**ВПРАВА 2**

Жінки - Згинання/розгинання рук в упорі лежачи на колінах.

Чоловіки - Підтягування на перекладині.

  

 Таблиця оцінювання результатів

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| ж | 25 | 23 | 21 | 19 | 17 |
| ч | 16 | 14 | 12 | 10 | 8 |