

дата	время	наименование	ступень	место проведения	примечание
05.04 12.04 19.04 26.04	16.30	<p>Зал: подтягивание и сгибание разгибание рук в упоре лежа, рывок гири, прыжок в длину с места, поднятие туловища из положения лежа, наклон на гибкость, челночный бег, бег 30м</p> <p>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>	
	10.30  11.00	<p><u>Зальные виды:</u> подтягивание и сгибание разгибание рук в упоре лежа, рывок гири, прыжок в длину с места, поднятие туловища из положения лежа, наклон на гибкость, челночный бег, бег 30м.</p> <p><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>	Регистрация на тестирование проходит в крытом манеже за 15 минут до начала тестирования Наличие сменной спорт. обуви и формы

10.04	14.10	Плавание-ГТО	I-III IV-XI	пр.Ветеранов 58 ФОК «Газпром»	Предварительная запись на тестирование по плаванию – <b>ОБЯЗАТЕЛЬНА!!!!</b> (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](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](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)**