

### OII- FLEXÃO NA BARRA FIXA (repetições)

Faixas de Idade	I	R	B	MB	E
18- 21	≤ 4	5-6	7-9	10-11	12
22- 25	≤ 5	6-7	8-10	11-12	13
26- 29	≤ 4	5-6	7-9	10-11	12
30- 33	≤ 4	5	6-8	9-10	11
34- 37	≤ 3	4	5-6	7-8	9
38- 39	≤ 2	3	4-5	6-7	8
40- 45	Suficiência ≥ 2				
46- 49	Suficiência ≥ 1				