

**ПРИЕМ НОРМАТИВОВ ГТО**  
**ЕДИНЬЙ ДЕНЬ ГТО**  
**ЗАЛЬНЫЕ ВИДЫ**

**27 СЕНТЯБРЯ**

**29 СЕНТЯБРЯ**

**14:00 – 20:30**

**11:00 – 18:00**

**ФСК «САТОРИ» (ул. Фрунзе, 7)**

- Поднимание туловища
- Сгибание и разгибание рук
- Подтягивание
- Прыжок в длину
- Наклон вперед
- Рывок гири
- Метание теннисного мяча
- Челночный бег



**Обязательно наличие:**

- медицинского допуска,
- УИН-номера (регистрация на сайте [gto.ru](http://gto.ru)),
- документа, удостоверяющего личность,
- согласия на обработку данных (для детей до 18 лет)!