

ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ

по ледовой подготовке

НП-3 (1 смена) Тренер-преподаватель: Хрипкова А.А., Койдан Ю.К.

№	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.	Балл	Ритбнргер, Флип, Лутц	Балл	Попытка	Балл		
1	Гуцу Елизавета	4, 4	4, 4	12	4	1 Lo	4	10 об	4	28	78
2	Жукова Анастасия	4, 4	4, 4	16	4	1 Lo	4	11 об	4	28	75
3	Капусткина Анастасия	3, 3	3, 3	6	3	1 Lo	4	13 об	4	23	68
4	Карпова Ксения	3, 3	3, 3	12	4	1 Lo	4	8 об	4	24	68
5	Коврыга Дарья										
6	Косенкова Аксинья	4, 4	4, 3	17	4	1 Lo	4	8 об	4	27	73
7	Лаптева София										
8	Митяева Анастасия	4, 4	4, 4	17	4	1 Lo	4	10 об	4	28	73
9	Мухина Александра	4, 4	4, 4	16	4	1 Lo	4	8 об	4	28	77
10	Назаренко Ирина	4, 4	4, 3	16	4	1 F	4	11 об	4	27	62
11	Олашина Дарья	3, 3	3, 3	14	4	1 Lo	4	12 об	4	24	69
12	Павлова Ксения	4, 4	4, 4	18	4	1 Lo	4	15 об	4	28	76
13	Панина Юлиана	4, 4	4, 4	16	4	1 Lo	4	9 об	4	28	75
14	Северина Елизавета	3, 3	3, 3	16	4	1 Lo	4	6 об	4	24	69
15	Чендамбуя Тимофей	4, 4	4, 4	11	4	1 Lo	4	10 об	4	28	75
16	Шуева Мария	4, 4	4, 4	14	4	1 Lo	4	19 об	4	28	77
17	Яковлева Анастасия	3, 3	3, 3	12	4	1 Lo	4	2 об	0	20	67

Набрать по всем видам упражнений не менее 21 балла.

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

Тренер-преподаватель _____

