

**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 март 2019 года**

Время	Вид испытания (тест)	Место тестирования
<b>06 марта (среда) 2019 года</b>		
13:00 часов	Тестирование по следующим видам испытаний: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>- Поднимание туловища из положения, лежа на спине;</li> <li>- Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>- Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>- Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>- <i>Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров (количество попаданий).</i></li> </ul>	Игровой зал СОК «Юность»
<b>18 марта (понедельник) 2019 года</b>		
10.30 – 14.00	Легкая атлетика	Легкоатлетический манеж Стадион «Амур»
<b>1 этап – каждая среда марта</b> <b>2 этап - 30, 31 марта (суббота, воскресенье)</b>		
На согласовании	Туристический поход с проверкой туристических навыков	1 этап: стадион СОК «Юность» 2 этап: на согласовании

По вопросам сдачи нормативов ВФСК ГТО для других возрастных ступеней обращаться в центр тестирования по т. 77-26-05

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



**А.В. Мамонтов**