

Ертарское
отделение

Нормативы приняты: " 25 " 05 2021 г.

вид спорта: Лыжные гонки **НП2**

ПЕРЕВОДНАЯ КАРТОЧКА

Тренер-преподаватель **Казанцев М.С**

№ п/п	Фамилия, Имя воспитанника	Год обучения	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА							Специальная подготовка					Лучшие результаты	
			бег 60 м; сек	Прыжки в длину с места, см	Бег 30 м; сек	Бег 1000 м; мин, сек	Кросс 2 км; мин, сек	Подтяг.(м) сгиб., разгиб. рук в упоре лежа. (д)	Метание теннисного мяча с места	Лыжи классический ст.			Лыжи свободный ст.			
										3 км; мин, сек	5км мин, сек	10 км; мин, сек*	3 км; мин, сек	5км мин, сек		10 км; мин, сек*
1	Сморчков Алексей	2	8.2	240	4.5	3.58		7	43				12.21			
2	Рыбалов Максим	2	8.2	220	4.7	3.45		18	42				13.20			
3	Боташева Ульяна	2	9.7	180	4.9	4.35		13	37				14.40			
4	Соколова Александра	2	9.8	190	5.1	4.40		11	25				16.20			
5	Жихаренко Вероника	2	11.3	180	5.7	5.10		10	24				18.30			
6	Коркина Анастасия	2	11.2	166	6.1	5.0		18	21				19.0			
7	Коркина Александра	2	10.2	169	5.2	5.2		15	23				18.40			
8	Коркин Никита	2	8.6	154	5.0	4.0		6	21				13.40			
9	Рыжкова Юлия	2	10.4	150	5.1	5.20		11	16.5				19.0			
10	Боташева Марина	2	9.7	150	6.8	5.12		20	21				15.30			
11	Чемякин Дмитрий	2	11.1	189	6.1	5.0		6	27				15.0			
12	Протазанов Сергей	2	8.9	200	6.2	4.10		5	25				18.0			
13	Шешукова Изабелла	2	10.2	189	6.3	5.12		12	23				18.0			
14	Теса Кирилл	2	10.2	175	4.7	5.10		1	33				16.20			
15	Янсуфин Максим	2	10.3	168	4.8	5.15		2	25				16.20			

Тренер-преподаватель: Казанцев М.С "25" 05 2021 г.