

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на спортивно-оздоровительный этап базового уровня (до года обучения) по виду спорта «кикбоксинг»

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м. (1 балл если не более: М- 6,2 с., Д.- 6,4 с.)		Бег на 1000 м. (М: 6.10 и менее - 3 б., 6.20 и менее - 2 б., 6.30. и менее - 1б., более 6.30- 0б.) (Д: 7.60 и менее- 3 б., 7.70 и менее - 2 б., 7.80 и менее - 1б., более 7.80 - 0 б.)		Подтягивания из виса на высокой перекладине (М: 5 и более - 1 б.; менее 5 - 0б.)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 10 и более - 1б, менее 10 - 0б.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (М: 12 и более - 1 б., Д: 8 и более - 1 б.)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (М: +3 см - 3 б., +2 см - 2 б., +1 см- 1б., менее +1 см- 0б.) (Д: +5 см- 3 б., +4 см - 2 б., +3 см - 1б., менее +3 см - 0 б.)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Болоткина М.	6.2	1	7.5	2			12	1	10	1	+4	2	5
2	Гусева А.	6.1	1	7.8	1			13	1	12	1	+4	2	5
3	Жураев Д.	6.0	1	6.2	2	6	1			16	1	+3	3	8
4	Дрозд Т.	6.0	1	6.1	3	5	1			15	1	+2	2	8
5	Игделев Ф.	5.8	1	6.2	2	5	1			18	1	+2	2	5
6	Козловский В.	5.9	1	6.4	1	5	1			15	1	+1	1	5
7	Крученя Д.	6.0	1	6.2	2	6	1			16	1	+2	2	7
8	Левых М.	6.0	1	6.1	3	5	1			17	1	+2	2	7
9	Медведевичев	5.9	1	6.2	2	5	1			15	1	+2	2	5
10	Михайленко	6.2	1	7.5	2			14	1	13	1	+3	1	6
11	Михайлин М.	6.0	1	6.1	3	5	1			17	1	+2	2	8
12	Султанов Р.	5.9	1	6.2	2	5	1			15	1	+2	2	7
	Толмачев Т.	5.9	1	6.3	1	5	1			15	1	+2	2	6

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

СОБ-1

Тренер

Подпись

Абдиев Р.С.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (этап спортивной специализации)

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м. (М не более 8,8 с., Д не более 10,1 с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее - 3 б., 12.30 и менее - 2 б., 12.40 и менее - 1 б., более 12.40 - 0 б.) Бег на 2000 м. (Д: 11.10 и менее - 3 б., 11.20 и менее - 2 б., 11.30 и менее - 1 б., более 11.30 - 0 б.)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 14 и более - 1 балл)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 22 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 42 и более раз, Д - 22 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 200 и более - 3 б., 190 и более - 2 б., 180 и более - 1 б., менее 180 - 0 б.) (Д: 180 и более - 3 б., 170 и более - 2 б., 160 и более - 1 б., менее 160 - 0 б.)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) (М: 50 и более, Д: 42 и более - 1 балл)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Вешев Артем	8,5	15	12,20	30	15	15			45	15	185	15	52	15	85
2	Титов Константин	9,8	15	11,19	25	16		23	15	24	15	173	25	45	15	95
3	Тарасов Александр	8,5	15	12,41	15	13	15			47	15	190	25	33	15	85
4	Водкин Вадим	8,0	05	13,20	05	10	00			30	05	150	05	41	15	05
5	Маслюков Никита	8,0	15	12,30	25	14	10			43	15	181	35	54	15	95
6	Осипов Борис	8,2	15	12,37	25	16	10			46	15	186	25	55	15	75
7	Резванов Вадим	7,8	15	12,15	25	17	10			48	15	191	25	52	15	95
8	Тарасов Руслан	8,9	15	12,33	25	15	05			42	15	180	15	56	15	75
9	Титов Денис	8,0	15	12,38	25	18	15			49	15	195	25	55	15	85
10	Хайтунисов Илья	7,5	15	12,19	35	25	15			49	15	198	25	52	15	95
11	Климов Илья	8,8	15	12,31	25	15	15			42	15	183	15	30	15	75
12	Парфенов Валерий	7,9	15	12,20	35	19	15			46	15	190	25	14	15	95
13	Маслюков Дмитрий	7,0	15	12,31	25	20	15			43	15	183	15	51	15	75
14	Мовсисов Мамур	6,8	15	12,15	35	25	15			55	15	198	25	58	15	95

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 2

Тренер

Подпись

Андреев Т.С.

15

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 15 см и менее, Д: 10 см и менее -1 б.)		Толчок набивного мяча весом 3 кг с места (м) (М: 6,5 и более, Д: 4,5 и более - 1б.)		Количество ударов по воздуху руками (за 8 с) (М: 52 и более, Д:38 и более - 1 б.)		Нанесение ударов по воздуху за 1,5 мин руками и ногами (М: 140 и более - 3 б., 130 и более - 2 б., 120 и более - 1б., менее 120- 0б.) (Д: 110 и более - 3 б., 100 и более - 2 б., 90 и более - 1б., менее 90- 0б.)		Кол-во баллов
				Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Великов Андрей	14	15	7,5	15	67	15	131	25	85
2	Тимохов Анастас	10	15	5,5	15	40	15	115	35	60
3	Трапезников Дмитрий	10	15	7,8	15	62	15	130	25	55
4	Костомаров Вадим	16	05	4,5	05	30	05	119	05	05
5	Молодцов Владимир	9	15	6,9	15	59	15	130	25	55
6	Осипов Сергей	9	15	7	15	60	15	133	25	5
7	Рубин Александр	7	15	8	15	62	15	135	25	5
8	Табачников Роман	7	15	9	15	58	15	125	15	4.
9	Татаров Эрик	13	15	10	15	60	15	136	25	5
10	Хайруллин Ильяс	7	15	11	15	63	15	141	35	6
11	Климов Илья	7	15	8	15	60	15	130	25	5
12	Парфенов Роман	7	15	8	15	58	15	133	25	5
13	Тимохов Александр	6	15	7	15	61	15	140	35	6
14	Сиверкин Максим	6	15	9	15	65	15	150	35	6

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 3

Дата

15.11.2025

Тренер

Подпись

Александр Г.С.
[Подпись]

**НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП
(этап спортивной специализации)**

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м. (М не более 8,8 с., Д не более 10,1 с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее - 3 б., 12.30 и менее - 2 б., 12.40. и менее - 1б., более 12.40- 0б.) Бег на 2000 м. (Д:11.10 и менее- 3 б., 11.20 и менее - 2 б., 11.30 и менее - 1б., более 11.30 - 0 б.)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 14 и более - 1 балл)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 22 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 42 и более раз, Д- 22 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 200 и более - 3б, 190 и более - 2б, 180 и более - 1б, менее 180 - 0б) (Д: 180 и более - 3б, 170 и более 2 б, 160 и более - 1б, менее 160 - 0б)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) (М: 50 и более, Д: 42 и более - 1 балл)		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Тихомиров А.А.	8,5	15	12.20	35	19	15			50	15	185	15	52	15	95
2	Сорокин О.А.	9,9	15	12.19	25	20	15			46	15	190	25	53	15	85
3	Фралиш Н.А.	8,5	15	12.41	15	14	15			46	15	196	25	54	15	75
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 3

Тренер

Подпись

В.И.Иванов
[Подпись]

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 15 см и менее, Д: 10 см и менее -1 б.)		Толчок набивного мяча весом 3 кг с места (м) (М: 6,5 и более, Д: 4,5 и более - 1б.)		Количество ударов по воздуху руками (за 8 с) (М: 52 и более, Д:38 и более - 1 б.)		Нанесение ударов по воздуху за 1,5 мин руками и ногами (М: 140 и более - 3 б., 130 и более - 2 б., 120 и более - 1б., менее 120- 0б.) (Д: 110 и более - 3 б., 100 и более - 2 б., 90 и более - 1б., менее 90- 0б.)		Кол-во баллов
				Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Телешовский Н.Н.	10	18	9,5	15	87	15	130	25	55
2	Соколов О.Н.	14	15	8,7	15	90	15	135	25	55
3	Зрапид А.В.	10	15	7,5	15	77	15	141	35	65
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

УТ(СС)-

Тренер

Подпись

Александр В.С.
АВ

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (свыше года обучения) по виду спорта «кикбоксинг»

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м. (1 балл если не более: М- 6,0 с., Д.- 6,2 с.)		Бег на 1000 м. (М: 5.90 и менее - 3 б., 6.00 и менее - 2 б., 6.10. и менее - 1б., более 6.10- 0б.) (Д: 7.40 и менее- 3 б., 7.50 и менее - 2 б., 7.60 и менее - 1б., более 7.60 - 0 б.)		Подтягивания из виса на высокой перекладине (М: 10 и более - 1 б.; менее 10 - 0б.)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 15 и более - 1б, менее 15 - 0б.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (М: 22 и более - 1 б., Д: 13 и более - 1 б.)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (М: +5 см - 3 б., +4 см - 2 б., +3 см- 1б., менее +3 см- 0б.) (Д: +16 см- 3 б.,+15 см - 2 б., +14 см - 1б., менее +14 см - 0 б.)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Полешов Е	5.7	1	5.75	3	4	0			30	1	5	3	8
2	Калчанин Е	5.1	1	6.1	1	7	0			30	1	5	3	8
3	Зрошев Д	5.5	1	6.0	1	1	0			30	1	4	2	5
4	Ермаков Д	5.0	1	5.5	3	5	0			30	1	5	3	8
5	Недогазю А	5.5	1	5.9	3	3	0			30	1	5	3	8
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

СО6-2

Дата

14.11.2025

Тренер

Михайлов А.В.

Подпись

Михайлов

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (свыше года обучения) по виду спорта «кикбоксинг»

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м. (1 балл если не более: М- 6,0 с., Д.- 6,2 с.)		Бег на 1000 м. (М: 5.90 и менее - 3 б., 6.00 и менее - 2 б., 6.10. и менее - 1б., более 6.10- 0б.) (Д: 7.40 и менее- 3 б., 7.50 и менее - 2 б., 7.60 и менее - 1б., более 7.60 - 0 б.)		Подтягивания из виса на высокой перекладине (М: 10 и более - 1 б.; менее 10 - 0б.)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 15 и более - 1б, менее 15 - 0б.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (М: 22 и более - 1 б., Д: 13 и более - 1 б.)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (М: +5 см - 3 б., +4 см - 2 б., +3 см- 1б., менее +3 см- 0б.) (Д: +16 см- 3 б.,+15 см - 2 б., +14 см - 1б., менее +14 см - 0 б.)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Амеев М	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
2	Андреев Д	4,5с	1	5,0с	3	10	1	30	1	35	1	5см	3	10
3	Андреев Т	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
4	Доманский Я	5,9	1	5,9с	3	10	1	25	1	40	1	5см	3	10
5	Земцов В	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
6	Чигриков Д	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
7	Июлин А	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
8	Оленев М	6,0	1	6,0	2	5	0	15	1	22	1	5см	3	8
9	Оленев Т	4,3	1	4,9	3	10	1	35	1	35	1	5см	3	10
10	Рыбач М	5,2	1	5,0с	3	10	1	30	1	35	1	10см	3	10
11	Шинин М	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
12	Шинин Ф	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

СОБ-2

Дата

14.11 2025

Тренер

Подпись

Зинцов А.А.

Зинцов

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (этап спортивной специализации)

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м. (М не более 8,8 с., Д не более 10,1 с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее - 3 б., 12.30 и менее - 2 б., 12.40. и менее - 1б., более 12.40- 0б.) Бег на 2000 м. (Д: 11.10 и менее - 3 б., 11.20 и менее - 2 б., 11.30 и менее - 1б., более 11.30 - 0 б.)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 14 и более - 1 балл)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 22 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 42 и более раз, Д- 22 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 200 и более - 3б, 190 и более - 2б, 180 и более - 1б, менее 180 - 0б) (Д: 180 и более - 3б, 170 и более 2 б, 160 и более - 1б, менее 160 - 0б)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) (М: 50 и более, Д: 42 и более - 1 балл)		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Иванов С	10,2	0	12,4	1	14	1			42	1	193	2	50	1	6
2	Коваль А	9,4	1	12,0	3	15	1			45	1	192	2	50	1	9
3	Корельский Е	8,5	1	11,8	3	15	1			40	0	190	2	50	1	8
4	Петренко В	8,7	1	11,5	3	14	1			45	1	203	3	50	1	19
5	Петрахов А	8,5	1	11,8	3	14	1			45	1	215	3	50	1	10
6	Писаренко В		1	11,4	3	17	1			50	1	221	3	50	1	10
7	Суханов А	8,2	1	11,2	3	16	1			50	1	220	3	50	1	10
8																
9																
10																
11																
12																

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

УТ(СС)- 4

22.11.2025

Тренер

Подпись

Миронов А. Ю
Миронов

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 15 см и менее, Д: 10 см и менее -1 б.)		Толчок набивного мяча весом 3 кг с места (м) (М: 6,5 и более, Д: 4,5 и более - 16.)		Количество ударов по воздуху руками (за 8 с) (М: 52 и более, Д:38 и более - 1 б.)		Нанесение ударов по воздуху за 1,5 мин руками и ногами (М: 140 и более - 3 б., 130 и более - 2 б., 120 и более - 1б., менее 120- 0б.) (Д: 110 и более - 3 б., 100 и более - 2 б., 90 и более - 1б., менее 90- 0б.)		Кол-во баллов
				Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Чванов С	15см	1	9,9	1	52	1	120	1	4
2	Коваль А	12см	1	2,9	1	58	1	131	2	5
3	Корельский Е	15см	1	2,0	1	50	0	125	1	3
4	Панфилов В	10см.	1	8,7	1	60	1	134	2	5
5	Петраков А	15см	1	9,5	1	54	1	149	2 3	6
6	Писаренко В	14см	1	9,2	1	54	1	151	3	6
7	Сауханов А	13см	1	8,5	1	65	1	144	3	6
8										
9										
10										
11										
12										

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

УТ(СС)- 9

22.11.2025

Тренер

Подпись

Синилов А.В.
Васильев

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Нормативы общей физической подготовки													Кол-во баллов
	Фамилия, имя	Бег 100 м. (М: 14 и менее с., Д 16,8 и менее с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее, Д:14.00 и менее - 1 балл)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 20 и более, Д: 8 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 55 и более раз, Д- 30 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 230 и более - 36, 220 и более - 26, 210 и более - 16, менее 210 - 06) (Д: 205 и более - 36, 195 и более 26, 185 и более - 16, менее 185 - 06)		Исходное положение – вис на перекладине хватом сверху, подъем выпрямленных ног до касания перекладины в положение «высокий угол» (М: 20 и более, Д: 10 и более - 1 балл)		
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Чеснов А	11,3	1	12.0	1	20	1	55	1	7.45	3	20	1	8
2	Сунитов К	11,4	1	12.0	1	20	1	55	1	7.51	3	20	1	8
3	Мамедов И	10,5	1	12.0	1	20	1	55	1	7.33	3	20	1	8
4														
5														
6														
7														
8														

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ 2.3

Дата

10.11.2025

Тренер

Сунитов А.Ю

Подпись

Сунитов

г.

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 5 см и менее, Д: 0 см - 1 б.)		Толчок набивного мяча весом 4,5 кг с места (м) (М: 20 и более, Д: 10 и более - 1 б.)		Количество ударов по боксерской груше руками (за 10 с) (М: 82 и более - 3 б, 72 и более - 2 б, 62 и более - 1 б, менее 62 - 0 б) (Д: 68 и более - 3 б, 58 и более 2 б, 48 и более - 1 б, менее 48 - 0 б)		Нанесение ударов по боксерскому мешку за 2 мин руками и ногами (не менее 6 ударов ногами) (М: 162 и более - 3 б, 152 и более - 2 б, 142 и более - 1 б, менее 142 - 0 б) (Д: 136 и более - 3 б, 126 и более 2 б, 116 и более - 1 б, менее 116 - 0 б)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Исаяев А	4,5 см	1	22,1 м	1	93	3	165	3	8
2	Сулчмонов К	5 см	1	21,8 м	1	85	3	162	3	8
3	Мамеуов И.	5 см	1	20,5 м	1	83	3	169	3	8
4										
5										
6										
7										
8										

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ 2 ССМ 3

Дата

10.11.2025

Тренер

Подпис

к.

Мамеуов А.И.
[Подпись]

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (этап спортивной специализации) *УТ-1*

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м. (М не более 8,8 с., Д не более 10,1 с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее - 3 б., 12.30 и менее - 2 б., 12.40. и менее - 1б., более 12.40- 0б.) Бег на 2000 м. (Д: 11.10 и менее- 3 б., 11.20 и менее - 2 б., 11.30 и менее - 1б., более 11.30 - 0 б.)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 14 и более - 1 балл)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 22 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 42 и более раз, Д- 22 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 200 и более - 3б, 190 и более - 2б, 180 и более - 1б, менее 180 - 0б) (Д: 180 и более - 3б, 170 и более 2 б, 160 и более - 1б, менее 160 - 0б)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) (М: 50 и более, Д: 42 и более - 1 балл)		Кол-во баллов
		Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	Результ ат	Балл	
1	Бочков А.	8.5	2	12.32	2	18	3			44	3	2.20	3	58	3	16
2	Лавдаев А.	8.1	2	12.30	2	10	1			44	3	2.05	3	55	3	14
3	Коваленко С.	7.8	3	12.35	1	3	0			44	3	1.90	2	52	3	12
4	Морозов Т.	7.9	3	12.38	2	15	3			44	3	1.98	2	51	3	16
5	Свотнев К.	8.2	3	12.36	2	12	2			40	2	2.00	3	52	3	15
6	Шкелев А.	8.3	3	12.35	2	14	3			44	3	1.9	2	51	3	16
7	Засеужик А.	8.2	3	12.36	2	10	1			38	1	2.00	3	52	3	13
8	Рудков Д.	8.4	3	12.35	2	10	1			40	2	1.9	2	50	3	13
9	Евдокимов	8.0	3	12.38	2	14	3			44	3	1.96	2	54	3	16
10	Кивико И.	8.1	3	12.35	2	14	3			44	3	2.00	3	52	3	14
11	Мустапаев Д.	8.2	3	12.38	2	14	3			44	3	2.08	3	51	3	14
12	Майрзаев М.	8.0	3	12.36	2	14	3			44	3	2.00	3	50	3	14
13	Бадмаев	0		0		0				0		0		0		0
14																

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 1

Тренер

Свотнев К. А.

Подпись

Свотнев

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 15 см и менее, Д: 10 см и менее - 1 б.)		Толчок набивного мяча весом 3 кг с места (м) (М: 6,5 и более, Д: 4,5 и более - 16.)		Количество ударов по воздуху руками (за 8 с) (М: 52 и более, Д: 38 и более - 1 б.)		Нанесение ударов по воздуху за 1,5 мин руками и ногами (М: 140 и более - 3 б., 130 и более - 2 б., 120 и более - 1б., менее 120- 0б.) (Д: 110 и более - 3 б., 100 и более - 2 б., 90 и более - 1б., менее 90- 0б.)		Кол-во баллов
				Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Бочков А.	16	1	6.8	1	58	1	128	1	20
2	Давыдов А.	15	1	6.7	1	60	1	130	2	19
3	Коваленко С.	15	1	6.8	1	63	1	138	2	14
4	Морозов Т.	14	1	6.9	1	60	1	125	1	20
5	Светлов К.	16	1	6.8	1	61	1	128	1	20
6	Шкаев А.	15	1	6.7	1	58	1	132	2	21
7	Засухин А.	16	1	6.9	1	57	1	135	2	18
8	Рудков Д.	14	1	6.6	1	59	1	137	2	18
9	Свободкин	15	1	6.7	1	58	1	138	2	21
10	Сидорова И.	15	1	6.8	1	60	1	132	2	22
11	Мустафеев В.	15	1	6.7	1	56	1	135	2	22
12	Мамедов М.	15	1	6.7	1	54	1	137	2	22
13	Мамедов									
14	Абдукадир	0	0	0		0	0	0		0

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 1

Дата

Тренер

Исмаилов В. А.

Подпись

[Подпись]

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП
(этап спортивной специализации)

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 60 м. (М не более 8,8 с., Д не более 10,1 с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее - 3 б., 12.30 и менее - 2 б., 12.40. и менее - 1б., более 12.40- 0б.) Бег на 2000 м. (Д: 11.10 и менее- 3 б., 11.20 и менее - 2 б., 11.30 и менее - 1б., более 11.30 - 0 б.)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 14 и более - 1 балл)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 22 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 42 и более раз, Д- 22 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 200 и более - 3б, 190 и более - 2б, 180 и более - 1б, менее 180 - 0б) (Д: 180 и более - 3б, 170 и более 2 б, 160 и более - 1б, менее 160 - 0б)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) (М: 50 и более, Д: 42 и более - 1 балл)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Османов И.	8.5	3	12.05	3	18	3			46	3	2.20	3	40	0	15
2	Петресук Я.	8.1	3	12.35	3	16	2			44	2	2.08	3	40	0	13
3	Полтавцев Я.	8.6	2	12.35	3	10	0			42	1	1.96	3	40	0	9
4	Решетников Д.	7.8	3	12.00	3	18	3			46	3	2.20	3	46	0	15
5	Саганеладзе М.	8.2	3	12.30	3	14	1			46	3	2.00	3	38	0	13
6	Федотов И.	8.6	2	12.30	3	14	1			42	1	1.90	3	39	0	10
7	Чухарева М.	10.0	2	11.20	3			26	3	20	3	1.40	3	31	0	14
8	Бельков А.	8.2	3	12.20	3	18	3			46	3	2.00	3	40	0	15
9	Петроченко А.	8.2	3	12.30	3	16	2			46	3	2.10	3	35	0	14
10																
11																
12																

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

УТ(СС)- 5

Дата

23.11.2025

Тренер

Челобанов К.А.

Подпись

Челобанов К.А.

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 15 см и менее, Д: 10 см и менее -1 б.)		Толчок набивного мяча весом 3 кг с места (м) (М: 6,5 и более, Д: 4,5 и более - 1б.)		Количество ударов по воздуху руками (за 8 с) (М: 52 и более, Д:38 и более - 1 б.)		Нанесение ударов по воздуху за 1,5 мин руками и ногами (М: 140 и более - 3 б., 130 и более - 2 б., 120 и более - 1б., менее 120- 0б.) (Д: 110 и более - 3 б., 100 и более - 2 б., 90 и более - 1б., менее 90- 0б.)		Кол-во баллов
				Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Османов И.	10	3	>10.0	3	>54	3	>124	3	12
2	Петрехук Я.	12	3	>10.0	3	>54	3	>124	3	12
3	Полтибцев Я.	18	0	>10.0	3	>54	3	>124	3	9
4	Решетников Д.	15	1	>10.0	3	>54	3	>124	3	12
5	Сагитов М.	15	1	>10.0	3	>54	3	>124	3	10
6	Федотов И.	10	3	>10.0	3	>54	3	>124	3	12
7	Чукаева М.	10	1	>7.0	3	>42	3	>94	3	10
8	Бельков А.	15	1	>10.0	3	>54	3	>124	3	10
9	Петросян А.	10	3	>10.0	3	>54	3	>124	3	12
10										
11										
12										

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

УТ(СС)- 5

23.11.2025

Тренер

Подпись

Шелайкин К.А.

[Подпись]

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на спортивно-оздоровительный этап базового уровня (до года обучения) по виду спорта «кикбоксинг»

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м. (1 балл если не более: М- 6,2 с., Д.- 6,4 с.)		Бег на 1000 м. (М: 6.10 и менее - 3 б., 6.20 и менее - 2 б., 6.30. и менее - 1б., более 6.30- 0б.) (Д: 7.60 и менее- 3 б., 7.70 и менее - 2 б., 7.80 и менее - 1б., более 7.80 - 0 б.)		Подтягивания из виса на высокой перекладине (М: 5 и более - 1 б.; менее 5 - 0б.)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 10 и более - 1б, менее 10 - 0б.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (М: 12 и более - 1 б., Д: 8 и более - 1 б.)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (М: +3 см - 3 б., +2 см - 2 б., +1 см- 1б., менее +1 см- 0б.) (Д: +5 см- 3 б., +4 см - 2 б., +3 см - 1б., менее +3 см - 0 б.)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	КАВЕРИН Михаил	6,2сек	1	6,08сек	3	5раз	1	-и-и-	-и-	17раз	1	+9см	3	9
2	КАЗАНЦЕВ Вячеслав	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-	-и-
3	МУРАДЬЯН Юрдей	5,9сек	1	6,03сек	3	10раз	1	-и-и-	-и-	24раза	1	+5см	3	9
4	НАГЧЕВ ИВАН	6,0сек	1	5,9сек	3	14раз	1	-и-и-	-и-	29раз	1	+7см	3	9
5	НАУМОВ СТЕПАН	5,9сек	1	5,86сек	3	12раз	1	-и-и-	-и-	33раза	1	+4см	3	9
6	ПАНИН Никита	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-
7	РАТАСЕП Редор	6,1сек	1	6,10сек	3	8раз	1	-и-и-	-и-	21раз	1	+5см	3	9
8	СЕМЁНОВ Даниил	6,2сек	1	6,9сек	3	5раз	1	-и-и-	-и-	13раз	1	+4см	3	9
9	СИДОРОВ МАТВЕЙ	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-	-и-и-
10	СЕМЁНОВ Дмитрий	5,8сек	1	6,04сек	3	16раз	1	-и-и-	-и-	36раз	1	+8см	3	9
11	ФЕЛАГОВ Иван	6,1сек	1	5,8сек	3	13раз	1	-и-и-	-и-	22раза	1	+7см	3	9
12	ШАКИРОВА Алча	6,0сек	1	6,18сек	3	5раз	1	28раз	1	17раз	1	+11см	3	9

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

СОБ-2

Дата

13.11.2025г.

Тренер

Подпись


 Никаноров Ю.П.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки (свыше года обучения) по виду спорта «кикбоксинг»

СОБ-3

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 30 м. (1 балл если не более: М- 6,0 с., Д.- 6,2 с.)		Бег на 1000 м. (М: 5.90 и менее - 3 б., 6.00 и менее - 2 б., 6.10. и менее - 1б., более 6.10- 0б.) (Д: 7.40 и менее- 3 б., 7.50 и менее - 2 б., 7.60 и менее - 1б., более 7.60 - 0 б.)		Подтягивания из виса на высокой перекладине (М: 10 и более - 1 б.; менее 10 - 0б.)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (Д: 15 и более - 1б, менее 15 - 0б.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (М: 22 и более - 1 б., Д: 13 и более - 1 б.)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (М: +5 см - 3 б., +4 см - 2 б., +3 см- 1б., менее +3 см- 0б.) (Д: +16 см- 3 б.,+15 см - 2 б., +14 см - 1б., менее +14 см - 0 б.)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	БЕКТАШЕВ БОГДАН	6,0 сек	1	5,8 сек	3	4 раза	0	-и-и-и-	-и-и-и-	22 раз	1	+5 см	3	8
2	Горбенко Ярослав	5,9 сек	1	5,5 сек	3	11 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	29 раз	1	+6 см	3	8
3	Думаденко Денис	5,8 сек	1	5,1 сек	3	15 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	33 раз	1	+5 см	3	9
4	Маджар Денис	5,9 сек	1	5,4 сек	3	21 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	45 раз	1	+7 см	3	9
5	Никандров Артём	5,7 сек	1	5,5 сек	3	24 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	40 раз	1	+9 см	3	9
6	Полов Андрей	5,6 сек	1	5,9 сек	3	10 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	24 раз	1	+4 см	2	8
7	Пряженкова Екатерина	5,9 сек	1	6,7 сек	3	5 раз	0	32 раз	1	19 раз	1	+17 см	3	9
8	Рягин Дмитрий	5,7 сек	1	5,3 сек	3	12 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	22 раз	1	+6 см	3	9
9	Рягузин Александр	5,8 сек	1	5,4 сек	3	11 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	26 раз	1	+8 см	3	9
10	Франчик Софья	6,0 сек	1	6,9 сек	3	10 раз	1	26 раз	1	23 раз	1	+18 см	3	10
11	Чумаков Родион	5,8 сек	1	5,7 сек	3	6 раз	0	-и-и-и-	-и-и-и-	22 раз	1	+3 см	0	5
12	Юсус Александр	5,6 сек	1	5,3 сек	3	18 раз	1	-и-и-и-	-и-и-и-	48 раз	1	+11 см	3	9

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

СОБ-3

Дата

12.11.2025г.

Тренер

Никандров И.П.

Подпись

Никандров

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

[illegible]

Отделение

Группа

Дата

КИКБОКСИНГ

YT(CC)- 2

13.11.2025n

Тренер

Подпись

Никандров Ю. С.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м.		Бег на 3000 м.		Подтягивание из виса на высокой перекладине		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Исходное положение – вис на перекладине хватом сверху, подъем выпрямленных ног до касания перекладины в положение «высокий угол»		Результаты выступления обучающихся на официальных спортивных соревнованиях 2 соревнования – выполнено 0 соревнований – не выполнено
		Выполнено если М: 14 менее с., Д: 16,8 и менее с	Результат	Выполнено если М: 12.20 и менее, Д: 14.00 и менее -	Результат	выполнено если М: 20 и более, Д: 8 и более	Результат	выполнено если М - 55 и более раз, Д- 30 и более	Результат	выполнено если М: не менее 210 Д: , менее 185	Результат	выполнено если М: 20 и более, Д: 10 и более	Результат	
1	Александров А.И.	Выполнено	12	Выполнено	11.7	Выполнено	28	Выполнено	52	Выполнено	2,20	Выполнено	30	Выполнено
2	Белых С.А.	Выполнено	12.5	Выполнено	10,8	Выполнено	27	Выполнено	60	Выполнено	2,15	Выполнено	38	Выполнено
3	Вознесенский М.А.	Выполнено	15,4	Выполнено	12.0	Выполнено	15	Выполнено	35	Выполнено	1,90	Выполнено	18	Выполнено
4	Николаев А.А.	Выполнено	13,1	Выполнено	11,8	Выполнено	35	Выполнено	60	Выполнено	2,10	Выполнено	40	Выполнено
5	Шабиров Р.Т.	Выполнено	13,4	Выполнено	12,0	Выполнено	40	Выполнено	63	Выполнено	2,15	Выполнено	55	Выполнено
6	Рибман И.С.	Выполнено	12,5	Выполнено	11,8	Выполнено	42	Выполнено	70	Выполнено	2,30	Выполнено	60	Выполнено
7	Иванов С.Т.	Выполнено	14	Выполнено	11,6	Выполнено	35	Выполнено	45	Выполнено	2,00	Выполнено	55	Выполнено
8	Торчилов С.А.	Выполнено	12,3	Выполнено	12,1	Выполнено	38	Выполнено	22	Выполнено	2,10	Выполнено	60	Выполнено

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ

Дата

10.11.2025

Тренер

Подпись

Александр Г.И.

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) выполнено если М: не более 5 см, Д: не более 0 см		Толчок набивного мяча весом 4,5 кг с места (м) выполнено если М: 20 и более, Д: 10 и более		Количество ударов по боксерской груше руками (за 10 с) выполнено если М: не менее 62 Д: не менее 48		Нанесение ударов по боксерскому мешку за 2 мин руками и ногами (не менее 6 ударов ногами) выполнено если М: не менее 142 Д: не менее 116		ТЕСТ
		Результат	выполнено / не выполнено	Результат	выполнено / не выполнено	Результат	выполнено / не выполнено	Результат	выполнено / не выполнено	
1	Абакаров Д.К.	3	Выполнено	28	Выполнено	65	Выполнено	152	Выполнено	Выполнено
2	Белых С.Н.	2	Выполнено	25	Выполнено	62	Выполнено	160	Выполнено	Выполнено
3	Кельдиш М.А.	0	Выполнено	8	Выполнено	30	Выполнено	14	Выполнено	Выполнено
4	Лайсенко А.А.	1	Выполнено	25	Выполнено	65	Выполнено	150	Выполнено	Выполнено
5	Парков Р.Н.	1	Выполнено	20	Выполнено	72	Выполнено	148	Выполнено	Выполнено
6	Ривман М.С.	2	Выполнено	22	Выполнено	75	Выполнено	156	Выполнено	Выполнено
7	Иванов С.Т.	1	Выполнено	15	Выполнено	30	Выполнено	153	Выполнено	Выполнено
8	Паршиков С.	1	Выполнено	22	Выполнено	30	Выполнено	150	Выполнено	Выполнено

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ

Дата

10.11.2025

Тренер

Абакаров Д.С.

Подпись

(подпись)

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Бег 100 м. (М: 13,2 и менее с., Д 14,0 и менее с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 11.00 и менее, Д: 12.30 и менее - 1 балл)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 25 и более, Д: 12 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 70 и более раз, Д- 50 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М: 250 и более - 36, Д: 200 и более - 1 б)		Исходное положение – вис на перекладине хватом сверху, подъем выпрямленных ног до касания перекладины в положение «высокий угол» (М: 45 и более - 36, 30 и более - 26, 20 и более - 16, менее 20 - 06) (Д: 35 и более - 36, 25 и более 26, 12 и более - 16, менее 12 - 06)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Александров В	12.8	1	9.8	1	32	1	82	1			48	3	15
2	Ахмедов Д.	13.5	1	10.2	1	13	1	64	1			39	3	15
3	Даниялбеков А	12.5	1	9.9	1	35	1	84	1			51	3	14
4	Магомедов А	12.6	1	10.3	1	36	1	86	1			47	3	12
5	Михайлов А.	12.8	1	9.8	1	35	1	85	1			48	3	14
6	Попов И.	12.3	1	9.7	1	38	1	84	1			49	3	16
7	Амосов М	13.8	1	10.8	1	16	1	68	1			38	3	15

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ВСМ

Дата

Тренер

Генерал И.Т.

Подпись

[Подпись]

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М и Д: 0 см - 1 балл)		Толчок набивного мяча весом 4,5 кг с места (м) (М: 10 и более, Д: 8 и более - 16.)		Количество ударов по боксерской груше руками (за 10 с) (М: 88 и более - 36, 78 и более - 26, 68 и более - 16, менее 68 - 06) (Д: 72 и более - 36, 62 и более 26, 52 и более - 16, менее 52 - 06)		Нанесение ударов по боксерскому мешку за 2 мин руками и ногами (не менее 6 ударов ногами) (М: 204 и более - 36, 194 и более - 26, 184 и более - 16, менее 184 - 06) (Д: 141 и более - 36, 131 и более 26, 121 и более - 16, менее 121 - 06)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Александров В	0	1	13	1	90	3	210	3	8
2	Ахмедова З	0	1	9	1	74	2	171	3	8
3	Замиялов А	1	0	16	1	88	3	204	3	7
4	Мамондиров А	1	0	12	1	80	2	196	2	5
5	Михайлов А	0	1	14	1	91	3	203	2	7
6	Тамбиев Н	0	1	15	1	90	3	209	3	8
7	Алимова М	0	1	12	1	75	3	150	3	8

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ВСМ

Дата

10.11.2025

Тренер

Подпись

Темрюк И.И.

НОРМАТИВЫ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

СОБЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА														
№ п/п	Нормативы общей физической подготовки												Кол-во баллов	
	Фамилия, имя	Бег 100 м. (М: 14 и менее с., Д 16,8 и менее с - 1 балл)		Бег на 3000 м. (М: 12.20 и менее, Д: 14.00 и менее - 1 балл)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (М: 20 и более, Д: 8 и более - 1 балл)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (М - 55 и более раз, Д- 30 и более раз - 1 балл)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (М. 230 и более - 36, 220 и более - 26, 210 и более - 16, менее 210 - 06) (Д: 205 и более - 36, 195 и более 26, 185 и более - 16, менее 185 - 06)		Исходное положение - вис на перекладине хватом сверху, подъем выпрямленных ног до касания перекладины в положение «высокий угол» (М: 20 и более, Д: 10 и более - 1 балл)		
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат		Балл
1	Тидовилин В.	0		0		0		0		0		0		13
2	Давидян В.	10	1	10.5	1	35	1	64	1	232	1	23	1	14
3	Марчук В.	14	1	12.8	1	12	1	42	1	220	1	18	1	14
4	Доржиев В.	10	1	10.9	1	38	1	55	1	236	1	22	1	13
5	Суханов А.	10	1	11.2	1	12	1	44	1	215	1	19	1	14
6														
7														
8														

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ

Дата

Тренер

Подпись

к

Тетров И.Т.

НОРМАТИВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

№ п/п	Фамилия, имя	Выполнение поперечного шпагата (от линии паха) (М: 5 см и менее, Д: 0 см - 1 б.)		Толчок набивного мяча весом 4,5 кг с места (м) (М: 20 и более, Д: 10 и более - 1б.)		Количество ударов по боксерской груше руками (за 10 с) (М: 82 и более - 3б, 72 и более - 2б, 62 и более - 1б, менее 62 - 0б) (Д: 68 и более - 3б, 58 и более 2 б, 48 и более - 1б, менее 48 - 0б)		Нанесение ударов по боксерскому мешку за 2 мин руками и ногами (не менее 6 ударов ногами) (М: 162 и более - 3б, 152 и более - 2б, 142 и более - 1 б, менее 142 - 0б) (Д: 136 и более - 3б, 126 и более 2 б, 116 и более - 1б, менее 116 - 0б)		Кол-во баллов
		Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	Результат	Балл	
1	Тибодулин В	4	1	19	0	83	3	140	3	7
2	Давидан Э	0	1	23	1	90	3	143	3	8
3	Марчук И	0	1	15	1	81	3	151	3	8
4	Фарсинов И	1	1	20	1	89	3	161	2	7
5	Сухомов А	0	1	12	1	73	3	140	3	8
6										
7										
8										

Отделение

КИКБОКСИНГ

Группа

ССМ

Дата

10.11.2025

Тренер

Подпись

к

Петров И.И.