КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_\_21 мая 2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 2\_года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель Васильева Татьяна Юрьевна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.)  | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Каблучий Егор |  | выполнено |  | выполнено |  | выполнено |  | выполнено |  | выполнено | выполнено |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_21 мая 2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 2\_года обучения (девочки) Тренер – преподаватель Васильева Татьяна Юрьевна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.)  | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Зинченко Анастасия | 7 | выполнено | 10.9 | выполнено | 15 | выполнено | 10 | выполнено | 127 | выполнено | выполнено |
| 2  | Каракулова Владислава | 6,8 | выполнено | 9.0 | выполнено | 19 | выполнено | 15 | выполнено | 134 | выполнено | выполнено |
| 3 | Васильева Василиса | 6,2 | выполнено | 8,2 | выполнено | 25 | выполнено  | 21 | выполнено | 142 | выполнено | выполнено |
| 4 | Диппель Ксения | 6,48 | выполнено | 9.48 | выполнено | 24 | выполнено | 29 | выполнено | 132 | выполнено | выполнено |
| 5 | Козлова Анна | 6.5 | выполнено | 8.35 | выполнено | 22 | выполнено | 20 | выполнено | 145 | выполнено | выполнено |
| 6 | Казаченко Анфиса | 6,3 | выполнено | 9.09 | выполнено | 23 | выполнено | 25 | выполнено | 144 | выполнено | выполнено |
| 7 | Бурляева Карина | 6,4 | выполнено | 9.00 | выполнено | 16 | выполнено | 19 | выполнено | 131 | выполнено | выполнено |
| 8 | Зинченко Василиса | 6.8 | выполнено | 8.62 | выполнено | 11 | выполнено | 13 | выполнено | 138 | выполнено | выполнено |
| 9 | Кобякова Валерия | 7.0 | выполнено | 9.1 | выполнено | 20 | выполнено | 20 | выполнено | 132 | выполнено | выполнено |
| 10 | Иванова Кристина | 6.4 | выполнено | 9.78 | выполнено | 20 | выполнено | 20 | выполнено | 135 | выполнено | выполнено |
| 11 | Мурзина Вероника | 6.3 | выполнено | 8.5 | выполнено | 22 | выполнено | 17 | выполнено | 136 | выполнено | выполнено |
| 12 | Мироненко Анастасияя | 6.4 | выполнено | 9.2 | выполнено | 24 | выполнено | 19 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |
| 13 | Кох Кира | 6.8 | выполнено | 10.4 | выполнено | 19 | выполнено | 20 | выполнено | 125 | выполнено | выполнено |
| 14 | Писклакова Дарья | 6.9 | выполнено | 9.56 | выполнено | 24 | выполнено | 40 | выполнено | 135 | выполнено | выполнено |
| 15 | Петрушова Анна | 6.7 | выполнено | 10.53 | выполнено | 25 | выполнено | 21 | выполнено | 130 | выполнено | выполнено |
| 16 | Ивлева Дарья | 6.4 | выполнено | 9,5 | выполнено | 20 | выполнено | 23 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата \_\_\_\_21 мая 2019 года\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_ССМ\_ (юноши) Тренер – преподаватель Лузгина Г.Г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 8.7 сек.) | Бег 2 км(не более 9 м) | Прыжок в длину с места (не менее 200 см) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 с.(не менее 20 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(не мене 20 раз) | Подтягивание из виса на перекладине (не менее 10 раз) | Челночный бег 3х10 м (не более 8.7 с.)  | Наклон вперед из положения сидя на полу, ноги выпрямлены, вместе. Кисти рук тянутся вперед (не менее 5 см ниже уровня линии стоп) | Продольный шпагат на полу (полное касание пола бедрами) | Поперечный шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии (полное касание пола бедрами) | Обязательная техническая программа |
| не более 8.7 сек. | выполнено (не выполнено) | не более 9 м  | выполнено (не выполнено) | не менее 200 см | выполнено (не выполнено) | не менее 20 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 20 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 10 раз | выполнено (не выполнено) | не более 8.7 с. | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Гелеверя Андрей | 8.4 | выполнено | 8.4 | выполнено | 2.5 | выполнено | 32 | выполнено | 46 | выполнено | 7 | выполнено | 6.5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата \_\_\_\_\_\_21 мая 2019\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_ССМ\_ (девушки) Тренер – преподаватель \_\_\_\_\_\_Васильева \_Т.Ю.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 9.6 сек.) | Бег 2 км(не более 11 мин.) | Прыжок в длину с места (не менее 175 см) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 с.(не менее 17 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(не мене 15 раз) | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (не менее 18 раз) | Челночный бег 3х10 м (не более 9 с.)  | Наклон вперед из положения сидя на полу, ноги выпрямлены, вместе. Кисти рук тянутся вперед (не менее 5 см ниже уровня линии стоп) | Продольный шпагат на полу (полное касание пола бедрами) | Поперечный шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии (полное касание пола бедрами) | Обязательная техническая программа |
| не более 9.6 сек. | выполнено (не выполнено) | не более 11 мин.  | выполнено (не выполнено) | не менее 175 см | выполнено (не выполнено) | не менее 17 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 15 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 18 раз | выполнено (не выполнено) | не более 9 с. | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Блинова Анастасия | 9.5 | выполнено | 10.3 | выполнено | 2,05 | выполнено | 35 | выполнено | 50 | выполнено | 20 | выполнено | 7.8 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Чернышова Алина | 9.2 | выполнено | 10.1 | выполнено | 2.10 | выполнено | 34 | выполнено | 50 | выполнено | 20 | выполнено | 7.6 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Теплоухова Яна | 9.3 | выполнено | 10.4 | выполнено | 2.10 | выполнено | 32 | выполнено | 40 | выполнено | 20 | выполнено | 7.1 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 4 | Добрынина Елизавета | 9.1 | выполнено | 10.2 | выполнено | 2.15 | выполнено | 34 | выполнено | 45 | выполнено | 20 | выполнено | 7.3 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 5 | Ильиных Надежда | 9.4 | выполнено | 10.4 | выполнено | 1.95 | выполнено | 29 | выполнено | 50 | выполнено | 20 | выполнено | 7.63 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 6 | Гребенщикова Кристина | 9.4 | выполнено | 10.17 | выполнено | 2.0 | выполнено | 36 | выполнено | 46 | выполнено | 19 | выполнено | 7.67 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 7 | Ескина Анна | 9.047 | выполнено | 10.2 | выполнено | 2.10 | выполнено | 27 | выполнено | 45 | выполнено | 18 | выполнено | 7.7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 8 | Видехина Анна | 9.4 | выполнено | 10.7 | выполнено | 2.0 | выполнено | 24 | выполнено | 40 | выполнено | 17 | выполнено | 7.8 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 9 | Копытина Мария | 9.4 | выполнено | 11 | выполнено | 1.95 | выполнено | 27 | выполнено | 48 | выполнено | 18 | выполнено | 8.2 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата \_\_\_\_\_\_\_\_21 мая\_\_\_\_2019\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_ВСМ\_ (юноши) Тренер – преподаватель \_\_\_\_\_\_Диколенко А.Ю,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 100 м.(не более 13.8 сек.) | Бег 2 км(не более 7 мин 50 с) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 с.(не менее 25 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(не менее 25 раз) | Подтягивание из виса на перекладине (не менее 13 раз) | Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (не менее 16 раз) | Челночный бег 3х10 м (не более 7.3 с.)  | Наклон вперед из положения сидя на полу, ноги выпрямлены, вместе. Кисти рук тянутся вперед (не менее 10 см ниже уровня линии стоп) | Продольный шпагат на полу (полное касание пола бедрами) | Поперечный шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии (полное касание пола бедрами) | Обязательная техническая программа |
| не более 13.8 сек. | выполнено (не выполнено) | не более 7 мин 50 с | выполнено (не выполнено) | не менее 25 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 25раз | выполнено (не выполнено) | не менее 13 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 16 раз | выполнено (не выполнено) | не более 7.3 с. | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Семёнов Роман | 12.8 | выполнено | 7.16 | выполнено | 35 | выполнено | 80 | выполнено | 18 | выполнено | 45 | выполнено | 6.7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Журавлёв Алексей | 12.6 | выполнено | 7.35 | выполнено | 33 | выполнено | 75 | выполнено | 16 | выполнено | 46 | выполнено | 6.9 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Алитовский Тимур | 12.7 | выполнено | 7.40 | выполнено | 32 | выполнено | 70 | выполнено | 16 | выполнено | 39 | выполнено | 7.0 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата \_\_\_\_\_\_\_21 мая 2019 года\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_ВСМ\_ (девушки) Тренер – преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Диколенко А.Ю.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 100 м.(не более 16.3 сек.) | Бег 2 км(не более 9 мин 50 с) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 с.(не менее 22 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(не менее 16 раз) | Подтягивание из виса на перекладине (не менее 19 раз) | Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол» (не менее 13 раз) | Челночный бег 3х10 м (не более 8.3 с.)  | Наклон вперед из положения сидя на полу, ноги выпрямлены, вместе. Кисти рук тянутся вперед (не менее 10 см ниже уровня линии стоп) | Продольный шпагат на полу (полное касание пола бедрами) | Поперечный шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии (полное касание пола бедрами) | Обязательная техническая программа |
| не более 16.3 сек. | выполнено (не выполнено) | не более 9 мин 50 с | выполнено (не выполнено) | не менее 22 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 16раз | выполнено (не выполнено) | не менее 19 раз | выполнено (не выполнено) | не менее 13 раз | выполнено (не выполнено) | не более 8.3 с. | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Петрова Елизавета | 15.2 | выполнено | 8.5 | выполнено | 32 | выполнено | 41 | выполнено | 25 | выполнено | 21 | выполнено | 7,9 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Кириллова Софья | 14.4 | выполнено | 8.3 | выполнено | 33 | выполнено | 43 | выполнено | 26 | выполнено | 25 | выполнено | 7.7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Арефьева Полина | 14.9 | выполнено | 8.37 | выполнено | 30 | выполнено | 37 | выполнено | 22 | выполнено | 24 | выполнено | 7.8 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 4 | Кравченко Юлия | 14.2 | выполнено | 8.42 | выполнено | 31 | выполнено | 39 | выполнено | 24 | выполнено | 24 | выполнено | 7.8 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 5 | Рехмонен Софья | 14,6 | выполнено | 8.6 | выполнено | 31 | выполнено | 35 | выполнено | 25 | выполнено | 23 | выполнено | 7.8 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А. В. Кожевникова» дата 22 мая 2019 г.

Отделение: спортивная аэробика группа ТГ-2 №8 года обучения (девушки) Тренер – преподаватель Киселева Е. В

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 12,3 сек.) | Бег 1 км(не более6 м 50 сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 130см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек.(не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 8 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,7 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 12,3 с | вып-о (не вып-о) | не более 6м 50сек | вып-о (не вып-о) | 130см | вып-о (не вып-о) | 12 раз | вып-о (не вып-о) | 8 раз | вып-о (не вып-о) | не более 10,7 с | вып-о (не вып-о) | выполнено  (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Портянко С | 11,2 | + | 6, 20 | + | 160 | + | 25 | + | 21 | + | 8, 8 | + | + | + | + |
| 2  | Елтухова А | 11,0 | + | 6, 35 | + | 154 | + | 22 | + | 20 | + | 9, 4 | + | + | + | + |
| 3 | Двоеглазова А | 10,8 | + | 5, 48 | + | 167 | + | 32 | + | 34 | + | 8, 6 | + | + | + | + |
| 4 | Тараненко Д | 12,0 | + | 6, 44 | + | 172 | + | 27 | + | 25 | + | 10, 0 | + | + | + | + |
| 5 | Крутикова В | 10,9 | + | 6, 02 | + | 168 | + | 31 | + | 23 | + | 8, 6 | + | + | + | + |
| 6 | Алиева Д | 10,4 | + | 5, 43 | + | 166 | + | 33 | + | 37 | + | 9, 1 | + | + | + | + |
| 7 | Пуха А | 9,8 | + | 6, 27 | + | 170 | + | 33 | + | 30 | + | 8,9 | + | + | + | + |
| 8 | Кровякова Д | 9,6 | + | 6, 33 | + | 169 | + | 26 | + | 15 | + | 10, 3 | + | + | + | + |
| 9 | Спиридонова А | 10,3 | + | 6, 41 | + | 156 | + | 25 | + | 20 | + | 9, 4 | + | + | + | + |
| 10 | Ткаченко А | 11,7 | + | 5, 50 | + | 177 | + | 20 | + | 18 | + | 10, 0 | + | + | + | + |
| 11 | Сидоренко А | 9,4 | + | 5, 31 | + | 192 | + | 31 | + | 30 | + | 7, 8 | + | + | + | + |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А. В. Кожевникова» дата 22 мая 2019 г.

Отделение: спортивная аэробика группа ТГ-2 № 9 года обучения (девушки) Тренер – преподаватель Киселева Е. В

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 12,3 сек.) | Бег 1 км(не более6 м 50 сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 130см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек.(не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 8 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,7 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 12,3 с | вып-о (не вып-о) | не более 6м 50сек | вып-о (не вып-о) | 130см | вып-о (не вып-о) | 12 раз | вып-о (не вып-о) | 8 раз | вып-о (не вып-о) | не более 10,7 с | вып-о (не вып-о) | выполнено  (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Кулькова А | 9,3 | + | 6,0 | + | 196 | + | 28 | + | 39 | + | 7,7 | + | + | + | + |
| 2  | Дегтярева А | 11,8 | + | 6,30 | + | 190 | + | 27 | + | 29 | + | 8,4 | + | + | + | + |
| 3 | Власенко С | 10,0 | + | 5,66 | + | 215 | + | 30 | + | 35 | + | 9,73 | + | + | + | + |
| 4 | Зыкова Д | 9,5 | + | 5,80 | + | 200 | + | 26 | + | 26 | + | 7, 8 | + | + | + | + |
| 5 | Вострикова М | 9,75 | + | 6, 02 | + | 187 | + | 24 | + | 31 | + | 8,55 | + | + | + | + |
| 6 | Ержанина В  | 12,0 | + | 6,50 | + | 174 | + | 22 | + | 28 | + | 10,0 | + | + | + | + |
| 7 | Татаринова К | 9,97 | + | 6,26 | + | 166 | + | 28 | + | 47 | + | 9,15 | + | + | + | + |
| 8 | Соболева П  | 10,9 | + | 5,95 | + | 205 | + | 31 | + | 50 | + | 8,85 | + | + | + | + |
| 9 | Скокова А | 10,4 | + | 6, 41 | + | 169 | + | 27 | + | 32 | + | 8,90 | + | + | + | + |
| 10 | Садвакасова А | 11,5 | + | 6,34 | + | 179 | + | 20 | + | 23 | + | 9,05 | + | + | + | + |
| 11 | Шухоренко Э | 9,8 | + | 5, 38 | + | 200 | + | 33 | + | 30 | + | 7,65 | + | + | + | + |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 22 мая 2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1,2,3\_года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель Варламова П.А.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.)  | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Дегарев Сергей | 6,9 | выполнено | 10,5 | не выполнено | 9 | выполнено | 15 | выполнено | 116 | выполнено | выполнено |
| 2  | Каграманян Адам | 6,0 | выполнено | 10,3 | выполнено | 10 | выполнено | 10 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 3 | Чикалов Арсений | 6,8 | выполнено | 10,0 | выполнено | 8 | выполнено | 11 | выполнено | 123 | выполнено | выполнено |
| 4 | Кузьмичев Артем  | 7,0 | не выполнено | 10,4 | выполнено | 8 | выполнено | 13 | выполнено | 124 | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 29.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1,2,\_года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель Захарова Е.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.)  | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Свинарев Юрий | 6,9 | выполнено | 10,4 | выполнено | 17 | выполнено | 20 | выполнено | 135 | выполнено | выполнено |
| 2  | Бобрышов Кирилл | 6,9 | выполнено | 10,4 | выполнено | 16 | выполнено | 20 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 3 | Вакуленко Глеб | 6,9 | выполнено | 10,4 | выполнено | 8 | выполнено | 7 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
| 4 | Викулов Семён | 6,9 | выполнено | 10,4 | выполнено | 8 | выполнено | 7 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
| 5 | Поляков Василий | 6,9 | выполнено | 10,4 | выполнено | 18 | выполнено | 7 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 29.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 2 года обучения (девочки) Тренер – преподаватель Захарова Е.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.)  | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Богиня Диана | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 10 | выполнено | 10 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |
| 2  | Васина Вероника | 7,0 | выполнено | 10,7 | выполнено | 25 | выполнено | 6 | выполнено | 170 | выполнено | выполнено |
| 3 | Волкова Анастасия | 7,1 | выполнено | 10,7 | выполнено | 26 | выполнено | 27 | выполнено | 160 | выполнено | выполнено |
| 4 | Гаврилова Анастасия | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 23 | выполнено | 27 | выполнено | 165 | выполнено | выполнено |
| 5 | Горобец Виктория | 7,0 | выполнено | 10,8 | выполнено | 26 | выполнено | 30 | выполнено | 170 | выполнено | выполнено |
| 6 | Кураева Софья | 7,0 | выполнено | 10, 7 | выполнено | 27 | выполнено | 20 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |
| 7 | Кустаубаева Диана | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 26 | выполнено | 10 | выполнено | 135 | выполнено | выполнено |
| 8 | Миронова Ксения | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 31 | выполнено | 20 | выполнено | 145 | выполнено | выполнено |
| 9 | Рубан Ева | 7,0 | выполнено | 10,7 | выполнено | 20 | выполнено | 20 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |
| 10 | Сидоренко Дарья | 7,0 | выполнено | 10,7 | выполнено | 30 | выполнено | 20 | выполнено | 170 | выполнено | выполнено |
| 11 | Ханина Марина | 7,0 | выполнено | 10,8 | выполнено | 28 | выполнено | 30 | выполнено | 170 | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 29.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1 года обучения (девочки) Тренер – преподаватель Захарова Е.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.)  | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Бендюкова Екатерина | 7,2 | выполнено | 10,9 | выполнено | 16 | выполнено | 7 | выполнено | 110 | выполнено | выполнено |
| 2  | Боровлёва Мария | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 18 | выполнено | 14 | выполнено | 128 | выполнено | выполнено |
| 3 | Васильева Ева | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 28 | выполнено | 8 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 4 | Зубенко Анастасия | 7,2 | выполнено | 10,9 | выполнено | 16 | выполнено | 7 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
| 5 | Королюк Александра | 7,2 | выполнено | 10,8 | выполнено | 10 | выполнено | 5 | выполнено | 110 | выполнено | выполнено |
| 6 | Крохина Маргарита | 7,0 | выполнено | 10,7 | выполнено | 28 | выполнено | 28 | выполнено | 140 | выполнено | выполнено |
| 7 | Мохотина Ирина | 7,2 | выполнено | 10,8 | выполнено | 15 | выполнено | 15 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
| 8 | Пак Диана | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 24 | выполнено | 28 | выполнено | 125 | выполнено | выполнено |
| 9 | Петрунина Арина | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 23 | выполнено | 24 | выполнено | 160 | выполнено | выполнено |
| 10 | Уланова Софья | 7,2 | выполнено | 10,8 | выполнено | 14 | выполнено | 10 | выполнено | 110 | выполнено | выполнено |
| 11 | Филимонова Софья | 7,2 | выполнено | 10,9 | выполнено | 10 | выполнено | 5 | выполнено | 110 | выполнено | выполнено |
| 12 | Чернобай Татьяна | 7,0 | выполнено | 10,7 | выполнено | 20 | выполнено | 20 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 13 | Штеле Варвара | 7,1 | выполнено | 10,8 | выполнено | 19 | выполнено | 11 | выполнено | 110 | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 29.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_Тэ– 1\_года обучения (девушки) Тренер – преподаватель Захарова Е.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 12,3 сек.) | Бег 1 км(не более6 м 50 сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 130см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек.(не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 8 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,7 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 12,3 с | выполнено (не выполнено) | не более 6м 50сек | выполнено (не выполнено) | 130см | выполнено (не выполнено) | 12 раз | выполнено (не выполнено) | 8 раз | выполнено (не выполнено) | не более 10,7 с | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Агаева Анжела | 12,3 | выполнено | 6,50 | выполнено | 140 | выполнено | 20 | выполнено | 10 | выполнено | 10,7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Белозёрова Полина | 12,3 | выполнено | 6,50 | выполнено | 140 | выполнено | 20 | выполнено | 10 | выполнено | 10,7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Гуличенко Анна | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 160 | выполнено | 26 | выполнено | 14 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 4 | Дюрягина Кристина | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 165 | выполнено | 32 | выполнено | 11 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 5 | Иванушкина Полина | 12,3 | выполнено | 6,50 | выполнено | 140 | выполнено | 20 | выполнено | 10 | выполнено | 10,7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 6 | Кнудас Диана | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 170 | выполнено | 20 | выполнено | 10 | выполнено | 10,7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 7 | Кузьменко Софья | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 150 | выполнено | 31 | выполнено | 17 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 8 | Лещинская Эвелина | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 170 | выполнено | 30 | выполнено | 20 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 9 | Рогачевская Диана | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 155 | выполнено | 26 | выполнено | 25 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 10 | Свинарёва Анна | 12,2 | выполнено | 6,45 | выполнено | 150 | выполнено | 26 | выполнено | 30 | выполнено | 10,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 22.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1 года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель Лобазнюк К.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.)  | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Аглиуллин Роман | 6,3 | выполнено | 9,25 | выполнено | 24 | выполнено | 50 | выполнено | 145 |  выполнено |  выполнено |
| 2  | Казека Илья | 7,6 | не выполнено | 13,22 | не выполнено | 14 | выполнено | 5 | не выполнено | 102 |  Не выполнено |  Не выполнено |
| 3 | Прокопенко Алексей | 7,1 | не выполнено | 11,81 | не выполнено | 17 | выполнено | 10 | выполнено | 115 |  выполнено |  выполнено |
| 4 | Пугачев Илья | 6,4 | выполнено | 10,09 | выполнено | 26 | выполнено | 43 | выполнено | 120 |  выполнено |  выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 22.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1\_года обучения (девочки) Тренер – преподаватель Лобазнюк К.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.)  | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Асеева Дарья | 6,5 | выполнено | 9,53 | выполнено | 17 | выполнено | 8 | выполнено | 149 | выполнено | выполнено |
| 2  | Блус Софья | 7,2 | выполнено | 10,17 | выполнено | 17 | выполнено | 10 | выполнено | 100 |  Не выполнено | выполнено |
| 3 | Гришина Ольга |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Губкина Ольга | 6,4 | выполнено | 9,35 | выполнено | 23 | выполнено | 21 | выполнено | 154 | выполнено | выполнено |
| 5 | Задворнова Дарья | 6,9 | выполнено | 9,97 | выполнено | 20 | выполнено | 24 | выполнено | 133 | выполнено | выполнено |
| 6 | Каташева Милана | 6,4 | выполнено | 10,13 | выполнено | 23 | выполнено | 45 | выполнено | 154 | выполнено | выполнено |
| 7 | Мезенцева Арина | 6,5 | выполнено | 10,00 | выполнено | 16 | выполнено | 40 | выполнено | 149 | выполнено | выполнено |
| 8 | Маскенская Полина | 6,9 | выполнено | 8,95 | выполнено | 20 | выполнено | 9 | выполнено | 118 | выполнено | выполнено |
| 9 | Топайкина Ольга  | 6,8 | выполнено | 10,32 | выполнено | 21 | выполнено | 15 | выполнено | 130 | выполнено | выполнено |
| 10 | Топайкина Софья | 7,0 | выполнено | 10,45 | выполнено | 18 | выполнено | 13 | выполнено | 125 | выполнено | выполнено |
| 11 | Чиркина Валения | 7,2 | выполнено | 10,84 | выполнено | 16 | выполнено | 10 | выполнено | 118 | выполнено | выполнено |
| 12 | Трифонова Полина | 7,1 | выполнено | 10,85 | выполнено | 16 | выполнено | 13 | выполнено | 100 |  Не выполнено | выполнено |
| 13 | Трифонова Олеся | 7,1 | выполнено | 10,59 | выполнено | 15 | выполнено | 20 | выполнено | 100  |  Не выполнено | выполнено |
| 14 | Лисиенко Кристина | 6,7 | выполнено | 10,47 | выполнено | 26 | выполнено | 15 | выполнено | 130 | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 22.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа Тг– 4-5 года обучения (юноши) Тренер – преподаватель Лобазнюк К.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 11,6сек.) | Бег 1 км(не более6 м 30сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 140см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек. (не менее 15 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 12 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,1 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 11,6сек. | выполнено(не выполнено) | не более 6 м 30сек.  | выполнено(не выполнено) | 140см | выполнено(не выполнено) | 15 раз | выполнено(не выполнено) | 12 раз | выполнено(не выполнено) | (не более 10,1 сек.) | выполнено(не выполнено) |  | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Архипов Иван | 8,6 | выполнено | 4,25 | выполнено | 2,25 | выполнено | 31 | выполнено | 45 | выполнено | 7,51 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Каблучий Дмитрий | 8,4 | выполнено | 4,20 | выполнено | 2,50 | выполнено | 32 | выполнено | 40 | выполнено | 7,22 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Полинов Сергей | 8,9 | выполнено | 4,35 | выполнено | 2,30 | выполнено | 30 | выполнено | 40 | выполнено | 7,74 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 22.05.2019

Отделение: спортивная аэробика группа Тг– 4-5 года обучения (девушки) Тренер – преподаватель Лобазнюк К.В.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 12,3 сек.) | Бег 1 км(не более6 м 50 сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 130см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек.(не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 8 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,7 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 12,3 с | выполнено (не выполнено) | не более 6м 50сек | выполнено (не выполнено) | 130см | выполнено (не выполнено) | 12 раз | выполнено (не выполнено) | 8 раз | выполнено (не выполнено) | не более 10,7 с | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Апрелкова Анна | 8,7 | выполнено | 4,24 | выполнено | 2,21 | выполнено | 29 | выполнено | 41 | выполнено | 7,6 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 2  | Бабенко Анастасия | 9,7 | выполнено | 4,01 | выполнено | 2,25 | выполнено | 31 | выполнено | 43 | выполнено | 7,3 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 3 | Вздышкина Лада | 9,8 | выполнено | 4,20 | выполнено | 2,03 | выполнено | 30 | выполнено | 39 | выполнено | 7,7 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 4 | Дугарова Лина | 9,6 | выполнено | 4,05 | выполнено | 2,22 | выполнено | 30 | выполнено | 42 | выполнено | 7,5 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 5 | Никулина Анна | 9,5 | выполнено | 4,10 | выполнено | 1,93 | выполнено | 30 | выполнено | 50 | выполнено | 7,4 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 6 | Румянцева Юлия | 9,8 | выполнено | 4,21 | выполнено | 2,16 | выполнено | 26 | выполнено | 40 | выполнено | 6,9 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 7 | Сажина Карина | 9,9 | выполнено | 4,25 | выполнено | 2,01 | выполнено | 25 | выполнено | 36 | выполнено | 7,9 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |
| 8 | Свяжина Инесса | 8,6 | выполнено | 4,01 | выполнено | 2,05 | выполнено | 30 | выполнено | 40 | выполнено | 7,3 | выполнено | выполнено | выполнено | выполнено |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_23.05.2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 2,\_года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель \_\_Росляков Сергей Дмитриевич\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.)  | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Петров Артем | 5,93 | + | 10,0 | + | 23 | + | 13 | + | 128 | + | + |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_23.05.2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 2 года обучения (девочки) Тренер – преподаватель \_\_Росляков Сергей Дмитриевич\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.)  | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Фоменко Анна | 7,0 | + | 10,4 | + | 12 | + | 8 | + | 115 | + | + |
| 2  | Ашенова Тамирис | 6,14 | + | 9,50 | + | 22 | + | 20 | + | 116 | + | + |
| 3 | Алексеева Эвелина | 6,12 | + | 9,3 | + | 25 | + | 23 | + | 125 | + | + |
| 4 | Бочкова Ксения | 6,0 | + | 9,6 | + | 24 | + | 22 | + | 124 | + | + |
| 5 | Гилева Анастасия | 6,3 | + | 9,4 | + | 28 | + | 28 | + | 175 | + | + |
| 6 | Зюлина Алена | 6,3 | + | 9,75 | + | 25 | + | 25 | + | 165 | + | + |
| 7 | Кутикова Полина | 6,3 | + | 9,36 | + | 23 | + | 24 | + | 135 | + | + |
| 8 | Никитенко Софья | 5,68 | + | 9,45 | + | 25 | + | 26 | + | 150 | + | + |
| 9 | Мурий Софья | 5,88 | + | 9,31 | + | 24 | + | 24 | + | 154 | + | + |
| 10 | Печеневская Дарья | 6,25 | + | 9,46 | + | 28 | + | 19 | + | 138 | + | + |
| 11 | Гайдукова Виктория | 5,90 | + | 10,0 | + | 26 | + | 24 | + | 160 | + | + |
| 12 | Скрипка Алена | 5,68 | + | 9,51 | + | 22 | + | 23 | + | 150 | + | + |
| 13 | Халилова Зумруд | 6,1 | + | 9,3 | + | 25 | + | 15 | + | 142 | + | + |
| 14 | Сидорович Анастасия | 6,41 | + | 9,58 | + | 28 | + | 19 | + | 135 | + | + |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата 23.05.2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_Тэ– 2\_года обучения (юноши) Тренер – преподаватель Рослякова Наталья Игоревна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 11,6сек.) | Бег 1 км(не более6 м 30сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 140см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек. (не менее 15 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 12 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,1 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 11,6сек. | выполнено(не выполнено) | не более 6 м 30сек.  | выполнено(не выполнено) | 140см | выполнено(не выполнено) | 15 раз | выполнено(не выполнено) | 12 раз | выполнено(не выполнено) | (не более 10,1 сек.) | выполнено(не выполнено) |  | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Чернышков Максим | 10,0 | + | 4,09 | + | 2,0 | + | 32 | + | 50 | + | 8,0 | + | + | + | + |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_\_\_\_\_23.05.2019\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_Тэ– 2\_года обучения (девушки) Тренер – преподаватель Рослякова Наталья Игоревна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 60 м.(не более 12,3 сек.) | Бег 1 км(не более6 м 50 сек.) | Прыжок в длину с места (не менее 130см) | Подъем туловища лежа на спине за 30 сек.(не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 8 раз) | Челночный бег 3х10 м(не более 10,7 сек.) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу, пальцами рук коснуться пола (не менее 2 раз) | Шпагат, стопы и бедра фиксируются на одной линии | Обязательная техническая программа |
| не более 12,3 с | выполнено (не выполнено) | не более 6м 50сек | выполнено (не выполнено) | 130см | выполнено (не выполнено) | 12 раз | выполнено (не выполнено) | 8 раз | выполнено (не выполнено) | не более 10,7 с | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) | выполнено (не выполнено) |
| 1  | Багаева Полина | 10,44 | + | 5,3 | + | 185 | + | 34 | + | 44 | + | 8,63 | + | + | + | + |
| 2  | Булыгина Варвара | 11,2 | + | 5,6 | + | 177 | + | 27 | + | 32 | + | 8,98 | + | + | + | + |
| 3 | Голозова Арина | 11,4 | + | 5,3 | + | 182 | + | 27 | + | 31 | + | 9,20 | + | + | + | + |
| 4 | Ахмедова Камила | 12,0 | + | 5,9 | + | 165 | + | 20 | + | 12 | + | 9,28 | + | + | + | + |
| 5 | Кунгурцева Марина | 11,9 | + | 4,34 | + | 166 | + | 32 | + | 34 | + | 8,82 | + | + | + | + |
| 6 | Константинова Екатерина | 11,8 | + | 6,2 | + | 160 | + | 30 | + | 32 | + | 8,9 | + | + | + | + |
| 7 | Моргулева Евгения | 12,1 | + | 6,45 | + | 145 | + | 24 | + | 30 | + | 9,90 | + | + | + | + |
| 8 | Чечумаева Анастасия | 10,5 | + | 5,9 | + | 154 | + | 24 | + | 32 | + | 8,46 | + | + | + | + |
| 9 | Стрелкова Анастасия | 11,3 | + | 6,0 | + | 195 | + | 20 | + | 16 | + | 10,6 | + | + | + | + |
| 10 | Зуева Яна | 12,2 | + | 6,5 | + | 140 | + | 23 | + | 21 | + | 10,05 | + | + | + | + |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_\_23 мая 2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1\_года обучения (мальчики) Тренер – преподаватель Рослякова Наталья Игоревна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 6.9 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.4сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 8 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 7 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 115см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу(касание пола пальцами рук) |
| (не более 6.9 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.4 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не менее 8 раз) | выполнено(не выполнено) | 7 раз | выполнено(не выполнено) | 115см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Хайновский Ярослав | 5.58 | выполнено | 9.40 | выполнено | 29 | выполнено | 25 | выполнено | 175 | выполнено | выполнено |
| 2  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

КПН БУ ДО города Омска «СДЮСАШОР А.В. Кожевникова» дата\_\_23 мая 2019\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Отделение: спортивная аэробика группа \_НП – 1\_года обучения (девочки) Тренер – преподаватель Рослякова Наталья Игоревна\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя | Бег 30 м.(не более 7.2 сек.) | Челночный бег 3х10 м(не более 10.9сек.) | Подъем туловища, лежа на спине за 30 сек. (не менее 10 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не мене 4 раз) | Прыжок в длину с места (не менее 110см) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу(касание пола пальцами рук) |
| (не более 7.2 сек.) | выполнено(не выполнено) | (не более 10.9 сек.) | выполнено(не выполнено) |  (не менее 10 раз) | выполнено(не выполнено) | 4 раз | выполнено(не выполнено) | 110см | выполнено(не выполнено) | выполнено(не выполнено) |
| 1  | Вархотова Валерия | 6.83 | выполнено | 10.0 | выполнено | 22 | выполнено | 20 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 2  | Городничая Анастасия | 6,8 | выполнено | 9.0 | выполнено | 24 | выполнено | 22 | выполнено | 134 | выполнено | выполнено |
| 3 | Данильченко Ксения | 6,2 | выполнено | 8,2 | выполнено | 25 | выполнено | 21 | выполнено | 142 | выполнено | выполнено |
| 4 | Дуборенко Виктория | 6,9 | выполнено | 9.48 | выполнено | 19 | выполнено | 20 | выполнено | 132 | выполнено | выполнено |
| 5 | Иоанниди Амалия | 6.5 | выполнено | 8.35 | выполнено | 22 | выполнено | 20 | выполнено | 145 | выполнено | выполнено |
| 6 | Золотухина Таисия | 6,3 | выполнено | 9.09 | выполнено | 23 | выполнено | 25 | выполнено | 144 | выполнено | выполнено |
| 7 | Мельник София | 6,4 | выполнено | 9.00 | выполнено | 16 | выполнено | 19 | выполнено | 131 | выполнено | выполнено |
| 8 | Ребро Ульяна | 7,57 | выполнено | 10,0 | выполнено | 15 | выполнено | 15 | выполнено | 120 | выполнено | выполнено |
| 9 | Токмеилова Камила | 7.0 | выполнено | 10,8 | выполнено | 12 | выполнено | 13 | выполнено | 114 | выполнено | выполнено |
| 10 | Токмеилова Мадина | 6.91 | выполнено | 10,32 | выполнено | 20 | выполнено | 21 | выполнено | 112 | выполнено | выполнено |
| 11 | Усова Элеонора | 6.3 | выполнено | 9,78 | выполнено | 15 | выполнено | 16 | выполнено | 125 | выполнено | выполнено |
| 12 | Федосова Елизавета | 6.4 | выполнено | 10,9 | выполнено | 19 | выполнено | 17 | выполнено | 130 | выполнено | выполнено |
| 13 | Шпилева Александра | 6.8 | выполнено | 10.40 | выполнено | 19 | выполнено | 20 | выполнено | 125 | выполнено | выполнено |
| 14 | Дигай Александра | 6.9 | выполнено | 9.56 | выполнено | 24 | выполнено | 40 | выполнено | 115 | выполнено | выполнено |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |