

## ANEXO II - APTIDÃO FÍSICA

Anexo ao Regulamento do concurso “Zero-G Portugal - Astronauta por um Dia”, do qual faz integrante.

A fase 3 do processo de seleção implica que os estudantes se desloquem a um dos locais indicados pela organização (Lisboa, Porto ou São Miguel, Açores) para realizar as atividades compreendidas nesta fase, as quais são as seguintes:

- 1.** Teste Vaivém;
- 2.** Teste de Abdominais;
- 3.** Teste Andar sobre Superfícies Instáveis;
- 4.** Teste de Agilidade Horizontal;
- 5.** Teste de Equilíbrio e Coordenação.

Os critérios de seleção variam para cada prova (desde o tempo ao número de repetições obtidas), com as devidas adaptações necessárias, por exemplo, de acordo com faixa etária e género do participante.

Em função dos resultados das provas, resultará a seleção de até 60 estudantes.

