

## **Испытания комплекса ВФСК ГТО по силовым видам.**

**25 сентября 2018** года Центр тестирования ВФСК ГТО МО г. Алексин (МБУ ДО «ДЮСШ №1») проводил тестирование по силовым видам испытаний ВФСК ГТО среди обучающихся общеобразовательных организаций и взрослого населения г. Алексина в МБУ ДО «ДЮСШ №1».

Участники выполнили такие нормативы, как наклон вперед стоя на гимнастической скамье, пресс, отжимание, подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине, челночный бег, прыжок в длину с места.

В испытаниях приняли участие алексинцы в возрасте от 9 до 72 лет (II-XI ступени). Общее количество более 250 человек. Большинство участников показало отличные результаты. В ближайшее время будут подведены итоги. Желаем всем дойти до знака!