

ПРОТОКОЛ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ

по ледовой подготовке

НП-3 (2 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	Ригбнргер, Флип, Лутц	Балл	Попытка	Балл		
1	Агеев Александр	4, 4	4, 4	14	4	1 Lo	4	11 об	4	28	
2	Арутюнян Виктория	4, 4	4, 3	18	4	1 Lo	4	9 об	4	27	
3	Васильева Анна										
4	Васильева Маргарита										
5	Горбов Семен										
6	Красиловец Кирилл	4, 4	4, 4	17	4	1 Lo	4	8 об	4	28	
7	Лаптева София	4, 4	4, 4	16	4	1 Lo	4	10 об	4	28	
8	Назаренко Ирина										
9	Самсонова Варвара	4, 4	3, 4	9	3	1 Lo	4	6 об	3	25	
10	Федулова Арина	4, 4	4, 4	18	4	1 F	4	14 об	4	28	
11	Фиронова Дарья	4, 4	4, 3	16	4	1 Lo	4	5 об	3	26	
12	Яковлева Анастасия										

Набрать по всем видам упражнений не менее 21 балла.

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

Тренер-преподаватель _____

А.Хрипкова