

ПРОТОКОЛ

приема нормативов по ОФП, СФП для зачисления в группу на этапе начальной подготовки по тхэквондо ВТФ
в ОГБУ ДО ОСШ «Конас»

Мальчики Бег 30 м – 6,7с Челночный бег 3х10 м– не более 10,0 с Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – не менее 10 раз Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) – не менее +3 Прыжок в длину с места толком двумя ногами – не менее 120	Девочки Бег 30 м – 6,8с Челночный бег 3х10 м– не более 10,4 с Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – не менее 6 раз Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) – не менее +5 Прыжок в длину с места толком двумя ногами – не менее 115
--	--

№	Фамилия, имя спортсмена	Бег 30 м	Челночный бег 3х10 м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	Прыжок в длину с места толком двумя ногами
1	Антропова Виктория	6,55	9,78	13	9	133
2	Бикбулатов Данил	6,23	9,98	21	4	145
3	Волкова Виктория	6,45	10,0	33	8	120
4	Иванцов Денис	6,21	9,78	27	6	123
5	Лашкарова Майя	6,76	9,66	20	10	125
6	Максименко Макар	6,43	9,72	34	6	136
7	Мамонова Валерия	6,55	9,97	21	6	137
8	Никонов Арсений	6,54	9,67	29	4	129
9	Новокрещенова Полина	6,69	10,23	30	9	134
10	Пономоренко Виктория	6,32	10,11	42	8	140
11	Попов Евгений	6,43	9,89	49	8	127
12	Романов Иван	6,39	9,84	31	10	130
13	Сотников Максим	6,38	9,65	30	11	157
14	Тулбаев Максим	6,66	9,87	31	8	147
15	Шарыпов Григорий	6,59	9,95	35	8	124

Юмагужина Камилла	6,69	9,85	22	7	142
-------------------	------	------	----	---	-----

Заместитель директора _____ / А. Ю. Шаблей /

(подпись)

Тренер-преподаватель, тренер _____ / В.В. Клинин /

(подпись)

дата: 14 » 06 2024 г.