



CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA
– Departamento de Recursos Humanos –
Divisão de Formação e Desenvolvimento Organizacional

**PROCEDIMENTO INTERNO DE SELEÇÃO PARA ADMISSÃO
DE 37 ELEMENTOS
A CURSO DE PROMOÇÃO À CATEGORIA DE
SUBCHEFE DE 1.ª CLASSE
CARREIRA DE BOMBEIRO SAPADOR**

ATA N.º 2

Aos onze dias do mês de abril de dois mil e vinte e quatro, pelas doze horas, reuniu o júri do presente concurso autorizado por despacho do Ex.mo Senhor Presidente da Câmara Municipal, datado de trinta e um de janeiro de dois mil e vinte e quatro, para definição das tabelas de classificação das Provas Físicas a aplicar às candidatas do sexo feminino, em complemento do deliberado pelo júri na reunião do passado dia cinco de março.

Estiveram presentes os Senhores, Eng.º Paulo Marcos Palrilha, Comandante da Companhia de Bombeiros Sapadores de Coimbra, na qualidade de Presidente do Júri, Eng.º Carlos Manuel Rebelo Carecho, Adjunto Técnico de Comando da Companhia de Bombeiros Sapadores de Coimbra, e Dr.ª Isaura Isabelina Ferreira Fernandes, Técnica Superior de Recursos Humanos, ambos na qualidade de Vogais Efetivos.

- PROVAS FÍSICAS:

Considerando a possibilidade de se candidatarem ao presente procedimento interno, candidatas do sexo feminino, o júri deliberou, por unanimidade, aplicar:

- as tabelas de classificação das Provas Físicas constantes do Anexo I à ata de reunião de 5 de março de 2024, apenas aos candidatos do sexo masculino.
- as tabelas de classificação das Provas Físicas constantes do Anexo I à presente ata e que dela constituem parte integrante, às candidatas do sexo feminino.

Nada mais havendo a tratar, o Júri deu por encerrada a presente reunião, pelas doze horas e trinta minutos, da qual foi lavrada a presente ata que vai ser assinada por todos os intervenientes.

Coimbra, 11 de abril de 2024

O JÚRI,

(Eng.º Paulo Marcos Palrilha)



CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA
– Departamento de Recursos Humanos –
Divisão de Formação e Desenvolvimento Organizacional

(Eng.º Carlos Manuel Rebelo Carecho)

(Dr.ª Isaura Isabelina Ferreira Fernandes)



CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA
– Departamento de Recursos Humanos –
Divisão de Formação e Desenvolvimento Organizacional

ANEXO I

PROVAS FÍSICAS

- Candidatas do Sexo Feminino -

Tabela de Classificação - Extensão de braços no solo

Benefício por idades (Feminino)					
>54 anos	De 50 a 54 anos	De 45 a 49 anos	De 40 a 44 anos	De 35 a 39 anos	<35 anos
33	32	31	30	29	28

Número	Valor	Número	Valor	Número	Valor
85	20,00	66	15,20	47	11,40
84	19,60	65	15,00	46	11,20
83	19,20	64	14,80	45	11,00
82	18,80	63	14,60	44	10,80
81	18,40	62	14,40	43	10,60
80	18,00	61	14,20	42	10,40
79	17,80	60	14,00	41	10,20
78	17,60	59	13,80	40	10,00
77	17,40	58	13,60	39	09,80
76	17,20	57	13,40	38	09,60
75	17,00	56	13,20	37	09,40
74	16,80	55	13,00	36	09,20
73	16,60	54	12,80	35	09,00
72	16,40	53	12,60	34	08,80
71	16,20	52	12,40	33	08,60
70	16,00	51	12,20	32	08,40
69	15,80	50	12,00	31	08,20
68	15,60	49	11,80	30	08,00
67	15,40	48	11,60	<30	1



CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA
– Departamento de Recursos Humanos –
Divisão de Formação e Desenvolvimento Organizacional

Tabela de Classificação – Exercícios Abdominais

Benefício por idades (Feminino)					
>54 anos	De 50 a 54 anos	De 45 a 49 anos	De 40 a 44 anos	De 35 a 39 anos	<35 anos
33	32	31	30	29	28

Número	Valor	Número	Valor	Número	Valor
85	20,00	66	15,20	47	11,40
84	19,60	65	15,00	46	11,20
83	19,20	64	14,80	45	11,00
82	18,80	63	14,60	44	10,80
81	18,40	62	14,40	43	10,60
80	18,00	61	14,20	42	10,40
79	17,80	60	14,00	41	10,20
78	17,60	59	13,80	40	10,00
77	17,40	58	13,60	39	09,80
76	17,20	57	13,40	38	09,60
75	17,00	56	13,20	37	09,40
74	16,80	55	13,00	36	09,20
73	16,60	54	12,80	35	09,00
72	16,40	53	12,60	34	08,80
71	16,20	52	12,40	33	08,60
70	16,00	51	12,20	32	08,40
69	15,80	50	12,00	31	08,20
68	15,60	49	11,80	30	08,00
67	15,40	48	11,60	<30	1



CÂMARA MUNICIPAL DE COIMBRA
– Departamento de Recursos Humanos –
Divisão de Formação e Desenvolvimento Organizacional

Tabela de Classificação – Teste de cooper (Feminino)

>54 anos	De 50 a 54 anos	De 45 a 49 anos	De 40 a 44 anos	De 35 a 39 anos	<35 anos	Valor obtido
>=1800	>=2100	>=2400	>=2700	>=3000	>=3300	20
1750	2050	2350	2650	2950	3250	19,5
1700	2000	2300	2600	2900	3200	19
1650	1950	2250	2550	2850	3150	18,5
1600	1900	2200	2500	2800	3100	18
1550	1850	2150	2450	2750	3050	17,5
1500	1800	2100	2400	2700	3000	17
1450	1750	2050	2350	2650	2950	16,5
1400	1700	2000	2300	2600	2900	16
1350	1650	1950	2250	2550	2850	15,5
1300	1600	1900	2200	2500	2800	15
1250	1550	1850	2150	2450	2750	14,5
1200	1500	1800	2100	2400	2700	14
1150	1450	1750	2050	2350	2650	13,5
1100	1400	1700	2000	2300	2600	13
1050	1350	1650	1950	2250	2550	12,5
1000	1300	1600	1900	2200	2500	12
950	1250	1550	1850	2150	2450	11,5
900	1200	1500	1800	2100	2400	11
850	1150	1450	1750	2050	2350	10,5
800	1100	1400	1700	2000	2300	10
750	1050	1350	1650	1950	2250	9,5
700	1000	1300	1600	1900	2200	9
650	950	1250	1550	1850	2150	8,5
600	900	1200	1500	1800	2100	8
550	850	1150	1450	1750	2050	1
<50	<350	<650	<950	<1250	<1550	0