

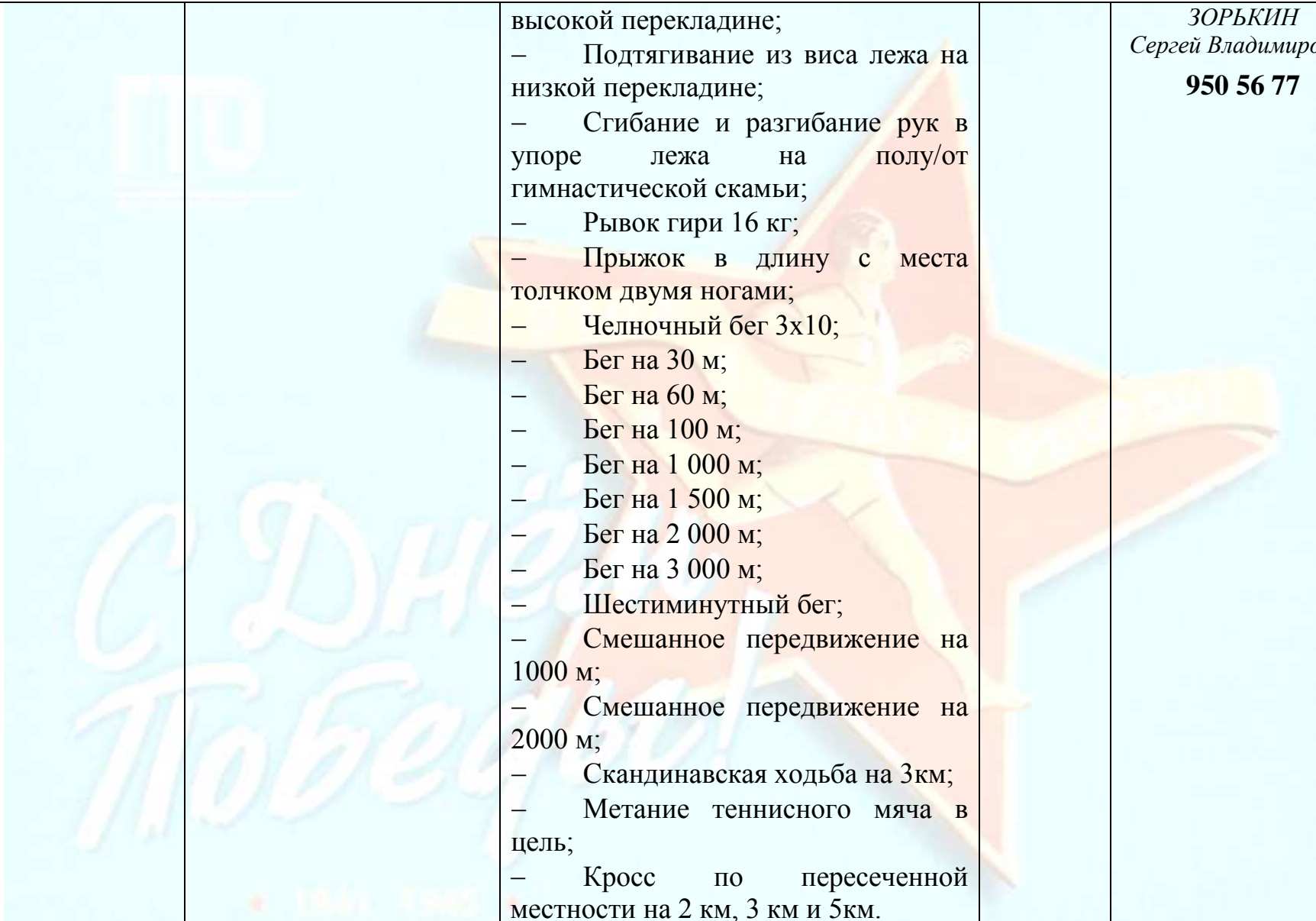
План мероприятий  
 Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)  
 на территории городского округа Самара  
 июль 2026 года

Дата и время проведения	Место проведения (адрес)	Наименование мероприятия (вид теста)	Степень	Организатор мероприятия Ф.И.О. (телефон контакта)
1 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
2 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
4 июля 10:00-13:00	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина</p> <p>ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p> <p>ул. Седьмая просека, 139 а</p> <p><b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i></p> <p><b>994 37 02</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
<p>5 июля 10:00-13:00</p>	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на</li> </ul>	<p>1-18</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа «Чайка» ул. С.Лазо,23а</p>

		<p>высокой перекладине;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		<p><b>ЗОРЬКИН</b> Сергей Владимирович <b>950 56 77</b></p>
6 июля	ул. Братьев	– Подтягивание из виса на	1-7	Муниципальное

<p>13:30-15:30 (по предварительной записи)</p>	<p>Коростелевых, 146 Спортивный зал муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7»</p>	<p>высокой перекладине; – Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; – Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; – Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; – Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м; – Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м; – Поднимание туловища из положения лежа на спине; – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; – Челночный бег 3x10 м.</p>		<p>бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7» ул. Пролетарская, 100 <b>НИКИТИН</b> <i>Сергей Константинович</i> <b>247 83 93</b></p>
<p>6 июля</p>	<p>Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<p>– Бег на 10 м; – Бег на 30 м; – Бег на 60 м; – Бег на 100 м; – Бег на 1000 м; – Бег на 1500 м; – Бег на 3000 м; – Челночный бег 3x10 м; – Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности); – Кросс на 5 км (бег по</p>	<p>1-18</p>	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<p>пересеченной местности);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
<p>8 июля 14:00-16:00 (по предварительной записи)</p>	<p>ул. Клиническая, 86 Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 132 с углубленным изучением отдельных предметов</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Метание спортивного снаряда весом 150 г;</li> <li>– Метание спортивного снаряда весом 500 г;</li> <li>– Метание спортивного снаряда весом 700 г.</li> </ul>	<p>3-12</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7» ул. Пролетарская, 100 <i>НИКИТИН Сергей</i></p>

	имени Героя Советского Союза Губанова Г. П.» городского округа Самара (площадка у школы)			<i>Константинович</i> <b>247 83 93</b>
8 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <i>ФЕДОРОВ</i> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>

		<p>упоре лежа на полу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
9 июля	<p>Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<p>низкой перекладине;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
<p>11 июля 10:00-13:00</p>	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> </ul>	<p>1-18</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7» ул. Пролетарская, 100 <i>НИКИТИН</i> <i>Сергей</i> <i>Константинович</i> <b>247 83 93</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
12 июля 10:00-13:00	Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> </ul>	1-18	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа «Чайка» ул. С.Лазо,23а <b>ЗОРЬКИН</b> <i>Сергей Владимирович</i> <b>950 56 77</b>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
<p>13 июля 13:30-15:30 (по предварительной</p>	<p>ул. Братьев Коростелевых, 146 Спортивный зал муниципального</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> </ul>	<p>1-7</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования</p>

записи)	бюджетного учреждения дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м.</li> </ul>		<p>городского округа Самара «Спортивная школа № 7» ул. Пролетарская, 100 <b>НИКИТИН</b> <i>Сергей Константинович</i> <b>247 83 93</b></p>
13 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<p>гимнастической скамье;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
<p>15 июля 14:00-16:00 (по предварительной записи)</p>	<p>ул. Клиническая, 86 Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 132 с углубленным изучением отдельных предметов имени Героя Советского Союза Губанова Г. П.»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Метание спортивного снаряда весом 150 г;</li> <li>– Метание спортивного снаряда весом 500 г;</li> <li>– Метание спортивного снаряда весом 700 г.</li> </ul>	<p>3-12</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7» ул. Пролетарская, 100 <i>НИКИТИН Сергей Константинович</i> <b>247 83 93</b></p>

	городского округа Самара (площадка у школы)			
15 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>

		<p>толчком двумя ногами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
16 июля	<p>Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
18 июля 10:00-13:00	Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> </ul>	1-18	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа № 7» <i>НИКИТИН Сергей Константинович</i> <b>247 83 93</b>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
19 июля 10:00-13:00	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа «Чайка» ул. С.Лазо,23а <b>ЗОРЬКИН</b> <i>Сергей Владимирович</i> <b>950 56 77</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
20 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1000 м;</li> <li>– Бег на 1500 м;</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»

	туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>
22 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-

	<p>округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 1000 м;</li> <li>– Бег на 1500 м;</li> <li>– Бег на 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		<p>оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>
23 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное

	<p>автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>	<p>учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>
--	--	---	--

<p>26 июля 10:00-13:00</p>	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> </ul>	<p>1-18</p>	<p>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования городского округа Самара «Спортивная школа «Чайка» ул. С.Лазо,23а <b>ЗОРЬКИН</b> <i>Сергей Владимирович</i> <b>950 56 77</b></p>
--------------------------------	--	---	-------------	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
<p>27 июля 10:00-13:00</p>	<p>Парк имени Ю.А. Гагарина ул. Стара-Загора, 22 Партсъезда, Советской Армии, Московское шоссе</p>	<p><b>Физкультурно-спортивная акция «Выходные с ГТО»:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/от гимнастической скамьи;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Челночный бег 3x10;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <li>– Бег на 60 м;</li> <li>– Бег на 100 м;</li> </ul>	<p>1-18</p>	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 1 000 м;</li> <li>– Бег на 1 500 м;</li> <li>– Бег на 2 000 м;</li> <li>– Бег на 3 000 м;</li> <li>– Шестиминутный бег;</li> <li>– Смешанное передвижение на 1000 м;</li> <li>– Смешанное передвижение на 2000 м;</li> <li>– Скандинавская ходьба на 3км;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель;</li> <li>– Кросс по пересеченной местности на 2 км, 3 км и 5км.</li> </ul>		
29 июля	Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на</li> </ul>	1-18	Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b>

		<p>гимнастической скамье;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
30 июля	<p>Седьмая просека, 139 А Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Бег на 10 м;</li> <li>– Бег на 30 м;</li> <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 3000 м;</li> <li>– Челночный бег 3x10 м;</li> <li>– Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности);</li> <li>– Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности);</li> </ul>	1-18	<p>Муниципальное автономное учреждение городского округа Самара «Спортивно-оздоровительный туристический центр «Олимп» ул. Седьмая просека, 139 а <b>ФЕДОРОВ</b> <i>Алексей Николаевич</i> <b>994 37 02</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>– Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;</li> <li>– Поднимание туловища из положения лежа на спине;</li> <li>– Подтягивание из виса на высокой перекладине;</li> <li>– Подтягивание из виса на низкой перекладине;</li> <li>– Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу;</li> <li>– Рывок гири 16 кг;</li> <li>– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами;</li> <li>– Стрельба из электронного оружия;</li> <li>– Метание теннисного мяча в цель, дистанция (5м, 6м).</li> </ul>		
В течение месяца	Центры тестирования ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)	– Консультации по вопросам выполнению нормативов комплекса ГТО.	1-18	Руководители центров тестирования