

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

**11 декабря 2021** года Центр тестирования ВФСК ГТО МО г. Алексин (МБУ ДО «ДЮСШ №1»), проводил тестирование по силовым видам среди обучающихся общеобразовательных организаций 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 60 человек. Желаем всем дойти до золотого знака!