

Ведомость сдачи нормативов для зачисления на отделение плавания СШОР «ВоВиС»

Тренер Ляпичева Н.С. Дата 30-31.08.2024

Спортсмен Фамилия, имя	Разряд	Бег на 1 км	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Сгиб. и разгиб. рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из полож. стоя на гимнаст. скамье (от уровня скамьи)	Челноч. бег 3*10м	Бросок набивн. мяча из-за головы 1 кг (метр)	Выкруч. прямых рук в плечевых суставах вперед- назад (раз)	Отталкиван . двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед (метр)	100 м по выбору	100 м по выбору	200 м компл. плав.	400 м компл. плав.	800 м вольн. стиль
Фирсов Дмитрий	1	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	в/с 58,75 (25 м)	бр. 1.11,13 (50 м)	2.21,75 (50 м)	5.07,52 (25 м)	9.21,64 (50 м)
Королев Владимир	2	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	в/с 1.11,18 (25 м)	бр. 1.16,21 (50 м)	2.56,44 (50 м)	6.18,36 (50 м)	11.34,52 (50 м)

Секретарь приемной комиссии Добровольская И.В.

Тренер Н.С. Ляпичева