

Утверждаю
Директор МАУ СК «Бирский»-
Руководитель муниципального
центра тестирования
_____ Р.Г.Амиров
«_21_»_апреля__2023 г.

График
проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
на 2 квартал 2023 года

Муниципальное автономное учреждение Спортивный комплекс «Бирский» муниципального района Бирский район
Республики Башкортостан
наименование центра тестирования

| № | Наименование мероприятия | Дата и время проведения | Место проведения | Примечание |
|---|---|--------------------------|---|---|
| 1 | Наклон вперед из положения стоя на полу или на гимнастической скамье; Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине Рывок гири 16 кг Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Поднимание туловища из положения лежа на спине Прыжок в длину с места | 27.04.2023 (Чт) 15-00 | Универсальный спортивный зал МАУ СК «Бирский», г.Бирск, ул.Советская, 72. | В рамках Летнего фестиваля ВФСК ГТО среди студентов, а так же в рамках Спартакиады ГТО среди студентов и Спартакиады ГТО среди работников |

| | | | | |
|---|--|--------------------------|--|---|
| 2 | Плавание на 25 м, на 50 м, | 03.05.2023 (Ср) 15-45 | Плавание на 25 м, на 50 м, | в рамках Спартакиады ГТО среди студентов и Спартакиады ГТО среди работников |
| 3 | Метание спортивного снаряда весом 500 г, 700 г Бег на 30м, на 60м, на 100 м Бег на 1км, на 2 км, на 3км | 11.05.2023 (Чт) 15-00 | Стадион «Спартак» г.Бирск, ул.2 Пятилетка, 20 а | В рамках Летнего фестиваля ВФСК ГТО среди студентов, а так же рамках Спартакиады ГТО среди студентов и Спартакиады ГТО среди работников |