

**Итоговый протокол для зачисления в группы начальной подготовки (ЭНП) по виду спорта «Кикбоксинг»
на 2019-2020 спортивный сезон в МАУ СШОР «Юность» г. Радужный**

№ 1

от 24.09.2019

ЮНОШИ			Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6	Тест 7	Итого набрано баллов	Рекомендовано
			Быстрота	Координация	Выносливость	Сила	Силовая выносливость		Скоростно-силовые качества		
			Бег 30 м (не более 5,6с)	Челночный бег 3x10 м (не более 16с.)	Непрерывный бег в свободном темпе 10 мин.	Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)	Подъем туловища в положении лежа (не менее 15 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 120 см.)		
ДЕВУШКИ			Бег 30 м (не более 6,2с)	Челночный бег 3x10 м (не более 16с.)	Непрерывный бег в свободном темпе 8 мин.	Подтягивание на перекладине (не менее 2 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 13 раз)	Подъем туловища в положении лежа (не менее 13 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 110 см.)		
№	Фамилия, имя,	Дата рождения									
1	Гулько Максим	24.07.2007	7,3/5	10,25/5	зачет/5	0/0	10/0	16/5	1,15/0	20	зачислить
2	Чуприна Денис	30.10.2006	5,1/0	8,48/5	зачет/5	4/0	24/5	33/5	1,86/5	25	зачислить
3	Тагиев Илькин	11.10.2009	7,1/5	9,75/5	зачет/5	0/0	15/5	15/5	1,38/5	30	зачислить
4	Масляник Данила	27.06.2009	5,6/5	9,14/5	зачет/5	5/5	15/5	15/5	1,55/5	35	зачислить
5	Казюков Сергей	04.07.2008	6,1/5	8,10/5	зачет/5	0/0	15/5	15/5	1,36/5	30	зачислить
6	Баширов Рашид	13.10.2009	5,9/5	8,12/5	зачет/5	5/5	15/5	15/5	1,54/5	35	зачислить
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											

*Примечание: проходной балл для зачисления 20-35, резерв 5-20