

20 сентября 2022 года на базе стадиона «Трудовые резервы» ученики клуба единоборств «Буй-Тур» успешно выполнили нормативы комплекса «ГТО»

Около 20 человек попробовали свои силы в таких испытаниях как: бег на 60 метров; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; челночный бег 3 x 10 метров; подтягивание из виса на низкой и высокой перекладине; поднятие туловища из положения лёжа на спине; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; бег на 2000, 3000 метров и стрельба из пневматической винтовки.

*«Детский клуб единоборств Буй-Тур ежеквартально участвует в выполнении нормативов комплекса ГТО, ребята с большой радостью пробуют свои силы в испытаниях и с большой гордостью получают знаки отличия», -* рассказал руководитель РЦТ ВФСК ГТО **Лихолетов Владимир**.

Выражаем благодарность Свищенкову Алексею и воспитанникам детского клуба единоборств «Буй-Тур», за развитие детского спорта и популяризацию комплекса ГТО на территории Курской области.

Желаем здоровья, физического совершенствования и спортивных успехов!

