

CURSO DE VIGILANTES NOCTURNOS DE COMERCIO Y VECINDAD (1ª y 2ª FASE)

El Curso constará de 2 FASES, distribuidas de la siguiente forma:

1ª FASE.- Se divide en 2 Etapas

- 1ª ETAPA.- Preparación Aptitud Física. Del 18 al 22-11-85
Control Pruebas Físicas. Del 25 al 28-11-85. Cada prueba será eliminatoria, debiendo ser superadas todas ellas para pasar a la 2ª Etapa.
- 2ª ETAPA.- Conocimiento Ordenanza Municipal de Vigilantes Nocturnos y Aptitud / Intelectual y Psicosocial. Se desarrollará entre los días 4 al 19-12-1985. Esta Etapa deberá ser superada para pasar a la siguiente FASE.

2ª FASE.- Constará de:

- Normas de ejecución del servicio. Del 7-1-86 al 10-2-86. Será eliminatorio, / por lo que deberá ser superado para pasar a las Prácticas.
- Prácticas realización servicio en Unidades. Del 17-2-86 al 14-3-86. Será eliminatorio.

A continuación se relaciona lugar y hora en el que los inscritos en el Registro Habilitado de Vigilantes Nocturnos de Comercio y Vecindad, deberán presentarse, los días 18, 19, 20 21 y 22 de noviembre de 1985, / para realizar la Preparación Física:

Frete al Lago

PUNTO "A"	PUNTO "B"	PUNTO "C"	H O R A S
Pista grande exhibiciones "Casa de Campo"	Explanada Lago (Pista Patinaje) "Casa Campo"	Explanada Lago (Parque Infantil) "Casa Campo"	
Del 1 al 140 a.i.	Del 141 al 280 a.i.	Del 281 al 420 a.i.	8
Del 421 al 560 a.i.	Del 561 al 700 a.i.	Del 701 al 840 a.i.	9
Del 841 al 980 a.i.	Del 981 al 1120 a.i.	Del 1121 al 1260 a.i.	10
Del 1261 al 1400 a.i.	Del 1401 al 1540 a.i.	Del 1541 al 1680 a.i.	11
Del 1681 al 1820 a.i.	Del 1821 al 1960 a.i.	Del 1961 al 2100 a.i.	12
Del 2101 al 2240 a.i.	Del 2241 al 2380 a.i.	Del 2381 al 2520 a.i.	15
Del 2521 al 2660 a.i.	Del 2661 al 2800 a.i.	Del 2801 al 2940 a.i.	16
Del 2941 al 3080 a.i.	Del 3081 al 3220 a.i.	Del 3221 al final	17

Nota.- Se presentarán con atuendo deportivo.

Otra.- La semana siguiente se realizará una evaluación de Aptitud Física que será eliminatoria PRUEBA a PRUEBA con arreglo a las fechas, horario, pruebas y cuadro de marcas mínimas que a continuación se especifican. Por tanto se convoca a los aspirantes en las fechas y horarios siguientes:

- DIA 25-11-85TREPA DE CUERDA

Del 1 al 300 a.i.		8 horas
Del 301 al 600 a.i.		9 "
Del 601 al 900 a.i.		10 "
Del 901 al 1200 a.i.		11 "
Del 1201 al 1500 a.i.		12 "
Del 1501 al 1800 a.i.		13 "
Del 1801 al 2100 a.i.		15 horas
Del 2101 al 2400 a.i.		16 "
Del 2401 al 2700 a.i.		17 "
Del 2701 al 3000 a.i.		18 "
Del 3001 al final		19 "

- DIA 27-11-85CARRERA VELOCIDAD (60 m.)

Del 1 al 300 a.i.		8 horas
Del 301 al 600 a.i.		9 "
Del 601 al 900 a.i.		10 "
Del 901 al 1200 a.i.		11 "
Del 1201 al 1500 a.i.		12 "
Del 1501 al 1800 a.i.		13 "
Del 1801 al 2100 a.i.		15 horas
Del 2101 al 2400 a.i.		16 "
Del 2401 al 2700 a.i.		17 "
Del 2701 al 3000 a.i.		18 "
Del 3001 al final		19 "

- DIA 26-11-85SALTO VERTICAL

Del 1 al 300 a.i.		8 horas
Del 301 al 600 a.i.		9 "
Del 601 al 900 a.i.		10 "
Del 901 al 1200 a.i.		11 "
Del 1201 al 1500 a.i.		12 "
Del 1501 al 1800 a.i.		13 "
Del 1801 al 2100 a.i.		15 horas
Del 2101 al 2400 a.i.		16 "
Del 2401 al 2700 a.i.		17 "
Del 2701 al 3000 a.i.		18 "
Del 3001 al final		19 "

- DIA 28-11-85CARRERA RESISTENCIA (1.000 m.)

Del 1 al 300 a.i.		8 horas
Del 301 al 600 a.i.		9 "
Del 601 al 900 a.i.		10 "
Del 901 al 1200 a.i.		11 "
Del 1201 al 1500 a.i.		12 "
Del 1501 al 1800 a.i.		13 "
Del 1801 al 2100 a.i.		15 horas
Del 2101 al 2400 a.i.		16 "
Del 2401 al 2700 a.i.		17 "
Del 2701 al 3000 a.i.		18 "
Del 3001 al final		19 "

En la semana de Preparación Física se informará del lugar de la celebración de estas pruebas.

P R U E B A S	E D A D E S						
	Hasta 25 años	De 26 a 30	31 a 35	36 a 40	41 a 45	46 a 50	51 a 55
TREPA DE CUERDA (con presa de pies)	5 m	5 m	4'5 m	4'5 m	4 m	4 m	4 m
SALTO VERTICAL	2'65 m	2'65 m	2'60 m	2'60 m	2'55 m	2'55 m	2'50 m
C. VELOCIDAD (60 metros)	8" 4	8" 6	8" 8	9"	9" 2	9" 4	9" 6
C. RESISTENCIA (1.000 metros)	3'45"	3'55"	4'05"	4'15"	4'25"	4'35"	4'45"

0. Estos ejercicios se realizarán por el orden en que están relacionados y cada uno es eliminatorio para pasar a realizar el siguiente.

1. Trepa de cuerda con presa de pies

- 1.1. Disposición.-- El aspirante tomará la cuerda con ambas manos, nunca más arriba de la marca, a 2'25 / metros del suelo.
- 1.2. Ejecución.-- Cuando esté dispuesto flexionará los brazos, y haciendo presa en la cuerda con los / pies, irá trepando a lo largo de la misma, hasta alcanzar la marca situada en la cuerda a partir del suelo, 2'25 metros más arriba de la marca exigida.
- 1.3. Medición.-- Se efectúa directamente y a la vista, apoyándose en las marcas previamente colocadas / en las cuerdas.
- 1.4. Intentos.-- Un solo intento.
- 1.5. Invalide--
ciones.-- Se considera que no es válida la realización:
 - Cuando no se alcance con ambas manos la marca correspondiente.
 - Cuando se suba sin realizar una presa con los pies.
 - Cuando se pare, para descansar, durante la trepa.
- 1.6. Marcas mini-
mas.-- Según el cuadro indicativo de pruebas y marcas mínimas.

2. Salto vertical

- 2.1. Disposición.-- Situado el aspirante de costado al lado de una pared graduada en centímetros, en posi-
ción de firmes levantando el brazo más próximo a la pared manteniendo los hombros en / el mismo plano horizontal, marcarán la altura a que llega con el extremo de los dedos.
- 2.2. Ejecución.-- Cuando se halle dispuesto, el aspirante realizará mediante flexión de piernas un salto
vertical señalando la nueva altura alcanzada.
- 2.3. Medición.-- Dicha medición se comprobará por el Juez de la Prueba directamente y ante la marca o /
huella dejada por el ejecutante con la mano en la pizarra o pared al efecto en centí-
tros.
- 2.4. Intentos.-- Puede realizar tres intentos, contabilizándose el mejor.
- 2.5. Invalide-
ciones.-- El salto debe realizarse con un solo impulso de los pies, contabilizándose como nulo /
aquel en el que una vez separados los pies del suelo, vuelvan a apoyarse de nuevo para
la impulsión definitiva. No obstante se permitirá levantar los talones y el balleteo
de piernas, siempre que no haya desplazamiento o se pierda totalmente el contacto con
el suelo de uno de los dos pies.
- 2.6. Marcas mini-
mas.-- Según el cuadro indicativo de pruebas y marcas mínimas.

3. Carrera de velocidad sobre 60 metros

- 3.1. Disposición.-- El aspirante se colocará en la pista en el lugar señalado pudiendo realizar la salida de
pie o agachado, con tacos.
- 3.2. Ejecución.-- La propia de una carrera de velocidad.
- 3.3. Medición.-- Deberá ser manual, duplicándose los cronos por cada calle ocupada por un aspirante, tomán-
dose el tiempo más desfavorable de las dos mediciones.
- 3.4. Intentos.-- Se efectuará un solo intento.
- 3.5. Invalide-
ciones.-- De acuerdo con el Reglamento de la F.I.A.A.
- 3.6. Marcas mini-
mas.-- Según el cuadro indicativo de pruebas y marcas mínimas.

4. Carrera de resistencia sobre 1.000 metros

- 4.1. Disposición.-- El aspirante se colocará en la pista en el lugar indicado.
- 4.2. Ejecución.-- La propia de este tipo de carreras.
- 4.3. Medición.-- Se tendrá en cuenta lo dicho para la carrera de velocidad.
- 4.4. Intentos.-- Un solo intento.
- 4.5. Invalide-
ciones.-- De acuerdo con el Reglamento de la F.I.A.A.
- 4.6. Marcas mini-
mas.-- Según el cuadro indicativo de pruebas y marcas mínimas.