МИНИСТЕРСТВО ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«Спортивно-оздоровительный центр «Горец»**

Чеченская республика, Веденский район, с. Ведено ул*.* А. Шерипова 8(8713) 42-24-27 E-mail. gorec.ved@mail.ru

«\_11\_»\_\_\_\_\_\_\_02\_2016г. №\_\_\_06\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование центра тестирования** | **Даты проведения приема нормативов испытаний (тестов)** | **Виды испытаний** |
| **1** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **18.02.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **2** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **19.02.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
|  |  | **20.02.2016г** | **Резервный день** |
| **3** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **22.02.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **4** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **23.02.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
|  |  | **24.02.2016г** | **Резервный день** |
| **5** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **29.02.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **6** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **01.03.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
|  |  | **02.03.2016г** | **Резервный день** |
| **7** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **09.03.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **8** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **10.03.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
|  |  | **11.03.2016г** | **Резервный день** |
| **9** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **14.03.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **10** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **15.03.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
|  |  | **16.03.2016г** | **Резервный день** |
| **11** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **21.03.2016г** | **1)Бег на 100м. 2) Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3) Поднимание туловища из положения лежа на спине. 4) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.** |
| **12** | **ГАУ СОЦ «Горец»** | **22.03.2016г** | **Бег на 2км.2) Прыжок в длину с разбега. 3) Подтягивание из виса на высокой перекладине 4) Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине** |
| **13** |  | **23.03.2016г** | **Резервный день** |