

Спортивное сооружение	Адрес	Дни недели и время приема нормативов комплекса ГТО	Виды испытаний (тестов) комплекса ГТО
Стадион ГБОУ СОШ №629	Варшавское шоссе, д. 156"б"	Среда 16:00-18:00	<b>Приём нормативов по погодным условиям</b> - метание мяча весом 150 г - метание спортивного снаряда весом 500 г - метание спортивного снаряда весом 700 г
ФОК «Медынский»	ул. Медынская, д.9а, стр.2	Пятница 19.00-19.45	Плавание
ФОК «Братеево»	ул. Борисовские пруды, д. 20, корп. 3б	Пятница 19.00-19.45	Плавание
ФОК «Дорожная, 44»	ул. Дорожная, д.44	Пятница 16.30-19.30	- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - подтягивание из виса на высокой перекладине - наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье - поднятие туловища из положения лежа на спине - прыжок в длину с места толчком двумя ногами - метание теннисного мяча в цель - рывок гири 16 кг
Модуль спортивного развития в парке «Садовники»	Коломенский проезд, д.14, корп.1	Вторник 16:00-18:00 Четверг	<b>Приём нормативов по погодным условиям</b> - бег на 30 м

		16:00-18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег на 60 м</li> <li>- бег на 100 м</li> <li>- бег на 1000 м</li> <li>- бег на 1500 м</li> <li>- бег на 2000 м</li> <li>- бег на 3000 м</li> <li>- челночный бег 3x10м</li> <li>- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу</li> <li>- подтягивание из виса на высокой перекладине</li> <li>- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине</li> <li>- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье</li> <li>- поднимание туловища из положения лежа на спине</li> <li>- прыжок в длину с места толчком двумя ногами</li> <li>- метание теннисного мяча в цель</li> <li>- рывок гири 16 кг</li> </ul>
		Пятница 16.00-18.00	Стрельба из «электронного оружия» из положения сидя с опорой локтей о стол