спортивной школы олимпийского резерва «ЮНОСТЬ» (МАУ СШОР «Юность») «Об организации приема на 2019-2020 год»
от 05.09.2019 № 05

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

№ 4 **от 24.09.2019**

ЮНОШИ				Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6	Итого набрано баллов	Рекомендовано
				Скоростные качества	Выносливость	Силовые качества	Сила	Скоростно-силовые качества			
				Бег 60 м (не более 11,8 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин. 5 сек.)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 10 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 11с (не менее 10 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)		
ДЕВУШКИ				Бег 60 м (не более 12,2 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин.25 сек.)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 11с (не менее 8 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)		
№	Фамилия, имя, отчество	в.к.	Дата рождения								
1	Джалилов Нариман	31,25	22.10.2007	18.0/5	2.25/5	0/0	26/5	10/5	160/5	25	зачислить
2	Хайрнасов Владимир	32,30	06.12.2008	9,53/5	1,52/5	7/5	11/5	12/5	1,60/5	30	зачислить
3	Шайдабеков Али	26.70	07.04.2009	9,41/5	1,53/5	8/5	15/5	11/5	1,43/5	30	зачислить
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											

Весовая категория 37 кг, 40 кг, 42 кг, 43 кг, 46 кг, 50 кг.

ЮНОШИ				Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6	Итого набрано баллов	Рекомендовано
				Скоростные качества	Выносливость	Силовые качества	Сила	Скоростно-силовые качества			
				Бег 60 м (не более 11,6 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин. 15 сек.)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 2 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 9 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 12с (не менее 10 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)		
ДЕВУШКИ				Бег 60 м (не более 12 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин.35 сек.)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 7 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 5 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 12с (не менее 8 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)		
№	Фамилия, имя, отчество	в.к.	Дата рождения								
1	Рахмонов Мухаммедрофе	43,10	29.08.2008	10,01/5	1,41/5	0/0	11/5	10/5	1,53/5	25	зачислить
2	Ильясов Амир	41,05	25.03.2004	8,35/5	1,51/5	9/5	15/5	15/5	2,05/5	30	зачислить
3	Кузьменко Сергей	43,30	28.05.2007	8,1/5	2,0/5	8/5	15/5	10/5	1,80/5	30	зачислить
4	Агаев Асиф	49,40	11.06.2006	6,8/5	1,9/5	10/5	20/5	10/5	2,00/5	30	зачислить
5											
6											
7											
8											
9											
10											

Весовая категория 47 кг, 51 кг, 55 кг, 55+ кг,60 кг, 65 кг, 65+кг

ЮНОШИ				Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5	Тест 6	Итого набрано баллов	Рекомендовано
				Скоростные качества	Выносливость	Силовые качества	Сила	Скоростно-силовые качества			
				Бег 60 м (не более 12 с)	Бег на 500 м (не более 2 мин. 25 сек.)	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 1 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 4 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 13с (не менее 10 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)		
ДЕВУШКИ				Бег 60 м (не более 12,4с)	Бег на 500 м (не более 2 мин.45 сек.)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 2 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 1 раз)	Подъем туловища, лежа на спине за 13с (не менее 8 раз)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)		
№	Фамилия, имя	в.к.	Дата рождения								
1	Агаширинов Хидирнаби	53,60	19.07.2006	8,14/5	1,58/5	6/5	40/5	17/5	2,00/5	30	зачислить
2	Миннекаев Тимур	56,85	26.05.2009	10,6/5	2,09/5	0/0	10/5	11/5	1,20,/5	25	зачислить
3	Дадабоев Болтабой	52,35	09.11.2003	9,2/5	2,01/5	8/5	11/5	12/5	1,96/5	30	зачислить
4	Шокиров Бузургмехр	66,50	18.01.2006	7,7/5	1,7/5	7/5	20/5	15	2,10/5	30	зачислить
5											
6											
7											
8											
9											

***Примечание: проходной балл для зачисления 20-30, резерв 10-20**