**ЗАЯВКА**

**на участие в тестировании ГТО**

**на территории города Твери от участника**

**(старше 18 лет)**

**VI ступень (возрастная группа от 18 до 29 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО | Пол | Дата рождения | ID-номер | Данные документа, удостоверяющего личность | Адрес места жительства, контактный телефон | Организация(учреждение) | Спортивное звание, спортивный разряд | Перечень испытаний |
| 1 |  |  |  |  | Паспорт,серия:**№** |  | МОУ СОШ № **51** |  | * Бег на 100 м. – М, Д
* Бег на 2 км. – Д
* Бег на 3 км. – М
* Подтягивание из виса на высокой перекладине – М
* Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – Д
* Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье – М, Д
* Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – М, Д
* Метание спортивного снаряда весом 700 г. – М
* Метание спортивного снаряда весом 500 г. – Д
* Поднимание туловища из положения лежа на спине – Д
* Плавание 50 м. – М, Д
* Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м. – М, Д
 |

Подпись участника ГТО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /

*(подпись) (расшифровка)*

Руководитель учреждения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / И.К. Афанасьева /

*(подпись) (расшифровка)*

М.П.

*Пункт «Спортивное звание, спортивный разряд» – необходимо приложить подтверждающий документ (удостоверение, приказ или копию разрядной книжки). Документы должны быть заверены организацией, ответственной за присвоение.*