

30 июня 2017 года 20 сотрудников Центра адаптации и реабилитации инвалидов «Парус надежды» приняли участие в сдаче нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»).

Сдача нормативов ГТО проходила на стадионе «Локомотив». Сотрудники учреждения смогли проверить свои силы по различным спортивным нормативам: бег на 100 метров, прыжки в длину с места, подтягивание из виса лежа, наклоны вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, сгибание-разгибание рук в упоре.

Получился настоящий физкультурный праздник, а все сдающие проявили стремление к победе и спортивный характер!

Справочно: Комплекс ГТО предусматривает подготовку и выполнение населением различных возрастных групп установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне».



