

КАЛЕНДАРЬ

тестирования видов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» с I-XI ступень (с 6 до 70 лет и старше) на февраль 2020 года

Дата	Время	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Примечание
10 февраля	10.00 час.	- Легкая атлетика (смешанное передвижение на 1000 м, бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м)	Манеж (стадион «Амур»)	- паспорт (копия); - наличие мед. допуска; - спортивная одежда и сменная обувь; - бахилы (для сопровождающих); - вход в манеж без опозданий (10.00 час.)
14 февраля	13.00 час.	Открытие зимнего Фестиваля ВФСК ГТО среди участников в возрасте от 9 до 70 лет и старше. - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - Поднимание туловища из положения, лежа на спине; - Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - Подтягивание из виса на высокой перекладине.	Игровой зал МУ СОК «Юность» (ул. Краснофлотская, 6)	- паспорт (копия); - наличие мед. допуска; - спортивная одежда и инвентарь; - бахилы (для сопровождающих); - без опозданий (13.00 час.)
16 февраля	15.15 час.	Второй этап зимнего Фестиваля ВФСК ГТО среди участников в возрасте от 9 до 70 лет и старше. - Плавание на 25м - Плавание на 50 м	Бассейн «Надежда», ул. Краснофлотская, 105	- паспорт (копия); - банные принадлежности; - наличие мед. допуска; - м/о перед выходом на воду; - ознакомление с правилами посещения бассейна; - письменное согласие родителей (для н/летних участников); - наличие сменной обуви.

17 февраля	11.30 час.	- Стрельба из «электронного оружия».	Игровой зал МУ СОК «Юность» (ул. Краснофлотская, 6)	– паспорт (копия); - наличие мед. допуска; - вход в зал в 11.30час. - бахилы (для сопровождающих).
28 февраля	11.30 час.	Самозащита без оружия (IV – VI возрастные ступени, от 13 до 29 лет)	Игровой зал МУ СОК «Юность» (ул. Краснофлотская, 6)	

В ходе подготовки и проведения тестирования возможно изменения!

По вопросам выполнения нормативов ВФСК ГТО обращаться в центр тестирования по т. 77-26-05

Руководитель Центра тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов ВФСК ГТО



А.В. Мамонтов