

**График работы Центра тестирования ВФСК ГТО
(октябрь 2017 года)**

Дата	День недели	Вид тестирования	Время	Место тестирования
14.10.2017 Школьники 4-5 ступень	суббота	Плавание	14.00	Плавательный бассейн «Дельфин» ул.Ломоносова д.56
		1. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 2. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. 3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. 5. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье. 6. Рывок гири 16 кг. 7. Подъём туловища из положения лёжа на спине 8. Метание гранаты 9. Метание мяча	с 12.00 до 14.00	Спортивный зал МАОО ДО ДЮСШ р.п.Лунино Ул.Мясникова 46А
28.10.2017 6-11 ступень	суббота	1. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 2. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине. 3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. 5. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье. 6. Рывок гири 16 кг. 7. Подъём туловища из положения лёжа на спине	12.00-14.00	Спортивный зал МАОО ДО ДЮСШ р.п.Лунино Ул.Мясникова 46А

		Плавание	14.00	Плавательный бассейн «Дельфин» ул.Ломоносова д.56
--	--	----------	-------	---

Обучающиеся сдают нормативы комплекса ГТО в соответствии с графиком приема контрольных нормативов.

К выполнению нормативов комплекса ГТО допускаются как организованные группы, так и отдельные граждане, зарегистрированные в АИС ГТО и имеющие медицинский допуск.

Заявки подаются в МАОО ДО ДЮСШ р.п.Лунино: р.п.Лунино, ул.Мясникова 46А, тел.3-02-52, e-mail: lena_snegir@mail.ru

понедельник-четверг с 9:00 до 17:00, обед с 13.00 до 14.00.

Окончание приема заявок за 7 дней до обозначенной в расписании даты тестирования ВФСК ГТО по виду тестирования.

В день сдачи иметь при себе паспорт (свидетельство о рождении), справку от врача (срок действия не более 10 дней).

Ответственный за осуществление

деятельности Центра тестирования Елена Ивановна Снегирь