



**АДМИНИСТРАЦИЯ  
Омского муниципального района  
Омской области**

**Управление по делам молодежи  
физической культуры и спорта**  
644009 г. Омск, Лермонтова ул., 171 «а»  
Тел. (факс). 60-15-65

E-mail [molodezh.omr@yandex.ru](mailto:molodezh.omr@yandex.ru)

10.09.2018 № 420/01-11

Главам сельских  
(городского) поселений

Управление по делам молодежи, физической культуры и спорта Администрации Омского муниципального района Омской области информирует Вас, что **14 октября 2018 года** центром тестирования ФВСК ГТО «Иртышский» будет организовано тестирование заинтересованных лиц по выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на знак отличия I-XI ступеней.

**14 октября 2018 года**, п. Ростовка МБОУ «Сибирская СОШ №1».

Программа: подтягивание на высокой перекладине; подтягивание на низкой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; рывок гири 16 кг; поднимание туловища из положения лежа на спине; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; пулевая стрельба; бег на короткие и длинные дистанции, челночный бег, метание снаряда.

Начало регистрации участников с 10<sup>00</sup> до 11<sup>00</sup> часов.

Начало испытаний в 11<sup>10</sup> часов.

Для прохождения тестирования, необходимо иметь при себе следующие документы:

- документ, удостоверяющий личность (оригинал);
- медицинскую справку;
- ID-номер, полученный на сайте: <http://www.gto.ru/>.
- спортивную форму.

Выполнение нормативов ГТО может проводится как по коллективной заявке а также индивидуально.

Возникающие вопросы по телефону: 8-950-789-99-77 (Шкергин Николай Николаевич).

Начальник Управления

Н.Ю. Волкова