

**ГТО**Всероссийский
физкультурно-спортивный комплекс
«Готов к труду и обороне»

Муниципальный этап летнего фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди взрослого населения,
посвященный Победе в Великой Отечественной войне
в рамках празднования Дня России

12 июня 2017 г.

п.Прииртышский

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Время	Вид программы	Степень	Место проведения
с 10.00	Регистрация участников, выдача нагрудных номеров		СОК «Сибиряк»
11.00	Парад, открытие соревнований		
11.30	Бег на 100 м	6 степень	СОК «Сибиряк»
	Метание снаряда весом 500 г.(жен.), 700 г.(муж)	6, 7 ступени	
	Стрельба из пневматической винтовки с 10 м	10, 11, 8, 9 ступени	МАОУ «Прииртышская СОШ»
	Наклон вперед		
	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа		
	Поднимание туловища из положения лежа на спине		
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
Подтягивание (мужчины)			
12.10	Стрельба из пневматической винтовки с 10 м	6, 7 ступени	МАОУ «Прииртышская СОШ»
	Наклон вперед		
	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа		
	Поднимание туловища из положения лежа на спине		
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
	Подтягивание (мужчины)		
	Смешанное передвижение на 2 км		
13.00	Бег на 2 км	6,7 ступени (женщины), 8,9 ступени	СОК «Сибиряк»
13.20	Бег на 3 км	6,7 ступени (мужчины)	
14.00	Награждение		