Film w zwolnionym tempie. Biorąca udział w testach młoda kobieta wstaje z materaca, pokonuje pionowe tyczki, następnie robi przewrót w przód, inne kobieta przebiega z manekinem, kolejno rzuca piłką lekarską oraz robi tak zwane brzuszki z piłką lekarską przy drabinkach. Młody mężczyzna pokonuje skrzynie lekkoatletyczne. Na koniec przebiega na krótkim odcinku od tyczki do tyczki.