

График работы муниципального центра тестирования ВФСК ГТО на март.

Адрес центра тестирования: ул. Первомайская, д.74 (вход с ул. Первомайской).

Тестирование по бегу на лыжах проводится при температуре не ниже 18 градусов.

К тестированию не допускаются участники:

- явившиеся к месту тестирования без паспорта (или его ксерокопии) и медицинской справки;
- не имеющие средства личной гигиены (мочалка, мыло или гель для душа) при явке в бассейн;
- без спортивной формы, шапки, перчаток (рукавиц) при тестировании в беге на лыжах.

ГРАФИК ПРИЕМА НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО



1 МАРТА 12.00	БЕГ НА КОРОТКИЕ И ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ	Легкоатлетический манеж. ул. Первомайская д. 76 (вход со стороны ул. Карла Маркса) Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
2 МАРТА 12.00	ПЛАВАНИЕ	«Спортивная школа по плаванию «Родник Севера» ул. Первомайская, д.74 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
3 МАРТА 12.00	БЕГ НА ЛЫЖАХ	«Спортивная школа «Фаворит», ул. Лесопарковая, д.4 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
13 МАРТА 12.00	СТРЕЛЬБА ИЗ ЭЛЕКТРОННОГО ОРУЖИЯ И ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ	«Спортивная школа «Северная Олимпия». Ул. Димитрова 1/4 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
15 МАРТА 12.00	ЗАЛЬНЫЕ ВИДЫ: - Подтягивание из виса на высокой перекладине; - Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - Сгибание - разгибание рук в упоре лежа на полу, о гимнастическую скамью, о сиденье стула; - Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье или на полу; - Поднимание туловища из положения лежа на спине; - Рывок гири 16 кг; - Метание теннисного мяча в цель; - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - Челночный бег 3*10 м.	«Спортивная школа по плаванию «Родник Севера» ул. Первомайская, д.74 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
16 МАРТА 12.00	БЕГ НА ЛЫЖАХ	«Спортивная школа «Фаворит», ул. Лесопарковая, д.4 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
17 МАРТА 12.00	ПЛАВАНИЕ	«Спортивная школа по плаванию «Родник Севера» ул. Первомайская, д.74 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
27 МАРТА 12.00	БЕГ НА ЛЫЖАХ	«Спортивная школа «Фаворит», ул. Лесопарковая, д.4 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
29 МАРТА 12.00	ПЛАВАНИЕ	Эжва, СК «Бумажник», ул. Мира 23а Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
30 МАРТА 12.00	БЕГ НА КОРОТКИЕ И ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ	Легкоатлетический манеж. ул. Первомайская д. 76 (вход со стороны ул. Карла Маркса) Регистрация участников с 11.30 до 11.55.
31 МАРТА 12.00	СТРЕЛЬБА ИЗ ЭЛЕКТРОННОГО ОРУЖИЯ И ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ	«Спортивная школа «Северная Олимпия». Ул. Димитрова 1/4 Регистрация участников с 11.30 до 11.55.

НОВОСТИ, АНОНСЫ csmsykt.ru, vk.com/csmsykt

т. 20-01-64, 20-01-74, www.gto.ru