**ГРАФИК НА СЕНТЯБРЬ**

**приема нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса   
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**в Центре тестирования ВФСК ГТО городского округа Домодедово**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название спортивного сооружения** | **Адрес** | **Дата и время приема нормативов комплекса ГТО** | **Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО** |
|  | | | | |
|  | | | | |
| 1. | МАУ  «ГС «Авангард» | г. Домодедово,  мкр. Северный,  ул. 2-я Коммунистическая, д.2 | **ВТОРНИК**  **14, 28 СЕНТЯБРЯ**  14.00 – 16.00 по предварительной записи:  [gto.dmd@mail.ru](mailto:gto.dmd@mail.ru)  8(496)792-44-28 | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, поднимание туловища из положения лежа на спине, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, метание спортивного снаряда. |
| 2. | МАУ  «ГС «Авангард» | г. Домодедово,  мкр. Северный,  ул. 2-я Коммунистическая, д.2 | **СРЕДА**  **8, 15, 29 СЕНТЯБРЯ**  **(при нормальных погодных условиях)**  14.00 – 16.00 по предварительной записи:  [gto.dmd@mail.ru](mailto:gto.dmd@mail.ru)  8(496)792-44-28 | Бег на 30 м, бег на 60 м,  бег на 100 м, челночный бег 3x10 м, бег на 1000 м, смешанное передвижение на 1000 м,  бег на 1500 м, бег на 2000 м,  бег на 3000 м, скандинавская ходьба. |
| 3. | МАУ  «ГС «Авангард» | г. Домодедово,  мкр. Северный,  ул. 2-я Коммунистическая, д.2 | **ЧЕТВЕРГ**  **23 СЕНТЯБРЯ**  14.00 – 15.00 по предварительной записи:  [gto.dmd@mail.ru](mailto:gto.dmd@mail.ru)  8(496)792-44-28 | Стрельба из электронного оружия. |
| 4. | СК «Атлант» | г.о. Домодедово,  село Растуново,  ул. Мирная,  д. 3 | **СУББОТА**  **18, 25 СЕНТЯБРЯ**  15:45 по предварительной записи:  [gto.dmd@mail.ru](mailto:gto.dmd@mail.ru)  8(496)792-44-28  8(496)796‑10-75 | Плавание 25 м,  Плавание 50 м. |