

ТАБЛИЦА

результатов выполнения нормативов по ОФП и СФП для зачисления в группы на этапе начальной подготовки
на 2021/2022 тренировочный год, отделение: хоккей

№	ФИО	Группа	Тренер	Нормативы																	примечание	
				ОФП						СФП										Всего выполнено		Результат выполнения (%)
				Бег 20 м с высокого старта (не более 4,5 с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, с приземлением на обе ноги (не менее 135 см)	И.П. - упор лежа. Сгибание и разгибание рук (не менее 15 раз)	Бег на коньках 20 м (не более 4,8 с)	Бег на коньках спиной вперед 20 м (не более 6,8 с)	Бег на коньках слаломный без шайбы (не более 13,5 с)	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (не более 15,5 с)	Бег на коньках челночный 6х9м (не более 17,0 с)											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11								
				ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ																		
1	Никитин Юрий	СО	Рыжков Е.Н.	4,40	сдал	151	сдал	15	сдал	4,48	сдал	6,06	сдал	14,80	не сдал	17,03	не сдал	18,46	не сдал	5	62	не сдал
2	Поздняков Гордей		"Лидер"	4,20	сдал	150	сдал	20	сдал	4,36	сдал	6,05	сдал	12,69	сдал	15,17	сдал	16,76	сдал	8	100	сдал
3	Федоров Артем	СО	Рыжков Е.Н.	4,40	сдал	140	сдал	25	сдал	4,35	сдал	6,14	сдал	15,19	не сдал	15,13	сдал	16,70	сдал	7	87	сдал

Члены комиссии:

Тренер: Рыжков Е.Н.