

# Расписание работы мест тестирования на ноябрь 2019 года

<b>Расписание работы мест тестирования ЦТ ВФСК «ГТО» о. Татышев (МАУ «ЦСК»)</b>			
<b>Осенний этап (ноябрь) 2019г. ВФСК ГТО</b>			
№	Место	Дата и время	Виды испытаний
4.	<b>МАУ «СШОР «Здоровый мир»</b>  <b>(улица Пархоменко, 7)</b>	<b>13.11.19</b>  <b>среда</b>  <b>11.00</b>	*плавание 25 и 50 м
5.	<b>Центральный стадион, Легкоатлетический манеж</b>  <b>(Остров Отдыха, 15а)</b>  <b>1. Проход через центральное КПП</b>  <b>2. Дойти до центрального входа</b>  <b>3 Обойти с правой стороны Стадион до Легкоатлетического манежа.</b>	<b>14.11.19</b>  <b>четверг</b>  <b>13:15</b>	*челночный бег 3*10 м  *бег на 30 м, 60 м, 100м, 1км, 1,5 км, 2км, 3км.
6.	<b>ФОЦ о.Татышев</b>  <b>(Павильон ГТО)</b>	<b>16.11.19</b>  <b>суббота</b>  <b>10:00</b>	*туристский поход с проверкой туристских навыков
7.	<b>МАУ «СШОР «Здоровый мир»</b>  <b>(улица Пархоменко, 7)</b>	<b>20.11.19</b>  <b>среда</b>  <b>10:00</b>	* подтягивание  * сгибание разгибание рук в упоре лежа/подтягивание из виса лежа на низкой перекладине  * наклон вперед  * поднимание туловища  * прыжок в длину с места  * стрельба из электронного оружия* * рывок гири 16 кг
8.	<b>МАУ «СШОР «Здоровый мир»</b>  <b>(улица Пархоменко, 7)</b>	<b>27.11.19</b>	*плавание 25 и 50 м

		<b>среда</b>	
		<b>11.00</b>	
<b>9.</b>	<b>Центральный стадион, Легкоатлетический манеж</b>  <b>(Остров Отдыха, 15а)</b>  <b>1. Проход через центральное КПП</b>  <b>2. Дойти до центрального входа</b>  <b>3 Обойти с правой стороны Стадион до Легкоатлетического манежа.</b>	<b>28.11.19</b>  <b>четверг</b>  <b>13:15</b>	*челночный бег 3*10 м  *бег на 30 м, 60 м, 100м, 1км, 1,5 км, 2км, 3км.
<p style="text-align: center;"><b>При себе необходимо иметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- документ, удостоверяющий личность (или копию)</li> <li>- сменную <b>ЧИСТУЮ</b> спортивную обувь;</li> <li>- знать какие виды испытаний (тесты) были выбраны в индивидуальной заявке.</li> <li>- НЕ ОПАЗДЫВАТЬ на тестирование!</li> </ul> <p style="color: red;">При отсутствии при себе чего-либо из списка, участник не допускается до прохождения тестирования!!!</p>			