



ГРАФИК ПРИЁМА ИСПЫТАНИЙ ВФСК «ГТО»

июль 2023 год

№ п/п	Испытания (тесты) ГТО	Сроки проведения	Резервные сроки	Место проведения
1.	Легкая атлетика: - бег 30, 60м, 100м, 1000м, 1500м, 2000м, 3000м. Челночный бег 3х10 Метание снаряда - метание мяча в цель - мяч 150 г., - граната 500, 700 г.	05, 07 июля в 15:00ч.	18, 19 июля в 15:00ч.	стадион «Горняк»
2.	Силовая гимнастика: - подтягивание, - отжимание, - гиря, - пресс, - гибкость, -прыжок в длину с места.	17 июля в 15:00ч.	21 июля в 15:00ч.	специализированный зал ГТО «Лыжная база»
3.	Кросс (бег по пересеченной местности) (по предварительной записи)	25 июля в 15:00ч.	26 июля в 15:00ч.	стадион «Горняк» лыжероллерная трасса
4.	Стрельба из электронного оружия (по предварительной записи)	27 июля в 15:00ч.	28 июля в 15:00ч.	специализированный зал ГТО «Лыжная база»

По всем вопросам обращаться по телефону 8 (34380) 4-33-27

Информация о деятельности МАУ «ФК и С»

на официальном сайте: svufis.ru



Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

