

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
06 марта (среда) 2019 года		
13:00 часов	Тестирование по следующим видам испытаний: <ul style="list-style-type: none"> - 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; - Подтягивание из виса на низкой перекладине; - <i>Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров (количество попаданий).</i> 	Игровой зал СОК «Юность»
18 марта (понедельник) 2019 года		
10.30 – 14.00	Легкая атлетика	Легкоатлетический манеж Стадион «Амур»
1 этап – каждая среда марта 2 этап - 30, 31 марта (суббота, воскресенье)		
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