

Расписание нормативов ВФСК ГТО

на ИЮНЬ.

№	Виды испытаний и тестов ГТО	Дата и время проведения	Место проведения	Место проведения
1	Зальные нормативы: - подтягивание из виса на высокой перекладине; - подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см; - сгибание и разгибание рук в упоре; - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; - прыжок в длину с места толчком двумя ногами; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - челночный бег 3х10; - рывок гири 16 кг.	10.06 (ВТОРНИК) Начало – 12:20 Регистрация – 12:10	МБУ СШ №1 Ул. Солнечная, 25В	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Спортивную форму; -Сменную обувь.
2	Стрельба: - Электронное оружие	16.06 (ПОНЕДЕЛЬНИК) Начало – 16:00 Регистрация – 15:55	МБОУ СОШ С УИОП №52 пр-кт Строителей, 44	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Сменную обувь
3	Плавание: - плавание 25 метров; - плавание 50 метров	17.06 (ВТОРНИК) Начало – 12:00 Регистрация – 11:50	СК «Олимпийский» Ул. Романа Ердякова, 23, к.1	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - соскоб (для всех участников) - принадлежности для плавания.

4	Бег: - бег на короткие дистанции; - бег на длинные дистанции - челночный бег 3x10 м	18.06 (СРЕДА) Начало – 12:20 Регистрация – 12:00	Манеж «Прометей» Ул. Лепсе, 30	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Спортивную форму; - Сменную обувь.
5	Метание: -теннисного мяча в цель; -мяча весом 150 г -спортивного снаряда: весом 500 г (м) весом 700 г (м)	19.06 (ЧЕТВЕРГ) Начало – 12:20 Регистрация – 12:00	Стадион «ВГГ» Ул. Свободы,76	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Спортивную форму; - Сменную обувь.
6	Смешанное передвижение: - бег по пересеченной местности	24.06 (ЧЕТВЕРГ) Начало – 11:30 Регистрация – 13:00	База «Трамплин» Ул. Подгорная, 15	При себе иметь: - Документ, удостоверяющий личность; - УИН; - Медицинский допуск; - Спортивную форму; - Сменную обувь.

НА КАЖДЫЙ НОРМАТИВ КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ ОГРАНИЧЕНО.
ДОПУСК НА НОРМАТИВЫ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ТОЛЬКО ПО
ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКЕ.
В ДЕНЬ ПРИЕМА НОРМАТИВОВ ЗАЯВКИ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.

