



Федерация  
фитнес-аэробики  
России

# МОСКОВСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ФИТНЕСА Я ВЫБИРАЮ СПОРТ!

6 - 10 АПРЕЛЯ 2023  
Г. МОСКВА, ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ АРЕНА "ДИНАМО"

<b>ВИД ПРОГРАММЫ</b>
<b>ФИО группы/спортсмена:</b>

## СПИСОК ЗАЯВЛЕННЫХ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНОЙ ПРОГРАММЫ

№	ПОРЯДОК И ОПИСАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ	ТЕХ. ИНДЕКС	КАТЕГОРИЯ ЭЛЕМЕНТОВ (прыжки, стат.сила, отжимание, гибкость)
1			
2			
3			
.			
.			
1/3 программы	Время программы от 00 сек. до 35/37 сек.		
.			
.			
.			
.			
2/3 программы	Время программы от 35/37 сек. до 1 мин.10 сек./1 мин.14 сек.		
.			
.			
.			
.			
3/3 программы	Время программы от 1 мин.10 сек./1 мин.14 сек. до 1 мин. 45 сек./1 мин.50 сек.		
Итоговое количество элементов (_____)			
Итоговый тех.индекс			

Тренер/представитель спортсмена/ов \_\_\_\_\_ (ФИО/подпись)