

ПРОТОКОЛ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки свыше года обучения
МАЛЬЧИКИ

Вид спорта: муайтай

Дата: 23.11.2024

Тренер-преподаватель: Штурмуберг К. В.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке										Нормативы по специальной подготовке		Итого (сдано/не сдано)
			Бег на 30 м с высокого старта (не более 5,7 с)	Бег на 1000 м (не более 6,05 мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +3 см)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 135 см)	Исходное положение - вис на гимнастической стенке прямым хватом, кисти на ширине плеч.	Выполнить подъем ног, с легка вверх до уровня хвата руками (не менее 5 раз)	Результат	Сдано/не сдано	Результат	Сдано/не сдано	
1	Тюкришин Александр Николаевич	24.05.2013			26	сдано	8	сдано	8,9	сдано	180	сдано	10	сдано	сдано
2	Штурмуберг Артемий Дмитриевич	15.02.2013			34	сдано	13	сдано	7,9	сдано	194	сдано	10	сдано	сдано
3	Андрей Сергеевич Валеев	14.04.2014			21	сдано	7	сдано	9,1	сдано	147	сдано	8	сдано	сдано
4	Тютюнник Мария Валеевна	14.10.2013			16	сдано	8	сдано	9,9	сдано	148	сдано	5	сдано	сдано
5	Валеев Андрей Олегович	20.04.2013			20	сдано	10	сдано	8,9	сдано	150	сдано	6	сдано	сдано
6	Бачурин Давид Артурович	15.07.2013			23	сдано	6	сдано	8,7	сдано	152	сдано	7	сдано	сдано
7	Светлов Артем Рюрикович	06.11.2014			25	сдано	7	сдано	8,9	сдано	160	сдано	10	сдано	сдано
8	Дюнов Назар Романович	28.07.2012			20	сдано	10	сдано	9,1	сдано	151	сдано	8	сдано	сдано
9	Тригорьев Артурович Александрович	02.08.2014			18	сдано	9	сдано	9,2	сдано	155	сдано	10	сдано	сдано
10	Лыбачев Александрович	08.02.2014			19	сдано	8	сдано	8,9	сдано	150	сдано	5	сдано	сдано
11	Чернышев Илья Дмитриевич	10.08.2012			20	сдано	10	сдано	9,1	сдано	152	сдано	7	сдано	сдано
12	Шариков Артем Александрович	14.07.2013			16	сдано	7	сдано	8,2	сдано	148	сдано	8	сдано	сдано
13	Савин Александрович	10.03.2014			30	сдано	9	сдано	8,7	сдано	151	сдано	10	сдано	сдано

14	Чернов Александр Владимирович	30.05.2014	22	сдал	10	сдал	9,1	сдал	160	сдал	9	сдал
15	Терехин Александр Павлович	14.04.2014	25	сдал	11	сдал	8,9	сдал	149	сдал	7	сдал
16	Лаврушин Максим Сергеевич	02.04.2014	20	сдал	8	сдал	8,7	сдал	151	сдал	6	сдал
17	Трапезов Александр Александрович	23.01.2015	26	сдал	12	сдал	8,6	сдал	167	сдал	4	сдал
18	Морозов Александр Александрович	18.01.2012	23	сдал	10	сдал	8,9	сдал	168	сдал	9	сдал
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												
32												
33												
34												
35												



Заместитель директора по учебно-спортивной работе
Тренер-преподаватель

[Signature]
[Signature]
Сурожкин Д. П.
Минусинский К. В.

ПРОТОКОЛ
 Нормативы общей физической подготовки на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)
 ЮНОШИ

Вид спорта: муайтай
 Дата: 30.11.2024
 Тренер-преподаватель: Мухомедов К. В.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке				Итог (сдал/не сдал)								
			Бег на 60 м (не более 10,4 с)	Бег на 2000 м (не более 8,05 мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 18 раз)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (не менее 4 раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +5 см)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,0 с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 150 см)	Исходное положение - вис на гимнастической стенке прямым хватом, кисти на ширине плеч. Выполнить подъем ног, слегка согнутых в коленях, вверх до уровня хвата руками (не менее 6 раз)	Результат	Сдал/не сдал	Результат	Сдал/не сдал	
1	Аликов Аюббек Хамидович	14.10.2009	31		15	16	сдал	сдал	7,7	сдал	226	сдал	10	сдал	сдал
2	Аликов Илья Александрович	25.08.2008	35		8	8	сдал	сдал	8,7	сдал	201	сдал	10	сдал	сдал
3	Аликов Муртамурадов Фархрусов	29.09.2010	30		16	14	сдал	сдал	8,5	сдал	214	сдал	10	сдал	сдал
4	Байсариев Кудрек Денисович	30.07.2010	40		11	11	сдал	сдал	8,2	сдал	204	сдал	10	сдал	сдал
5	Байворонский Илья Юрьевич	01.05.2010	30		12	6	сдал	сдал	8,3	сдал	230	сдал	10	сдал	сдал
6	Григорьев Даниил Денисович	19.09.2008	120		20	16	сдал	сдал	7,2	сдал	235	сдал	15	сдал	сдал
7	Квасинич Павел Артемьевич	28.10.2009	63		12	10	сдал	сдал	7,7	сдал	210	сдал	11	сдал	сдал
8	Кожуев Ширмурат Сергеевич	10.05.2011	36		10	10	сдал	сдал	7,3	сдал	219	сдал	9	сдал	сдал
9	Маринов Илья Александрович	03.08.2007	47		16	13	сдал	сдал	7,2	сдал	238	сдал	15	сдал	сдал
10	Фисов Артём Александрович	12.02.2008	50		15	11	сдал	сдал	8,1	сдал	217	сдал	10	сдал	сдал
11	Штырков Александрович	05.10.2010	30		8	6	сдал	сдал	8,8	сдал	201	сдал	8	сдал	сдал
12	Аликов Мухомедов Илья Юрьевич	27.11.2010	36		10	10	сдал	сдал	8,8	сдал	187	сдал	8	сдал	сдал
13	Аликов Мухомедов Мухомедович	04.10.2012	50		11	11	сдал	сдал	8,5	сдал	197	сдал	9	сдал	сдал

14	Гусев Павел Викторович	22.03.2011						30	с/гале	16	с/гале	10	с/гале	8,2	с/гале	198	с/гале	10	с/гале
15	Борисов Павел Александрович	26.12.2011						29	с/гале	11	с/гале	8	с/гале	8,4	с/гале	196	с/гале	8	с/гале
16	Косов Павел Александрович	21.02.2009						32	с/гале	8	с/гале	11	с/гале	8,1	с/гале	204	с/гале	9	с/гале
17	Мельников Дмитрий Сергеевич	26.10.2010						25	с/гале	10	с/гале	9	с/гале	8,8	с/гале	178	с/гале	10	с/гале
18	Суров Артем Александрович	08.07.2012						27	с/гале	9	с/гале	6	с/гале	8,2	с/гале	182	с/гале	8	с/гале
19	Иванов Александрович	20.12.2011						20	с/гале	11	с/гале	7	с/гале	8,3	с/гале	179	с/гале	8	с/гале
20	Ломоносов Дмитрий Константинович	08.06.2011						26	с/гале	10	с/гале	10	с/гале	8,7	с/гале	190	с/гале	9	с/гале
21	Мельников Павел Дмитриевич	25.12.2009						30	с/гале	9	с/гале	12	с/гале	8,9	с/гале	188	с/гале	9	с/гале
22	Мельников Ярослав Александрович	30.10.2010						50	с/гале	12	с/гале	10	с/гале	8,1	с/гале	191	с/гале	11	с/гале
23	Мельников Александр Павлович	16.04.2010						45	с/гале	13	с/гале	7	с/гале	8,2	с/гале	196	с/гале	7	с/гале
24	Петров Павел Сергеевич	15.11.2007						36	с/гале	10	с/гале	9	с/гале	8,3	с/гале	182	с/гале	8	с/гале
25	Мельников Александр Александрович	13.08.2012						30	с/гале	8	с/гале	7	с/гале	8,7	с/гале	197	с/гале	10	с/гале
26	Мельников Павел Александрович	18.05.2010						40	с/гале	11	с/гале	8	с/гале	8,3	с/гале	201	с/гале	10	с/гале
27	Савин Александр Александрович	23.07.2010						30	с/гале	9	с/гале	9	с/гале	8,6	с/гале	198	с/гале	11	с/гале
28																			
29																			
30																			
31																			
32																			
33																			
34																			
35																			

Заместитель директора по учебно-спортивной работе
 Тренер-преподаватель

Суров Артем Александрович
Мельников Павел Сергеевич

