

**Приглашаем всех желающих
принять активное участие в сдаче тестирования
нормативов ГТО
16 и 30 апреля 2017 года с 11.00 часов
спорткомплекс «Юность»
Обязательно: - быть зарегистрированным на сайте ГТО
(www.gto.ru)
– иметь при себе допуск врача
– иметь документ удостоверяющий личность**

***График приема нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО
на АПРЕЛЬ месяц 2017 года***

№	Наименование Центра тестирования (полное)	Дата проведения приема нормативов испытаний (тестов)	Время (час, мин.)	Виды испытаний, место тестирования
1	Муниципальное казённое учреждение спорткомплекс «Юность» адрес: г. Макарьев, ул. Окружная дом. 73 «Б»	16.04.2017	11.00	ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ – Силовая подготовка (подтягивание на перекладине, рывок гири 16 кг, отжимание) – Тест на гибкость (наклон вперед) ИСПЫТАНИЯ ПО ВЫБОРУ – поднимание туловища за 1 мин (пресс) – прыжок в длину с места – стрельба из пневматической винтовки
		30.04.2017	11.00	ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ – Бег на длинные дистанции – бег на короткие дистанции ИСПЫТАНИЯ ПО ВЫБОРУ – метание (гранаты, мяча 150гр.)

Руководитель центра тестирования

С.Л. Шмелёв

(телефон для справок 55-873)