

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

№ 5

от 24.09.2019

			Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6	Тест 7	Итого набрано баллов	Рекомендовано
ЮНОШИ			Скоростные качества	Координация	Выносливость	Сила			Скоростно-силовые качества		
			Бег на 30 м (не более 6,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)	Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 5 мин)	Подтягивание на перекладине (не менее 2 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 7 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 8 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)		
ДЕВУШКИ			Бег на 30 м (не более 6,7 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,9 с)	Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 4 мин)	Подтягивание на перекладине (не менее 1 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 4 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 7 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 110 см)		
№	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения									
1	Кибальник Дарья	19.01.2009	5,6/5	8,80/5	5/5	2/5	9/5	15/5	167/5	35	зачислить
2	Кошмин Юрий	18.11.2009	5,3/5	12,5/0	6/5	4/5	9/5	15/5	150/5	30	зачислить
3	Гладких Данил	27.03.2003	4,6/5	12,5/0	10/5	14/5	35/5	30/5	220/5	30	зачислить
4	Ёрматов Сарварджон	08.11.2008	6,0/5	12,5/0	10/5	0/0	14/5	15/5	1,50/5	25	зачислить
5	Фролов Александр	25.06.2008	6,1/5	13,0/0	10/5	0/0	9/5	16/5	1,30/5	25	зачислить
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											

*Примечание: проходной балл для зачисления 20-35, резерв 10-15