

О грядущем тестировании «ГТО»

До знака отличия осталось совсем немного.

Предлагаем испытать себя в беге. *Встречаемся 13 июля на стадионе «Ноябрьск» (11:00).*

Бег: 10 м, 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км. Смешанное передвижение: 1 км, 2 км.

Лыжная база (14:00). Метание: спортивного снаряда (500 г, 700 г), мяча (150 г), теннисного

мяча в цель. Кросс по пересечённой местности: 2 км, 3 км, 5 км.

Лучше прибыть на место заранее, чтобы успеть пройти регистрацию.

Не забудьте прихватить с собой справку-допуск от врача!

#ЯмалСпорт #СпортНормаЖизни #ЯНАО #Ямал #НоябрьскСпорт #ГТО

#ГотовкТрудуиОбороне #ВФСКИТО

