

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**

**Департамент физической культуры и спорта**

**Муниципальное бюджетное учреждение**

**дополнительного образования**

**«Дворец Спорта «Северная звезда»**

ИНН 5256115874 / КПП 525601001, 603095, г. Нижний Новгород, ул. Львовская, д. 2б

График тестирования взрослого населения ДС «Северная звезда»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата испытания | Вид испытания | Место проведения | Ступени |
| 24.01.2019 | Лыжи 1,2,3,5 км | Л/б Олень пос. Дубравный, ул. Бийская 16  08.30 – регистрация  11.00 – начало | I - VI - IX |
| На согласовании | Лыжи 2,3,5 км | Щелковский хутор | VI - IX |
| 14.02.2019 21.03.2019  16.04.2019  21.05.2019 | **1. Зальные тесты** (поднимание туловища из положения лежа на спине, подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/о гимнастическую скамью/о сиденье стула, прыжок в длину с места, поднимание гири, наклон и др.).  **2. Стрельба из электронного оружия** | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  09.00 – регистрация  09.30 – начало | VI - IX |
| 30.05.2019\*\* | Кросс по пересеченной местности\*\* | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б | I-VI - IX |
| 12.02.2019 12.03.2019  23.04.2019  28.05.2019 | Плавание | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  10.30 – регистрация  11.00 – начало испытан. | I-VI - IX |
| В индивидуальном порядке по предварительной записи по т.2125354 | Самозащита без оружия | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б | VI - IX |
| 14.05.2019\*\* | Легкая атлетика (Метание снаряда весом 500/700 г, бег 30,60,100 м, бег 1,5км,2 км, бег 3 км, смешанное передвижение и др.) | КСДЮШОР №1 ул. Лоскутова 11 (стадион)  10.30 – регистрация  11.00 – начало испытаний | I - III |
| 16.05.2019\*\* | Легкая атлетика (Метание снаряда весом 500/700 г, бег 30,60,100 м, бег 1,5км,2 км, бег 3 км, смешанное передвижение и др.) | КСДЮШОР №1 ул. Лоскутова 11 (стадион)  10.00 – регистрация  10.45 – начало испытаний | IV - VI |
| 23.05.2019\*\* | Легкая атлетика (Метание снаряда весом 500/700 г, бег 30,60,100 м, бег 1,5км,2 км, бег 3 км, смешанное передвижение и др.) | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  09.30 – регистрация  10.00 – начало испытан | VI - IX |
| Июнь \*\* по предварительной записи по т.2125354 | Легкая атлетика (бег 30,60,100 м, бег 1,5км, 2 км, 3 км, смешанное передвижение) | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б | I - VI - IX |
| Июнь | Фестиваль ГТО | Городец |  |

ВАЖНО !!! Участие в тестировании возможно лишь при наличии поданной заранее заявки в Центр тестирования с пометкой даты сдачи каждого испытания

\*возможны изменения дат испытаний

\*\* ОБЯЗАТЕЛЬНА предварительная регистрация в центре тестирования по т.2125354