

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ЕНИСЕЙСКОГО РАЙОНА»

ПРИКАЗ

17.03.2023

№ 01-04-80

Об организации и проведении муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 30.07.2010 № 948 «О проведении Всероссийских спортивных соревнований школьников», порядком проведения Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания», утвержденным приказом Минобрнауки России и Минспорттуризма России от 27.09.2010 № 966/1009, с целью развития массового физкультурно-спортивного движения школьников, определения лучших команд общеобразовательных учреждений Енисейского района, сформированных из обучающихся одного класса, добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Провести муниципальный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» среди учащихся 5 классов (далее - соревнования) на базе МБОУ Верхнепашинская СОШ № 2 22.04.2023 г. в 10:00.

2. Утвердить Положение о проведении муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году (приложение 1).

3. Директору МБОУ Верхнепашинская СОШ № 2 (Поротникова Ю.В.):

- 3.1. Подготовить место проведения соревнований и инвентарь;
- 3.2. Подготовить классные комнаты для размещения команд;
- 3.3. Организовать церемонии открытия и закрытия соревнований;
- 3.4. Обеспечить музыкальное сопровождение соревнований;
- 3.5. Организовать дежурство в учреждении во время проведения соревнований.

4. Руководителям ОУ:

4.1. Обеспечить участие команды в муниципальном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году;

4.2. Представить заявки на участие команд в соревнованиях не позднее, чем за 3 дня до начала соревнований на адрес [pospel175@yandex.ru](mailto:pospel175@yandex.ru) согласно прилагаемой форме;

4.3. Организовать подвоз детей 22.04.2023 к 9:30 к месту проведения соревнований и обратно в соответствии с Федеральным законом от 10.12.1995 № 196-ФЗ «О безопасности дорожного движения»;

4.4. Обеспечить команду единой формой одежды;

4.5. Назначить руководителя команды из числа педагогов ОУ;

4.6. Возложить ответственность за жизнь и здоровье детей во время следования в пути до места проведения соревнований и обратно, во время проведения соревнований на руководителя команды;

4.7. Провести инструктаж для руководителя команды по организации выездов и сопровождения детей с фиксацией в журнале;

4.8. Провести инструктаж для членов команды по вопросам правил поведения в школьном автобусе и во время проведения соревнований с фиксацией в журнале;

4.9. Провести инструктаж для водителя транспортного средства по технике безопасности при перевозке детей с фиксацией в журнале;

4.10. Возложить ответственность на водителя за готовность транспортного средства для перевозки детей.

5. Начальнику отдела экономического развития и транспорта, Непомнящих Л.В. осуществить контроль за своевременным предоставлением уведомлений от учреждений в МО ГИБДД «Енисейский».

6. Ведущему специалисту Поспелову Д.Ю.:

6.1. Организовать проведение соревнований в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями и Положением;

6.2. Организовать судейство соревнований.

7. Возложить ответственность за организацию и проведение соревнований на Поспелова Д.Ю., ведущего специалиста отдела МОЦ.

8. Контроль над исполнением приказа оставляю за собой.

9. Приказ вступает в силу с момента подписания.

И.о.руководителя



Е.В. Гуляева

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении муниципального этапа Всероссийских спортивных**  
**соревнований школьников**  
**«Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году**

**1. Общие положения.**

Организатором муниципального этапа Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году (далее – Соревнования) является муниципальное казенное учреждение «Управление образования Енисейского района» (далее – МКУ «Управление образования»).

За организацию и проведение Соревнований несет ответственность МКУ «Управление образования».

Вся информация о Соревнованиях публикуется на официальном сайте МКУ «Управление образования» [www.en-edu.ru](http://www.en-edu.ru)., VK.

**2. Цели и задачи.**

- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения, гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- развитие массового физкультурно-спортивного движения школьников «Президентские состязания»;
- определение лучших команд общеобразовательных учреждений Енисейского района, сформированных из обучающихся одного класса (далее – класс-команда), добившихся наилучших результатов в физической подготовке и физическом развитии;
- совершенствование спортивно-оздоровительной работы с детьми во внеурочное время.

**3. Сроки проведения.**

Соревнования проводятся 22.04.2023г. на базе МБОУ Верхнепашинская СОШ №2.

**4. Требования к участникам и условия их допуска.**

В Соревнованиях принимают участие команды учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений района.

*В состав класса-команды для участия в Соревнованиях должны входить учащиеся одного класса одной школы.*

В состав класса-команды входит 7 человек, в том числе 6 участников (3 юноши, 3 девушки) и 1 представитель, являющийся учителем физической культуры или руководителем физкультурно-спортивного клуба.

К участию в Президентских состязаниях не допускаются классы-команды:

- состав которых меньше или больше 6 участников;
- сформированные из учащихся спортивных (специализированных)

классов.

**Руководитель общеобразовательного учреждения несет персональную ответственность за достоверность списка участников Президентских состязаний, представляющих класс-команду.**

**В случае выявления нарушений допуска участников в ходе проведения соревнований результат всей команды аннулируется.**

Все участники класса-команды должны иметь единую спортивную форму и комплект нагрудных номеров с 1 по 6.

Ответственность за соблюдение мер безопасности участниками в день проведения Соревнований возлагается на руководителей общеобразовательных учреждений.

### **5. Заявки на участие.**

Заявки на участие в Соревнованиях подаются в свободной форме *до 19.04.2023* на эл.адрес [rospel15@yandex.ru](mailto:rospel15@yandex.ru), Поспелову Д.Ю., ведущему специалисту МКУ «Управление образования».

Представители классов-команд или отдельных участников предоставляют в мандатную комиссию в день приезда следующие документы:

1. Именную заявку по форме (приложение 1 к Положению), заверенную руководителем общеобразовательного учреждения.

Заявка заверяется печатью и подписью врача напротив фамилии каждого участника команды с указанием даты врачебного осмотра. Ниже списка указывается общее число допущенных участников, заверенное подписью и печатью. Отметка врача действительна в течение 10 дней с момента осмотра.

2. Копию свидетельства о рождении или паспорта на каждого участника.

3. Страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника.

4. Копии обложки первой страницы и страницы «Общие сведения об обучающихся» классного журнала на начало текущего учебного года, заверенные печатью и подписью руководителя учреждения.

### **6. Программа соревнований.**

№ п/п	Вид программы	Количество		Форма участия
		Юноши	Девушки	
1.	«Спортивное многоборье» (тесты)	3	3	Лично-командная



2.	Эстафетный бег	2	2	Командная
3.	Теоретический конкурс	6		Командная
4.	Творческий конкурс	6		Командная

Отказ класса-команды от участия в любом из видов программы аннулирует занятые места во всех видах программы!

### **1. Спортивное многоборье.**

Соревнования лично-командные. Принимают участие от класса-команды 3 юноши и 3 девушки.

В случае отсутствия класса-команды могут принять участие отдельные ученики.

Спортивное многоборье включает в себя:

**Подтягивание на перекладине (юноши).** Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Дается одна попытка.

**Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девушки).** Исходное положение – упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения. Дается одна попытка.

**Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши, девушки).** Исходное положение – лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек. Дается одна попытка.

**Прыжок в длину с места (юноши, девушки).** Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

**Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки).** На полу обозначается центровая и перпендикулярная линии. Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центровой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется три наклона вперед, на четвертом фиксируется результат касания и фиксации

(не менее 2 сек.) кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается.

Таблицы оценки результатов в спортивном многоборье прилагаются (приложение 3).

## **2. Эстафетный бег**

Соревнования командные. Состав класса-команды 2 юноши и 2 девушки.

Этап	Юноша/девушка	Дистанция
1 этап	девушка	600
2 этап	Юноша	600
3 этап	девушка	200
4 этап	Юноша	200

Результаты фиксируются с точностью до 0,1 сек. По ручному секундомеру при пересечении последним участником класса-команды финишной черты.

## **3. 2. Творческий конкурс**

Соревнования командные. Участвует весь состав класса-команды.

В случае нарушения регламента, в части количества участников (без уважительной причины), классу-команде присуждается последнее место в творческом конкурсе.

Тема творческого конкурса для Соревнований – «**От результатов в тренировках - к славным победам**».

Методика оценивания творческого конкурса определяется на основании Положения о Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» 2022/2023 года.

Для раскрытия темы могут быть использованы различные виды художественного, ораторского и сценического искусства (исполнение песен, танцев, декламирование, элементы различных видов спорта).

Сюжет музыкально-художественной композиции должен быть эмоциональным, позитивным, в динамике – вся команда или сменяющие друг друга участники.

Слайдовое сопровождение является дополнением, способствующим эмоциональному восприятию сценических действий участников, не заменяет их и должно соответствовать сценическим действиям.

Время выступления 8-10 минут.

### **Критерии оценки:**

№ п/п	Критерии	Оценочные баллы
1	Актуальность музыкально-художественной композиции и соответствие заданной теме	0-10
2	Режиссура (образность представляемой музыкально-художественной композиции, наглядность – явление действительности,	0-10

	творчески воссозданное с позиции определенного эстетического идеала; создание художественных образов при помощи определенных средств (слово, звук, цвет, изображение и т.п.)	
3	Мультимедийное сопровождение	0-10
4	Сценическая культура и качество исполнения музыкально-художественной композиции	0-10
5	Качество исполнения музыкально-художественной композиции:	0-12
	- хореография	0-3
	- музыка-вокал	0-3
	- декламация	0-3
6	- спортивные зарисовки	0-3
	Костюмы участников:	0-5
	- спортивная форма	0-3
	- смена костюма (народный, сценический, театральный и т.д.)	0-2
7	Культура использования реквизита	0-5
8	Соответствие регламенту	0-3

Максимальный уровень оценивая – 72 балла.

Решение Жюри окончательное и пересмотру не подлежит.

### 3. Теоретический конкурс

Соревнования командные. Состав классов-команд – 2 юноши и 2 девушки.

Задания для теоретического конкурса будут разрабатываться по следующим темам:

влияние занятий физической культурой и спортом на организм школьника;

развитие спорта и олимпийского движения в нашей стране, выдающиеся достижения советских и российских спортсменов на Олимпийских играх;

достижения советских и российских спортсменов на международной арене;

Олимпийские игры древности, возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения, основные принципы (ценности) олимпизма, символика и атрибутика олимпийского движения.

Теоретический конкурс проводится в форме тестирования. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

### 7. Условия подведения итогов.

Победители Соревнований определяются по наименьшей сумме мест, занятых классом-командой во всех видах программы.

Результаты в **спортивном многоборье** определяются по суммарному показателю 3 лучших результатов у юношей и 3 лучших результатов у девушек.

Участнику класса-команды, который не смог принять участие в спортивном многоборье (тестах), в том числе по уважительной причине, по решению врача (болезнь, травма и т.п.) начисляется 0 (ноль) очков за все виды программы спортивного многоборья.

В эстафетном беге места определяются по лучшему времени.

Результаты в **творческом конкурсе** определяются по наибольшей сумме баллов.

Результаты в **теоретическом конкурсе** определяются по наибольшей сумме баллов.

В случае равенства результатов в командном зачете преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в спортивном многоборье. В случае равенства результатов в спортивном многоборье преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в теоретическом конкурсе. В случае равенства результатов в теоретическом конкурсе преимущество получает класс-команда, имеющая лучший результат в творческом конкурсе.

В лично-командных соревнованиях по каждому виду программы определяются победители и призеры.

## **8. Награждение.**

Команда, ставшая победителем Соревнований, награждается дипломом МКУ «Управление образования» и будет представлять Енисейский район на региональном этапе соревнований.

Дипломами МКУ «Управление образования» награждаются:

- команды, ставшие призерами Соревнований;
- Участники, занявшие призовые места в личном зачете по спортивному многоборью.
- Команды, ставшие победителем и призерами в эстафетном беге.

## **9. Финансовые расходы.**

Ответственность за проведение Соревнований (подготовка спортивных сооружений, предоставление спортивного инвентаря, организация церемоний открытия и закрытия) несут МКУ «Управление образования» и руководитель ОУ, на базе которой проходят Соревнования.

Соревнования проходят за счёт средств МКУ «Управление образования».

Расходы по командированию участников Соревнований (проезд, питание) несет командирующая сторона.



Приложение № 1  
к Положению о проведении  
«Президентских состязаний»  
в 2022-2023 учебном году

ИМЕННАЯ ЗАЯВКА  
на участие в муниципальном этапе Всероссийских спортивных соревнований  
школьников «Президентские состязания»

ОУ \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Состоит на учете (указать вид учета)	Нагрудный номер	Дата рождения (число, месяц, год рождения)	Виза врача
1.	Иванов Иван Иванович	нет	1	13.04.2000	ДОПУЩЕН, <i>подпись врача, печать</i>
8.					
Представитель класса-команды					
1.					

Допущено к соревнованиям \_\_\_\_ учащихся    Врач \_\_\_\_\_ (подпись) М.П.

Классный руководитель

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью)

Учитель физической культуры

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью)

Правильность заявки подтверждаю:

Директор школы

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью, подпись,  
телефон) М.П.

Приложение № 2  
к Положению о проведении  
«Президентских состязаний»  
в 2022-2023 учебном году

Согласие родителя (законного представителя) на обработку персональных данных участника в спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» в 2022-2023 учебном году

Я, \_\_\_\_\_,  
(Фамилия Имя Отчество)

проживающий(-ая) по адресу \_\_\_\_\_,  
паспорт \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(кем и когда выдан)

даю согласие на обработку персональных данных моего ребенка  
(опекаемого), \_\_\_\_\_,  
(Фамилия Имя Отчество)

проживающего по адресу \_\_\_\_\_,  
паспорт (свидетельство о рождении) \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
выдан \_\_\_\_\_  
(кем и когда выдан)

во время участия в муниципальном этапе соревнований «Президентские состязания».

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (расшифровка)

Приложение № 3  
к Положению о проведении  
«Президентских состязаний»  
в 2022-2023 учебном году

**ТАБЛИЦА**  
**оценки результатов участников спортивного многоборья (тестов)**  
**Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» (12 лет)**

Очки	Мальчики							Очки	Девочки							Очки
	Бег 1000м (мин., сек.)	Челн бег 3x10 м (сек)	Бег 30м (сек.)	Подтягивание (кол-во раз)	Прыжок в длину с/м (см.)	Подъём туловища за 30 сек. (кол-во раз)	Наклон вперёд (см.)		Бег 1000м (мин, сек)	Челн. бег 3x10м (сек)	Бег 30м (сек.)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Прыжок в длину с/м (см.)	Подъём туловища за 30 сек. (кол-во раз)	Наклон вперёд (см.)	
<b>70</b>	3.00,0	6,8	4,4	23	255	44	29	<b>70</b>	3.15,0	7,2	4,6	58	245	40	33	<b>70</b>
<b>69</b>	3.03,0	6,9	-	22	253	43	28	<b>69</b>	3.18,0	7,3	-	55	242	39	32	<b>69</b>
<b>68</b>	3.06,0	-	4,5	21	251	42	27	<b>68</b>	3.21,0	-	4,7	52	239	38	31	<b>68</b>
<b>67</b>	3.09,0	7,0	-	20	249	41	26	<b>67</b>	3.24,0	7,4	-	50	236	-	30	<b>67</b>
<b>66</b>	3.12,0	-	-	19	247	40	25	<b>66</b>	3.27,0	-	4,8	48	233	37	29	<b>66</b>
<b>65</b>	3.15,0	7,1	4,6	18	245	-	24	<b>65</b>	3.30,0	7,5	-	46	230	-	28	<b>65</b>
<b>64</b>	3.17,0	-	-	17	243	39	23	<b>64</b>	3.33,0	-	4,9	44	228	36	27	<b>64</b>
<b>63</b>	3.19,0	7,2	-	16	241	-	22	<b>63</b>	3.36,0	7,6	-	42	226	-	26	<b>63</b>
<b>62</b>	3.21,0	-	4,7	15	239	38	21	<b>62</b>	3.39,0	-	5,0	40	224	35	25	<b>62</b>
<b>61</b>	3.23,0	7,3	-	-	237	-	20	<b>61</b>	3.42,0	7,7	-	38	222	-	-	<b>61</b>

<b>60</b>	3.25,0	-	-	14	235	37	-	<b>60</b>	3.45,0	-	-	36	220	34	24	<b>60</b>
<b>59</b>	3.27,0	7,4	4,8	-	233	-	19	<b>59</b>	3.48,0	7,8	5,1	34	218	-	-	<b>59</b>
<b>58</b>	3.29,0	-	-	-	231	36	-	<b>58</b>	3.51,0	-	-	33	216	33	23	<b>58</b>
<b>57</b>	3.31,0	7,5	-	13	229	-	18	<b>57</b>	3.54,0	7,9	-	32	214	-	-	<b>57</b>
<b>56</b>	3.33,0	-	4,9	-	227	35	-	<b>56</b>	3.57,0	-	5,2	31	212	32	22	<b>56</b>
<b>55</b>	3.35,0	7,6	-	-	225	-	17	<b>55</b>	4.00,0	8,0	-	-	210	-	-	<b>55</b>
<b>54</b>	3.37,0	-	-	12	223	34	-	<b>54</b>	4.02,0	-	-	30	208	31	21	<b>54</b>
<b>53</b>	3.39,0	7,7	5,0	-	221	-	16	<b>53</b>	4.04,0	8,1	5,3	-	206	-	-	<b>53</b>
<b>52</b>	3.41,0	-	-	-	219	33	-	<b>52</b>	4.06,0	-	-	29	204	30	20	<b>52</b>
<b>51</b>	3.43,0	-	-	-	217	-	-	<b>51</b>	4.08,0	-	-	-	202	-	-	<b>51</b>
<b>50</b>	3.45,0	7,8	5,1	11	215	32	15	<b>50</b>	4.10,0	8,2	5,4	28	200	29	19	<b>50</b>
<b>49</b>	3.46,0	-	-	-	214	-	-	<b>49</b>	4.11,0	-	-	-	199	-	-	<b>49</b>
<b>48</b>	3.47,0	-	-	-	213	-	-	<b>48</b>	4.12,0	-	-	27	198	-	-	<b>48</b>
<b>47</b>	3.48,0	-	-	-	212	31	-	<b>47</b>	4.13,0	-	-	-	197	28	18	<b>47</b>
<b>46</b>	3.49,0	7,9	-	-	211	-	14	<b>46</b>	4.14,0	8,3	-	26	196	-	-	<b>46</b>
<b>45</b>	3.50,0	-	5,2	10	210	-	-	<b>45</b>	4.15,0	-	5,5	-	195	-	-	<b>45</b>
<b>44</b>	3.51,0	-	-	-	209	30	-	<b>44</b>	4.16,0	-	-	25	194	27	17	<b>44</b>
<b>43</b>	3.53,0	-	-	-	208	-	-	<b>43</b>	4.17,0	-	-	-	193	-	-	<b>43</b>
<b>42</b>	3.55,0	8,0	-	-	207	29	13	<b>42</b>	4.18,0	8,4	-	24	192	-	-	<b>42</b>
<b>41</b>	3.57,0	-	-	9	206	-	-	<b>41</b>	4.20,0	-	-	-	191	26	16	<b>41</b>
<b>40</b>	3.59,0	-	5,3	-	205	28	-	<b>40</b>	4.22,0	-	5,6	23	190	-	-	<b>40</b>
<b>39</b>	4.01,0	-	-	-	204	-	-	<b>39</b>	4.24,0	8,5	-	-	188	25	-	<b>39</b>
<b>38</b>	4.03,0	8,1	-	-	203	27	12	<b>38</b>	4.26,0	-	-	22	186	-	15	<b>38</b>
<b>37</b>	4.05,0	-	-	8	202	-	-	<b>37</b>	4.29,0	-	-	-	184	24	-	<b>37</b>
<b>36</b>	4.07,0	-	-	-	201	26	-	<b>36</b>	4.32,0	8,6	-	21	182	-	-	<b>36</b>
<b>35</b>	4.09,0	-	5,4	-	200	-	11	<b>35</b>	4.35,0	-	5,7	-	180	23	14	<b>35</b>
<b>34</b>	4.11,0	8,2	-	-	198	25	-	<b>34</b>	4.38,0	-	-	20	178	-	-	<b>34</b>
<b>33</b>	4.13,0	-	-	7	196	-	-	<b>33</b>	4.41,0	8,7	-	-	176	22	-	<b>33</b>
<b>32</b>	4.15,0	-	-	-	194	24	10	<b>32</b>	4.44,0	-	-	19	174	-	13	<b>32</b>
<b>31</b>	4.17,0	8,3	-	-	192	-	-	<b>31</b>	4.47,0	-	-	-	172	21	-	<b>31</b>

30	4.20,0	-	5,5	-	190	23	-	30	4.50,0	8,8	5,8	18	170	-	-	30
29	4.23,0	-	-	6	188	-	9	29	4.53,0	-	-	-	168	20	12	29
28	4.26,0	8,4	-	-	186	22	-	28	4.56,0	-	-	17	166	-	-	28
27	4.29,0	-	-	-	184	-	-	27	4.59,0	8,9	-	-	164	19	-	27
26	4.32,0	-	5,6	-	182	21	8	26	5.02,0	-	5,9	16	162	-	11	26
25	4.35,0	8,5	-	5	180	-	-	25	5.05,0	-	-	-	160	18	-	25
24	4.38,0	-	-	-	178	20	7	24	5.08,0	9,0	-	15	158	-	-	24
23	4.41,0	-	-	-	176	-	-	23	5.11,0	-	-	-	156	17	10	23
22	4.44,0	8,6	5,7	-	174	19	6	22	5.14,0	9,1	6,0	14	154	-	-	22
21	4.47,0	-	-	4	172	-	-	21	5.17,0	-	-	-	152	16	-	21
20	4.50,0	8,7	-	-	170	18	5	20	5.20,0	9,2	-	13	150	-	9	20
19	4.54,0	-	-	-	168	-	-	19	5.24,0	-	6,1	-	148	15	-	19
18	4.58,0	8,8	5,8	-	166	17	4	18	5.28,0	9,3	-	12	146	-	-	18
17	5.02,0	-	-	3	164	-	-	17	5.32,0	-	-	-	144	14	8	17
16	5.06,0	8,9	-	-	162	16	3	16	5.36,0	9,4	6,2	11	142	-	-	16
15	5.10,0	-	5,9	-	160	-	-	15	5.40,0	-	-	-	140	13	7	15
14	5.14,0	9,0	-	-	157	15	2	14	5.44,0	9,5	-	10	138	-	-	14
13	5.18,0	-	6,0	2	154	-	-	13	5.48,0	-	6,3	-	136	12	6	13
12	5.22,0	9,1	-	-	151	14	1	12	5.52,0	9,6	-	9	134	-	-	12
11	5.26,0	-	6,1	-	148	13	-	11	5.56,0	-	6,4	-	132	11	5	11
10	5.30,0	9,2	-	1	145	12	0	10	6.00,0	9,7	-	8	130	-	-	10
9	5.35,0	-	6,2	-	142	11	-	9	6.05,0	-	6,5	-	128	10	4	9
8	5.40,0	9,3	-	-	139	10	-1	8	6.10,0	9,8	-	7	126	9	-	8
7	5.45,0	9,4	6,3	-	136	9	-	7	6.15,0	9,9	6,6	-	124	8	3	7
6	5.50,0	9,5	-	-	133	8	-2	6	6.20,0	10,0	-	6	122	7	2	6
5	5.55,0	9,6	6,4	-	130	7	-	5	6.25,0	10,1	6,7	5	119	6	1	5
4	6.00,0	9,7	-	-	127	6	-3	4	6.30,0	10,2	-	4	116	5	0	4
3	6.05,0	9,8	6,5	-	124	5	-	3	6.35,0	10,3	6,8	3	113	4	-1	3
2	6.10,0	9,9	-	-	121	4	-4	2	6.40,0	10,4	-	2	110	3	-2	2
1	6.15,0	10,0	6,6	-	118	3	-5	1	6.45,0	10,5	6,9	1	107	2	-3	1