

Старшие товарищи -3

Фундаментальное упражнение:

10 - 3	12 - 3	20 - 13	22 - 13	50 - 13	70 - 33
11 - 3		21 - 13		60 - 23	80 - 43

1Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	2	6	7	8	1	5	8	9	4
3	4	6	9	3	4	7	5	4	8
5	7	-3	6	4	8	7	7	8	-3
-3	9	5	-3	-3	-2	1	-3	-3	6
6	-3	2	5	-3	-3	-3	7	6	8
14	19	16	24	9	8	17	24	24	23

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	7	8	5	4	6	9	5	3	7
8	6	6	-1	6	8	7	5	2	7
8	6	6	7	-3	7	5	-3	8	7
-3	2	-3	-3	7	-3	-3	6	8	-3
4	-3	-3	9	-5	4	6	2	-3	-4
18	21	17	8	14	18	18	13	21	18
22	18	14	17	9	22	24	15	18	14

1Д 5-8Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	9	3	8	7	9	2	6	8	5
6	2	8	4	6	5	3	8	4	9
7	4	-3	9	8	2	9	1	4	6
-3	-3	-4	-3	-3	6	7	5	6	-3
2	-3	2	5	2	-3	-3	-3	-3	7
-3	1	5	9	-3	1	4	-3	1	6
5	-3	-3	-3	5	-3	-3	-3	-3	-3
-3	5	8	4	-3	4	8	-3	5	5
20	9	6	23	20	19	18	17	19	24
17	10	11	32	17	20	22	14	20	30
22	7	8	29	22	17	19	11	17	27
19	12	16	33	19	21	27	8	22	32

1Д 8-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	1	8	6	2	4	9	3	5	7
7	4	3	4	9	8	9	8	6	-4
-3	5	4	-3	9	9	2	-3	-3	8
6	-3	6	9	-3	-3	-3	9	8	-3
-3	9	-3	5	4	2	4	5	-3	2
-3	4	2	-3	-3	-3	-3	-3	9	-3
8	-3	-3	8	9	4	4	1	-3	8
5	8	5	6	7	-3	9	-3	1	-3
-3	-4	-3	-3	8	6	-3	6	-3	-3
7	-3	1	8	-3	3	-4	2	-4	5
22	25	22	32	34	18	31	17	20	12
19	21	19	29	42	24	28	23	17	9
26	18	20	37	39	27	24	25	13	14

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24	36	72	19	28	47	51	65	14	32
38	28	-44	22	33	16	-23	18	11	-13
-23	11	36	19	-27	-24	66	-44	66	24
44	16	-23	-23	48	31	-55	22	-23	14
-55	-63	-33	37	-53	-63	34	-33	-24	-29
28	28	8	74	29	7	73	28	44	28

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
76	34	46	54	26	16	64	25	75	18
-38	27	18	22	36	28	11	37	-23	16
22	-33	11	14	-23	16	-24	-23	-23	11
-43	66	-44	-33	35	-23	-33	41	11	16
47	-55	-13	-18	11	37	46	-66	-15	-43
64	39	18	39	85	74	64	14	25	18

2Д 6-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16	57	28	61	70	58	44	17	21	82
44	24	53	-33	-43	-24	13	44	-13	-43
-23	-13	-43	42	58	29	25	-23	49	50
55	12	22	-53	-43	-13	-23	48	24	-47
-13	-43	-33	64	-23	-13	11	-24	-63	-13
-47	25	45	-13	52	45	-63	-23	47	62
-13	-33	-33	-24	19	-23	78	42	-13	-73
41	51	52	18	-63	34	-14	-63	-13	43
-23	-63	-73	-23	48	-61	-13	45	21	-33
24	42	-14	21	-13	-13	32	12	-35	54
32	62	72	68	71	82	7	39	65	91
19	29	39	44	90	59	85	81	52	18
60	80	91	62	27	93	71	18	39	61
37	17	18	39	75	32	58	63	60	28
61	59	4	60	62	19	90	75	25	82

3Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
376	284	462	508	731	192	639	561	430	341
264	142	169	-333	-443	214	142	-284	186	288
-333	297	-353	249	156	-134	-393	171	244	-337
-144	-333	154	-345	281	369	460	376	-525	114
458	444	286	762	-433	-453	-444	-444	-144	-234
621	834	718	841	292	188	404	380	191	172

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
128	805	256	782	561	313	183	454	720	577
462	-432	354	-343	-233	-139	542	128	-438	-144
-373	272	-336	191	-134	485	-334	-363	360	294
-134	175	441	-413	451	-343	-173	-136	-213	-334
722	-433	-332	344	-332	-134	346	458	148	259
805	387	383	561	313	182	564	541	577	652