

Муниципальный этап регионального фестиваля среди людей пенсионного возраста «ГТО-норма жизни!».

21 и 25 апреля 2016 года на спортивных площадках стадиона «Шахтёр» и в оздоровительном комплексе «Юность» проходил муниципальный этап регионального фестиваля среди людей пенсионного возраста «ГТО – наша норма!», посвященного Дню Победы в Великой



Отечественной войне 1941-1945 г.г., с выполнением испытаний комплекса ВФСК ГТО (9-11 ступени) в тестовом режиме. В испытаниях участие приняли 20 человек. Из них 7 женщин и 13 мужчин. Самым молодым участником Фестиваля ГТО был Панкрушин Сергей Александрович (50 лет), самым возрастным участником стал 74-летний Киселев Анатолий Павлович.

21 апреля участники испытали свои силы в скандинавской ходьбе и беге на дистанции 2 км.



Лучший результат в скандинавской ходьбе (14.01) показал Косаченко Сергей Владимирович

25 апреля участникам предстояло выполнить нормы комплекса ВФСК ГТО в таких видах испытаний как: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу; поднимании туловища из положения лежа на спине; сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу (о гимнастическую скамью).



Заключительным испытанием комплекса ГТО было плавание на дистанции 25 и 50 метров.



Все участники справились с испытаниями, за что были отмечены грамотами комитета по спорту и молодежной политике Киселевского городского округа.

