|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **1 подъем руки через перед (вверх-вниз)** | Классификатор |
| 200 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 201 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 202 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 3 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 4 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 5 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 6 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 7 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 8 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 9 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 10 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 11 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 12 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 13 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 14 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 15 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 16 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 17 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 18 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 19 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 20 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 21 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 22 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 23 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 24 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 25 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 26 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 27 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 28 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 29 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 30 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 31 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 32 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 33 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 34 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 35 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 36 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 37 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 38 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 39 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 40 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 41 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 42 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 43 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 44 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 45 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 46 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 47 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 48 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 49 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 50 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 51 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 52 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 53 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 54 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 55 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 56 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 57 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 58 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 59 | 1 подъем руки через перед (вверх-вниз). | 1 |
| 60 | Подъем руки вверх, в сторону вправо по диагонали на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 61 | Подъем руки вверх, в сторону вправо по диагонали на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 62 | Подъем руки вверх, в сторону вправо по диагонали на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 63 | Подъем руки вверх, в сторону влево на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 64 | Подъем руки вверх, в сторону влево на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 65 | Подъем руки вверх, в сторону влево на 45 градусов и вниз. | 0 |
| 66 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз вправо и возврат. | 0 |
| 67 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз вправо и возврат. | 0 |
| 68 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз вправо и возврат. | 0 |
| 69 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз влево и возврат. | 0 |
| 70 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз влево и возврат. | 0 |
| 71 | Подъем руки вверх, опускание не до конца вниз, по диагонали вниз влево и возврат. | 0 |
| 72 | Ровный подъем руки вверх, опускание волновыми движениями. | 0 |
| 73 | Ровный подъем руки вверх, опускание волновыми движениями. | 0 |
| 74 | Ровный подъем руки вверх, опускание волновыми движениями. | 0 |
| 75 | Подъем руки вверх волновыми движениями, ровное опускание руки. | 0 |
| 76 | Подъем руки вверх волновыми движениями, ровное опускание руки. | 0 |
| 77 | Подъем руки вверх волновыми движениями, ровное опускание руки. | 0 |
| 78 | Волновые движения при подъеме и опускании руки. | 0 |
| 79 | Волновые движения при подъеме и опускании руки. | 0 |
| 80 | Волновые движения при подъеме и опускании руки. | 0 |
| 81 | Подъем руки через перед вверх (до середины), отведение вправо в сторону, опускание вниз. | 0 |
| 82 | Подъем руки через перед вверх (до середины), отведение вправо в сторону, опускание вниз. | 0 |
| 83 | Подъем руки через перед вверх (до середины), отведение вправо в сторону, опускание вниз. | 0 |
| 84 | Подъем руки через сторону вверх (до середины), отведение влево перед собой, опускание вниз. | 0 |
| 85 | Подъем руки через сторону вверх (до середины), отведение влево перед собой, опускание вниз. | 0 |
| 86 | Подъем руки через сторону вверх (до середины), отведение влево перед собой, опускание вниз. | 0 |
| 87 | Подъем руки через перед вверх-вниз (до середины). | 0 |
| 88 | Подъем руки через перед вверх-вниз (до середины). | 0 |
| 89 | Подъем руки через перед вверх-вниз (до середины). | 0 |
| 90 | Подъем вверх, движение руки от себя-к себе через перед, опускание вниз. | 0 |
| 91 | Подъем вверх, движение руки от себя-к себе через перед, опускание вниз. | 0 |
| 92 | Подъем вверх, движение руки от себя-к себе через перед, опускание вниз. | 0 |
| 93 | Подъем вверх , опускание до середины отведение в сторону на 45 градусов, полное опускание. | 0 |
| 94 | Подъем вверх , опускание до середины отведение в сторону на 45 градусов, полное опускание. | 0 |
| 95 | Подъем вверх , опускание до середины отведение в сторону на 45 градусов, полное опускание. | 0 |
| 96 | Подъем вверх до середины, отведение в сторону на 45 градусов, полный подъем и опускание. | 0 |
| 97 | Подъем вверх до середины, отведение в сторону на 45 градусов, полный подъем и опускание. | 0 |
| 98 | Подъем вверх до середины, отведение в сторону на 45 градусов, полный подъем и опускание. | 0 |
| 99 | Сгибание-разгибание предплечья (в локте) | 0 |
| 100 | Сгибание-разгибание предплечья (в локте) | 0 |
| 101 | Сгибание-разгибание предплечья (в локте) | 0 |
| 102 | Подъем руки через перед вверх зигзагом (по 5 точкам), опускание вниз. | 0 |
| 103 | Подъем руки через перед вверх зигзагом (по 5 точкам), опускание вниз. | 0 |
| 104 | Подъем руки через перед вверх зигзагом (по 5 точкам), опускание вниз. | 0 |
| 105 | Подъем руки через перед вверх, опускание вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 106 | Подъем руки через перед вверх, опускание вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 107 | Подъем руки через перед вверх, опускание вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 108 | Подъем руки через перед вверх-вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 109 | Подъем руки через перед вверх-вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 110 | Подъем руки через перед вверх-вниз зигзагом (по 5 точкам). | 0 |
| 111 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание вниз. | 0 |
| 112 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание вниз. | 0 |
| 113 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание вниз. | 0 |
| 114 | Подъем вверх, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |
| 115 | Подъем вверх, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |
| 116 | Подъем вверх, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |
| 117 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |
| 118 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |
| 119 | Подъем вверх до середины, круговое вращение, подъем до конца, опускание до середины, круговое вращение, опускание до конца. | 0 |