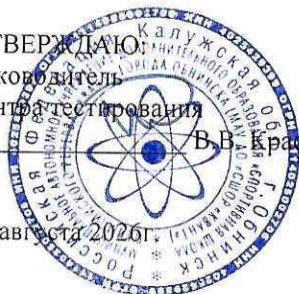


УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель
центра тестирования
В.В. Краснолобов

17 августа 2026г.



УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель
центра тестирования
С.В. Фрай



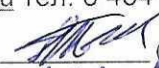
**ПЛАН МАУ ДО «СШОР «КВАНТ»
МАУ ДО «СШЕ «ДЕРЖАВА»**

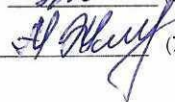
по выполнению испытаний (тестов) и нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО* и физкультурно-спортивных мероприятий.
сентябрь 2026 г.

№ п/п	Вид испытания (тест)	Место тестирования	Дата тестирования	Время начала приема тестов	Степень тестируемых (возрастная группа)	Примечание
1	Сгибание и разгибание рук Подтягивание Низкая перекладина Подтягивание высокая перекладина Наклон вперед	Комарова 8	02.09.2026 г. 16.09.2026 г.	15.00-17.00	I –XVIII ступени.	По предварительной заявке.
2	Стрельба из пневматической винтовки	Тир СШОР «КВАНТ» Горького 62	04.09.2026 г. 18.09.2026 г.	14.00-16.00	III –IX ступени.	по предварительной заявке
3	Легкая атлетика	Стадион ТРУД	07.09.2026 г. 21.09.2026 г.	14.00-16.00	I-XVIII ступени	(при наличии удовлетворительных погодных условий)и по предварительной заявке.
4	Кросс по пересечённой местности	Лыже роллерная трасса	08.09.2026г. 22.09.2026г.	14.00-16.00	I –XVIII ступени	по предварительной заявке.
5	Метание мяча весом 150 гр. и гранаты 500гр.,700гр	Лыже роллерная трасса	09.09.2026г.	14.00-16.00	I –XI ступени	по предварительной заявке.
6	Плавание	Городской бассейн Ленина 91	10.09.2026 г. 25.09.2026 г.	15.00-15.45	I-XVIII ступени	по предварительной заявке
7	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	Фитнес – аэробика Квант	17.09.2026 г.	15.00	I-XVII ступень	
8	Принятие нормативов Всероссийского физкультурно-	Акробатический рокин -ролл	24.09.2026г.	15.00-16.00	I-XVII ступень	

спортивного
комплекса ГТО

*при условии подачи предварительных заявок участников Комплекса ГТО на конкретную дату
Заявки на участие в выполнении нормативов Комплекса ГТО направлять на эл. почту gtoobninsk@mail.ru тел. 8 484
58-40-250 или эл. почта derjava_sport@mail.ru тел. 8 484 39 70202

Главный судья центра тестирования МАУ «СШОР «КВАНТ»  (Петров А.А.)

Главный судья центра тестирования МАУ «СШЕ «ДЕРЖАВА»  (Жердева М.А.)