



Тестування із загальної фізичної та спеціальної льодової підготовки ХК "УКРАЇНОЧКА" 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.	Аліпова Елен	52	155	20	Л	НЦ	177	30	10,72	10,81	53,75	30,84	6,1	8,35
2.	Аліпова Елізабет	52	155	20	Л	НП	173	35	10,68	11,25	56,22	33,28	6,1	8,82
3.	Бобошко Надія	64	170	36	П	НЦ	186	30	10	10,56	1:01	37	6,59	10,2
4.	Вергілес Юлія	68	168	30	П	НЛ	222	41	8,29	9,34	51,85	29,8	5,7	7,8
5.	Громова Марія	57	160	21	Л	ЗЛ	182	40	9,6	10,06	51,9	30,68	6,5	8,97
6.	Добровольська Юлія	51	164	20	Л	НП	208	45	9,34	10,16	49	29,37	6	7,43
7.	Кадема Вікторія	56	160	17	П	НП	160	34	10,22	10,94	1:10	49,25	7,09	11,37
8.	Кобчук Марина	68	172	19	Л	ЗЛ	197	38	9,6	10,34	52,94	30,62	5,9	7,75
9.	Криворучко Марина	58	157	18	Л	ЗП	177	36	10,09	10,31	51,66	31,81	6,4	8,9
10.	Шевченко Олександра	56	170	34	Л	НЛ	202	36	9,56	10,56	1:08	39,6	7,02	9,38
11.	Янова Вікторія	72	173	18	Л	ЗП	147	36	10,46	11,09	1:06	40,6	7,2	9,4
12.	Гаркуша Юлія	56	164	31	Л	В	172	35	9,88	11,31	1:43	47,15	9,5	13,3
13.	Бойко Вікторія	62	170	34	Л	НЛ	212	41	9,16	10,03	1:02	35,16	7,2	11,8
14.	Вульфсон Юлія	54	166	22	Л	ЗЛ	166	37	9,71	10,03	56,75	39,09	6,57	9,97
15.	Гадлія Аліка	58	160	20	Л	НЛ	200	38	8,93	9,22	52,27	32,12	6,08	8,94
16.	Денисенко Вікторія	62	174	33	Л	ЗП	182	50	9,1	10,6	56	33,2	6,47	8,28
17.	Кутузова Світлана	55	165	30	Л	ЗП	184	37	9,44	10,28	1:01	36,7	6,53	9,16
18.	Ратушна Ірина	57	170	29	П	ЗЛ	182	39	9,31	9,72	1:00	35,5	7,04	8
19.	Ценова Вікторія	53	162	19	Л	НЦ	229	38	8,69	9,56	52,34	30,87	5,72	8
20.	Цимеренко Дарія	57	168	15	Л	Н/Л	193	44	10	10,32	51	29,65	6,16	7,84
21.	Ткаченко Тетяна	64	170	37	Л	З/Л	209	39	9,84	9,72	49,69	29,94	5,97	7,18
22.	Андрух Христина	63	168	26	Л	Н/Ц	186	40	10,1	10,19	50,25	31,53	5,84	7,38