

ГРАФИК ТЕСТИРОВАНИЯ ВФСК ГТО НА АПРЕЛЬ 2022 ГОДА

дата	время	наименование	ступень	место проведения	примечание
05.04 12.04 19.04 26.04	16.30	<p style="text-align: center;">Зал: подтягивание и сгибание разгибание рук в упоре лежа, рывок гири, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа, наклон на гибкость, челночный бег, бег 30м</p> <p style="text-align: center;">Стадион бег на выносливость, бег по пересеченной местности (при соотв. погодных условиях)</p>	III - VI	пр.Н.Ополчения 24 лит.А ст.Шторм <u>стадион</u>	Регистрация на тестирование проходит в крытом манеже за 15 минут до начала тестирования Наличие сменной спорт. обуви и формы
12.04 26.04	16.00	Стрельба	III - VI	пр.Н.Ополчения 24 лит.А ст.Шторм <u>тир</u>	Регистрация на тестирование проходит в крытом манеже за 15 минут до начала тестирования
10.04 24.04	10.00	Стрельба Стрельба	III IV-XI	пр.Н.Ополчения 24 лит.А ст.Шторм <u>тир</u> <u>стадион</u>	Регистрация на тестирование проходит в крытом манеже за 15 минут до начала тестирования
	10.30 11.00	<p style="text-align: center;"><u>Зальные виды:</u> подтягивание и сгибание разгибание рук в упоре лежа, рывок гири, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа, наклон на гибкость, челночный бег, бег 30м.</p> <p style="text-align: center;"><u>Стадион</u> бег на выносливость, бег по пересеченной местности (при соотв. погодных условиях)</p>	III - XI III - XI	пр.Н.Ополчения 24 лит.А ст.Шторм <u>крытый спорт. манеж</u> <u>стадион</u>	

10.04	14.10	Плавание-ГТО	I-III IV-XI	пр.Ветеранов 58 ФОК «Газпром»	Предварительная запись на тестирование по плаванию – ОБЯЗАТЕЛЬНА!!!! (на сайте или по телефону 377-58-83) Регистрация в день тестирования проходит строго по графику в холле бассейна. При себе иметь: шапочка для плавания, гель для душа, тапки и т.д
24.04	14.10	Плавание-ГТО	I-III IV-XI	пр.Ветеранов 58 ФОК «Газпром»	Мед.справка от врача, с указанием –кожные покровы чистые. При посещении бассейна, всем иметь Средства индивид. Защиты (маску)

Участник должен быть зарегистрирован на Официальном сайте ВФСК ГТО (<https://www.gto.ru/>) и иметь с собой свой ID(УИН) номер.

Участник должен иметь при себе удостоверение личности, медицинский допуск - справка, подписанная врачом и заверенная печатью медицинской организации и личную карточку участника тестирования (<https://www.nz-sport.ru/GTO/GTO.php>)
Участник I-V(VI) ступени проходит эл. регистрацию на прохождение тестов ГТО (https://www.nz-sport.ru/GTO/GTO_tests.php)
Участнику VI-XI ступени на прохождение тестов ГТО, необходимо пройти : или
эл. регистрацию на прохождение тестов ГТО (https://www.nz-sport.ru/GTO/GTO_tests.php) или
предварительную запись по телефону 377-58-83 (Пн-Чт с 10.00 до 17.00)