

Программа комплекса:

- легкая атлетика;

- **силовая гимнастика:** подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, наклон на полу / гимнастической скамье, прыжок в длину с места, рывок гири;

- **стрельба из пневматической винтовки.**

Место проведения: Спортивно-оздоровительный комплекс «Колос», начало в 11-00 часов, регистрация в 10-00 часов.

Заявки на выполнение нормативов принимаются на адрес электронной почты **krasnoarmeuka.gto@yandex.ru** до 20 апреля 2018 года **до 12-00 часов.**

При себе обязательно иметь допуск врача, копию паспорта или копию свидетельства о рождении!!!

Все вопросы по телефону Центра тестирования: 8-951-484-75-42

Возрастные категории:

1 ступень – 6-8 лет

2 ступень – 9-10 лет

3 ступень – 11-12 лет

4 ступень – 13-15 лет

5 ступень – 16-17 лет

6 ступень – 18-29 лет

7 ступень – 30-39 лет

8 ступень – 40-49 лет

9 ступень – 50-59 лет

10 ступень – 60-69 лет

11 ступень – 70 лет и старше