



## **Уважаемые участники сдачи нормативов ВФСК «ГТО»!**

В период с 26.03.2024 по 27.03.2024 состоится муниципальный этап ВФСК «ГТО» среди обучающихся образовательных организаций Мурманской области (летний фестиваль) II-VI ступень (8-17 лет)

Программа соревнований

26 марта 16:30 - 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. Бег 30 м.

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

Плавание 25 м. ; 50 м. (Согласно ступени).

Соревнования будут проходить в МАУ СОК «Фрегат» ЗАТО Видяево

Участники, занявшие 1 место, будут представлять ЗАТО Видяево на областном этапе в г.Мурманск.

-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.

+79211655997 Назаренко Виктория Ивановна.

#ГТО

#ЗАТОВидяево

#насевереспорт

#насеверезить

#ЛетнийФестиваль