В период с 17-24 августа 2020 г. на базе ФОК «Серебряный Донец», л/к «Оранжевый лед» состоялась сдача контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовки отделения хоккея с шайбой. В каждой возрастной группе, в соответствии с программами дополнительной предпрофессиональной и спортивной подготовки, учащиеся выполняли тесты: бег 30 м. старт с места, бег 20 м. старт с места, бег 400 м., челночный бег 4*9 м, подтягивание на





Разминка

И как я там прыгнул?!

Финиш!!!



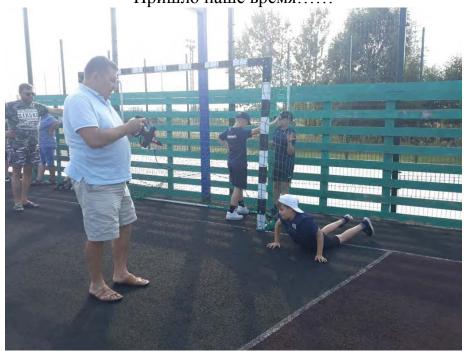
Меня не догонят!



Сергей Владимирович, а мы хорошо пробежали?



Пришло наше время.....



Нет, Саша, так не пойдет!!!