

# ГТО по легкой атлетике: проверьте свои силы!

Приглашаем вас принять участие в сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" по легкой атлетике. Тестирование состоится 15 июня, на стадионе "Ноябрьск" и лыжной базе.

Стадион "Ноябрьск" - 11:00

- Бег на 10 м, 30 м, 60 м, 100 м
- Бег на 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км
- Смешанное передвижение 1 км, 2 км

Лыжная база - 14:00

- Метание спортивного снаряда весом 500 г, 700 г
- Метание мяча весом 150 г
- Метание теннисного мяча в цель
- Кросс по пересеченной местности 2 км, 3 км, 5 км

Для участия необходимо предоставить справку-допуск от врача и надеть удобную спортивную форму.

Присоединяйтесь к нам 15 июня и проверьте свои силы в легкой атлетике! Давайте вместе сделаем шаг к здоровому и активному образу жизни.

#ЯмалСпорт #СпортНормаЖизни #YamalSport #ЯНАО #Ямал #НоябрьскСпорт #ГТО #ГотовкТрудуиОбороне #ВФСКИТО

