

СПОРТ для всех

29 августа 2022 год







Учетная карточка участников спортивного праздника.

ФИО _____

Дата рождения _____ 9 лет

Виды испытаний	бронза	серебро	золото	Итого	Подпись судьи
1. Прыжок в длину с места (см)	120/	130/ 134	150/	2	<i>[Signature]</i>
2. Челночный бег 3X10 (с)	9,9/	9,5/ 9,4	8,7/	2	
3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	5/	7/	13/		
4. Наклон вперед из положения стоя (см)	+3/ 3	+5/ .	+11/ -	1.	<i>[Signature]</i>
5. Подтягивание на перекладине низкой (раз)	7/	9/	15/		
6. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	24/	27/ 30	36/	230	<i>[Signature]</i>
7. Северная ходьба 300м (с)				1	
8. Бег 400 м (с)				1	
баллы	1	2	2	2	





















