

## СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

## Контрольные упражнения (тесты)

г. Владимир

СШОР

26.11.2022

№ п/п	ФИ	Дата рождения	Челночный бег 3x10 м (не более 10,6 сек)		Прыжок в длину (не менее 105 см)		Подтягивание из виса лежа на перекладине (не менее 5 раз)		Отжимание (не менее 5 раз)		Поднимание ног до угла (не менее 5 раз)		Угол в висе (не менее 5 сек)		Наклон не менее 3см (не менее 3 сек)	Мост (не менее 5 сек)	Техническое мастерство	Место
1	Суходольская Яна	17.04.2017	10,400	зачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,800	1
2	Николаева Алиса	27.01.2017	10,000	зачет	125,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,700	2
3	Крылова Таисия	26.04.2017	10,100	зачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,600	3
4	Воронцова Милана	16.01.2017	9,700	зачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,500	4
5	Смирнова Валерия	21.03.2017	9,700	зачет	110	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,500	5
6	Жирякова Вероника	11.09.2017	10,400	зачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,400	6
7	Ковалёва Варвара		10,200	зачет	110,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,400	7
8	Субботина Мирослава	07.03.2017	10,000	зачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,400	8
9	Есина Юлиана	16.01.2017	10,900	незачет	120,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,300	9
10	Тюканова Мария	2017	10,600	зачет	100	незачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	зачет	зачет	9,000	10
11	Лавриненко Елизавета	05.09.2017	10,600	зачет	110,000	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	0	незачет	незачет	зачет	9,400	11
12	Попова Валерия	29.11.2017	10,900	незачет	115	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	5	зачет	незачет	незачет	9,400	12
13	Филиппова Валерия	02.03.2017																
14	Шестепёрстова																	
15	Монякова Варвара																	
16	Тиханчикова Евгения																	
17	Зубкова Эмилия																	

Директор СШОР

Секретарь



Иванчук В.И.

Ярис Н.С.