**20 ОКТЯБРЯ 2018Г.**

**в МБУ ФОК «Золотая Орда» состоится фестиваль**

**«ГТО для всех» в рамках проекта**

**«Орда. Спорт. Люди. Разные, но равные!»**

**приглашаем всех желающих сдать нормы Всероссиского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»**

**в программе мероприятия:**

**-сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу**

**-подтягивание из виса на высокой (или низкой) перекладине**

**-наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье**

**-прыжок в длину с места толчком двумя ногами**

**-поднимание туловища из положения лежа на спине**

**НАЧАЛО В 10-00**