**График проведения тестирования**

**Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса**

**«Готов к труду и обороне»**

**Время проведения:** 22 февраля 2017 года

**Место проведения:** г. Выкса, МБУ ФОК «Олимп»

**Ступени тестирования:** VI, VII, VIII, XI, X, XI

|  |  |
| --- | --- |
| *22 февраля 2017 года* |  |
| До 12:00 час. | Прибытие участников VI, VII, VIII, XI, X, XI ступени *(МБУ ФОК «Олимп», ул. Корнилова, д. 123)* |
| 12:00 – 12:10 час. | Мандатная комиссия *(МБУ ФОК «Олимп»)* |
| 12:10 – 12:15 час. | Открытие *(МБУ ФОК «Олимп»)* |
| 12:15 – 10:25 час. | Разминка участников *(МБУ ФОК «Олимп»)* |
| 12:25 – 14:00 час. | Проведение испытаний: поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжок в длину с места; наклоны вперед из положения стоя на гимнастической скамье; подтягивание из виса на высокой перекладине; рывок гири 16кг; подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; сгибание рук в упоре лежа на полу; *(МБУ ФОК «Олимп»)* |

25 февраля порядок организации проведения тестирования остается таким же со смещением на 2 часа вперед, с 14:00 до 16:00.

Приносить заявки в центр тестирования не позднее 20.02.2017г. со всеми необходимыми документами:

1. Медицинский допуск врача к занятиям физической культурой;
2. Индивидуальную или коллективную заявку;

Заявки приносить по адресу: г. Выкса, ул. Красные Зори, д. 30/1 (МБУ ДО «ДЮСШ «Выксунец»).

Муниципальный центр тестирования ВФСК ГТО

Бахин Е.А. тел. 8 (83177) 6-08-77, +79601837377