

**График работы регионального центра тестирования ВФСК ГТО
на март 2018 года МО ГО «Сыктывкар» (ГПОУ «СГПК»)**

Дата	День недели	Вид тестирования	Время	Место тестирования	
06.03	вторник	Бег на лыжах	15.00	Лыжная база ГПОУ «СГПК» (ул. Лесопарковая, 7)	Записаться
07.03	среда	Плавание	11.00	Спортивная школа «Родник Севера» (ул. Первомайская, 74)	Записаться
14.03	среда	Стрельба из пневматической винтовки	16.30	Тир (общежитие колледжа, Октябрьский пр-т, 41, вход со стороны церкви)	Записаться
16.03	пятница	<ul style="list-style-type: none"> • Сгибание-разгибание рук в упоре лежа • Подтягивание • Поднимание туловища • Метание в цель • Рывок гири • Наклон вперед • Прыжок в длину с места толчком двумя ногами • Челночный бег 	17.00	Спортивный зал колледжа (Октябрьский пр-т, 24)	Записаться
17.03	суббота	Бег на короткие и длинные дистанции	12.00	Легкоатлетический манеж центрального стадиона (ул. Первомайская 76/1 – вход со стороны ул. К.Маркса)	Записаться
18.03	воскресенье	Плавание	16.45	Бассейн «Орбита» (ул. Петрозаводская, 10)	Записаться
20.03	вторник	Бег на лыжах	15.00	Лыжная база ГПОУ «СГПК» (ул. Лесопарковая, 7)	Записаться
21.03	среда	Стрельба из электронного оружия	16.30	Тир (общежитие колледжа, Октябрьский пр-т, 41, вход со стороны церкви)	Записаться
28.03	среда	Стрельба из пневматической винтовки	16.30	Тир (общежитие колледжа, Октябрьский пр-т, 41, вход со стороны церкви)	Записаться
30.03	пятница	<ul style="list-style-type: none"> • Сгибание-разгибание рук в упоре лежа • Подтягивание • Поднимание туловища • Метание в цель • Рывок гири • Наклон вперед • Прыжок в длину с места толчком двумя ногами • Челночный бег 	17.00	Спортивный зал колледжа (Октябрьский пр-т, 24)	Записаться