

Нормативы по бегу для курсантов факультета высшего образования

Дистанция	Оценка	1 курс		2 курс		3курс	
		Девушки	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши
100 метров	«5»	16,2 сек	13,1 сек	16,1 сек	12,9 сек	16,1 сек	12,9 сек
	«4»	17,0 сек	14,1 сек	16,9 сек	13,9 сек	16,9 сек	13,9 сек
	«3»	18,0 сек	14,4 сек	17,9 сек	14,2 сек	17,9 сек	14,2 сек
400 метров	«5»	2,20 мин	1 мин	2,15 мин	59,8 сек	2,15 мин	59,8 сек
	«4»	2,25 мин	1,05 мин	2,20 мин	1,00 мин	2,20 мин	1,00 мин
	«3»	2.30 мин	1,10 мин	2,25 мин	1,05 мин	2,25 мин	1,05 мин
2 км	«5»	10 мин	8 мин	9,55 мин	7,55 мин	9,55 мин	7.55 мин
	«4»	11,1 мин	8,9 мин	11,05 мин	8,4 мин	11,05 мин	8,4 мин
	«3»	12,2 мин	9,5 мин	12,15 мин	9,00 мин	12,15 мин	9,00 мин

Начальник Центра ФВиС



Соболева А.Р.