

ПРОТОКОЛ
13 лет и старше
НОРМАТИВЫ общей физической подготовки на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)
ЮНОШКИ (14-17 лет, «весовая категория 55 кг», «весовая категория 55+ кг», «весовая категория 60 кг», «весовая категория 66 кг», «весовая категория 66+ кг», «весовая категория 73 кг», «весовая категория 73+ кг.»)

Вид спорта: дзюдо

Дата: 26 мая 2025

Тренер-преподаватель: Никитин А. В.

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Нормативы по общей физической подготовке						Нормативы по специальной физической подготовке						Итог (сдан/не сдан)
			Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (не менее 8 раз)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 11 раз)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (не менее +4 см)		Челночный бег 3х10 (не более 10,1 с)		Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек. (не менее 11 раз)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (не менее 100 см)		
			Результат	Сдан/не сдан	Результат	Сдан/не сдан	Результат	Сдан/не сдан	Результат	Сдан/не сдан	Результат	Сдан/не сдан	Результат	Сдан/не сдан	
1	Керешов С	05.08.2010	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
2	Квасневич Е	25.01.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
3	Кузнецов Д	25.04.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
4	Озорский Н	12.05.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
5	Григорьев А	25.07.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
6	Скандинов М	10.06.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
7	Чудовитов Д	24.10.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
8	Аверов С	23.06.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
9	Мартков Д	12.06.2010	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
10	Меченин Я	31.01.2009	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
11	Дмитриев Р		12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
12	Сторчев С	15.01.2013	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
13	Самосицкий С	21.09.2014	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+

ТНН

14	Сидельниченко	12.03.2015	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
15	Мурзав А	19.03.2011	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
16	Шагачев Т	29.12.2015	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
17	Ванин М	02.04.2004	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
18	Талан К	22.03.2018	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
19	Каласников	11.12.2008	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
20	Каминков	23.03.2015	12	+	16	+	+5	+	9.0	+	15	+	120	+	+
21															
22															
23															
24															
25															
26															
27															
28															
29															
30															
31															
32															
33															
34															
35															



Заместитель директора по учебно-спортивной работе

Тренер-преподаватель

Сидельниченко
Шагачев Т

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации)

Вид спорта: дзюдо
Дата: 26 мая 2025

Дата: 26.04.2025

Party and U.S.

[illegible]

[illegible]

Заместитель директора по учебно-спортивной работе

Тренер-преподаватель

