

График работы для сдачи норм ГТО

Центра Спортивной Подготовки г. Мурманск (Легкоатлетический манеж)

с 01 сентября 2017г

Регистрация участников тестирования, приём заявок	
Вторник	09:00-18:00
Среда	11:00-15:00
Четверг	09:00-18:00
Пятница	12:00-15:00
Суббота	09:00-18:00
Выполнение испытаний (тестов) комплекса. Тестирование по предварительным заявкам в соответствии с графиком	
Среда	15:30-19:00
Пятница	15:30-20:00
Воскресение	Выходные дни
Понедельник	

Приём заявок осуществляется по электронной почте: gto@csp51.ru

**Виды испытаний (тестов),
которые можно пройти в Центре тестирования комплекса ГТО.**

Обязательные виды испытаний				
Бег на короткие и длинные дистанции	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) / на низкой перекладине (девушки)	Гирия 16 кг (юноши)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами
Виды испытаний по выбору				
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		Поднимание туловища из положения лежа на спине		
Лыжные гонки		Стрельба (по дополнительному графику – тир МОСШОР по ЗВС)	Плавание (по дополнительному графику – плавательный бассейн УСП)	

ЦЕНТР ТЕСТИРОВАНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

г. Полярный

ГРАФИК РАБОТЫ

Четверг	10:00 - 13:00	Приём заявок от индивидуальных лиц, трудовых коллективов, учебных заведений
Пятница	09:00 - 10:00	Регистрация участников тестирования
	10:00 - 12:00	Выполнение испытаний (тестов) комплекса

Приём заявок по электронной почте: **uchebkaduysch@mail.ru**,

по адресу: Гаджиева улица, дом 8

Телефон для справок: **8 (815) 517-31-38**

Информация по работе Центра на сайте: **[МАОУ ДО ДЮСШ](#)**

Адрес: 184650, Полярный, Гаджиева улица, дом 8