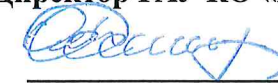


«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГАУ КО «ЦСП «Анненки»



Д.А. Коротков



**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ РЕГИОНАЛЬНОГО ЦЕНТРА ТЕСТИРОВАНИЯ
по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО среди всех категорий населения на АПРЕЛЬ 2025 года**

Дата проведения	Виды испытаний	Время проведения	Место проведения (наименование спортивного объекта, месторасположение)	Степень (возраст)
1 апреля (вторник)	Стрельба ВП с диоптрическим прицелом из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м	11:00-13:00	Стрелковый тир ГБУ ДО КО «СШ «Снайпер» (ул. Кирова, д. 57Б, г. Калуга)	IV–XV ступени (от 12 до 59 лет)
	Плавание до 25 м (6-7 лет), 25 м, 50 м	11:00-12:00	Плавательный бассейн ДОЛ «Сокол» (ул. Анненки, д. 6, г. Калуга)	
8 апреля (вторник)	Бег 10 м (6-7 лет), 30 м, 60 м Бег на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м Смешанное передвижение на 1000 м, 2000 м Шестиминутный бег до 800 м (6-7 лет) Скандинавская ходьба на 3 км Челночный бег 3x10 м	14:00-16:00	Легкоатлетический тир-манеж ГБУ ДО КО «СШ «Многоборец» (ул. Беговая, д. 8, г. Калуга)	I – XVIII ступени (от 6 до 70 лет и ст.)
12 апреля (суббота)	Рывок гири 16 кг Поднимание туловища из положения лежа на спине за 0.30 сек. (6-7 лет), за 1 мин Сгибание разгибание рук в упоре лежа Наклон вперед из положения стоя Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	12:00-15:00	Территория музея истории космонавтики (ул. Академика Королёва, 2, г. Калуга)	I – XVIII ступени (от 6 до 70 лет и ст.)
15 апреля (вторник)	Стрельба ВП с диоптрическим прицелом из положения сидя с опорой локтей о стол, дистанция 10 м	11:00-13:00	Стрелковый тир ГБУ ДО КО «СШ «Снайпер» (ул. Кирова, д. 57Б, г. Калуга)	IV–XV ступени (от 12 до 59 лет)

Дата проведения	Виды испытаний	Время проведения	Место проведения (наименование спортивного объекта, месторасположение)	Степень (возраст)
19 апреля (суббота)	Туристский поход с проверкой туристских навыков в рамках выполнения нормативов (тестов) ВФСК ГТО	10:00-14:00	Лесной массив на территории ГАУ ДО КО СШОР «Орленок» (с. Пригородное лесничество, г. Калуга)	IV–XV ступени (от 12 до 59 лет)
22 апреля (вторник)	Кросс (бег по пересеченной местности) на 2 км, 3 км, 5 км Смешанное передвижение по пересеченной местности до 600 м (6-7 лет), 1 км, 2 км, 3 км Скандинавская ходьба на 3 км	10:00-12:00	Льжероллерная трасса 2,5 км ГАУ ДО КО СШОР «Орленок» (с. Пригородное лесничество, г. Калуга)	I–XVIII ступени (от 6 до 70 лет и ст.)
29 апреля (вторник)	Акция «ГТО на космической скорости» (выполни нормативы комплекса ГТО за 1 день) Бег на 10 м (6-7 лет), 30 м, 60 м; на 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м Смешанное передвижение на 1000 м, 2000 м Шестиминутный бег до 800 м (6-7 лет) Скандинавская ходьба на 3 км; Челночный бег 3x10 м Подтягивание из виса на высокой перекладине Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине Рывок гири 16 кг Поднимание туловища из положения лежа на спине Метание спортивного снаряда весом 500/700 г Метание мяча весом 150 г	16:00-18:00	Стадион «СШ по футболу «Калуга» (ул. Анненки, д. 5, г. Калуга)	I – XVIII ступени (от 6 до 70 лет и ст.)

Внимание: для участия необходимо предоставить (строго): УИН-участника, авторизованный через учетную запись портала Госуслуги, мед: допуск (справка), документ, удостоверяющий личность.

Регистрация участников начинается за 30 минут до открытия мероприятия и заканчивается через 20 минут после его начала.

Консультация по вопросам комплекса ГТО – тел: 8(4842)403-608 (Управление ГТО), https://vk.com/gto_kaluga

Заместитель директора-
начальник управления внедрения и тестирования комплекса ГТО



Ю.В. Тележкин