



«Утверждаю»

Руководитель Центра тестирования
Лунинского района Пензенской области
С.Н.Чернов

График работы

Центра тестирования нормативов «Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
в Лунинском районе Пензенской области на 2024 год.

№ п/п	День недели	Время работы	Вид испытаний ГТО	Место проведения
1.	Среда Четверг Пятница Суббота	с 9.00 до 16.00	Смешанное передвижение (600, 1, 2 км.), бег на 10 м, 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 1,5 км, 2 км, 3км, шестиминутный бег, челночный бег 3x 10м, прыжок в длину с места, метание мяча весом 150 г, метание спортивного снаряда, плавание	Территория и спортивный зал МАОО ДО ДЮСШ р.п. Лунино, ФОК «Алые паруса», стадион «Нива»
		с 9.00 до 16.00	Тесты по гимнастике, ОФП (наклоны, подтягивания, сгибание и разгибание рук, поднятие туловища из положения лёжа на спине, поднятие гири, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча в цель, бросок набивного мяча 1 кг)	Спортивный зал МАООДО ДЮСШ р.п.Лунино, ФОК «Алые паруса», стадион «Нива»
		с 9.00 до 15.00	Стрельба из пневматической винтовки	Здание МАОО ДО ДЮСШ р.п. Лунино
2.	Пятница Суббота	с 9.00 до 15.00	Скандинавская ходьба, кросс по пересеченной местности, бег на лыжах, ходьба на лыжах	Территория МАОО ДО ДЮСШ р.п. Лунино, стадион «Нива», Парк «Победы»

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