

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

« 19 » мая 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  
(Изменение №1)

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
4	Метание спортивного снаряда весом 500 г, 700 г Бег на 30м, на 60м, на 100 м Бег на 1км, на 2 км, на 3км	25.05.2023 (Чт) 15-00	Стадион «Спартак» г.Бирск, ул.2 Пятилетка, 20 а	В рамках Спартакиады ГТО среди студентов и Спартакиады ГТО среди работников