





Амур 2013 Орлов

ПРОТОКОЛ

сдачи контрольно-переводных нормативов для перевода (зачисления) на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 1 года спортивной подготовки  
отделение: хоккей, этап начальной подготовки 3 год

№	ФИО	Текущая группа	Тренер-преподаватель	Нормативы											Всего выполнено	Результат выполнения (%)	примечание											
				ОФП				СФП																				
				Бег на 1000 м (не более 5 мин, 50 с)	Бег на 30 м (не более 3,5 с)	Подтягивание на виске на высокой перекладине (количество раз) (не менее 5 раз)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 160 см)	Бег на коньках 30 м (не более 5,8 с)	Бег на коньках по малой ледяной линии и спиной вперед в стойке вращения (не более 43,0 с)	Бег на коньках сплошной без шайбы (не более 12,5 с)	Бег на коньках сплошной с вращением шайбы (не более 14,5 с)	Бег на коньках спиной вперед 30 м (не более 7,3 с)	Бег на коньках челночный бег (не более 16,5 с)	Бег на коньках челночный в стойке вращения (не более 42,0 с)														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14															
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (ЭТАП СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)																												
1	Орлов Иван	НП-3(1)	Рыжков Е.Н.	4,33	сдал	5,18	сдал	3	не сдал	162	сдал	5,28	сдал	-	-	11,54	сдал	12,50	сдал	6,88	сдал	15,89	сдал	-	-	8	89	не сдал

Председатель комиссии  /Кисличенко С.В./

Члены комиссии:  /Илюк В.С./  /Малкова С.В./  /Людина И.А./  /Наумова Н.В./