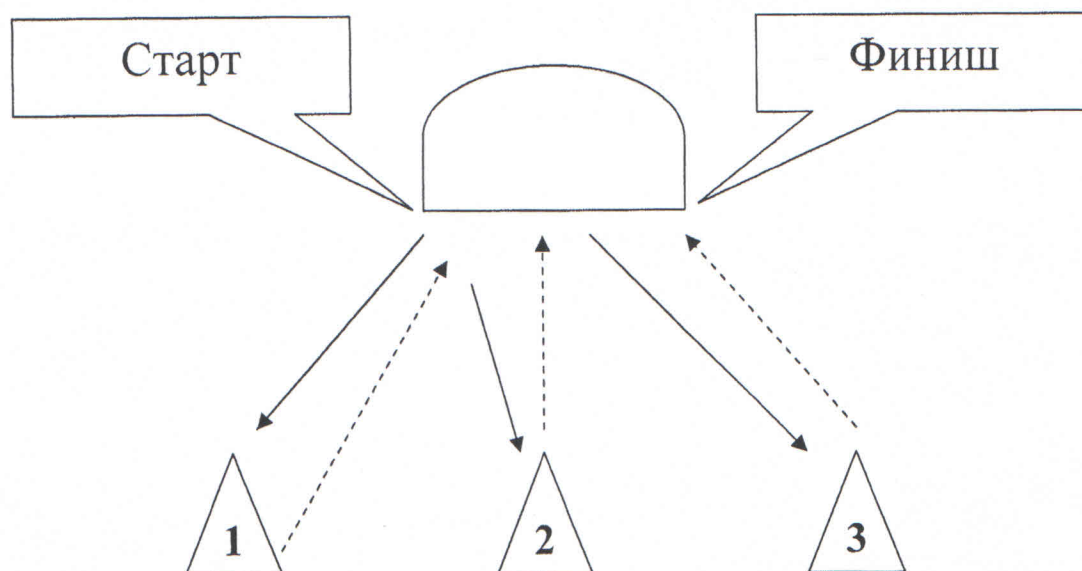


Контрольно - переводные нормативы по специальной физической подготовке для вратарей



Вратарь выкатывается с ближней штанги к стойке № 1 и садится на колени, встает и спиной возвращается к месту старта. Выкатывается к стойке № 2, садится на колени, спиной вперед возвращается в середину ворот. Выкатывается к стойке № 3, садится на колени и спиной вперед возвращается к ближней штанге.