



QAZAQ KURESİ



В098-«Спорт»

**Нормативы второго творческого экзамена по специализации Qazaq kuresi
(3 года обучения)**

№	Наименование тестов	МУЖЧИНЫ								ЖЕНЩИНЫ							
		50	45	35	30	25	15	10	5	50	45	35	30	25	15	10	5
1	Бросок через бедро (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6
2	Бросок через плечо (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6
3	Передняя подсечка (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6





QAZAQ KURESİ



В098-«Спорт»

**Нормативы второго творческого экзамена по специализации Qazaq kuresi
(для сокращенной формы обучения)**

№	Наименование тестов	МУЖЧИНЫ								ЖЕНЩИНЫ							
		20	18	16	14	12	10	8	5	20	18	16	14	12	10	8	5
1	Бросок через бедро (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6
2	Бросок через плечо (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6
3	Передняя подсечка (за 30 с.), кол-во раз	20	18	16	14	12	10	8	6	20	18	16	14	12	10	8	6

