

Дополнительные дни тестирований:

•05 Сентября 16.00- 18.00 -Подтягивания из виса на высокой перекладине;

-Сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу;

-Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимн. Скамье;

-Поднимание туловища из положения лежа на спине;

-Рывок гири 16кг;

-Метание теннисного мяча в цель;

-Прыжок в длину с места толчок двумя ногами;

-Челночный бег;

**Уличный турниковый комплекс
Спортивной школы «Северная Олимпия». ул Димитрова д. ¼**

Регистрация с 15.45 до 16.00 возле турникового комплекса

•12 Сентября 16.00-18.00 -Подтягивания из виса на высокой перекладине;

-Сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу;

-Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимн. Скамье;

-Поднимание туловища из положения лежа на спине;

-Рывок гири 16кг;

-Метание теннисного мяча в цель;

-Прыжок в длину с места толчок двумя ногами;

-Челночный бег;

Турниковый комплекс

Кировский парк

Регистрация с 15.45 до 16.00 возле турникового комплекса.