

## *Соревнования по выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди работников органов местного самоуправления Киселевского городского округа*

**14 марта 2016 года** работники администрации Киселёвского городского округа приняли участие в соревнованиях по выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», которые проходили в оздоровительном комплексе «Юность».

В соревнованиях участвовало 46 работников администрации: из них 4 мужчины и 42 женщины. Мужчины и женщины были поделены на 5 возрастных групп в соответствии со степенями ГТО (с VI по X).

Участникам предстояло выполнить нормы комплекса ВФСК ГТО в таких видах испытаний как: подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине; прыжках в длину с места; беге на 100м; наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами; поднимании туловища из положения лежа на спине; сгибании и разгибании рук в упоре о гимнастическую скамью; в плавании на дистанцию 50м.





В возрастной категории 18-29 лет лучший результат показала Бокова Валентина Вячеславовна. В группе 30-39 лет, выполнивших комплекс ГТО стали Симакова Нина Александровна, Смирнова Ольга Владимировна, Попова Юлия Васильевна и Адриан Марина Васильевна. В группе 40-49 лет нормы выполнили Турова Наталья Михайловна, Дериглазова Елена Александровна и Рожкова Ольга Валентиновна. В возрастной ступени 50-59 лет справились с нормами ГТО Баранова Любовь Витальевна, Новосадова Наталья Александровна, Полкова Ольга Владимировна. Среди мужчин все испытания комплекса ГТО выполнил Витерман Валерий Владимирович.





Все участники соревнований получили заряд бодрости и хорошего настроения, и были награждены грамотами комитета по спорту и молодежной политике Киселевского городского округа.