

# Открытое спортивное мероприятие по выполнению норм ГТО

**Дата события:** 14 марта 2021 г., 10:00

**Место проведения:** пр. Свободный, 79Б

Приглашаем студентов и сотрудников СФУ, а также жителей Красноярска к участию в открытом спортивном мероприятии по оценке выполнения испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».



14 марта 2021 года на лыжной базе СФУ по адресу [пр. Свободный, 79 Б](#) стартуют первые виды испытаний:

- бег на лыжах (лыжи можно получить бесплатно при предъявлении студенческого билета, удостоверения сотрудника или паспорта);
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке;
- сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамейку;
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (женщины);
- поднятие туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту.

Начало регистрации **в 10:00**, начало испытаний **в 11:00**.

**К участию в мероприятии приглашаются студенты и сотрудники СФУ, а также жители Красноярска следующих возрастных групп:**

- V ступень 16-17 лет;
- VI ступень 17-29 лет;
- VII ступень 30-39 лет;
- VIII ступень 40-49 лет;
- IX ступень 50-59 лет;
- X ступень 60-69 лет;
- XI ступень 70 лет и старше.

С более подробной информацией о нормативах комплекса ГТО, возрастных группах, уровнях трудности можно ознакомиться на [сайте](#).

С информацией по алгоритму регистрации и результатами можно ознакомиться на сайте [СФУ](#).

[Спортивный клуб СФУ](#), 24 февраля 2021 г.

© Сибирский федеральный университет. Редакция сайта: +7 (391) 246-98-60, info@sfu-kras.ru.

Адрес страницы: <https://news.sfu-kras.ru/node/24324>