Федерация фитнес-аэробики России

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

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

ВИД ПРОГРАММЫ
ФИО группы/спортсмена:

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)