3 мая 2023 года Всероссийский Физкультурно-спортивный комплекс «ГТО» собрал в спортзале МКУ «КСК» сотрудников Министерства лесного хозяйства охраны окружающей среды и природопользования Самарской области которых ждали испытания по следующим видам: бег на 1 км; поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 минуту), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; кросс на 3 км; рывок гири 16 кг; подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз); подтягивание из виса на низкой перекладине 90 см (количество раз). Участники выдержали предложенные им испытания и зарядились позитивными эмоциями!

Если и Вы хотите ознакомиться с ВФСК ГТО, узнать свою возрастную ступень, виды и нормы, которые Вам необходимо выполнить, зарегистрируйтесь на сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru) и получите всю необходимую информацию по адресу с. Красный Яр, ул. Советская, 47, а также по телефону:(8-846-57) 2-01-66.





