

УТВЕРЖДАЮ:



В.В. Нагибин

График выполнения нормативов ГТО на апрель 2021 года

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
5 апреля 12.00 – МАНЕЖ Приём легкоатлетических нормативов**	6 апреля	7 апреля	8 апреля	9 апреля	10 апреля	11 апреля
12 апреля	13 апреля	14 апреля 12.15 – БАССЕЙН Приём норматива по плаванию	15 апреля 17.00 – МАНЕЖ Приём скоростно-силовых нормативов*	16 апреля	17 апреля	18 апреля
19 апреля 12.00 – МАНЕЖ Приём легкоатлетических нормативов**	20 апреля	21 апреля	22 апреля	23 апреля	24 апреля	25 апреля
26 апреля 11.30 – БАССЕЙН Приём норматива по плаванию	27 апреля	28 апреля	29 апреля 17.00 – МАНЕЖ Приём скоростно-силовых нормативов*	30 апреля		

Подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон перед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине, летание теннисного мяча в цель.

*Бег 30 м, 60 м, 100 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м, Смешанное передвижение на 1000 м, 2000 м, челночный бег 3x10 м

3 связи с закрытием зимнего сезона, прием нормативов «Бег на лыжах/ передвижение на лыжах на 1, 2, 3 и 5 км» прекращается.

Приём нормативов «Кросс на 1, 2, 3 и 5 км» и «Метания мяча 150 гр, гранаты 500 гр и 700 гр» не осуществляется по погодным условиям.

Приём норматива «Стрельба из электронного оружия» осуществляется с Центром ГТО по телефону или электронной почте.

Для записи необходимо сообщить Ф.И.О и ID-номер и предоставить скан медицинской справки.

Запись заканчивается за 1 сутки до начала приёма нормативов.