



Уважаемые участники сдачи нормативов ВФСК «ГТО»!

В период с 27.02.2024 по 29.02.2024 состоится муниципальный этап Зимнего фестиваля ВФСК «ГТО» среди всех категорий населения ЗАТО Видяево.

Программа соревнований

27 февраля, 16:00 - Выполнение видов испытаний (тестов) комплекса ГТО (многоборье):

1. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девочки, девушки, женщины), подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики, юноши, мужчины);
3. Наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на гимнастической скамье;
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин);
5. Челночный бег 3×10.

28 февраля, 16:00 - Выполнение видов испытаний (тестов) комплекса ГТО:

1. Плавание 25 м – I, II, XVI- XVIII ступень
2. Плавание 50 м – III- XV ступень

29 февраля, 17:00 - Торжественное закрытие Зимнего фестиваля ГТО, награждение победителей

Соревнования будут проходить в МАУ СОК «Фрегат» ЗАТО Видяево

-Для участия в мероприятии необходимо подать заявку в Центр тестирования на базе МБУ ДО ЗАТО Видяево «ЦДО «Олимп».

Информация по телефону +79210371211 Соколова Галина Владимировна.

#ГТО

#ЗимнийФестиваль #ЗАТОВидяево

#насевереспорт #насеверезить