

ПРОТОКОЛ гр№7
ПРИЕМА КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ПО ХОККЕЮ
СОГ-3 Тренер-преподаватель: Пузанов О.В.

№	Ф И О	КОНТРОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (ТЕСТЫ)										
		ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ						ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ				
		Бег 20м с высоко го старта	Прыжо к в длину толчко м двух ног	Отжим ание на руках из упора лежа	Бег 20м спиной вперед	Челно чный Бег 4x9 м	Подни мание тулови ща из полож ения лежа на спине	Бег на коньках лицом вперед 20 м	Бег на коньках спиной вперед 20 м	Челноч ный бег на коньках 4x9 м	Слалом ный бег на коньках без шайбы	Слалом ный бег на коньках с шайбой
		4.32	147	31	7.56	11.25	20	4.36	6.33	16.68	12.99	14.98
1	Артемьев Савелий	4,79	137	31	7,5	12,2	11	4,12	6,31	19,42	15,82	27,29
2	Беляев Егор	4,29	140	40	6,5	14,0	15	4,11	6,16	16,01	15,17	16,92
3	Биряев Андрей	4,06	140		6,68			4,09	6,25	16,11	14,7	16,32
4	Голиков Владислав	4,3	147	37	5,98	14,2	13	4,0	7,06	15,43	14,31	21,2
5	Громилина Екатерина	4,54	130	31	7,0	12,1	13	4,04	6,1	15,06	13,5	15,84
6	Драбилина Полина	4,53	130	31	7,05	12,3	14	4,34	5,94	16,51	16,07	19,5
7	Емельянов Никита	4,27	149	35	5,98	12,3	13	4,01	5,52	15,56	14,13	15,88
8	Ершов Дмитрий											
9	Захаров Иван	3,77	155	40	5,1	11,0	22	4,04	5,47	15,41	13,12	14,64
10	Исаев Дмитрий	4,48	155	50	5,4	11,4	26	3,86	5,41	15,08	13,63	15,9
11	Карпов Кирилл	4,41	147	31	6,9	11,1	15	4,2	5,16	15,58	14,22	
12	Климин Марк	4,11	155	31	7,2	12,0	17	3,98	6,19	15,68	14,62	16,18
13	Крылов Андрей		160	31		12,3	19				12,0	14,2
14	Марушкин Богдан	4,13	147	33	5,98	11,5	21	3,91	6,11	14,71	14,4	17,56
15	Миронов	4,53	155	41	7,21	12,4	15	3,96	5,91	16,16	14,73	19,76
16	Мишанков Руслан (Вратарь)	4,7	140	27	6,1	11,7	9	4,8	6,54	6,24	19,77	
17	Николаев Евгений	4,38	153	27	5,5	10,7	19	4,34	5,84	16,21	16,83	20,3
18	Павлов Дмитрий	3,58	150	33	5,1	10,3	15	3,39	5,66	14,82	12,03	13,91
19	Пухов Глеб	4,47	147	25	7,56	12,5	20	4,25	6,12	16,15	14,76	20
20	Рыжов	4,84	120	28	7,6	13,7	20	4,7	6,7	19,12	17,78	30
21	Селивестров Иван	4,56	135	25	8,5	13,5	11	4,22	6,73	16,34	16,85	
22	Ситников Артем	4,45	155	35	6,56	12,0	16	4,09	5,66	15,57	14,73	16,31
23	Тельнова Анастасия	4,21	145		7,6			4,15	6,11	15,72	14,25	
24	Уситвин Илья (Вратарь)	4,84	135	25	6,8	12,7	9	4,66	6,28	17,91		
25	Шааб Александр	4,34	143	40	7,5	11,7	14	4,1	6,91	16,16	15,15	22,4
26	Юшин Даниил	4,37	143	33	7,23	11,9	14	4,11	5,83	16,28	14,5	
27	Яковлев Владислав	4,5	130	26	9,8	11,9	19					

Тренер-преподаватель _____ 