

Приложение № 6  
к федеральному стандарту спортивной  
подготовки по виду спорта  
«лыжные гонки», утвержденному  
приказом Минспорта России  
от «14» сентября 2022 г. № 433

**Нормативы общей физической подготовки для зачисления и перевода на этап  
начальной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения			
			мальчики	девочки		
<b>1. Нормативы общей физической подготовки</b>						
1.1.	Бег на 60 м	с	не более			
			11,5	12,0		
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее			
			140	130		
1.3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее			
			30	25		
1.4.	Бег на 1000 м	мин, с	не более			
			6.30	7.00		