

Региональный фестиваль «Зимнее долголетие», приуроченный к празднованию 85-й годовщине обороны города Тулы

19 февраля 2026 года в спортивном зале МБУ ДО «ДЮСШ №1» прошло тестирование ВФСК ГТО среди взрослого населения XVI-XVIII ступеней комплекса ГТО, в рамках Регионального фестиваля «Зимнее Долголетие», приуроченного к празднованию 85-й годовщине обороны города Тулы.

Программа Фестиваля включала следующие виды:

- наклон вперед из положения стоя;
- сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью и сиденье стула;
- поднимание туловища из положения лежа на спине.

А также тренер-преподаватель МБУ ДО «ДЮСШ №1» по баскетболу, Истамов Рустам Нусратуллович провел мастер-класс по ведению и броскам баскетбольного мяча в корзину.

В фестивале приняли участие сотрудники МБУ ДО «ДЮСШ №1» и коллектив Центра общения старшего поколения «В ритме жизни».

Фестиваль прошёл в дружелюбной атмосфере и стал отличной возможностью для оздоровления, пропаганды здорового образа жизни среди пожилых граждан через комплекс ВФСК ГТО. Мероприятие будет проходить ежеквартально и будет направлено на долголетие и укрепление здоровья граждан.

Ответить на все вопросы о реализации комплекса ГТО вам смогут в Центре тестирования. Специалисты подскажут, где и как присоединиться к движению по телефону +7(48753)4-25-37.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» популяризирует здоровый образ жизни и способствует вовлечению в спорт, что является приоритетными целями нацпроекта «Продолжительная и активная жизнь».