

План приема нормативов «ВФСК ГТО» на ноябрь  
центром тестирования МАУ «ФСК имени А.Ф.Личутина»

Дата	День недели	Испытания (тесты)	Время	Место тестирования
09.11.2021	вторник	1.Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири. 2.Подтягивание на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа. 3.Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами. 4.Прыжок в длину с места. 5.Поднимание туловища из положения лежа на спине.	12.00-16.00	Спортивный зал МАУ «ФСК имени А.Ф.Личутина»
23.11.2021	вторник	1.Кросс, смешанное передвижение или скандинавская ходьба.	12.00-16.00	Стадион МАУ «ФСК имени А.Ф.Личутина»
16.11.2021 30.11.2021	вторник вторник	Плавание	15.00-15.45	Плавательный бассейн МАУ «ФСК имени А.Ф.Личутина»

К выполнению нормативов комплекса ГТО допускаются как организованные группы, так и отдельные граждане, зарегистрированные в АИС ГТО и имеющие медицинский допуск.

Заявки подаются в МАУ «ФСК имени А.Ф. Личутина»: г. Архангельск, ул. Химиков, д.4 (подтрибунное помещение) тел. 23-49-17, e-mail:maufsk7@mail.ru понедельник-пятница с 8:30 до 15:30

В день сдачи иметь при себе паспорт (свидетельство о рождении), справку от врача (срок действия не более 10 дней).

**!!!!** В СВЯЗИ С ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБСТАНОВКОЙ В РЕГИОНЕ ОБЯЗАТЕЛЬНА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РЕГИСТРАЦИЯ ПО ТЕЛ. 23-49-17, 8-921-721-61-31

- Вместе с заявкой необходимо заполнить согласие на обработку персональных данных!
- Лица, не прошедшие регистрацию, к старту не допускаются!
- Просьба всем участникам предварительно посмотреть нормативы своей возрастной ступени!

Ответственный за осуществление  
деятельности центра тестирования

Корельская А.С.