Нормативы по ОФП и СФП групп ДЮФШ «Динамо»

Группа 2007 г. р. Тренер Даниелян И.В. Дата _____

№ п/п	ФИО обучающихся	Челночный бег		Прыжок в длину с места (см)	Отжимание/ подтягивание (раз)	Бег на выносливость	Жонглирование мяча (раз)	Удар мяча на точность		Скоростное ведение мяча (штрафная зона – 5 фишек)
		3*10 (сек)	10*10 (сек)			400, 800, 1000, 2000, 3000		л	п	
1.	Смирнов Роман	8,1	29,4	160	36	4.43	58	5	4	6,9
2.	Федотов Андрей	8,1	28,7	165	40	4.50	53	4	5	8,1
3.	Егоров Матвей	8,4	29,8	160	25	4.35	25	4	5	6,7
4.	Ступеньков Даниил	7,7	28,9	~~160~~ 180	33	4.25	20	4	5	6,9
5.	Архангельский Влад	8,1	30,3	162	40	4.40	60	5	5	7,2
6.	Борков Даниил	8,1	33,8	162	32	4.37	42	5	5	7,0
7.	Мартынов Дмитр.	8,3	30,5	168	40	4.31	26	4	5	7,0
8.	Конюшенко Ал-р	8,2	30,0	150	45	4.30	150	5	5	7,0
9.	Горячкин Алексей	8,3	31,3	169	34	4.32	255	4	5	8,1
10.	Тюрин Ярослав	8,6	31,1	152	22	4.51	30	4	4	7,8
11.	Бажанов Михаил	8,4	31,5	150	39	4.51	15	3	5	8,5
12.	Смирнов Михаил	8,4	31,5	162	37	4.33	10	5	5	7,3
13.	Захаров Роман	8,1	31,1	158	33	4.34	12	3	4	8,1
14.	Шапкарев Ярослав	7,8	28,3	162	40	4.47	20	3	4	8,1
15.	Волкин Семен	8,4	32,0	155	13	4.56	27	2	4	8,5
16.	Соловьев Матво	8,3	31,5	175	35	4.57	15	2	3	10,2
17.	Шкатов Илья	8,0	33,1	140	24	4.56	21	4	4	7,0
18.	Исаков Всеволод	8,7	32,0	154	25	4.43	20	3	4	7,7
19.	Шигабов Арсений	8,4	31,5	152	26	4.45	31	3	5	8,1
20.	Матвеев Никита	8,6	31,2	150	63	4.52	40	3	5	8,2
21.	Иванов Михаил	8,0	30,0	162	50	4,28	44	5	5	7,3
22.	Худобердов Данил	8,3	32,0	150	50	4,41	15	2	5	7,8
23.										
24.										
25.										
26.										
27.										