

**Результаты сдачи общих нормативов Самообороны СУАНО на летних спортивных сборах СУАНО 2018 года.**

Ф.И.	наименование норматива														САМОБОРОНА. Защита от нападения со спины с предметом в руке.			САМОБОРОНА. Защита от нападения ногой.			САМОБОРОНА ЛЕЖА. Защита от нападения в лицо			УХОД ОТ ЗАХВАТА										
	ВЫНОСЛИВОСТЬ. ОБЕЗЬЯНА	ПИСТОЛЕТ.	ОТЖИМАНИЯ на ладонях от пола (ладони одна на другой)	СТОЙКА "Железный всадник" с чашками.	ОТЖИМАНИЯ с хлопками и отрывом ног.	СТОЙКА "Лук и стрела" с чашкой	ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ. Базовые.	ВЫНОСЛИВОСТЬ. ЯЩЕРИЦА.	ОТЖИМАНИЯ на одной руке с касанием пола щекой.	СТОЙКА "Аист" с чашками, полными водой	СТОЙКА "Гибкость тигра" с чашками, полными водой,	УДАРЫ КОЛЕНЯМИ. Прямые удары левой и правой ногой отдельно	ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ. Летучий драгон.	КУВЫРОК ВПЕРЕД В ДЛИНУ	КУВЫРОК НАЗАД С ВЫХОДОМ СТОЯ	САМОБОРОНА. Защита от нападения в лицо с предметом в руке.	Прямое нападение	Сверху нападение	Боковое нападение	Прямое нападение	Сверху нападение	Боковое нападение	Прямое нападение в лицо	Боковое нападение в лицо	Прямое нападение со спины	САМОБОРОНА ЛЕЖА. Защита от нападения в лицо	Нападение рукой без предмета	Нападение рукой с предметом	Нападение ногой	УХОД ОТ ЗАХВАТА	Захват спереди	Захват сзади		
1 Нунга Леон	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2		3	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	
2 Плещеева Мария	1	3	3	1	3	1	3	1	3	2	1	1	2	1	3	3	3	3		2	2	0	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	
3 Розанова Дарья	3	2	3	0	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	2	3	1	3		1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	
4 Запорожец Михаил	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	1	1		2	0	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
5 Розанов Денис	2	3	3	0	2	3	3	1	0	0	3	2	3	2	3	3	3	1		3	3	0	1	3	0	0	2	3	1	1	1	1	1	
6 Богатырев Дмитрий	2	3	3	3	1	2	2	1	0	1	1	1	3	2	3	1	1	2		2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	
7 Жеваго Иван	1	3	2	0	2	1	0	1	0	2	1	1	3	2	3	1	1	2		2	3	2	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	
8 Лагунов Роман	2	3	3	1	2	3	0	1	3	1	2	2	0	2	3	1	3	3		2	3	3	2	3	0	0	1	2	1	1	1	1	1	
9 Рогозов Леонид	2	3	1	1	1	2	3	1	3	1	1	1	3	3	0	3	3	3		2	3	3	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	
10 Румянцев Данила	2	3	0	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	1	1	1

Санкт-Петербург, 28.08.2018г.

Утверждено:

Президент Лиги Самообороны "СУАНО"  
и основатель самообороны СУАНО  
Нунга Жорж Ги