Приложение
к приказу от 28.04.2026 №107
Утверждаю
Руководителя МБУ «ЦРК»
Т.А. Казанцева

**План мероприятий**
**по приему нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»**
**на территории Пестравского района**
**на май месяц 2026 года**

| Дата и время проведения | Место проведения | Наименование мероприятие | Организатор мероприятия |
|---|---|---|---|
| 07.05.2026 19:00 | с. Пестравка Фок | 1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье<br>2. Подтягивание из виса на высокой перекладине<br>3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см<br>4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу<br>5. Рывок гири 16 кг | МБУ «ЦРК», Матвеева Е.А., Гречкина Р.Н.<br>Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367 |
| 14.05.2026 14:00 | с. Пестравка | 1. Бег на 1000 м<br>2. Бег на 2000 м<br>3. Бег на 3000 м<br>4. Кросс на 3 км по пересеченной местности<br>5. Кросс на 5 км по пересеченной местности | МБУ «ЦРК», Матвеева Е.А., Гречкина Р.Н.<br>Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367 |
| 15.05.2026, 16.00 | с. Пестравка | Летний фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди семейных команд муниципального района Пестравский | МБУ «ЦРК», Матвеева Е.А., Гречкина Р.Н.<br>Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367 |
| 21.05.2026 12:00 | с. Пестравка | 1. Метание спортивного снаряда весом 700 г<br>2. Метание спортивного снаряда весом 500 г<br>3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами<br>4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин)<br>5. Бег на 60 м | МБУ «ЦРК», Матвеева Е.А., Гречкина Р.Н.<br>Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367 |
| 28.05.2026 14:00 | с. Пестравка | 1. Смешанное передвижение на 2000 м<br>2. Смешанное передвижение на 1000 м<br>3. Скандинавская ходьба на 3 км<br>4. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км<br>5. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км | МБУ «ЦРК», Матвеева Е.А., Гречкина Р.Н.<br>Номер телефона по вопросам выполнению нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО, 884674221367 |