



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО Великожская

ДЮСШ

Т.А. Кузнецова

График

выполнения нормативов испытаний (тестов) ГТО
в Центре тестирования Великожского района на февраль 2018 года

Подтягивание на высокой перекладине, рывок гири 16 кг, сгибание
разгибание рук в упоре лёжа, подтягивание из виса лёжа на низкой
перекладине, наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на
гимнастической скамье, прыжок в длину с места и разбега, поднимание
туловища

место выполнения: Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Средняя школа №1» города Велижа;

16 февраля 2018г.

в 14.30 регистрация. 15.00-17.00 выполнение нормативов

бег на лыжах 2-3 км.

место выполнения Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного об-
разования Великожская детско-юношеская спортивная школа.

17 февраля 2018 г.

в 09.30 регистрация, 10.00- 12.00 выполнение нормативов

Заявки отправлять на электронную почту: veligsport@yandex.ru

Регистрация по адресу: Центр тестирования Великожского района, г. Велиж, пл.

Свободы д. 22 А. Тел. 89107651147. Горячая линия Комплекса: ГТО 8 800

350-00-00 Сайт: <http://www.gto.ru/>

При себе иметь:

1. Документ удостоверяющий личность;
2. Справку о медицинском допуске;
3. Спортивную форму (сменную обувь, лыжи).