


  
 «Утверждаю»  
 Руководитель Центра тестирования  
 Лунинского района Пензенской области  
 Е.И.Снегирь

**График работы Центра тестирования нормативов «Всероссийского  
 физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)  
 в Лунинском районе Пензенской области в 1-2 кварталах 2019 года**

№ п/п	День недели	Время работы	Вид испытаний ГТО	Место проведения
1.	четверг Пятница Суббота	с 10.00 до 14.00	Смешанное передвижение (1, 2 км.), бег на 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 1,5 км, 2 км, 3км, челночный бег 3x10м, прыжок в длину с разбега, метание мяча весом 150 г, метание спортивного снаряда	МАООДО ДЮСШ р.п.Лунино
		с 10 до 14.00	Тесты по гимнастике, ОФП (наклоны, подтягивания, сгибание и разгибание рук, поднимание туловища из положения лёжа на спине, поднятие гири, прыжок в длину, метание теннисного мяча в цель)	МАООДО ДЮСШ р.п.Лунино
		с 10.00 до 16.00	Стрельба из ПВ	
2.	Четверг Пятница Суббота	с 11.00 до 17.00	Плавание	Плавательный бассейн «Дельфин» р.п.Лунино
3.	Суббота	с 10.00 до 15.00	скандинавская ходьба	МАООДО ДЮСШ р.п.Лунино

Примечание: по индивидуальным заявкам организаций и населения на сдачу нормативов комплекса ГТО центр тестирования предоставляет возможность приема нормативов в любое удобное время, кроме воскресенья.