

## Жители Некрасовки получают медали по нормативам ГТО

19.01.2016



**СК «Олимпиец», расположенный на улице Рождественской, д. 19, корпус 2, приглашает всех желающих сдать нормативы ГТО. Определение уровня спортивной подготовки проходит в тестовом режиме.**

В спортивном комплексе можно выполнить следующие виды нормативов ГТО: челночный бег 3\*10 метров; подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами; метание теннисного мяча в цель; подъем туловища из положения лежа на спине; рывок гири 16 кг.

Департамент физической культуры и спорта Москвы постановил, что нормативы ГТО может выполнить любой желающий, подходящий в определенные возрастные группы (от 6 до 70 лет). В соответствии с уровнем сложности пройденного норматива гражданину выдается бронзовая, серебряная или золотая медаль отличия «Готов к Труд и Обороне».

Сдача нормативов ГТО проходит в СК «Олимпиец» каждый четверг с 18:00 до 21:00. Ответственный: Л.Н. Синицына.

---

Адрес страницы: <http://nekrasovka.mos.ru/presscenter/news/detail/2447062.html>

---

[Управа района Некрасовка города Москвы](#)