

**График проведения
летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди участников VI-XI возрастных ступеней (18 лет и старше) на июль 2021 года**

Дата, время	Место	Вид испытаний	Судейство	Ответственный
04.07.2021 с 10.00 до 11.00 часов	Бассейн МБУ ДО ДЮСШ №2 г. Сочи, ул. Юных ленинцев 5/3.	Плавание 50м, 25м.	МБУ ФКиС «ЦСМР»: (3 чел)	Гурцкая Д.Э. 8(988) 154-73-50
06.07.2021 с 10.00 до 13.00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту) Метание спортивного снаряда (весом 500 гр и 700 гр) Бег на 30 м (с), бег на 60 м (с), бег на 100 м, челночный бег 3х10 м (с) Бег на 2 км (мин,с), бег на 3 км (мин,с)	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48
13.07.2021 с 10.00 до 13:00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Кросс на 2км, 3км, 5км по пересеченной местности, Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км, 3 км. Стрельба из электронного оружия	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48

Дата, время	Место	Вид испытаний	Судейство	Ответственный
15.07.2021 с 13.00 до 15.00 часов	ООО СК «Юность», г.Сочи, Адлерский район, ул. Ленина, 88	Бег 30 м, 60 м, 2000 м, 3000 м, смешанное передвижение 2000 м, челночный бег 3х10 Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) - мужчины Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту) Стрельба из электронного оружия Метание спортивного снаряда весом 500 гр. 700 гр.	МБУ ФКиС «ЦСМР»: (8 чел) МБУ СШОР №1 (6 чел)	Гурцкая Д.Э. 8(988) 154-73-50
17.07.2021 с 09.00 до 10.30 часов	Набережная реки Сочи, со стороны ул. Конституции (р-н Гимназии №8)	Кросс на 2км, 3км, 5км по пересеченной местности, Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км, 3 км.	МБУ ФКиС «ЦСМР»: (3 чел) МБУ СШОР №1 (2 чел)	Гурцкая Д.Э. 8(988) 154-73-50
20.07.2021 с 10.00 до 13.00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту), Метание спортивного снаряда (весом 500 гр и 700 гр) Бег на 30 м (с), бег на 60 м (с), бег на 100 м, челночный бег 3х10 м (с) Бег на 2 км (мин,с), бег на 3 км (мин,с)	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48
22.07.2021 с 10.00 до 12.00 часов	Стадион ДЮСШ 1, г.Сочи, ул. Парковая, 19/4	Бег 30 м, 60 м, 2000 м, 3000 м, смешанное передвижение 2000 м, челночный бег 3х10 Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) – мужчины Подтягивание из виса на низкой перекладине (количество раз) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	МБУ ФКиС «ЦСМР»: (8 чел.) МБУ СШОР №1 (6 чел)	Гурцкая Д.Э. 8(988) 154-73-50

Дата, время	Место	Вид испытаний	Судейство	Ответственный
		Стрельба из электронного оружия		
27.07.2021 с 10.00 до 13.00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км, 5 км Смешанное передвижение по пересеченной местности 2 км, 3 км. Стрельба из электронного оружия	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48
25.07.2021 сбор в 7.30 часов	г. Сочи, Олимпийский парк, ул. Голубая, 1 (рядом с отелями «Имеретинский» и «Radisson»	Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км, 5 км, смешанное передвижение по пересеченной местности 2 км, 3 км.	МБУ СШОР №1 (4 чел.)	Зачепа С.В. 8(964) 940-99-02
03.08.2021 с 10.00 до 13.00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз) прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см) поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту) метание спортивного снаряда (весом 500 гр и 700 гр) бег на 30 м (с), бег на 60 м (с), бег на 100 м челночный бег 3x10 м (с) бег на 2 км (мин,с), бег на 3 км (мин,с)	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48
10.08.2021 с 10.00 до 13.00 часов	г.Сочи, Лазаревский р-н, ул. Малышева, 1ж, СК «Лазаревский»	Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км, 5 км Смешанное передвижение по пересеченной местности 2 км, 3 км. Стрельба из электронного оружия	МБУ СШОР №4 (2 чел.)	Царева Л.И. 8(987) 967-00-48