



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО Великожская ДЮСШ

Т.А. Кузнецова

График

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

27 апреля 2018г.

место выполнения:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №1» города Велижа

в 14.30 регистрация. 15.00 -17.00 выполнение нормативов

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, поднимание туловища, стрельба.

28 апреля 2018 г.

место выполнения:

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Великожская детско-юношеская спортивная школа

в 09.30 регистрация, 10.00 - 12.00 выполнение нормативов

бег на 30 м, 60 м, 100 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м, метание.

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).