



УТВЕРЖАЮ  
Руководитель  
центра тестирования

В.В. Краснолобов

15 ноября 2023 г.

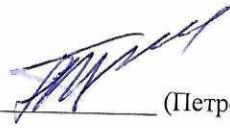
**ПЛАН МАУ «СШОР «КВАНТ»  
по выполнению испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного  
комплекса ГТО\* и физкультурно-спортивных мероприятий.  
Декабрь 2023 г.**

№ п/п	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Дата тестирования	Время начала приёма тестов	Степень тестируемых (возрастная группа)	Примечание
1	Сгибание и разгибание рук Подтягивание Низкая перекладина Подтягивание высокая перекладина Наклон вперед	Комарова 8	04.12.2023 г. 21.12.2023 г.	15.00-17.00	I –XI ступени.	По предварительной заявке.
2	Стрельба из пневматической винтовки	Тир СШОР «КВАНТ» Горького 62	05.12.2023 г. 19.12.2023 г.	14.00-16.00	III –IX ступени.	По предварительной заявке.
3	Легкая атлетика	Стадион ТРУД Спортивн зал СОШ№ 16	06.12.2023 г. 13.12.2023 г.	15.00-17.00	I -XI ступени	( при наличии удовлетворительных погодных условий)и по предварительной заявке.
4	Кросс по пересечённой местности или лыжи	МБОУ СОШ№7 стадион или спортзал, лыжероллерная трасса	07.12.2023 г. 20.12.2023 г.	15.00 -16.00	I -XI ступени	( при наличии удовлетворительных погодных условий)и по предварительной заявке.
5	Метание мяча весом 150 гр.;	МБОУ СОШ№7 стадион	01.12.2023г.	15.00 -16.00	I -XI ступени	( при наличии удовлетворительных погодных условий по предварительной заявке.
6	Плавание	Городской бассейн Ленина д.91	12.12.2023г. 26.12.2023г.	15.00-15.45	I –XI ступени	По предварительной заявке.
7	Прием нормативов ВФСК ГТО у учащихся	МБОУ СОШ№12	08.12.2023г.	15.30-17.00	I -IV ступени	
8	Прием нормативов ВФСК ГТО у учащихся	МБОУ СОШ «Держава»	15.12.2023г.	15.30-17.00	I -IV ступени	

\*при условии подачи предварительных заявок участников Комплекса ГТО на конкретную дату

Заявки на участие в выполнении нормативов Комплекса ГТО направлять на эл. почту [gto@kvant-obninsk.ru](mailto:gto@kvant-obninsk.ru)

Главный судья центра тестирования



(Петров А.А.)

