ТАБЛИЦА ПОДСЧЕТА БАЛЛОВ В ТУРНИРЕ «РУССКИЙ СИЛОМЕР» _____ ДАТА: _____

№	*Участник* *ФИО* *Команда* *Семья*	*1* «Подъем согнутых ног» **1 балл**	*2* «Перехват» **2 балла**	*3* «Подтягивание с рывком» **3 балла**	*4* «Поднос прямых ног к перекладине» **4 балла**	*5* «Подъем разгибом» или «Склепка» **5 баллов**	*6* «Армейское подтягивание» **6 баллов**	*7* «Подтягивание с уголком» **7 баллов**	*8* «Подъем переворотом» **8 баллов**	*9* «Выход на одну» **10 баллов**	*10* «Выход на две» **15 баллов**	*11* «Подтягивание на одной руке» **30 баллов**	*Сумма баллов одного участ-ника*
		КОЛИЧЕСТВО ВЫПОЛНЕННЫХ УПРАЖНЕНИЙ (каждое выполненное упражнение отмечается знаком - «I» или общей цифрой											