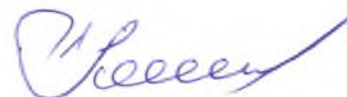


КАЛЕНДАРЬ
тестирования видов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»
с I-XI ступень (с 6 до 70 лет и старше) на июнь 2018 года.

Время	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Участники тестирования
4 июня (понедельник) 2018 года			
С 10.00 часов	- бег на 30 м, 60 м, 100 м, 1000 м, 1500м, 2000 м, 3000 м, челночный бег.	Стадион СОК «Юность»	Мужчины Женщины
8 июня (пятница) 2018 года			
с 12.00 до 14.00 часов	- поднимание туловища из положения лежа на спине; - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; - подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине; - прыжок с места толчком двумя ногами.	Стадион СОК «Юность»	Мужчины Женщины
13 июня (среда) 2018 года			
с 12.00 до 14.00 часов	- метание спортивного снаряда 500г., 700г., 150г	Стадион СОК «Юность»	Мужчины Женщины
19 июня (вторник) 2018 года			
с 13.00 до 15.00 часов	- стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку.	Спортивный зал СОК «Юность»	Мужчины Женщины

Директор МУ СОК "Юность",
Руководитель Центра тестирования по
выполнению видов испытаний (тестов) ВФСК ГТО



А.В. Мамонтов