

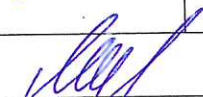
ПРОТОКОЛ

приема нормативов по ОФП, СФП для зачисления в группу на тренировочном этапе по виду спорта - спорт ЛИН – спортивная дисциплина дзюдо
в ОГБУ ДО ОСШ «Конас»

мальчики Бег 30 м – не более 6,3 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 11,4 с Подтягивание на перекладине – не менее 9 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 5 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 10 р.	девочки Бег 30 м – не более 7 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 12 с Подтягивание на перекладине – не менее 5 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 4 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 6 р.
---	---

№	Фамилия, имя спортсмена	Бег 30 м	Челночный бег 3х10 м с высокого старта	Подтягивание на перекладине	Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях
1	Атесова Валерия Евгеньевна	7.с	11.8с	6р	8р	7.р
2	Казанцев Иван Григорьевич	6.с	10с	10р	7.р	12.р
3	Каноатов Абдулхай Сархатович	6.2с	12с	9р	7.р	11.р
4	Картошкин Николай Васильевич	6.3.с	11,4с	9.р	5.р	10.р
5	Кириенко Константин Алексеевич	5.9.с	10.с	7.р	6.р.	10.р.
6	Миллер Роман Александрович	6.с	9.1с	12.р.	8.р	14.р.
7	Турбанов Илья Николаевич	6.3с	11.4с.	9.р.	6.р	10.р.

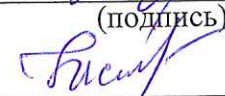
Заместитель директора


(подпись)

А.Ю. Шаблей /

дата: « 03 » 09 20 24 г.

Тренер-преподаватель, (тренер)


(подпись)

Х.Т. Исаков /

ПРОТОКОЛ

приема нормативов по ОФП, СФП для зачисления в группу на тренировочном этапе по виду спорта - спорт ЛИН – спортивная дисциплина дзюдо
в ОГБУ ДО ОСШ «Конас»

мальчики Бег 30 м – не более 6,3 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 11,4 с Подтягивание на перекладине – не менее 9 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 5 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 10 р.	девочки Бег 30 м – не более 7 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 12 с Подтягивание на перекладине – не менее 5 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 4 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 6 р.
---	---

№	Фамилия, имя спортсмена	Бег 30 м	Челночный бег 3х10 м с высокого старта	Подтягивание на перекладине	Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях
1	Каноатов Махмадкиром Сархадович	6.1с	11.2с	9р	6.р	10.р
2	Кириенко Илья Алексеевич	6.2с	11.с	10р	7.р	11.р
3	Маслов Дмитрий Алексеевич	6.3с	11.4с	9р	5.р	10.р
4	Миллер Алина Александровна	7.с	12.с	5р	4.р	6.р
5	Рогов Максим Юрьевич	6.3с	11.4с	9р	5.р	10.р
6	Роденко Дарья Владимировна	7.с	12.с	6р	4.р	6.р

Заместитель директора _____ / А.Ю. Шаблей /
(подпись)

дата: « 03 » 09 2024 г.

Тренер-преподаватель, (тренер) _____ / Х.Т. Исаков /
(подпись)

ПРОТОКОЛ

приема нормативов по ОФП, СФП для зачисления в группу на тренировочном этапе по виду спорта - спорт ЛИН – спортивная дисциплина дзюдо
в ОГБУ ДО ОСШ «Конас»

мальчики Бег 30 м – не более 6,3 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 11,4 с Подтягивание на перекладине – не менее 9 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 5 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 10 р.	девочки Бег 30 м – не более 7 с Челночный бег 3х10 м с высокого старта – не более 12 с Подтягивание на перекладине – не менее 5 р Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками – не менее 4 р. Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях – не менее 6 р.
---	---

№	Фамилия, имя спортсмена	Бег 30 м	Челночный бег 3х10 м с высокого старта	Подтягивание на перекладине	Подъем ног из виса на перекладине до уровня хвата руками	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях
1	Каримова Тахмина Сирохитдиновна	7.с.	12.с	5.р	4.р	6.р
2	Сумбаева Надежда Валентиновна	6.5.с	11.9.с	5.р	4.р	6.р

Заместитель директора _____ / А.Ю. Шаблей /
(подпись)

дата: « 02 » 09 2024 г.

Тренер-преподаватель, (тренер) _____ / Х.Т. Искаков /
(подпись)