



Consejería de Educación y Ciencia

I.E.S. Condestable Álvaro de Luna
Ctra. de Ugena, S/N – Apdo. 135
45200 Illescas (Toledo)
Teléfono: 925 540 051 – Fax: 925 540 287



Para calcular el BIOTIPO tenemos que seguir estos pasos:

1. Calcula tu edad en años y meses, hasta la fecha aproximada de realización de las pruebas de condición física.
2. Mídete y péstate, de la forma más fiable posible.
3. Usa la TABLA DE EQUIVALENCIAS para el cálculo de tu BIOTIPO.
 - A. Compara tu edad con las equivalencias del 1 al 19. Anota el número.
 - B. Compara tu talla con las equivalencias del 1 al 19. Anota el número.
 - C. Compara tu peso con las equivalencias del 1 al 19. Anota el número.
 - D. Suma los 3 números obtenidos.
 - E. Comprueba en qué rango de BIOTIPOS (de la A a la J) se encuentra tu BIOTIPO y qué letra te corresponde.
4. Ten a mano las marcas obtenidas en las pruebas de condición física y utiliza tu baremo (MASCULINO / FEMENINO) para calcular la calificación que te corresponde en cada una de las pruebas, en función del BIOTIPO que ya has calculado.
5. Rellena la hoja que te ha dado tu profesor de Educación Física.