

Переход через 50 (-6)

Фундаментальное упражнение:

51 - 6	52 - 6	53 - 6	54 - 6
--------	--------	--------	--------

61 - 16	62 - 16	63 - 16	64 - 16
---------	---------	---------	---------

71 - 26	72 - 26	83 - 36	84 - 36	91 - 46	92 - 46	93 - 46	94 - 46
---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
34	48	65	99	76	13	80	28	46	95
-16	22	-16	-24	-16	32	-36	42	24	-46
42	-26	-14	-26	-16	15	23	-26	-26	-22
-16	-26	-18	-19	-16	25	13	35	-26	49
-28	31	37	24	22	-36	-36	-36	33	-27
16	49	54	54	50	49	44	43	51	49

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
33	18	85	29	65	42	72	75	90	60
37	33	-16	41	-16	38	-26	-26	-46	-16
-26	14	-16	-26	-16	-36	27	27	-16	-28
35	-16	12	33	21	29	-26	-26	-16	35
-36	11	-16	-36	-33	16	38	38	34	-23
43	60	49	41	21	89	85	88	46	28

2Д 6-10Р

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
85	32	72	51	38	45	93	56	78	95	
-36	48	13	39	32	25	-74	24	17	-46	
21	-36	-36	-46	-26	-26	41	-36	-46	24	
10	29	21	28	24	31	-16	23	21	12	
-36	12	-26	18	17	10	33	18	-26	-36	
6Р	48	-36	41	-46	-36	-36	13	-36	43	22
7Р	-17	21	-36	11	21	42	-46	21	-22	14
8Р	-26	20	24	10	10	-21	28	-26	-16	-36
9Р	24	-46	19	-16	-36	-26	-32	32	31	23
10Р	-41	28	-41	21	29	49	-17	-43	16	-35
6Р	92	49	85	44	49	49	90	49	87	71
7Р	75	70	49	55	70	91	44	70	65	85
8Р	49	90	73	65	80	70	72	44	49	49
9Р	73	44	92	49	44	44	40	76	80	72
10Р	32	72	51	70	73	93	23	33	96	37

3Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
335	269	806	152	907	608	431	700	394	708
472	440	-364	554	-468	-166	378	-263	311	-266
-366	-263	224	-266	291	-141	-366	471	-265	354
286	-115	-266	-266	-406	306	264	-466	-196	-367
-296	-206	-187	348	-158	-169	-266	-299	278	191
431	125	213	522	166	438	441	143	522	620

Переход через 50 (-5)

Фундаментальное упражнение:

50 - 5	52 - 5	54 - 5	60 - 15	82 - 35	94 - 45
51 - 5	53 - 5		71 - 25	93 - 45	

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
34	26	48	75	61	34	72	18	25	53
48	37	24	-15	-15	46	-25	14	29	14
-35	-15	-25	-15	19	-35	-33	14	17	13
-22	16	18	-27	17	-13	37	14	-25	-35
58	-49	-17	46	-35	-13	-46	-15	-25	28
83	15	48	64	47	19	5	45	21	73

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
76	49	82	41	67	54	93	18	35	28
-15	22	-35	22	12	14	-45	66	49	36
-15	-25	-19	-15	12	13	-14	-35	-35	-15
-29	16	26	-14	-45	-35	18	13	24	42
33	-47	-19	-18	24	-27	-26	-15	-25	-45
50	15	35	16	70	19	26	47	48	46

2Д 6-10Р

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
26	43	85	76	21	18	43	64	92	22	
55	38	-15	14	14	33	24	-15	-16	16	
-35	-35	-25	-45	17	44	24	11	-15	16	
-22	27	39	-11	22	-11	-45	-32	-15	16	
46	-25	-35	-28	-25	-35	-38	26	48	-25	
6Р	14	36	24	66	31	24	29	20	-45	38
7Р	11	12	-25	-25	10	10	36	-25	28	-10
8Р	-68	-45	35	36	-45	-35	-25	36	16	-25
9Р	34	36	-48	10	28	16	14	-42	-45	37
10Р	-15	-45	19	-45	-25	-36	-38	24	28	-42
6Р	84	84	73	72	80	73	37	74	49	83
7Р	95	96	48	47	90	83	73	49	77	73
8Р	27	51	83	83	45	48	48	85	93	48
9Р	61	87	35	93	73	64	62	43	48	85
10Р	46	42	54	48	48	28	24	67	76	43

3Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
128	549	875	643	579	864	319	946	751	254
486	293	-146	-157	366	-157	196	-452	-116	297
-157	-357	-255	264	-458	-258	349	227	-157	186
-119	169	-299	-273	227	144	-256	-256	273	-259
272	-105	378	174	-259	333	-159	-381	-266	173
610	549	553	651	455	926	449	84	485	651