



Утверждаю
Руководитель Центра тестирования ГТО
в Белинском районе

Кочелев В.В.
«*12*» *августа 2020*

СПИСОК МЕСТ ТЕСТИРОВАНИЯ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

Наименование места тестирования	Информация о месте тестирования	Перечень испытаний (тестов)
ФОК «Чембар»	График работы: ПН.-СБ. – 15:00-17:00 Адрес: г. Белинский, ул.Ленина, д.47а Тел.: 2-16-71	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Бег на 30, 60, 100 м.; ➤ Челночный бег 3x10м.; ➤ Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; ➤ Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине; ➤ Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (от гимнастической скамейки, от сидений стульев); ➤ Поднимание туловища из положения на спине; ➤ Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.); ➤ Рывок гири; ➤ Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку; ➤ Метание теннисного мяча в цель
Стадион «Чембар»	График работы: ПН.-СБ. – 15:00-17:00 Адрес: г. Белинский, ул.Ленина, д.47а Тел.: 2-16-71	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Бег на 30, 60, 100 м.; ➤ Челночный бег 3x10 м.; ➤ Бег на 1000 м., 1500 м., 2000 м., 3000 м.; ➤ Скандинавская ходьба на 2 км., 3 км.; ➤ Метание меча, спортивного снаряда; ➤ Бег на лыжах и передвижение на лыжах 1 км., 2 км., 3 км., 4 км., 5 км.
Бассейн «Мечта»	График работы: ВГ.-СБ. – 15:00-17:00 Адрес: г. Белинский, ул.Ленина, д.47а Тел.: 2-16-71	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Плавание 25 м., 50 м.