

「2025 국제치안산업대전」

경찰 채용 홍보 및 순환식 체력검사 체험 부스 운영계획

□ 경찰 채용 홍보 및 순환식 체력검사 체험 행사

- 경찰청에서는 「2025 국제치안산업대전」에서 **경찰 채용홍보 부스 운영**과 함께 '26년 모든 경찰채용 분야에서 전면 시행되는 **순환식 체력검사에 대한 체험 기회**를 제공하고자 합니다.

※ 국제치안산업대전은 온라인 사전등록 또는 현장등록 후 기능(입장료 무료), 관람시간, 오시는 길 등 세부사항은 홈페이지(<https://police-expo.com>) 참조

□ 운영 개요

- (일시) '25. 10. 22.(수) ~ 25.(토) 10:00~17:00(토요일 16:00)
 - (장소) 인천광역시 송도 컨벤시아(행사장 內 경찰 채용 홍보 부스)
 - (내용) 순환식 체력검사의 실제 코스·장비가 동일하게 설치된 체험장에서 진행요원의 시연·설명과 함께 직접 체력검사 체험
 - － (신청방법) 순환식 체력검사 체험 부스에서 선착순 현장 접수
 - － (기타) 대기장소에 설치된 종목별 장비로 개별 연습도 가능
- ※ 현장상황에 따라 일부 코스 단축(장애물달리기 6바퀴→2바퀴 등) 운영될 수 있음
- (채용상담) 채용홍보 부스에서 채용상담 및 제도 변경사항 등 안내

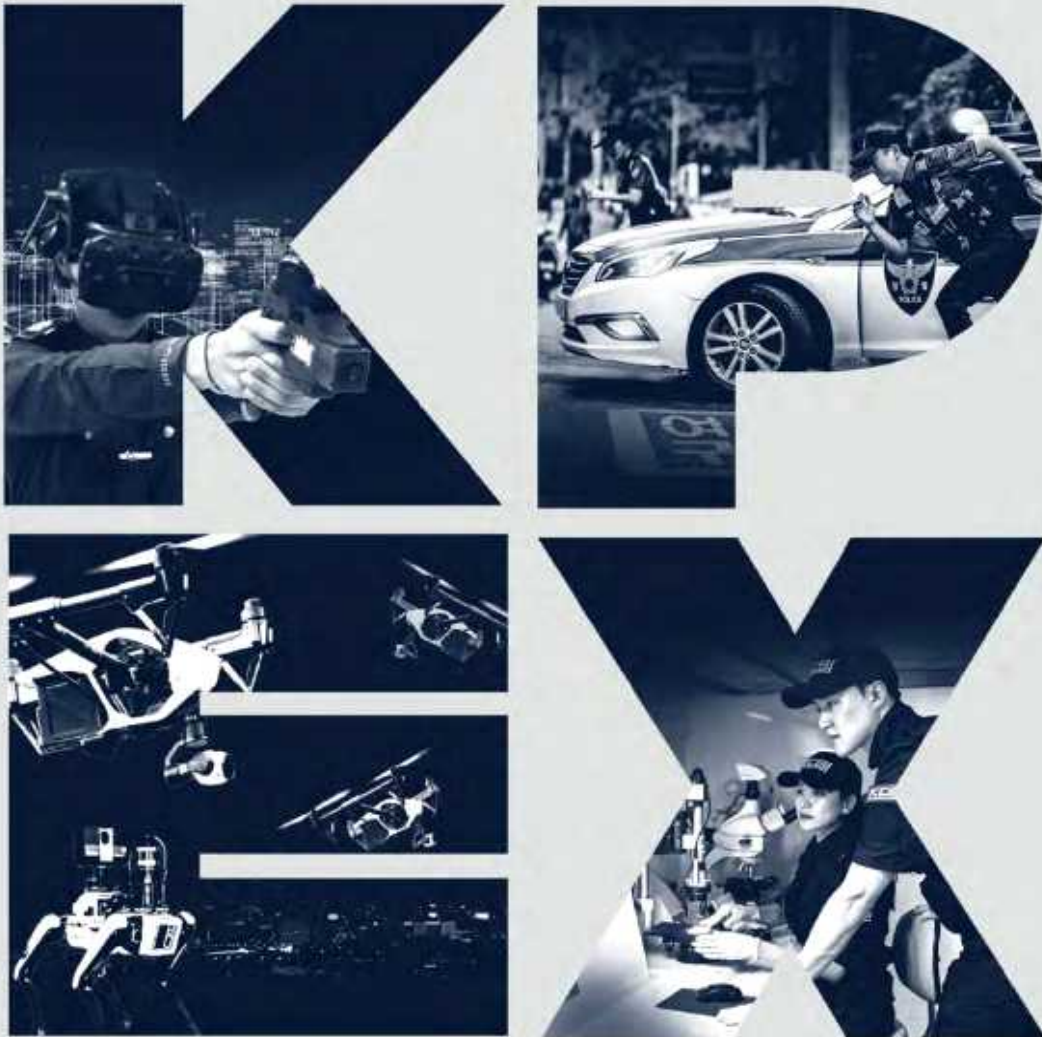
< 순환식 체력검사 체험장 소개 >





국제치안산업대전

KOREA POLICE WORLD EXPO



2025. 10. 22 WED - 10. 25 SAT

인천 송도컨벤시아 Songdo ConvensiA Incheon



주최



경찰청



인천광역시
Incheon Metropolitan City

주관



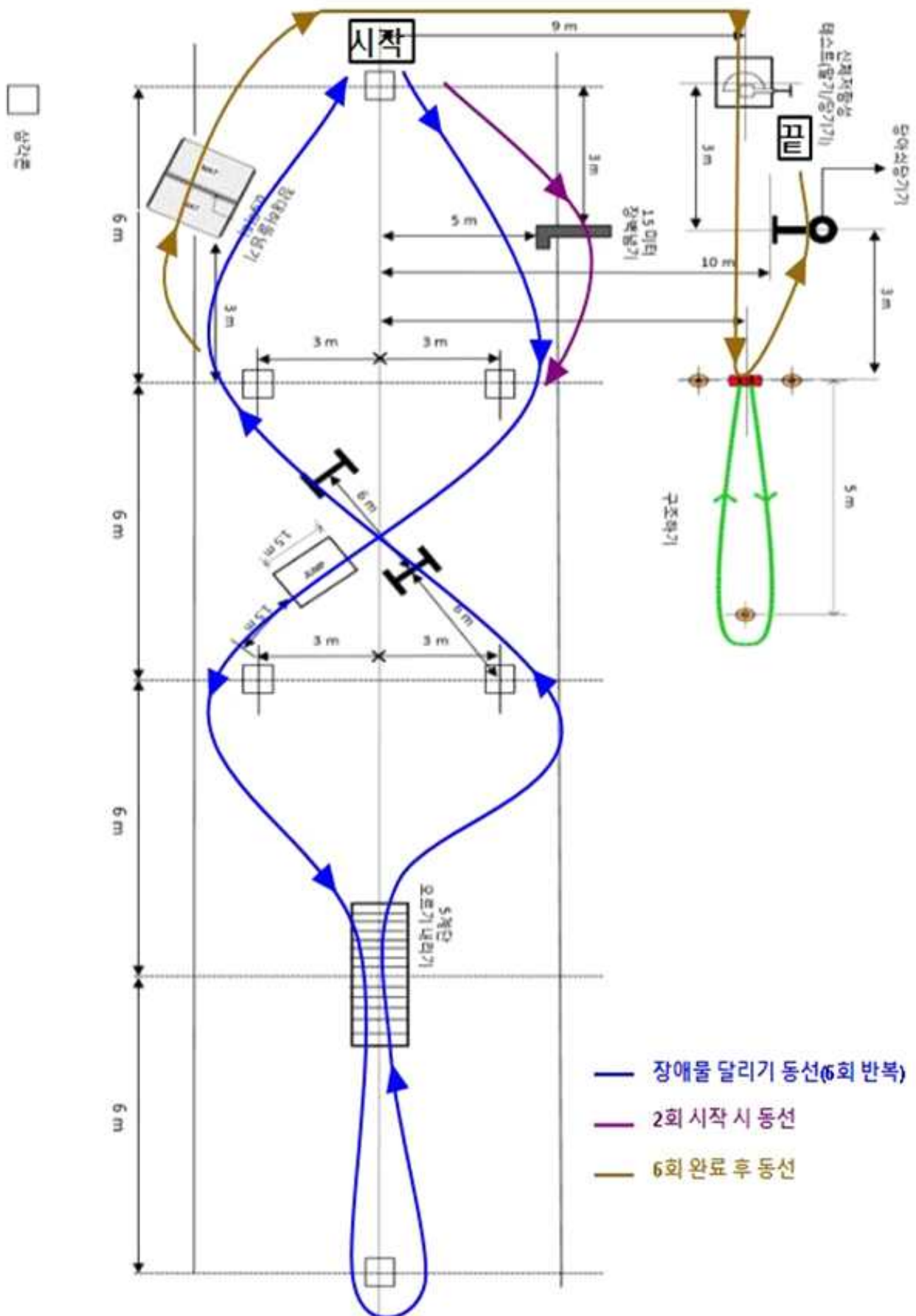
인천관광공사
Incheon Tourism Organization



메세이상
MESSE INCHON

kotra

대한무역투자진흥공사



붙임 3

「순환식 체력검사」 측정 및 수행방법

종목	측정 및 수행방법
장애물코스 달리기 (340m)	- 팔자형으로 설치된 콘을 따라서 이동하며, 콘을 넘어뜨린 경우 콘을 원상태로 둔 후 진행 - 매트(1.5m) 넘기의 경우 매트를 넘지 못하거나 라인을 밟으면 안되며, 성공할 때까지 매트 넘기 다시 진행 - 계단 오르기(5단)는 한발에 1계단씩 오르내리고 2계단 이상 오르내리면 안되며, 성공할 때까지 계단오르기 다시 진행 ※ 2계단씩 올라간 경우 바닥으로 내려와서 다시 진행, 2계단씩 내려간 경우 계단 정상에서 다시 진행 - 허들 넘기(0.6m)의 경우 장애물 바를 떨어뜨리지 않고 뛰어넘으며 바가 떨어질 경우 원래 상태로 정위치 한 후 성공할 때까지 첫번째 장애물 바로 돌아와 다시 진행 - 장벽 넘기(1.5m)는 1회 코스 완료 후 2회 코스 시작 후 1회만 넘으면 되고 장벽의 측면 지지대를 이용하여 넘어서는 안되며, 성공할 때까지 장벽넘기 다시 진행
장대허들 넘기	‘엎드렸다가 일어나 장대 허들(0.9m)에 손을 짚고 넘은 후 뒤로 눕기’를 3회 왕복 ※ 장대허들을 넘을 때는 ‘손’과 ‘발’만 이용하며, 다른 신체 부위를 이용하여 넘는 경우 해당 동작부터 다시 진행 - 엎드릴 시 가슴·앞쪽 허벅지, 뒤로 누울 시 등 전체·엉덩이가 정확히 바닥에 닿아야 횡수로 인정되며, 감독관이 왕복 3회를 인정할 때까지 계속 진행하고, 미인정시 해당 동작부터 다시 진행
당기기·밀기	- 특수 제작된 신체 저항성 기구(32Kg)를 완전히 당기거나 민 상태로 반원(180도)을 그리면서 이동하며, 순서는 당기기부터 3회 실시한 후 연이어 밀기 3회 실시 - 당기고 민는 도중에 신체 저항성 기구에 빨간색이 표시되면 실패로 처리되고 해당 동작(밀기를 실패했다면 밀기부터)을 다시 진행 - 해당 동작을 각각 3회 연속으로 수행해야 성공으로 인정
구조하기	모형 인형(72kg)에 설치된 줄을 잡고 10.7m 거리를 당겨서 모형 인형 전체가 도착 라인 안으로 들어와야 성공으로 인정 ※ ① 모형 인형은 두 손으로 끌며 ② 직선구간 이동 시 바닥 매트 안에서 진행 ③ 반환선 통과 시 반환점(콘) 바깥쪽으로 회전하며 위반 시 해당 지점부터 다시 진행
방아쇠 당기기	- 직경 23cm의 원 안에 권총을 넣고 방아쇠 당기기를 주 사용손부터 16회 실시한 후 연이어 반대손 15회 실시 ※ 두 손 또는 두 손가락을 사용하거나 팔꿈치를 구부려 옆구리에 붙여 격발하는 경우 해당 손 처음부터 다시 진행 - 원 안으로 총구가 들어가지 않거나 구조물에 닿을 경우 해당 손의 기록은 무효 처리되며, 해당 손부터 재측정을 진행하여 감독관이 인정할 때까지 진행

- 측정 감독관이 종목별로 다음 단계 진행이 어렵다고 판정(응시자 측정 포기, 부상을 당한 경우, 진행시간 6분 초과 등)할 경우 실격 처리할 수 있다.
- 기기 오작동·미작동으로 측정기록에 오류 발생 시 재측정 기회 제공
- 기록원(검사관)은 측정요원으로부터 전광판의 기록 또는 초시계의 기록을 전달받아 정확히 기록 및 서명 날인

붙임 4
「순환식 체력검사」 세부 파울 규정

종목		파울 규정
장애물 코스 달리기	전체 코스	• 콘을 넘어뜨린 경우 콘을 원상태로 둔 후 진행한다. (콘을 건드렸지만 넘어지지 않은 경우 경고 조치) • 반환점을 돌지 않은 경우 다시 돌아가 반환점을 돈 후 진행한다.
	매트 넘기	• 매트를 밟아 경고음이 울린 경우 또는 매트 옆으로 넘은 경우 (삼각콘을 밟은 경우) 성공할 때까지 다시 진행한다. • 매트 가운데 부분을 명확하게 밟았음에도 경고음이 울리지 않은 경우에는 측정요원의 판단 하에 성공할 때까지 다시 진행한다.
	계단 오르 내리기	• 2계단 이상 올라간 경우 바닥에서 다시 실시하고, 2계단 이상 내려간 경우 계단 정상에서 다시 실시한다. (계단 옆 손잡이를 잡고 오르내리는 것은 가능)
	허들 넘기	• 장애물 바가 떨어진 경우 바를 원래 상태로 올려놓은 후 첫 번째 장애물로 돌아와서 다시 진행한다.
	장벽 넘기	• 측면 지지대를 이용하여 넘어서는 안 되며, 성공할 때까지 다시 진행한다.
장대허들 넘기		• 옆드리기 동작 시 '가슴과 앞쪽 허벅지'가 닿지 않으면 옆드리기 해당 횟수부터 다시 진행한다. • 눕기 동작 시 '등 전체·엉덩이'가 닿지 않으면 눕기 해당 횟수부터 다시 진행한다. • 장대허들을 넘는 경우 손과 발만을 사용하며, 다른 신체 부위를 이용하여 넘는 경우 해당 횟수부터 다시 진행한다.
당기기·밀기		• 당기기 연속 3회 실시 도중 빨간색 경고등과 경고음이 울린 경우 당기기 처음부터 성공할 때까지 다시 진행한다. • 밀기 연속 3회 실시 도중 빨간색 경고등과 경고음이 울린 경우 밀기 처음부터 성공할 때까지 다시 진행한다. • 당기기·밀기 동작 시 흰색등이 켜지지 않은 경우 횟수로 인정하지 않고, 흰색등이 켜진 방향에서부터 반대편 방향 흰색등이 켜질 때까지 이동했을 때만 횟수로 인정한다.
구조하기		• 모형인형 전체가 반환선과 도착선을 완전히 넘어야 성공으로 인정한다. ※ 반환선 통과 시 반환점(콘) 바깥쪽으로 회전 • 모형인형 어깨끈을 한 손으로 끄는 경우 한 손을 사용한 장소부터 다시 시작 • 모형인형 직선구간 이동 시 바닥 매트를 넘어가는 경우 이탈 장소에서 안쪽으로 이동 후 연속하여 진행한다.(반환점 구간 제외)
방아쇠 당기기		• 원형 구조물 안으로 총구가 들어가지 않거나 총 또는 몸의 일부가 구조물에 닿을 경우 해당 손 첫 번째 횟수부터 다시 진행한다. • 두 손 또는 두 손가락을 사용 격발의 경우 해당 손 처음부터 다시 진행한다. • 팔꿈치를 구부려 옆구리에 붙여서 격발하는 경우 해당 손 처음부터 다시 진행한다. • 불완전한 격발의 경우 해당 횟수는 인정하지 않는다.