**Расписание муниципального Центра тестирования ВФСК ГТО г. Пензы с 01.07.2021 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Место**  **проведение** | **Нормативы** | **Ответственный** |
| Понедельник | 16:00-18:00 | Олимпийская аллея (р-н олимпийских колец) | бег, подтягивание, сгибание и разгибание рук, упражнение на  гибкость, прыжки в длину, поднимание туловища из положения лежа | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80. |
| Вторник (по предварительной заявке) | 14:00-16:00 | Стадион «Пенза» (ул.Гагарина 1А) | Метание спортивного снаряда, кросс по пересеченной местности (регистрация участников до 14:30) | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80.. |
| Вторник (по предварительной заявке) | 16:00-19:00 | МБУ СШ №6 г. Пензы (ул. Герцена, д.12) | Стрельба из электронного оружия | Антонов В.П.  тел. 49-08-80. |
| Среда | 16:00-18:00 | Олимпийская аллея (р-н олимпийских колец) | бег, подтягивание, сгибание и разгибание рук, упражнение на  гибкость, прыжки в длину, поднимание туловища из положения лежа | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80. |
| Четверг (по предварительной заявке) | 14:00-16:00 | Олимпийская аллея (р-н олимпийских колец) | Туризм, кросс по пересеченной местности (регистрация участников до 14:30) | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80. |
| Четверг (по предварительной заявке) | 16:00-19:00 | МБУ СШ №6 г. Пензы (ул. Герцена, д.12) | Стрельба из электронного оружия | Антонов В.П.  тел. 49-08-80. |
| Пятница | 16:00-18:00 | Олимпийская аллея (р-н олимпийских колец) | бег, подтягивание, сгибание и разгибание рук, упражнение на  гибкость, прыжки в длину, поднимание туловища из положения лежа | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80. |
| Пятница (по предварительной заявке) | 17:00-19:00 | МБУ СШ №6 г. Пензы (ул. Герцена, д.12) | Самозащита без оружия | Антонов В.П.  тел. 68-64-96,  49-08-80. |