

Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области»

**Экзаменационные требования**  
**к вступительным испытаниям**  
**на очную и заочную форму обучения**

**Новомосковск - 2026**

## Пояснительная записка

Экзаменационные требования вступительных испытаний в 2025 году включают два вида испытаний – *физическое, психологическое*.

Вступительные испытания физической направленности включают пять нормативов по общей физической подготовке:

1. Бег 100 метров
2. Бег 1000 метров
3. Прыжок в длину с места
4. Подтягивание на перекладине
5. Плавание 50 метров в/с

Испытания проводятся согласно составленному расписанию. Порядок сдачи вступительных испытаний определяется приёмной комиссией. За каждое испытание в соответствии с показанным результатом выставаются баллы по прилагаемым таблицам (максимальное количество баллов за каждый вид испытаний - 100). В случае если показанный результат находится выше или ниже табличного, то абитуриенту выставляется соответственно максимально высший или низший балл по таблице. Баллы, полученные в каждом виде испытаний, суммируются. Максимальное количество баллов, которое может получить абитуриент за все нормативы, общей физической подготовки равно 500. Испытания проводятся в несколько дней.

Для психологического тестирования абитуриентов за основу взяты общепризнанные методики, рекомендуемые для проведения профессионального отбора и применяемые в педагогической практике. Эти методики рекомендовано использовать для проведения профессионально-адаптационного консультирования, которое проводится с целью выявления возможных трудностей профессиональной адаптации в избранной профессии.

Вступительные испытания проводятся в один этап в форме психологического тестирования. Абитуриенты знакомятся с правилами приемных испытаний в форме психологического тестирования. Заранее названия проводимых тестов не сообщаются. Вступительные испытания проводятся в отдельной аудитории, которая подготовлена к обработке результатов вступительных испытаний и оснащена необходимым оборудованием.

Для выполнения задания каждому абитуриенту выдается бланк для ответов и папка, в которой находятся тесты. Время выполнения тестов 60 минут. В случае необходимости, по заявлению абитуриента, может быть произведена замена бланка ответного листа, при этом испорченный лист изымается и уничтожается, однако время на выполнение задания не увеличивается, о чем абитуриент предупреждается заранее.

Психологическое тестирование состоит из 4 блоков различной направленности, максимально за выполнение психологического испытания абитуриент может получить 100 баллов.

Для **интеллектуального испытания** абитуриентов используется метод тестирования. Тест проводится с целью оценки уровня соответствующей грамотности абитуриентов и решает следующие задачи: проверка знаний и умений, систематизация и обобщение ранее усвоенных знаний и умений, формирование умений и навыков самоконтроля.

Вступительные испытания проводятся в один этап в форме тестирования. Абитуриенты знакомятся с правилами приемных испытаний в форме интеллектуального тестирования. Заранее названия проводимых тестов не сообщаются. Вступительные испытания проводятся в отдельной аудитории, которая подготовлена к обработке результатов вступительных испытаний и оснащена необходимым оборудованием. Каждый вариант вступительных испытаний включает три блока заданий:

*1 блок* – выбрать один правильный ответ из нескольких предложенных;

*2 блок* – задание с множественным выбором с рисунком и без рисунка, задания на дополнение недостающей информации в схеме или без схемы с ответом в виде слова (словосочетания), задание на установление соответствия процессов или явлений с рисунком и без рисунка, задание на определение последовательности биологических объектов, процессов и явлений, задание на дополнение недостающей информации в таблице с рисунком и без рисунка, задание на анализ информации, представленной в графической или табличной форме;

*3 блок* – задание с кратким свободным ответом на применение имеющихся знаний в практических ситуациях (необходимо самостоятельно ответить на предложенные вопросы).

Для выполнения задания каждому абитуриенту выдается бланк для ответов и папка, в которой находятся тесты. Время выполнения теста 90 минут. В случае необходимости, по заявлению абитуриента, может быть произведена замена бланка ответного листа, при этом испорченный лист изымается и уничтожается, однако время на выполнение задания не увеличивается, о чем абитуриент предупреждается заранее. Максимальное количество баллов в интеллектуальном тестировании составляет 100 баллов.

Содержание интеллектуального испытания разработано на основе материалов школьной программы по следующим учебным дисциплинам: физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности, биологии.

### Нормативы для сдачи вступительных испытаний по ОФП

**Бег 100 метров.** Выполняется на стадионе по беговой дорожке с низкого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

#### ОФП Бег 100 метров (м:сс,0)

| №<br>п/п | Количество<br>баллов | Юноши, мужчины (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        | Девушки, женщины, (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        |
|----------|----------------------|-------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          |                      | 14-15                         | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    | 14-15                            | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    |
| 1        | 100                  | 0:11,6                        | 0:11,5 | 0:11,1 | 0:11,8 | 0:12,5 | 0:12,8 | 0:13,0 | 0:13,6                           | 0:13,2 | 0:13,6 | 0:14,2 | 0:14,7 | 0:14,9 | 0:15,4 |
| 2        | 95                   | 0:11,8                        | 0:11,7 | 0:11,3 | 0:12,0 | 0:12,7 | 0:13,0 | 0:13,2 | 0:13,8                           | 0:13,4 | 0:13,8 | 0:14,4 | 0:14,9 | 0:15,1 | 0:15,6 |
| 3        | 90                   | 0:12,0                        | 0:11,9 | 0:11,5 | 0:12,2 | 0:12,9 | 0:13,2 | 0:13,4 | 0:14,0                           | 0:13,6 | 0:14,0 | 0:14,6 | 0:15,1 | 0:15,3 | 0:15,8 |
| 4        | 85                   | 0:12,2                        | 0:12,1 | 0:11,7 | 0:12,4 | 0:13,1 | 0:13,4 | 0:13,6 | 0:14,2                           | 0:13,8 | 0:14,2 | 0:14,8 | 0:15,3 | 0:15,5 | 0:16,0 |
| 5        | 80                   | 0:12,4                        | 0:12,3 | 0:11,9 | 0:12,6 | 0:13,3 | 0:13,6 | 0:13,8 | 0:14,4                           | 0:14,0 | 0:14,4 | 0:15,0 | 0:15,5 | 0:15,7 | 0:16,2 |
| 6        | 75                   | 0:12,6                        | 0:12,5 | 0:12,1 | 0:12,8 | 0:13,5 | 0:13,8 | 0:14,0 | 0:14,6                           | 0:14,2 | 0:14,6 | 0:15,2 | 0:15,7 | 0:15,9 | 0:16,4 |
| 7        | 70                   | 0:12,8                        | 0:12,7 | 0:12,3 | 0:13,0 | 0:13,7 | 0:14,0 | 0:14,2 | 0:14,8                           | 0:14,4 | 0:14,8 | 0:15,4 | 0:15,9 | 0:16,1 | 0:16,6 |
| 8        | 65                   | 0:13,0                        | 0:12,9 | 0:12,5 | 0:13,2 | 0:13,9 | 0:14,2 | 0:14,4 | 0:15,0                           | 0:14,6 | 0:15,0 | 0:15,6 | 0:16,1 | 0:16,3 | 0:16,8 |
| 9        | 60                   | 0:13,2                        | 0:13,1 | 0:12,7 | 0:13,4 | 0:14,1 | 0:14,4 | 0:14,6 | 0:15,2                           | 0:14,8 | 0:15,2 | 0:15,8 | 0:16,3 | 0:16,5 | 0:17,0 |
| 10       | 55                   | 0:13,4                        | 0:13,3 | 0:12,9 | 0:13,6 | 0:14,3 | 0:14,6 | 0:14,8 | 0:15,4                           | 0:15,0 | 0:15,4 | 0:16,0 | 0:16,5 | 0:16,7 | 0:17,2 |
| 11       | 50                   | 0:13,6                        | 0:13,5 | 0:13,1 | 0:13,8 | 0:14,5 | 0:14,8 | 0:15,0 | 0:15,6                           | 0:15,2 | 0:15,6 | 0:16,2 | 0:16,7 | 0:16,9 | 0:17,4 |
| 12       | 45                   | 0:13,8                        | 0:13,7 | 0:13,3 | 0:14,0 | 0:14,7 | 0:15,0 | 0:15,2 | 0:15,8                           | 0:15,4 | 0:15,8 | 0:16,4 | 0:16,9 | 0:17,1 | 0:17,6 |
| 13       | 40                   | 0:14,0                        | 0:13,9 | 0:13,5 | 0:14,2 | 0:14,9 | 0:15,2 | 0:15,4 | 0:16,0                           | 0:15,6 | 0:16,0 | 0:16,6 | 0:17,1 | 0:17,3 | 0:17,8 |
| 14       | 35                   | 0:14,2                        | 0:14,1 | 0:13,7 | 0:14,4 | 0:15,1 | 0:15,4 | 0:15,6 | 0:16,2                           | 0:15,8 | 0:16,2 | 0:16,8 | 0:17,3 | 0:17,5 | 0:18,0 |
| 15       | 30                   | 0:14,4                        | 0:14,3 | 0:13,9 | 0:14,6 | 0:15,3 | 0:15,6 | 0:15,8 | 0:16,4                           | 0:16,0 | 0:16,4 | 0:17,0 | 0:17,5 | 0:17,7 | 0:18,2 |
| 16       | 25                   | 0:14,6                        | 0:14,5 | 0:14,1 | 0:14,8 | 0:15,5 | 0:15,8 | 0:16,0 | 0:16,6                           | 0:16,2 | 0:16,6 | 0:17,2 | 0:17,7 | 0:17,9 | 0:18,4 |
| 17       | 20                   | 0:14,8                        | 0:14,7 | 0:14,3 | 0:15,0 | 0:15,7 | 0:16,0 | 0:16,2 | 0:16,8                           | 0:16,4 | 0:16,8 | 0:17,4 | 0:17,9 | 0:18,1 | 0:18,6 |
| 18       | 15                   | 0:15,0                        | 0:14,9 | 0:14,5 | 0:15,2 | 0:15,9 | 0:16,2 | 0:16,4 | 0:17,0                           | 0:16,6 | 0:17,0 | 0:17,6 | 0:18,1 | 0:18,3 | 0:18,8 |
| 19       | 10                   | 0:15,2                        | 0:15,1 | 0:14,7 | 0:15,4 | 0:16,1 | 0:16,4 | 0:16,6 | 0:17,2                           | 0:16,8 | 0:17,2 | 0:17,8 | 0:18,3 | 0:18,5 | 0:19,0 |
| 20       | 5                    | 0:15,4                        | 0:15,3 | 0:14,9 | 0:15,6 | 0:16,3 | 0:16,6 | 0:16,8 | 0:17,4                           | 0:17,0 | 0:17,4 | 0:18,0 | 0:18,5 | 0:18,7 | 0:19,2 |
| 21       | 2                    | 0:15,6                        | 0:15,5 | 0:15,1 | 0:15,8 | 0:16,5 | 0:16,8 | 0:17,0 | 0:17,6                           | 0:17,2 | 0:17,6 | 0:18,2 | 0:18,7 | 0:18,9 | 0:19,4 |
| 22       | 0                    | 0:15,8                        | 0:15,7 | 0:15,3 | 0:16,0 | 0:16,7 | 0:17,0 | 0:17,2 | 0:17,8                           | 0:17,4 | 0:17,8 | 0:18,4 | 0:18,9 | 0:19,1 | 0:19,6 |

**Бег 1000 метров.** Выполняется на стадионе по беговой дорожке с высокого старта. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

**ОФП Бег 1000 метров (м:сс,0)**

| №<br>п/п | Количество<br>баллов | Юноши, мужчины (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        | Девушки, женщины, (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        |
|----------|----------------------|-------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|          |                      | 14-15                         | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    | 14-15                            | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    |
| 1        | 100                  | 2:47,0                        | 2:42,0 | 2:37,0 | 2:42,0 | 2:47,0 | 2:49,0 | 2:59,0 | 3:12,0                           | 3:07,0 | 3:12,0 | 3:18,0 | 3:25,0 | 3:30,0 | 3:35,0 |
| 2        | 95                   | 2:52,3                        | 2:47,3 | 2:42,3 | 2:47,3 | 2:52,3 | 2:54,3 | 3:04,3 | 3:17,3                           | 3:12,3 | 3:17,3 | 3:23,3 | 3:30,3 | 3:35,3 | 3:40,3 |
| 3        | 90                   | 2:57,6                        | 2:52,6 | 2:47,6 | 2:52,6 | 2:57,6 | 2:59,6 | 3:09,6 | 3:22,6                           | 3:17,6 | 3:22,6 | 3:28,6 | 3:35,6 | 3:40,6 | 3:45,6 |
| 4        | 85                   | 3:02,9                        | 2:57,9 | 2:52,9 | 2:57,9 | 3:02,9 | 3:04,9 | 3:14,9 | 3:27,9                           | 3:22,9 | 3:27,9 | 3:33,9 | 3:40,9 | 3:45,9 | 3:50,9 |
| 5        | 80                   | 3:08,2                        | 3:03,2 | 2:58,2 | 3:03,2 | 3:08,2 | 3:10,2 | 3:20,2 | 3:33,2                           | 3:28,2 | 3:33,2 | 3:39,2 | 3:46,2 | 3:51,2 | 3:56,2 |
| 6        | 75                   | 3:13,5                        | 3:08,5 | 3:03,5 | 3:08,5 | 3:13,5 | 3:15,5 | 3:25,5 | 3:38,5                           | 3:33,5 | 3:38,5 | 3:44,5 | 3:51,5 | 3:56,5 | 4:01,5 |
| 7        | 70                   | 3:18,8                        | 3:13,8 | 3:08,8 | 3:13,8 | 3:18,8 | 3:20,8 | 3:30,8 | 3:43,8                           | 3:38,8 | 3:43,8 | 3:49,8 | 3:56,8 | 4:01,8 | 4:06,8 |
| 8        | 65                   | 3:24,1                        | 3:19,1 | 3:14,1 | 3:19,1 | 3:24,1 | 3:26,1 | 3:36,1 | 3:49,1                           | 3:44,1 | 3:49,1 | 3:55,1 | 4:02,1 | 4:07,1 | 4:12,1 |
| 9        | 60                   | 3:29,4                        | 3:24,4 | 3:19,4 | 3:24,4 | 3:29,4 | 3:31,4 | 3:41,4 | 3:54,4                           | 3:49,4 | 3:54,4 | 4:00,4 | 4:07,4 | 4:12,4 | 4:17,4 |
| 10       | 55                   | 3:34,7                        | 3:29,7 | 3:24,7 | 3:29,7 | 3:34,7 | 3:36,7 | 3:46,7 | 3:59,7                           | 3:54,7 | 3:59,7 | 4:05,7 | 4:12,7 | 4:17,7 | 4:22,7 |
| 11       | 50                   | 3:40,0                        | 3:35,0 | 3:30,0 | 3:35,0 | 3:40,0 | 3:42,0 | 3:52,0 | 4:05,0                           | 4:00,0 | 4:05,0 | 4:11,0 | 4:18,0 | 4:23,0 | 4:28,0 |
| 12       | 45                   | 3:45,3                        | 3:40,3 | 3:35,3 | 3:40,3 | 3:45,3 | 3:47,3 | 3:57,3 | 4:10,3                           | 4:05,3 | 4:10,3 | 4:16,3 | 4:23,3 | 4:28,3 | 4:33,3 |
| 13       | 40                   | 3:50,6                        | 3:45,6 | 3:40,6 | 3:45,6 | 3:50,6 | 3:52,6 | 4:02,6 | 4:15,6                           | 4:10,6 | 4:15,6 | 4:21,6 | 4:28,6 | 4:33,6 | 4:38,6 |
| 14       | 35                   | 3:55,9                        | 3:50,9 | 3:45,9 | 3:50,9 | 3:55,9 | 3:57,9 | 4:07,9 | 4:20,9                           | 4:15,9 | 4:20,9 | 4:26,9 | 4:33,9 | 4:38,9 | 4:43,9 |
| 15       | 30                   | 4:01,2                        | 3:56,2 | 3:51,2 | 3:56,2 | 4:01,2 | 4:03,2 | 4:13,2 | 4:26,2                           | 4:21,2 | 4:26,2 | 4:32,2 | 4:39,2 | 4:44,2 | 4:49,2 |
| 16       | 25                   | 4:06,5                        | 4:01,5 | 3:56,5 | 4:01,5 | 4:06,5 | 4:08,5 | 4:18,5 | 4:31,5                           | 4:26,5 | 4:31,5 | 4:37,5 | 4:44,5 | 4:49,5 | 4:54,5 |
| 17       | 20                   | 4:11,8                        | 4:06,8 | 4:01,8 | 4:06,8 | 4:11,8 | 4:13,8 | 4:23,8 | 4:36,8                           | 4:31,8 | 4:36,8 | 4:42,8 | 4:49,8 | 4:54,8 | 4:59,8 |
| 18       | 15                   | 4:17,1                        | 4:12,1 | 4:07,1 | 4:12,1 | 4:17,1 | 4:19,1 | 4:29,1 | 4:42,1                           | 4:37,1 | 4:42,1 | 4:48,1 | 4:55,1 | 5:00,1 | 5:05,1 |
| 19       | 10                   | 4:22,4                        | 4:17,4 | 4:12,4 | 4:17,4 | 4:22,4 | 4:24,4 | 4:34,4 | 4:47,4                           | 4:42,4 | 4:47,4 | 4:53,4 | 5:00,4 | 5:05,4 | 5:10,4 |
| 20       | 5                    | 4:27,7                        | 4:22,7 | 4:17,7 | 4:22,7 | 4:27,7 | 4:29,7 | 4:39,7 | 4:52,7                           | 4:47,7 | 4:52,7 | 4:58,7 | 5:05,7 | 5:10,7 | 5:15,7 |
| 21       | 2                    | 4:33,0                        | 4:28,0 | 4:23,0 | 4:28,0 | 4:33,0 | 4:35,0 | 4:45,0 | 4:58,0                           | 4:53,0 | 4:58,0 | 5:04,0 | 5:11,0 | 5:16,0 | 5:21,0 |
| 22       | 0                    | 4:38,3                        | 4:33,3 | 4:28,3 | 4:33,3 | 4:38,3 | 4:40,3 | 4:50,3 | 5:03,3                           | 4:58,3 | 5:03,3 | 5:09,3 | 5:16,3 | 5:21,3 | 5:26,3 |

**Прыжок в длину с места.** Выполняется отталкиванием с двух ног от контрольной отметки с взмахом рук. Каждый испытуемый выполняет по три попытки, подряд. Результат фиксируется в сантиметрах, измерения производят от контрольной отметки до места ближнего к ней касания любой частью тела.

**ОФП Прыжок в длину с места (см)**

| №<br>п/п | Количество<br>баллов | Юноши, мужчины (возраст, лет) |       |       |       |       |       |     | Девушки, женщины, (возраст, лет) |       |       |       |       |       |     |
|----------|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|----------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|
|          |                      | 14-15                         | 16-17 | 18-24 | 25-29 | 30-34 | 35-39 | 40+ | 14-15                            | 16-17 | 18-24 | 25-29 | 30-34 | 35-39 | 40+ |
| 1        | 100                  | 270                           | 280   | 290   | 285   | 280   | 275   | 270 | 230                              | 235   | 245   | 240   | 220   | 215   | 210 |
| 2        | 95                   | 265                           | 275   | 285   | 280   | 275   | 270   | 265 | 225                              | 230   | 240   | 235   | 215   | 210   | 205 |
| 3        | 90                   | 260                           | 270   | 280   | 275   | 270   | 265   | 260 | 220                              | 225   | 235   | 230   | 210   | 205   | 200 |
| 4        | 85                   | 255                           | 265   | 275   | 270   | 265   | 260   | 255 | 215                              | 220   | 230   | 225   | 205   | 200   | 195 |
| 5        | 80                   | 250                           | 260   | 270   | 265   | 260   | 255   | 250 | 210                              | 215   | 225   | 220   | 200   | 195   | 190 |
| 6        | 75                   | 245                           | 255   | 265   | 260   | 255   | 250   | 245 | 205                              | 210   | 220   | 215   | 195   | 190   | 185 |
| 7        | 70                   | 240                           | 250   | 260   | 255   | 250   | 245   | 240 | 200                              | 205   | 215   | 210   | 190   | 185   | 180 |
| 8        | 65                   | 235                           | 245   | 255   | 250   | 245   | 240   | 235 | 195                              | 200   | 210   | 205   | 185   | 180   | 175 |
| 9        | 60                   | 230                           | 240   | 250   | 245   | 240   | 235   | 230 | 190                              | 195   | 205   | 200   | 180   | 175   | 170 |
| 10       | 55                   | 225                           | 235   | 245   | 240   | 235   | 230   | 225 | 185                              | 190   | 200   | 195   | 175   | 170   | 165 |
| 11       | 50                   | 220                           | 230   | 240   | 235   | 230   | 225   | 220 | 180                              | 185   | 195   | 190   | 170   | 165   | 160 |
| 12       | 45                   | 215                           | 225   | 235   | 230   | 225   | 220   | 215 | 175                              | 180   | 190   | 185   | 165   | 160   | 155 |
| 13       | 40                   | 210                           | 220   | 230   | 225   | 220   | 215   | 210 | 170                              | 175   | 185   | 180   | 160   | 155   | 150 |
| 14       | 35                   | 205                           | 215   | 225   | 220   | 215   | 210   | 205 | 165                              | 170   | 180   | 175   | 155   | 150   | 145 |
| 15       | 30                   | 200                           | 210   | 220   | 215   | 210   | 205   | 200 | 160                              | 165   | 175   | 170   | 150   | 145   | 140 |
| 16       | 25                   | 195                           | 205   | 215   | 210   | 205   | 200   | 195 | 155                              | 160   | 170   | 165   | 145   | 140   | 135 |
| 17       | 20                   | 190                           | 200   | 210   | 205   | 200   | 195   | 190 | 150                              | 155   | 165   | 160   | 140   | 135   | 130 |
| 18       | 15                   | 185                           | 195   | 205   | 200   | 195   | 190   | 185 | 145                              | 150   | 160   | 155   | 135   | 130   | 125 |
| 19       | 10                   | 180                           | 190   | 200   | 195   | 190   | 185   | 180 | 140                              | 145   | 155   | 150   | 130   | 125   | 120 |
| 20       | 5                    | 175                           | 185   | 195   | 190   | 185   | 180   | 175 | 135                              | 140   | 150   | 145   | 125   | 120   | 115 |
| 21       | 2                    | 170                           | 180   | 190   | 185   | 180   | 175   | 170 | 130                              | 135   | 145   | 140   | 120   | 115   | 110 |
| 22       | 0                    | 165                           | 175   | 185   | 180   | 175   | 170   | 165 | 125                              | 130   | 140   | 135   | 115   | 110   | 105 |



**Плавание 50 метров.** Старт выполняется с тумбочки или из воды по команде стартера. Абитуриент плывёт дистанцию 50 метров вольным стилем, при выполнении поворота необходимо коснуться поворотной стенки любой частью тела. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

**ОФП Плавание 50 метров (м:сс,0)**

| №<br>п/<br>п | Количество<br>о баллов | Юноши, мужчины (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        | Девушки, женщины, (возраст, лет) |        |        |        |        |        |        |
|--------------|------------------------|-------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|              |                        | 14-15                         | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    | 14-15                            | 16-17  | 18-24  | 25-29  | 30-34  | 35-39  | 40+    |
| 1            | 100                    | 0:27,0                        | 0:25,0 | 0:24,0 | 0:30,0 | 0:32,0 | 0:35,0 | 0:40,0 | 0:32,0                           | 0:29,0 | 0:30,0 | 0:33,0 | 0:36,0 | 0:40,0 | 0:45,0 |
| 2            | 95                     | 0:28,5                        | 0:26,5 | 0:25,5 | 0:32,5 | 0:34,5 | 0:37,5 | 0:42,5 | 0:34,0                           | 0:31,0 | 0:32,0 | 0:36,2 | 0:39,2 | 0:43,2 | 0:48,2 |
| 3            | 90                     | 0:30,0                        | 0:28,0 | 0:27,0 | 0:35,0 | 0:37,0 | 0:40,0 | 0:45,0 | 0:36,0                           | 0:33,0 | 0:34,0 | 0:39,4 | 0:42,4 | 0:46,4 | 0:51,4 |
| 4            | 85                     | 0:32,0                        | 0:30,0 | 0:29,0 | 0:37,5 | 0:39,5 | 0:42,5 | 0:47,5 | 0:38,0                           | 0:35,0 | 0:36,0 | 0:42,6 | 0:45,6 | 0:49,6 | 0:54,6 |
| 5            | 80                     | 0:34,0                        | 0:32,0 | 0:31,0 | 0:40,0 | 0:42,0 | 0:45,0 | 0:50,0 | 0:40,0                           | 0:37,0 | 0:38,0 | 0:45,8 | 0:48,8 | 0:52,8 | 0:57,8 |
| 6            | 75                     | 0:36,5                        | 0:34,5 | 0:33,5 | 0:42,5 | 0:44,5 | 0:47,5 | 0:52,5 | 0:42,0                           | 0:39,0 | 0:40,0 | 0:49,0 | 0:52,0 | 0:56,0 | 1:01,0 |
| 7            | 70                     | 0:38,0                        | 0:36,0 | 0:35,0 | 0:45,0 | 0:47,0 | 0:50,0 | 0:55,0 | 0:44,0                           | 0:42,0 | 0:43,0 | 0:52,2 | 0:55,2 | 0:59,2 | 1:04,2 |
| 8            | 65                     | 0:40,0                        | 0:38,0 | 0:37,5 | 0:47,5 | 0:49,5 | 0:52,5 | 0:57,5 | 0:46,0                           | 0:44,0 | 0:45,0 | 0:55,4 | 0:58,4 | 1:02,4 | 1:07,4 |
| 9            | 60                     | 0:42,0                        | 0:40,0 | 0:39,5 | 0:50,0 | 0:52,0 | 0:55,0 | 1:00,0 | 0:48,0                           | 0:46,0 | 0:47,0 | 0:58,6 | 1:01,6 | 1:05,6 | 1:10,6 |
| 10           | 55                     | 0:44,0                        | 0:42,5 | 0:41,5 | 0:52,5 | 0:54,5 | 0:57,5 | 1:02,5 | 0:50,0                           | 0:48,0 | 0:49,0 | 1:01,8 | 1:04,8 | 1:08,8 | 1:13,8 |
| 11           | 50                     | 0:46,0                        | 0:44,0 | 0:43,0 | 0:55,0 | 0:57,0 | 1:00,0 | 1:05,0 | 0:52,0                           | 0:50,0 | 0:51,0 | 1:05,0 | 1:08,0 | 1:12,0 | 1:17,0 |
| 12           | 45                     | 0:48,5                        | 0:46,5 | 0:45,5 | 0:57,5 | 0:59,5 | 1:02,5 | 1:07,5 | 0:54,0                           | 0:52,0 | 0:53,0 | 1:08,2 | 1:11,2 | 1:15,2 | 1:20,2 |
| 13           | 40                     | 0:50,5                        | 0:48,5 | 0:47,5 | 1:00,0 | 1:02,0 | 1:05,0 | 1:10,0 | 0:56,0                           | 0:54,0 | 0:55,0 | 1:11,4 | 1:14,4 | 1:18,4 | 1:23,4 |
| 14           | 35                     | 0:52,0                        | 0:50,5 | 0:49,5 | 1:02,5 | 1:04,5 | 1:07,5 | 1:12,5 | 0:58,0                           | 0:56,0 | 0:57,0 | 1:14,6 | 1:17,6 | 1:21,6 | 1:26,6 |
| 15           | 30                     | 0:54,0                        | 0:52,0 | 0:51,0 | 1:05,0 | 1:07,0 | 1:10,0 | 1:15,0 | 1:02,0                           | 1:00,0 | 1:01,0 | 1:17,8 | 1:20,8 | 1:24,8 | 1:29,8 |
| 16           | 25                     | 0:56,5                        | 0:55,5 | 0:54,5 | 1:07,5 | 1:09,5 | 1:12,5 | 1:17,5 | 1:08,0                           | 1:06,0 | 1:07,0 | 1:21,0 | 1:24,0 | 1:28,0 | 1:33,0 |
| 17           | 20                     | 1:00,0                        | 0:59,0 | 0:58,0 | 1:10,0 | 1:12,0 | 1:15,0 | 1:20,0 | 1:14,0                           | 1:12,0 | 1:15,0 | 1:24,2 | 1:27,2 | 1:31,2 | 1:36,2 |
| 18           | 15                     | 1:04,0                        | 1:03,0 | 1:02,0 | 1:12,5 | 1:14,5 | 1:17,5 | 1:22,5 | 1:20,0                           | 1:18,0 | 1:21,0 | 1:27,4 | 1:30,4 | 1:34,4 | 1:39,4 |
| 19           | 10                     | 1:08,0                        | 1:07,0 | 1:06,0 | 1:15,0 | 1:17,0 | 1:20,0 | 1:25,0 | 1:26,0                           | 1:24,0 | 1:27,0 | 1:30,6 | 1:33,6 | 1:37,6 | 1:42,6 |
| 20           | 5                      | 1:12,0                        | 1:11,0 | 1:10,0 | 1:17,5 | 1:19,5 | 1:22,5 | 1:27,5 | 1:30,0                           | 1:28,0 | 1:31,0 | 1:33,8 | 1:36,8 | 1:40,8 | 1:45,8 |
| 21           | 2                      | 1:16,0                        | 1:15,0 | 1:14,0 | 1:20,0 | 1:22,0 | 1:25,0 | 1:30,0 | 1:34,0                           | 1:32,0 | 1:35,0 | 1:37,0 | 1:40,0 | 1:44,0 | 1:49,0 |
| 22           | 0                      | 1:22,5                        | 1:19,5 | 1:17,5 | 1:22,5 | 1:24,5 | 1:27,5 | 1:32,5 | 1:37,0                           | 1:36,0 | 1:39,0 | 1:40,2 | 1:43,2 | 1:47,2 | 1:52,2 |

