

Старшие товарищи -1

Фундаментальное упражнение:

10 - 1	20 - 11	50 - 11	70 - 31
		60 - 21	80 - 41

1Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6	3	5	2	8	3	9	7	5	1
8	4	7	8	3	7	4	6	6	4
8	3	8	-1	4	-1	7	7	9	5
-2	-1	-1	6	5	7	-1	-1	-1	-1
-1	2	4	-4	-1	8	3	8	2	3
19	11	23	11	19	24	22	27	21	12

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	9	9	3	8	8	7	5	8	3
6	4	8	7	6	4	8	9	2	3
-1	4	3	-1	6	-2	5	7	-1	4
5	3	-1	4	-1	-1	-1	-1	7	-1
1	-1	6	4	-7	5	2	-1	7	3
14	20	19	13	19	9	19	20	16	9
15	19	25	17	12	14	21	19	23	12

1Д 5-8Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	9	6	9	6	7	5	1	3	4
5	7	8	6	7	3	6	9	2	3
-1	4	3	5	7	-1	-1	-1	8	3
6	-1	3	-1	-1	5	-1	4	7	-1
6	-5	-1	5	3	4	7	2	-1	9
-1	6	6	6	8	2	4	5	5	2
-1	-1	5	-1	-1	-1	-1	-1	4	-1
4	8	-1	5	4	5	2	3	2	8
21	14	19	24	22	18	16	15	19	18
20	20	25	30	30	20	20	20	24	20
19	19	30	29	29	19	19	19	28	19
23	27	29	34	33	24	21	22	30	27

1Д 8-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	4	1	6	4	8	3	9	7	1
5	8	4	4	8	-4	2	1	-3	4
-1	8	5	-1	8	6	-4	-2	6	6
8	-1	-1	4	-1	-1	9	3	-1	9
3	6	4	7	5	2	-1	-1	8	-1
-1	5	7	-1	6	9	6	-1	-4	5
6	-1	-1	6	-1	-1	5	5	7	6
5	3	5	5	7	5	-1	6	-1	-1
-1	8	6	-1	4	6	7	-1	5	8
5	-1	-1	4	-1	-1	-3	4	6	7
30	32	24	30	36	24	19	20	19	29
29	40	30	29	40	30	26	19	24	37
34	39	29	33	39	29	23	23	30	44

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
74	28	36	49	51	64	18	12	24	56
-35	32	28	11	29	11	46	58	36	28
22	-21	16	-21	-51	-35	16	-31	-21	-44
19	44	-41	32	35	-11	-41	24	-14	-11
-41	-55	23	-44	11	44	23	-25	-16	32
39	28	62	27	75	73	62	38	9	61

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
32	45	72	84	23	54	16	63	29	46
14	16	-38	-55	14	11	47	-25	16	18
14	-21	26	31	33	-25	17	32	15	16
-21	-21	-31	-21	-11	-21	-21	-41	-21	-41
33	44	45	43	-26	42	-36	35	32	24
72	63	74	82	33	61	23	64	71	63

2Д 6-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24	41	19	25	79	80	75	60	15	34
16	29	57	-13	-19	-61	15	-31	45	26
-21	-51	14	48	-21	43	-51	35	-51	-31
48	26	-31	-31	43	18	24	16	78	41
23	25	-29	42	-50	-41	17	-51	-14	-65
-71	-51	-11	19	28	25	-61	33	17	35
16	48	45	-61	-31	16	47	18	-31	-21
25	-34	16	45	42	-51	24	-51	23	43
-51	27	-21	16	19	34	-71	34	-14	18
32	-41	-34	-11	-81	12	41	22	-34	-71
19	19	19	90	60	64	19	62	90	40
35	67	64	29	29	80	66	80	59	19
60	33	80	74	71	29	90	29	82	62
9	60	59	90	90	63	19	63	68	80
41	19	25	79	9	75	60	85	34	9

3Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
815	746	234	349	628	571	418	184	973	365
-427	117	376	281	-234	169	191	456	-583	279
253	-485	-241	-351	311	-451	-218	-251	-151	116
164	-148	472	466	-412	160	344	335	395	-371
-416	-151	-557	118	337	273	128	-444	-453	257
389	79	284	863	630	722	863	280	181	646

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
214	189	151	625	284	780	655	121	670	525
493	420	454	182	423	-341	-321	484	-341	135
-311	-315	-313	-414	-314	270	272	-312	280	-331
244	426	438	-189	212	-417	-213	153	-316	289
-511	-311	-321	-112	-313	363	368	224	332	-309
129	409	409	92	292	655	761	670	625	309