

ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ
по общей физической и специальной физической подготовки
ТГ-1 Тренер-преподаватель: Робина М.М.

№	Ф И О	ОФП								СФП				Акробатическая связка	Итого
		Бег на месте 10 с. в максимально м темпе		Выкрут с палкой (см)		Наклон вперед (см)		Прыжки с прибавками (кол-во раз)		Прыжки на скалке на 2 ногах (кол-во раз в мин)		Прыжки на скалке на 1 ноге (кол-во раз в мин)			
		Попытка	Оценка	Попытка	Оценка	Попытка	Оценка	Попытка	Оценка	Попытка	Оценка	П/Л	Оценка		
1	Альтовская Марина														
2	Бойкова Анастасия	50	3	72	1	12	4	19	5	130	3	161/165	5/5	3	29
3	Григачева Дарья	44	2	32	4	16	5	16	5	132	3	165/183	5/5	5	34
4	Иванова София														
5	Краюшкина Анастасия														
6	Макеева Алина	68	5	40	3	13	4	14	4	130	3	170/170	5/5	4	33
7	Петрова Арина	43	2	40	3	17	5	18	4	180	5	165/185	5/5	4	33
8	Пинчук Юлия														
9	Тройнова Владислава	50	3	20	5	13	4	21	5	170	5	165/170	5/5	4	36

Набрать 12 балла по всем видам упражнений ОФП. Набрать не менее 9 баллов по всем видам упражнений СФП. Набрать не менее 3 баллов по акробатической связки.

Тренер-преподаватель _____ 