

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Нижневартовска "Спортивная школа"  
 Протокол № 33 от 25.02.2026  
 контрольных нормативов общей физической и специальной физической подготовки на этапе начальной подготовки  
 для зачисления на 2025/2026 учебный год

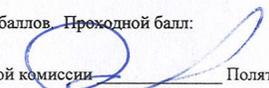
Вид спорта: Пауэрлифтинг

Этап подготовки: Начальная подготовка

№	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Группа	Тренер-преподаватель	Скоростные качества		Скоростно-силовые качества						Сила						Координация		Выполнил/не выполнил
					Бег 30м		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.		Прыжок в длину с места двумя ногами (см.)		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (сек.)		Приседание, ладони на затылке				
					юноши не более 6,2 сек	девушки не более 6,4 сек	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	сдал/не сдал	
1	Вонсович Артём Витальевич	03.04.2012	НП	Луценко А.А.	4,64	сдал	12	сдал	240	сдал	21	сдал	21	сдал	12,0	сдал	16	сдал	35	выполнил	
2	Малинов Иван Дмитриевич	02.11.2012	НП	Луценко А.А.	5,68	сдал	10	сдал	180	сдал	28	сдал	15	сдал	8,5	сдал	12	сдал	35	выполнил	
3	Мотречко Владислав Андреевич	04.09.2014	НП	Луценко А.А.	5,14	сдал	10	сдал	150	сдал	29	сдал	10	сдал	10	сдал	14	сдал	35	выполнил	
4	Самирханов Ратмир	07.01.2011	НП	Луценко А.А.	4,43	сдал	15	сдал	230	сдал	29	сдал	11	сдал	12	сдал	15	сдал	35	выполнил	
5	Хрипунов Никита Андреевич	16.12.2010	НП	Луценко А.А.	4,2	сдал	15	сдал	260	сдал	28	сдал	11	сдал	10,7	сдал	15	сдал	35	выполнил	
6	Шакиров Тимур Альбертович	15.04.2011	НП	Луценко А.А.	4,86	сдал	10	сдал	180	сдал	29	сдал	13	сдал	10,3	сдал	15	сдал	35	выполнил	
7	Шарипов Каис Алмазович	17.10.2013	НП	Луценко А.А.	6,1	сдал	10	сдал	130	сдал	29	сдал	20	сдал	10,5	сдал	15	сдал	35	выполнил	

Примечание:

Выполненный тест: 5 баллов. Проходной балл: 35 баллов

Председатель приемной комиссии:  Полятыкина Н. Д.

Заместитель председателя приемной комиссии:  Луценко А. А.

Секретарь приемной комиссии:  Краснова К. В.

Члены приемной комиссии:

 Телицына О. Ю.

 Гончарук И. Н.

 Кандаурова И. В.

 Константинова Р. М.