

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**

**Департамент физической культуры и спорта**

**Муниципальное бюджетное учреждение**

**«Спортивная школа «Дворец Спорта «Северная звезда»**

ИНН 5256115874 / КПП 525601001, 603095, г. Нижний Новгород, ул. Львовская, д. 2б

График тестирования МЦТ ДС «Северная звезда»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата испытания | Вид испытания | Место проведения | Ступени |
| По доп.графику (при наличии хорошего снежного покрова) | Лыжи 1,2,3,5 км\* | Л/б Олень пос. Дубравный, ул. Бийская 16  09.00 – регистрация  11.00 – начало | I - VI - XI |
| 18.01.2022  17.02.2022  10.03.2022  14.04.2022  19.05.2022  14.06.2022 | **1. Зальные тесты** (поднимание туловища из положения лежа на спине, подтягивания из виса на высокой/низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/о гимнастическую скамью/о сиденье стула, прыжок в длину с места, поднимание гири, наклон и др.).  **2. Стрельба из электронного оружия** | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  09.00 – регистрация  09.30 – начало | I - VI - XI |
| По доп.графику | Кросс по пересеченной местности\*\* | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  10.00 – начало испытания | I- VI - XI |
| 27.01.2022  15.02.2022 22.03.2022  26.04.2022  24.05.2022  21.06.2022 | Плавание | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  10.30 – регистрация  11.00 – начало испытания | I - VI - XI |
| В индивидуальном порядке по предварительной записи по т.2125354 | Самозащита без оружия | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б | VI - XI |
| 07.06.2022 | Легкая атлетика (бег 30,60,100 м, бег 1,5км,2 км, бег 3 км, смешанное передвижение и др.) | ДС «Северная звезда» ул. Львовская 2Б  09.00 – нчало испытаний | VI - XI |

\*возможны изменения дат испытаний

\*\* ОБЯЗАТЕЛЬНА предварительная ЗАПИСЬ в центре тестирования по т.2125354 или письмо на эл.почту: [centrgto-severnayazvezda@yandex.ru](mailto:centrgto-severnayazvezda@yandex.ru)