | | 5 | 1600 | 6 |
| | | | 16 | | | | | | | 4 | 1580 | 5,8 |
| | | | 15,8 | | | | | | | 3 | 1560 | 5,6 |
| 8 | 2500 | 2500 | 15,6 | BOM | 2 | 1540 | 5,4 | 6 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 15,4 | | | | | | | 1 | 1520 | 5,2 |
| | | | 15,2 | | | | | | | | 1500 | 5 |
| | | | 15 | | | | | | | | 1480 | 4,8 |
| | | | 14,8 | | | | | | | | 1460 | 4,6 |
| 7 | 2400 | 2400 | 14,6 | BOM | | 1440 | 4,4 | 7 | SUFICIENTE | | | |
| | | | 14,4 | | | | | | | | 1420 | 4,2 |
| | | | 14,2 | | | | | | | | 1400 | 4 |
| | | | 14 | | | | | | | | 1380 | 3,8 |
| | | | 13,8 | | | | | | | | 1360 | 3,6 |
| 6 | 2300 | 2300 | 13,6 | SUFICIENTE | | 1340 | 3,4 | 8 | MAU | | | |
| | | | 13,4 | | | | | | | | 1320 | 3,2 |
| | | | 13,2 | | | | | | | | 1300 | 3 |
| | | | 13 | | | | | | | | 1280 | 2,8 |
| | | | 12,8 | | | | | | | | 1260 | 2,6 |
| 5 | 2200 | 2200 | 12,6 | SUFICIENTE | | 1240 | 2,4 | 9 | MAU | | | |
| | | | 12,4 | | | | | | | | 1220 | 2,2 |
| | | | 12,2 | | | | | | | | 1200 | 2 |
| | | | 12 | | | | | | | | 1180 | 1,8 |
| | | | 11,8 | | | | | | | | 1160 | 1,6 |
| 4 | 2100 | 2100 | 11,6 | SUFICIENTE | | 1140 | 1,4 | 10 | MAU | | | |
| | | | 11,4 | | | | | | | | 1120 | 1,2 |
| | | | 11,2 | | | | | | | | 1100 | 1 |
| | | | 11 | | | | | | | | 1080 | 0,8 |
| | | | 10,8 | | | | | | | | 1060 | 0,6 |
| 3 | 2000 | 2000 | 10,6 | SUFICIENTE | | 1040 | 0,4 | 11 | MAU | | | |
| | | | 10,4 | | | | | | | | 1020 | 0,2 |
| | | | 10,2 | | | | | | | | | |