

«УТВЕРЖДАЮ»

Министр спорта
Мурманской области



С.И. Наумова
2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
Государственного автономного
учреждения Мурманской области
«Центр спортивной подготовки»



А.А. Зубко
2024 г.

ИЗМЕНЕНИЕ К ПОЛОЖЕНИЮ
о проведении Фестиваля ВФСК ГТО
среди семейных команд Мурманской области

г. Мурманск

Handwritten signature in blue ink.

1. Внести изменения в V пункт Программы Фестиваля и читать в следующей редакции:

V. ПРОГРАММА

Программа Фестиваля состоит из испытаний (тестов) комплекса ВФСК «ГТО»

18 мая 2024 года		
«Центральный плавательный бассейн», ул. Челюскинцев, д. 2		
14:30-15:00	Регистрация команд, работа комиссии по допуску участников.	
15.15-16.00	Виды испытаний (тестов)	Участники, возрастная группа
	Плавание 50 м	Папы и мамы от 25 до 49 лет, Дедушки и бабушки от 50 до 59 лет.
	Плавание 25 м	Дедушки и бабушки от 60 до 69 лет
19 мая 2024 года		
с/с «Легкоатлетический манеж», ул. Долина Уюта 6		
11.00-11:30	Выдача стартовых номеров участникам представителям команд, разминка участников (в соответствии с регламентом).	
11.30 - 13.00	Бег 30 м (с)	Мальчики, девочки от 8 до 11 лет
	Бег на 60 м (с)	Папы и мамы от 25 до 49 лет
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Мальчики от 8 до 11 лет Папы от 25 до 49 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Девочки от 8 до 11 лет Мамы от 25 до 49 лет Бабушки и дедушки от 50 до 59 лет
	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)	Бабушки от 60 до 69 лет Дедушки от 60 до 69 лет
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см)	все участники
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	все участники
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Мальчики, девочки от 8 до 11 лет
13.30	Награждение	