**Подъем туловища за 30 секунд**

**(количество раз)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **класс** | **мальчики** | | | **девочки** | | |
| **Высокий** | **Средний** | **Низкий** | **Высокий** | **Средний** | **Низкий** |
| **1** | **22** | **18** | **14** | **18** | **16** | **12** |
| **2** | **24** | **20** | **16** | **20** | **18** | **14** |
| **3** | **26** | **22** | **18** | **22** | **20** | **16** |
| **4** | **28** | **24** | **20** | **24** | **22** | **18** |
| **5** | **30** | **26** | **22** | **26** | **24** | **20** |
| **6** | **32** | **28** | **24** | **28** | **26** | **22** |
| **7** | **34** | **30** | **26** | **30** | **28** | **24** |
| **8** | **36** | **32** | **28** | **32** | **30** | **26** |
| **9** | **38** | **34** | **30** | **34** | **32** | **28** |
| **10** | **40** | **36** | **32** | **36** | **34** | **30** |
| **11** | **42** | **38** | **34** | **38** | **36** | **32** |