

Испытания комплекса ВФСК ГТО по силовым видам.

4 декабря 2021 года Центр тестирования ВФСК ГТО МО г. Алексин (МБУ ДО «ДЮСШ №1»), проводил тестирование по силовым видам среди обучающихся общеобразовательных организаций, среднее профессиональных организаций и взрослого населения г. Алексина на базе МБУ ДО «ДЮСШ №1».

Участники выполнили нормативы: наклон, вперед стоя на гимнастической скамье, поднятие туловища, сгибание и разгибание рук, подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине, челночный бег, прыжок в длину с места.

В тестировании приняли участие более 30 человек. Желаем всем дойти до золотого знака!