



रेलवे भर्ती प्रकोष्ठ, पश्चिम मध्य रेल

Railway Recruitment Cell, West Central Railway

आर.बी.-IV, 290, स्टेशन रोड, साउथ सिविल लाइंस, जबलपुर.482001

RB- IV, 290, Station Road, South Civil lines, Jabalpur-482001

Website:-www.wcr.indianrailways.gov.in



सं. पमरे/का.मुख्या./रेभप्र/सीईएन आरआरसी-01/2019

दिनांक : 30.12.2022

सीईएन आरआरसी-01/2019 (लेवल-01)

शारीरिक दक्षता परीक्षा (पीईटी) के कार्यक्रम संबंधी महत्वपूर्ण सूचना-02

शारीरिक दक्षता परीक्षा (PET) का मापदंड निम्न प्रकार है :-

पुरुष उम्मीदवार	महिला उम्मीदवार
35 किलोग्राम वजन को उठाकर 02 मिनट में एक चांस में वजन को नीचे गिराए बिना 100 मीटर तक ले जाना चाहिए, और	20 किलोग्राम वजन को उठाकर 02 मिनट में एक चांस में वजन को नीचे गिराए बिना 100 मीटर तक ले जाना चाहिए, और
1000 मीटर की दूरी को 04 मिनट 15 सेकेंड में एक ही चांस में दौड़ना चाहिए।	1000 मीटर की दूरी को 05 मिनट 40 सेकेंड में एक ही चांस में दौड़ना चाहिए।

नोट : उपरोक्त शारीरिक दक्षता परीक्षा में उम्मीदवारों को पहले वजन ले जाने के लिए परीक्षण किया जाएगा। उम्मीदवारों को वजन ले जाने वाले परीक्षण में सफल होने पर ही दौड़ने के लिए अवसर प्रदान किया जाएगा एवं वजन ले जाने वाले परीक्षण में असफल होने वाले उम्मीदवारों को दौड़ने का अवसर प्रदान नहीं किया जाएगा।

कृपया शारीरिक दक्षता परीक्षा हेतु बुलावा पत्र एवं निर्देश रेलवे भर्ती प्रकोष्ठ, जबलपुर की वेबसाइट से डाउनलोड कर प्रिंट किया जा सकता है। बुलावा पत्र शीघ्र ही पश्चिम मध्य रेल, जबलपुर की वेबसाइट www.wcr.indianrailways.gov.in पर अपलोड कर दिए जाएंगे। बुलावा पत्र डाक द्वारा नहीं भेजा जाएगा।

उम्मीदवार शारीरिक दक्षता परीक्षा हेतु मूल आधार कार्ड अवश्य लेकर आयें।

In terms of Rule 5 of the Aadhaar Authentication for Good Governance (Social Welfare, Innovation, Knowledge) Rules, 2020 read with Section 4(4)(b)(ii) of the Aadhaar Act, 2016 (as amended), the Railway Recruitment Boards/Cells are allowed to perform Aadhaar Authentication, on voluntary basis, for establishing identity of each candidate to avoid impersonation and other malpractices during the examination and to ensure fair conduct of examination. Accordingly, Aadhaar based Biometric Authentication of candidates will be carried out before/during course Physical Efficiency Test (PET). **Candidates are required to bring their original Aadhaar Card.**

उम्मीदवारों को निर्देश दिया जाता है कि वे कोविड प्रोटोकॉल के सभी निर्देशों का सख्ती से पालन करें।

अध्यक्ष/रेलवे भर्ती प्रकोष्ठ
पश्चिम मध्य रेल/जबलपुर