

Старшие товарищи -9

Фундаментальное упражнение:

10 - 9	12 - 9	15 - 9	17 - 9	20 - 19	22 - 19	25 - 19	27 - 19	50 - 19	70 - 39
11 - 9	13 - 9	16 - 9	18 - 9	21 - 19	23 - 19	26 - 19	28 - 19	60 - 29	80 - 49

1Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	5	6	7	9	7	7	5	4	8
2	8	-3	4	3	8	6	-4	4	6
4	4	4	4	3	6	8	6	6	7
-9	-9	6	8	-9	-9	4	6	6	-9
-3	3	-9	-9	8	4	-9	-9	-9	4
3	11	4	14	14	16	16	4	11	16

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	3	8	4	6	9	9	8	7	6
8	2	5	2	-2	1	6	-4	-4	7
8	8	2	7	6	7	-9	1	2	3
2	7	6	8	-9	-9	-2	7	8	4
-9	-9	-9	-9	4	-4	7	-9	-9	-9
26	20	21	21	1	8	4	12	13	20
17	11	12	12	5	4	11	3	4	11

1Д 5-8Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	8	7	5	9	6	7	9	9	6
7	3	5	-2	2	9	7	8	5	6
5	4	3	3	7	8	1	6	1	8
-9	7	7	6	-9	2	-2	3	-9	-9
3	-9	-9	-9	-9	-9	-9	-9	4	4
8	-9	2	8	8	7	6	5	5	-9
-9	8	-9	4	5	-9	2	-9	-9	7
1	-9	7	-9	-9	2	-9	-9	8	-9
15	13	13	3	0	16	4	17	10	15
23	4	15	11	8	23	10	22	15	6
14	12	6	15	13	14	12	13	6	13
15	3	13	6	4	16	3	4	14	4

1Д 8-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	6	6	5	9	5	7	8	1	3
6	-3	7	6	9	9	5	7	4	9
1	7	-9	4	8	4	3	-4	6	4
-9	3	3	8	-9	7	-9	7	4	-9
4	-9	6	-9	4	-9	9	-9	-3	8
-9	7	-9	3	-9	-3	-2	8	-9	-4
4	5	8	-9	3	-9	-9	8	7	-9
5	4	3	2	-9	3	7	5	8	8
7	-9	-9	6	8	9	4	-9	-9	-9
-9	4	5	-9	4	4	-9	-9	8	4
10	20	15	10	6	7	11	30	18	10
17	11	6	16	14	16	15	21	9	1
8	15	11	7	18	20	6	12	17	5

2Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
76	18	32	98	46	51	28	16	67	85
-41	16	28	-79	17	14	36	48	-29	-32
-19	12	-39	12	-29	-42	16	18	33	-19
48	-29	14	14	31	17	-49	-49	14	27
16	48	28	16	29	-29	24	12	-29	14
80	65	63	61	94	11	55	45	56	75

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
48	39	26	97	11	23	58	75	68	14
-19	22	34	-59	48	37	-19	16	-49	11
31	14	-29	23	11	-29	24	-59	12	37
-29	18	17	14	-39	14	12	13	24	-39
14	-39	13	17	44	19	17	48	19	38
45	54	61	92	75	64	92	93	74	61

2Д 6-10Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
61	45	11	56	52	78	12	31	15	27
-29	-29	64	-29	-39	-49	78	47	48	34
-19	47	17	48	27	32	-79	-39	22	-49
44	-39	-29	-39	-39	-29	68	48	-79	53
-39	49	-39	44	56	-19	19	-69	38	-29
48	-39	47	-49	-29	78	-69	43	24	47
-29	26	-19	29	-19	-69	32	-49	-49	-69
23	-39	16	-49	71	58	-59	68	66	75
-49	10	-29	64	-69	-79	38	-19	-79	-19
29	-29	-29	-19	54	44	-19	-29	39	-19
66	34	71	31	28	91	29	61	68	83
37	60	52	60	9	22	61	12	19	14
60	21	68	11	80	80	2	80	85	89
11	31	39	75	11	1	40	61	6	70
40	2	10	56	65	45	21	32	45	51

3Д5Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
294	385	596	118	732	816	954	471	628	321
118	263	118	464	-492	147	-593	154	143	149
-291	112	-392	-199	168	-599	284	148	-599	277
237	-499	147	264	-294	247	178	-339	474	126
-119	184	-299	177	491	-299	-499	283	172	-490
239	445	170	824	605	312	324	717	818	383

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
489	148	221	651	418	515	721	275	860	690
-297	265	456	-499	-299	-493	-199	372	-199	-179
-109	-299	-369	288	448	689	-399	-329	-291	-309
264	347	-194	-329	-399	-399	487	-194	-149	-191
-129	-290	198	199	162	155	-599	496	469	444
218	171	312	310	330	467	11	620	690	455