



ОБЪЯВЛЕНИЕ!

ВСЕ НА ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ КОМПЛЕКСА ГТО!!!

ГРАФИК ТЕСТИРОВАНИЯ

| Дата приема | Вид испытания | Время приема | Место приема |
|----------------------------|---|-----------------------|-------------------------|
| 17-20 июня 2019 года | Челночный бег 3x10 м | 16.00 | ФОК |
| | Подтягивание из виса на высокой перекладине (муж) | | |
| | Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (жен) | | |
| | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | | |
| | Прыжок в длину с места | | |
| | Рывок гири 16 кг | | |
| | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье | | |
| | Поднимание туловища из положения лежа на спине | 16.00 | Стадион |
| | Бег на 30 м, 60 м, 100 м | | |
| | Прыжки в длину с разбега | | |
| | Метание спортивного снаряда | 16.00 | Учебный корпус ф-та СПО |
| | Стрельба из электронного оружия | | |
| | Бег на 2 км | 16.00 | Стадион |
| | Бег на 3 км | | |
| | Кросс 3 км, 5 км | | |
| | Смешанное передвижение 2 км | | |
| Плавание 50 м | 17.00 | Бассейн ДК п. Майский | |

Оргкомитет