

ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ

по ледовой подготовке

НП-3 (1 смена) Тренер-преподаватель: Робина М.М.

№	Ф И О	ЛЕД								Итого	Итого по ОФП, СПФ и лёд
		Тройки по восьмерке		Спирали		Прыжки в 1 оборот		Вращения на одной ноге (пистолет или со сменой ног)			
		ВН, ВВ	НН, НВ	Время в сек.	Оценка	Ритбнргер, Флип, Лутц	Оценка	Попытка	Оценка		
1	Березовская София										
2	Власова Алиса	4, 4	4, 4	12	4	1 Lo	4	9 об	4	28	76
3	Зайцева Валерия										
4	Каплиева Алиса	4, 3	0, 0	3	2	1 Lo, 2 S	0	1 об	0	9	41
5	Колесникова Анастасия										
6	Кротова Александра	4, 4	4, 4	9	3	1 Lo	4	11 об	4	27	74
7	Кустарева Алиса										
8	Лобанова Софья	4, 4	4, 4	13	4	1 Lo	4	10 об	4	28	75
9	Миронова Мария	4, 4	3, 3	11	4	1 Lo	4	7 об	3	25	67
10	Некрасова Полина										
11	Сумина Злата	4, 4	4, 4	10	4	1 Lo	4	8 об	4	28	77
12	Титова Анна	4, 4	3, 4	10	4	1 Lo	4	8 об	4	27	74

Набрать по всем видам упражнений не менее 21 балла.

По результатам ОФП, СПФ и ледовой подготовки набрать не менее 54 баллов.

Тренер-преподаватель _____