



Тестування із загальної фізичної та спеціальної льодової підготовки
ХК "Автомобіліст" м. Київ

Загальна фізична підготовка										Спеціальна льодова підготовка			
Інформація про спортсменку	ХАРАКТЕРИСТИКИ					СИЛА	МІЦНІСТЬ	ШВИДКІСТЬ	ВИТРИВАЛІСТЬ	МІЦНІСТЬ		ШВИДКІСТЬ	
	Вага	Зріст	Вік	Хват	Амплуа /позиція	Стрибок у довжину з місця	Піднімання тулуба за 45 с.	Біг на 60 метрів	Човниковий біг 4x9 м.	Слалом	"Малий слалом" з шайбою	Біг на ковзанах 36 метрів	Біг на ковзанах 36 метрів спиною вперед
Прізвище, ім'я	кг	см	на момент здачі	Л/П		см	кількість разів	сек.	сек.	сек.	сек.	сек.	сек.
1. Бажан Ірина	53	170	28	Л	НЦ	216	41	6,41	10,2	41,7	24,3	5,07	6,8
2. Бедокурова Ірина	58	177	36	П	ВР	180	42	10,75	11	1:15	53,19	7,54	10,44
3. Богаєвська Анастасія	57	160	35	Л	ЗЛ	145	33	11,81	11,7	59	41	6,7	11,5
4. Вербенко Лариса	65	161	42	Л	НЦ	177	35	10	11,4	57,06	32,53	5,65	8,65
5. Веремчук Анна	105	185	36	Л	ЗЛ	162	36	13,4	12,5	1:06	35,25	6,97	9,66
6. Голуб Вікторія	63	170	49	Л	ВР	187	31	10,34	12,2	1:28	52	9,5	15,8
7. Кузьминська Анастасія	52	171	20	Л	НП	176	33	9,7	10,5	1:11	42,78	6,16	10,12
8. Лепеха Вікторія	53	168	29	Л	НЛ	183	30	9,6	10,7	58,85	31,41	5,75	11
9. Ніколаєва Ірина	52	166	42	Л	НЛ	157	17	10,72	11,8	1,01	36,2	6,6	9,5
10. Писаренко Ольга	62	174	42	Л	ЗЛ	180	33	10,8	11,6	1:04	39,25	6,31	8,28
11. Порохніцька Елеонора	60	160	38	Л	НЛ	154	42	11,5	12,2	1:04	40,1	6,18	8,03
12. Роганова Марія	67	174	48	Л	НП	164	30	12	11,8	1:12	35,28	6,22	10,53
13. Савченко Наталія	67	174	44	Л	ЗП	160	28	11,5	12,5	1:05	39	6	11
14. Слісенко Владислава	59	166	20	Л	НЛ	165	34	16,15	10,9	58,65	33,4	6,22	8,69
15. Соловійова Ольга	58	158	39	П	ЗП	178	35	11,15	11,4	1:03	37,78	6,69	8,91
16. Супрун Дар'я	70	175	18	Л	ЗЛ	154	32	11,72	11,75	58,35	39,5	6,03	8,41
17. Телегіна Поліна	47	165	15	Л	НП	233	47	8,5	9,66	53,41	35,4	5,5	6,87
18. Удовиченко Марина	65	170	54	П	ЗП	143	44	10,6	11,4	1:06	33,66	6,19	8,68
19. Щукіна Яна	50	163	19	Л	НЦ	168	30	10,2	10,9	1:13	36,06	6,15	9,22