

2Д2Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
28	19	64	43	54	18	79	34	29	13
17	47	27	37	17	57	17	27	67	47
45	66	91	80	71	75	96	61	96	60

2Д3Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
21	38	32	14	14	38	14	87	69	49
38	57	26	47	47	-24	64	-33	-26	17
17	-84	27	24	28	67	17	17	17	-53
76	11	85	85	89	81	95	71	60	13

2Д4Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
79	97	14	86	43	35	13	32	86	59
-45	-44	17	-62	16	24	64	22	-62	-45
27	17	17	37	-25	17	-53	17	37	57
14	28	18	36	47	19	47	14	18	19
75	98	66	97	81	95	71	85	79	90

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
96	69	87	35	69	13	29	34	49	13
-85	-35	-75	-22	-44	17	37	37	27	46
17	14	46	36	-11	18	-14	14	-22	17
17	17	27	17	47	18	28	-72	-12	19
45	65	85	66	61	66	80	13	42	95

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
65	39	87	43	75	28	23	35	34	13
-11	47	-33	16	-11	37	18	33	25	13
17	-22	17	17	17	-11	17	27	17	33
18	18	18	-64	17	28	17	-44	-46	17
89	82	89	12	98	82	75	51	30	76

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
42	69	32	54	34	19	12	69	36	75
34	-45	34	44	13	18	64	-45	-22	-62
-22	17	-22	-65	19	29	-22	17	14	18
19	14	17	27	-53	-52	19	14	37	17
17	-31	24	27	47	47	17	-21	-53	17
90	24	85	87	60	61	90	34	12	65

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14	69	28	36	13	37	24	79	14	87
14	-48	47	-22	33	39	24	-48	17	-53
38	44	-22	47	13	-22	18	34	17	29
-53	-11	17	14	17	17	-43	-11	17	16
47	37	17	-61	19	24	67	27	-62	17
60	91	87	14	95	95	90	81	3	96

Старшие товарищи +6

Фундаментальное упражнение:

4 + 6	14 + 16	14 + 46	34 + 26
9 + 6	19 + 16	29 + 36	49 + 16

1Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	5	7	2	9	6	3	2	9	9
-5	-1	-3	4	6	-2	6	3	8	-5
6	6	6	-2	-1	9	6	-1	9	6
3	3	9	6	5	6	-2	6	-2	4
9	4	8	7	6	6	4	7	6	8
22	17	27	17	25	25	17	17	30	22

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	6	2	3	9	7	5	2	4	7
8	-2	3	6	-5	-3	-1	4	4	-3
6	8	-1	6	6	7	9	-2	9	9
4Р	-1	7	6	-1	3	8	6	-3	6
5Р	6	6	9	4	8	6	6	9	6
4Р	14	19	10	14	13	19	19	10	14
5Р	20	25	19	18	21	25	25	19	20

1Д 5-8Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	8	3	3	5	4	6	3	3	8
7	-4	4	3	-1	4	-2	6	3	7
-2	6	-3	3	8	8	6	6	-2	-1
6	9	6	6	7	-2	7	-2	6	6
5Р	9	9	6	-2	6	6	9	3	6
6Р	6	1	-2	1	-1	9	3	-2	-2
7Р	-1	6	6	6	6	6	6	6	-1
8Р	6	-3	5	7	8	-4	-2	7	1
5Р	29	28	16	13	25	20	26	16	16
6Р	35	29	14	14	24	29	29	14	14
7Р	34	35	20	20	30	35	35	20	20
8Р	40	32	25	27	38	31	33	27	21

1Д 8-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	9	3	7	4	8	3	9	2	9
4	8	2	9	4	8	3	6	6	7
9	-3	-1	-3	8	-2	-2	-1	7	-3
-1	7	4	8	-3	7	4	8	-3	2
6	8	8	4	9	4	7	4	9	-1
8	6	9	-2	4	-3	-3	-2	4	4
8	-1	-2	6	-2	7	4	6	-1	8
8Р	-2	6	6	6	6	-2	8	5	-2
9Р	5	8	6	-1	9	-1	5	8	5
10Р	6	-4	-3	2	7	4	-4	-2	6
8Р	34	40	29	35	30	35	14	38	29
9Р	39	48	35	34	39	34	19	46	35
10Р	45	44	32	36	46	38	25	42	35