

**Протокол  
приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.**

Этап подготовки: из НП-1 в НП-2

Тренер: Кононова А.А.

№	Фамилия, Имя	ОФП				СФП				Отметка о сдаче
		Бег 30 м юн. не более 6,5 с; дев не более 6,8 с	Отжимания юн. не менее 10 р; дев не менее 5 р	Гибкость юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 120см; дев. не менее 110 см	Плавание (вольный стиль) 50 м без учета времени	Бег челночный 3x10 с юн. не более 9,8 с; дев. не более 10,3 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад юн. не менее 1 р.; дев. не менее 3 р.	
1	Алексеева Мелания	5,80	5	+5	150	+	9,73	4,30	3	Сдан
2	Борисенко Алена	4,87	5	+10	140	+	9,46	4,10	3	Сдан
3	Голицын Дмитрий	5,51	10	+5	150	+	9,60	4,70	3	Сдан
4	Новиков Дмитрий	5,61	10	+5	145	+	9,61	4,70	3	Сдан
5	Хачатрян Артем	5,90	10	+5	150	+	9,44	4,50	3	Сдан
6	Чернышов Даниил	4,96	10	+5	180	+	8,76	4,50	3	Сдан
7	Шведко Геннадий	5,26	10	+5	140	+	10,61	4,40	1	Сдан
8	Андреев Арсений	5,30	10	+5	140	+	9,57	4,10	3	Сдан
9	Андреев Всеволод	6,10	10	+5	135	+	9,53	4,60	3	Сдан
10	Вострилов Арсений	6,11	10	+5	150	+	11,92	4,80	1	Сдан
11	Голубев Михаил	5,39	10	+5	135	+	9,24	4,30	1	Сдан
12	Гудченко Алиса	5,42	5	+10	140	+	9,61	5,00	3	Сдан
13	Корнакова Яна	5,58	5	+10	130	+	9,52	4,20	3	Сдан
14	Логинова Лилия	5,18	5	+20	160	+	9,32	3,80	3	Сдан
15	Мальшева Мария	5,47	5	+5	125	+	9,76	3,50	3	Сдан
16	Романов Александр	5,94	10	+4	125	+	10,31	4,20	1	Сдан
17	Русаков Яков	6,18	10	+5	130	+	9,98	4,00	1	Сдан
18	Самодов Михаил	5,80	10	+5	125	+	9,61	4,00	1	Сдан

Председатель комиссии:

*Клименко Н.Е.*

Секретарь комиссии:

*Дмитрий Кононов А.А.*


**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.**

Этап подготовки: из НП-1 в НП-2


Тренер: Биркалова Д.С.

№	Фамилия, Имя	ОФП				СФП				Отметка о сдаче
		Бег 30 м юн. не более 6,5 с; дев не более 6,8 с	Отжимания юн. не менее 10 р; дев не менее 5 р	Гибкость юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 120см; дев. не менее 110 см	Плавание (вольный стиль) 50 м без учета времени	Бег челночный 3x10 с юн. не более 9,8 с; дев. не более 10,3 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад юн. не менее 1 р.; дев. не менее 3 р.	
	Багаутдинов Дамир	4,99	10	+4	160	+	8,65	5,50	1	Сдан
	Бушуев Дмитрий	5,10	10	+5	160	+	8,83,	4,00	1	Сдан
	Величко Анастасия	5,38	5	+10	1,45	+	9,32	3,50	3	Сдан
	Володина Анна	5,52	5	+10	130	+	9,46	4,50	3	Сдан
	Григорьева Анастасия	5,39	5	+10	140	+	9,17	390	3	Сдан
	Дымкова Анна	4,88	5	+10	160	+	8,24	4,00	3	Сдан
	Кузьмин Тихон	4,88	10	+4	160	+	8,31	4,40	1	Сдан
	Ленская Майя	5,51	5	+10	130	+	9,60	3,70	3	Сдан
	Плахотная Алиса	5,33	5	+10	130	+	9,22	5,45	3	Сдан
	Потапчук Лев	5,30	10	+4	145	+	8,88	4,60	2	Сдан
	Рассади́на Виолетта	5,82	5	+20	155	+	8,84	4,40	3	Сдан
	Эм Максим	4,68	10	+10	150	+	8,33	5,70	2	Сдан
	Петрова Мария	5,88	5	-	120	+	9,44	3,80	3	Сдан

Председатель комиссии:

 / Биркалова Д.С.

Секретарь комиссии:

 Гераσιмова А.О.

**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.**

Этап подготовки: из НП-1 в НП-2

Тренер: Николаев Д.Н.

№	Фамилия, Имя	ОФП				СФП				Отметка о сдаче
		Бег 30 м юн. не более 6,5 с; дев не более 6,8 с	Отжимания юн. не менее 10 р; дев не менее 5 р	Гибкость юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 120см; дев. не менее 110 см	Плавание (вольный стиль) 50 м без учета времени	Бег челночный 3x10 с юн. не более 9,8 с; дев. не более 10,3 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад юн. не менее 1 р.; дев. не менее 3 р.	
	Арзуманян Артем	5,38	10	+5	130	+	9,28	4,00	1	Сдан
	Гаврилова Юлия	5,72	5	+10	140	+	9,14	3,90	3	Сдан
	Гончаров Александр	5,75	7	+4	135	+	8,83	4,00	1	Сдан
	Гудкова Алиса	4,90	5	+15	150	+	8,65	4,60	3	Сдан
	Иванов Роман	5,10	10	+5	180	+	7,83	6,10	3	Сдан
	Ильина Маргарита	5,15	5	+5	140	+	8,74	3,90	3	Сдан
	Король Ева	5,41	5	+5	150	-	9,15	3,50	3	Сдан
	Кириянов Артемий	5,60	10	+5	150	+	9,11	5,00	1	Сдан
	Посашкова Виктория	5,83	5,	+5	140	+	9,45	5,00	3	Сдан
	Рогозин Кирилл	5,97	10	+5	140	+	10,15	4,00	3	Сдан
	Рыжков Григорий	6,00	10	+4	130	+	9,12	6,10	-	Сдан
	Сальников Иван	5,31	10	+4	155	+	8,33	4,50	3	Сдан
	Ткачук Владимир	5,13	10	+4	155	+	8,32	4,90	1	Сдан
	Фомина Полина	5,14	5	+10	135	+	8,34	4,50	3	Сдан
	Черемисов Елисей	5,24	10	+4	135	+	8,90	5,30	-	Сдан
	Шиморина Карина	4,86	5	+20	160	+	8,48	5,30	3	Сдан

Председатель комиссии:

*М.И. Николаев Д.Н.*

Секретарь комиссии:

*Орлов Д.А.*

**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 г.**

Этап подготовки: из НП-2 в Т-1, Т-2

Тренер: Николаев Д.Н.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимани юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкости юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спорт. разряды – «3, 2, 1 юн. сп. разряд	
1	Батуров Сергей	5,20	13	+4	160	9,26	4,70	3	9	1 юн	Сдан
2	Богомоллов Константин	5,34	13	+5	140	9,19	5,00	3	9	3 юн	Сдан
3	Бондаренко Таисия	5,50	7	+5	155	8,80	4,40	3	4	б/р	Сдан
4	Голованов Федор	5,32	13	+5	155	8,78	5,50	3	8	3 юн	Сдан
5	Ерохин Тимофей	5,05	13	-	175	8,72	4,90	3	6	3 юн	Сдан
6	Ипатов Илья	5,00	13	+4	155	8,96	5,70	3	10	1 юн	Сдан
7	Литко Алексей	5,40	13	+1	165	8,01	4,90	3	7	1 юн	Сдан
8	Топоринский Глеб	5,39	13	+5	160	9,11	5,10	3	7	3 юн	Сдан
9	Чужинов Дмитрий	5,15	13	+5	175	8,71	6,00	3	7	3 юн	Сдан
10	Щербаков Иван	5,40	13	+5	150	9,23	6,80	3	7	б/р	Сдан

Председатель комиссии:

*М.С. Коломиева Н.Е.*

/Секретарь комиссии:

*Ольга Сергеевна А.О.*

## Протокол

приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 г.

Этап подготовки: из НП-2 в Т-1

Тренер: Биркалова Д.С.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимани юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкости юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спорт. разряды – «3, 2, 1 юн. сп. разряд	
НП-2/1	Богатищев Максим	5,38	13	+5	145	8,44	5,50	3	7	3 юн	Сдан
	Витко Анастасия	5,49	7	+5	130	8,96	4,70	3	8	2 юн	Сдан
	Галямова Милана	6,01	7	+5	135	8,69	4,40	3	8	2 юн	Сдан
	Голицына София	6,00	7	+5	135	9,70	5,50	3	8	2 юн	Сдан
	Комиссарова Анастасия	5,50	7	+5	130	9,10	4,30	3	8	3 юн	Сдан
	Комиссарова Ксения	5,48	7	+5	140	9,43	4,30	3	8	3 юн	Сдан
	Кондратьев Александр	5,30	13	+5	140	9,05	5,70	3	9	2 юн	Сдан
	Лазарев Лев	5,31	13	+3	145	9,33	5,10	3	7	3 юн	Сдан
	Лесников Максим	5,42	13	+5	160	7,87	4,20	3	8	3 юн	Сдан
	Мирошниченко Кира	5,58	7	+5	150	8,29	6,10	3	8	2 юн	Сдан
	Никитин Артем	5,45	13	+5	155	7,92	5,50	3	8	3 юн	Сдан
	Скипа Тимур	5,34	13	+5	130	8,33	4,70	3	7	3 юн	Сдан
	Соломина Мария	5,54	7	+5	145	8,18	5,40	3	8	2 юн	Сдан
	Сюняков Иван	5,30	13	+5	105	7,65	5,00	3	8	2 юн	Сдан
	Федотов Иван	5,05	13	+5	165	7,88	8,20	3	10	2 юн	Сдан
	Штефан Светлана	5,29	7	+5	165	8,81	5,40	3	8	2 юн	Сдан

Председатель комиссии:

*С.С. Виноградова Н.Е.*

Секретарь комиссии:

*Д.С. Биркалова А.О.*

**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 г.**

Этап подготовки: из НП-2 в Т-1

Тренер: Биркалова Д.С.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимани юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкости юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спорт. разряды – «3, 2, 1 юн. сп. разряд	
Нп-2/2	Буров Вячеслав	5,37	13	+5	150	8,63	5,20	3	7	3 юн	Сдан
	Гаджиев Расул	5,34	13	+5	145	9,01	5,20	3,	7	3 юн	Сдан
	Григорьева Анна	5,45	7	+10	140	9,25	4,00	3	8	2 юн	Сдан
	Дорохина Илона	5,58	7	+5	120	9,89	4,00	3	8	3 юн	Сдан
	Иванова Лидия	5,52	7	+3	115	9,16	4,20	3	6	б/р	Не сдан
	Красько Роман	5,40	13	+5	155	8,10	5,20	3	6	б/р	Сдан
	Лорви София	5,41	7	+5	115	9,67	4,30	3	8	3 юн	Сдан
	Лысо-Иванов Михаил	5,32	13	+5	150	8,40	4,40	3	8	3 юн	Сдан
	Ни Артем	5,33	12	+5	165	8,11	5,30	3	9	3 юн	Сдан
	Омельчук Александр	5,30	13	+5	145	9,51	5,10	3	7	3 юн	Сдан

Председатель комиссии:

*Сидорова Н.Е.*

Секретарь комиссии:

*Сидорова Н.Е.*

**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 г.**

Этап подготовки: из НП-2 в Т-1

Тренер: Биркалова Д.С.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимани юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкости юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спорт. разряды – «3, 2, 1 юн. сп. разряд	
Нп-2/3	Давтян Кристина	6,01	7	+10	140	9,32	4,40	3	8	3 юн	Сдан
	Ипатова Елизавета	5,57	7	+5	110	11,11	4,10	3	8	3 юн	Сдан
	Казакова Василиса	5,50	7	+5	115	10,18	4,10	3	8	3 юн	Сдан
	Кныш Тимофей	5,39	13	+2	125	8,78	4,60	-	6	б/р	Не сдан
	Марушко Милана	5,53	7	+5	120	10,79	4,00	3	8	3 юн	Сдан
	Петров Лев	5,34	13	+5	150	9,95	4,00	3	7	б/р	Сдан
	Пильников Дмитрий	5,30	13	+2	145	9,89	4,40	3	7	б/р	Сдан
	Абрамян Ашот	5,29	13	+10	165	9,31	5,90	3	7	б/р	Сдан
	Должанов Богдан	5,24	13	+5	145	8,51	4,20	3	6	б/р	Сдан
	Шульгин Роман	5,23	13	-	130	10,03	4,00	-	5	б/р	Не сдан
	Котловой Александр	4,26	13	+4	150	7,70	5,40	3	7	б/р	Сдан

Председатель комиссии:

*Иванович Н.Е.*

Секретарь комиссии:

*Григорьева А.О.*

## Протокол

приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.

Этап подготовки: из Т-1 в Т-2

Тренер: Шабуров К.С.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимания юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спорт.р-д «3 юн. 2 юн. 1 юн. сп. Разряды»	
	Багаутдинов Сабир	4,48	13	+4	160	9,25	5,10	3	7,5	2 юн	Сдан
	Бажанов Никита	4,54	13	+5	140	9,03	5,10	3	7	2 юн	Сдан
	Боев Владимир	4,39	13	+10	155	8,28	5,60	3	7	2 юн	Сдан
	Веряйская Елизавета	4,54	7	+10	110	9,20	4,60	3	8	2 юн	Сдан
	Добрынин Никита	4,35	13	+5	140	8,46	6,50	3	7,5	2 юн	Сдан
	Жданов Даниил	4,20	13	+5	145	8,51	4,70	3	7	2 юн	Сдан
	Желудева Алена	4,50	7	+10	130	9,10	6,00	3	8	2 юн	Сдан
	Иванова Екатерина	4,59	справка	+5	130	9,78	6,40	справка	8	2 юн	Сдан
	Игнатьева Милана	4,35	7	+10	150	8,71	4,50	3	8	1 юн	Сдан
	Исупов Петр	4,45	13	+5	140	8,90	7,20	3	7	1 юн	Сдан
	Лоян Андрей	3,49	13	5-+5	160	8,60	5,40	3	7	2 юн	Сдан
	Пиврик Екатерина	5,02	7	+5	130	9,02	6,40	3	8	2 юн	Сдан
	Романова Василиса	5,00	7	+10	145	9,11	5,30	1	8	3 юн	Сдан
	Соломатин Михаил	4,57	13	+4	155	7,33	5,00	3	7	3 юн	Сдан
	Титова Юлия	5,04	7	+5	120	9,59	4,50	3	8	2 юн	Сдан
	Томская Мария	4,49	7	+15	145	9,20	4,10	3	8	2 юн	Сдан
	Янкевич Мария	5,01	7	+5	140	8,51	5,10	3	8	2 юн	Сдан

Председатель комиссии:

*Григорьева У.Е.*

Секретарь комиссии:

*Григорьева А.О.*



**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания в 2023/2024 гг.**

Этап подготовки: из Т-2 в Т-3

Тренер: Николаев Д.Н.

№	Фамилия, Имя	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимани юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спортивные разряды – «3 сп.2. сп., 1 сп. Разряды»	
1	Герасимов Иван	3,49	13	+4	150	8,40	7,10	+3	7	1 юн	Сдан
2	Иванов Александр	4,00	13	-	150	8,67	6,30	+3	7	1 юн	Сдан
3	Иванов Ярослав	4,48	13	+10	155	9,00	7,00	+3	7	1 юн	Сдан
4	Кацыка Василий	4,39	13	-	200	8,17	7,90	+3	7	1 юн	Сдан
5	Метелица Егор	4,26	13	-	170	8,54	6,50	+3	7	1 юн	Сдан
6	Новиков Сергей	4,50	13	+4	190	7,50	8,80	+3	7	1 юн	Сдан
7	Пименов Егор	4,49	13	+10	155	8,60	5,40	+3	7	III	Сдан
8	Посашков Игорь	4,50	13	+10	150	8,55	7,70	+3	7	1 юн	Сдан
9	Сергеев Денис	4,38	13	-	175	8,76	7,50	-	7	1 юн	Сдан

Председатель комиссии:

*Сидорова Н.Е.*

Секретарь комиссии:

*Сидорова Н.Е.*

**Протокол**  
**приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.**

Этап подготовки: из Т-2 в Т-3

Тренер: Жданов Н.В.

№	Фамилия, Имя <b>Т-2</b>	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимание юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спортивные разряды – «3 сп. «2 сп. «1 сп. Разряд»	
	Багаутдинов Тагир	3,49	13	+10	205	7,46	8,00	3	7	1 юн	Сдан
	Бойков Андрей	4,20	13	+5	150	8,02	7,70	3	7	III	Сдан
	Джог Милена	4,30	7	+10	180	8,23	5,40	3	8	III	Сдан
	Каминский Георгий	4,10	13	-	160	7,77	8,00	1	7	1 юн	Сдан
	Крюков Марк	4,21	13	+4	160	8,35	7,70	3	7	1 юн	Сдан
	Масленникова Елизавета	4,36	7	+20	145	9,96	4,50	3	8	1 юн	Сдан
	Некрасова Маргарита	4,36	7	+5	145	8,88	5,60	3	8	III	Сдан
	Носов Михаил	4,52	13	+5	150	10,22	8,00	3	7	1 юн	Сдан
	Олейников Петр	4,03	13	+10	170	7,64	7,80	3	7	III	Сдан
	Орлова Ульяна	4,40	7	+10	165	8,17	6,40	3	8	II	Сдан
	Чернокальская Софья	4,40	7	+10	180	8,48	6,00	3	8	I	Сдан
	Яковлев Георгий	4,55	13	-	155	9,14	6,00	3	7	III	Сдан

Председатель комиссии:

*Сидорова Н.В.*

Секретарь комиссии:

*Григорьев А.О.*

## Протокол

приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.

Этап подготовки: из Т-3 вТ-4

Тренер: Николаев Д.Н.

№	Фамилия, Имя  <b>Т-3</b>	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спортивные разряды «3 сп., 2 сп. 1 сп.»	
	Антипина Варвара	5,02	7	+5	160	9,02	6	3	8	1 юн	Сдан
	Батурова Полина	4,36	7	+10	160	8,84	5,5	3	8	III	Сдан
	Волчок Ульяна	4,41	7	+10	140	9,13	6,7	3	8	1 юн	Сдан
	Волчок Милана	4,40	7	+4	145	9,65	7,2	3	8	1 юн	Сдан
	Земцова Анастасия	4,44	7	+8	160	7,93	6,2	3	8	III	Сдан
	Кашелкин Станислав	4,20	13	+5	180	7,87	8	3	8	1 юн	Сдан
	Клюквин Егор	4,19	13	-	210	7,66	7,1	3	8	1 юн	Сдан
	Максименко Даниил	4,25	13	+4	170	8,32	6,4	-	7	1 юн	Сдан
	Масленников Захар	4,30	13	+5	180	7,50	8,2	3	8	1 юн	Сдан
	Потапчук Алиса	4,52	7	+4	170	8,26	4,6	3	8	III	Сдан
	Чепкин Арсений	4,21	13	+4	200	7,33	8	3	8	1 юн	Сдан

Председатель комиссии:

*А.С. Клементьев*

Секретарь комиссии:

*Смирнова А.О.*

## Протокол

приема контрольно-переводных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.

Этап подготовки: из Т-4 в Т-5

Тренер: Николаев Д.Н.

№	Фамилия, Имя  <b>Т-4</b>	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимания юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спортивные разряды – «3,2,1 сп. Разряд»	
	Абрамов Ярослав	3,42	13	+4	230	6,94	10	3	10	III	Сдан
	Гуторов Михаил	3,50	13	+4	170	8,48	7	3	9	II	Сдан
	Дворников Николай	4,02	13	+10	200	8,42	9	3	8	III	Сдан
	Жданов Андрей	4,08	13	+4	205	7,65	9	3	7	II	Сдан
	Кагаткин Елисей	4,05	13	+4	160	8,48	10	3	10	III	Сдан
	Кулешев Никита	3,40	13	+4	220	7,39	8	3	7	II	Сдан
	Новикова Аделина	5,01	7	15	190	8,26	7,5	3	8	II	Сдан
	Папинов Максим	4,05	13	+2	215	7,66	10	3	8	II	Сдан
	Тихонов Андрей	3,58	13	+4	230	7,71	10	3	8	III	Сдан
	Цитулев Владимир	4,10	13	+7	180	8,29	9,5	3	8	III	Сдан

Председатель комиссии:

*С.М. Киселев*

Секретарь комиссии:

*Григорьева А.Д.*

## Протокол

приема вступительных нормативов у занимающихся групп отделения плавания на 2024 гг.

Этап подготовки: из Т-4 в Т-5

Тренер: Жданов Н.В.

№	Фамилия, Имя  <b>Т-4</b>	ОФП					СФП			УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 1000 м юн. не более 5,50 с; дев не более 6,20 с	Отжимания юн. не менее 13 р; дев не менее 7 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +4 см; дев. не менее +5 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 140 см; дев. не менее 130 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 9,3 с; дев. не более 9,5 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 4,0 м; дев. не менее 3,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 3 р	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед юн. не менее 7,0 м; дев. не менее 8,0 м	Спортивные разряды – «3,2,1 сп. Разряд»	
	Володин Даниил	4,12	13	+4	170	9,13	10	-	7,00	II	Сдан
	Зиновьева Мария	4,41	7	+10	170	8,62	9	3	8	I	Сдан
	Корнеева Серафима	4,52	7	+8	170	8,43	9	3	8	II	Сдан
	Лаврук Павел	4,13	13	+4	170	8,26	10	3	10	II	Сдан
	Маркина Алиса	4,40	7	+8	180	8,70	10	3	10	III	Сдан
	Масленников Никита	4,05	13	+8	200	7,16	9,5	-	8	II	Сдан
	Минин Матвей	4,02	13	-	170	9,24	9	-	8	III	Сдан
	Опарин Тимур	3,58	13	+4	230	7,87	9	-	8	I	Сдан
	Пикина Дарья	4,49	7	+10	190	8,78	10	3	8	I	Сдан
	Саликова Дарья	4,45	7	+12	160	9,17	10	3	8	II	Сдан
	Скипа Максим	4,19	13	+4	170	8,74	10	3	8	II	Сдан
	Соловьев Даниил	4,22	13	-	205	7,93	9,5	-	8	II	Сдан
	Филина Вероника	4,50	7	+8	140	8,15	9	3	8	I	Сдан
	Чистяков Лев	4,05	13	+2	210	8,32	10	-	8	III	Сдан

Председатель комиссии:

*Жданов Н.В.*

Секретарь комиссии:

*Гришкова А.О.*

## Протокол

приема вступительных нормативов у занимающихся групп отделения плавания в 2023/2024 гг.

Этап подготовки: ССМ

Тренер: Жданов Н.В.

№	Фамилия, Имя <b>Т-5, СС</b>	ОФП						СФП				УСК	Отметка о сдаче
		Бег на 2000 м юн. не более 9,20 мин, с; дев. не более 10,40 мин, с	Подтягивание из виса на высокой перекладине юн. не менее 8 р	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу дев не менее 15 р.	Гибкость (от ур. скамьи) юн. не менее +9 см; дев. не менее +13 см	Прыжок в длину с места юн. не менее 190 см; дев. не менее 165 см	Челночный бег 3x10 м юн. не более 8,0 с; дев. не более 9,0 с	Бросок мяча вперед юн. не менее 5,3 м; дев. не менее 4,5 м	Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед-назад не менее 5 р	Прыжок в высоту с места юн не менее 45 см; дев не менее 35 см	скольжение в воде лежа на груди, руки вперед. Дистанция 11 м юн. не менее 6,7 м; дев. не менее 7,0 м	Спортивный разряд «Кандидат в мастера спорта»	
	Богомолов Артем	8,50	8		+5	230	7,65	10	5	50	6,6	I	Сдан
	Чернокальский Максим	8,50	8		+6	235	7,93	10	5	55	6,6	КМС	Сдан
	Ангеловская Мария	10,14		15	+10	205	10,05	9	5	45	6,8	КМС	Сдан
	Мирошниченко Ксения	9,50		15	+10	185	8,84	9,5	5	45	6,8	КМС	Сдан
	Смирнова Александра	10,10		15	+25	180	8,90	9	5	50	6,8	КМС	Сдан
	Сусякова Ксения	10,11		15	+20	190	8,52	9	5	45	6,6	КМС	Сдан
	Таратута Ксения	10,15		15	+20	165	9,07	10	5	50	6,8	КМС	Сдан
	Ведрашко Виктор	8,40	8		+20	230	6,94	10	5	60	6,5	КМС	Сдан

Председатель комиссии:

*Жданов Н.В.*

Секретарь комиссии:

*Орлова А.О.*