





## ПРОТОКОЛ

приема нормативов ОФП и СФП, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода  
на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта "Спортивная борьба"

Отделение: греко-римская борьба

Группа \_\_\_\_\_

Тренер: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

№	ФИ спортсмена	Бег на 60 м (с)	Бег на 2 000 м (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (раз)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (раз)	Прыжок в высоту с места (см)	Тройной прыжок с места (м)	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (м)	Бросок набивного мяча (3 кг) назад (м)	Сумма баллов	Средний балл

Уровень спортивной квалификации:

Спортивный разряд "Кандидат в мастера спорта"

Тренер \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Заместитель директора по СР \_\_\_\_\_ / Вернигор Е.С. /

**ПРОТОКОЛ**

приема нормативов ОФП и СФП, уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода  
на этап **высшего спортивного мастерства** по виду спорта "Спортивная борьба"

Отделение: греко-римская борьба

Группа \_\_\_\_\_

Тренер: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

№	ФИ спортсмена	Бег на 2 000 м (мин, с)	Бег на 3 000 м (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (раз)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (раз)	Тройной прыжок с места (м)	Прыжок в высоту с места (см)	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (м)	Бросок набивного мяча (3 кг) назад (м)	Сумма баллов	Средний балл

Уровень спортивной квалификации:

Спортивное звание "Мастер спорта России"

Тренер \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Заместитель директора по СР \_\_\_\_\_ / Вернигор Е.С. /