**Управление по культуре, спорту и делам молодежи администрации города Твери**

**Муниципальное бюджетное учреждение**

**«Спортивная школа олимпийского резерва «Тверь»**

**(МБУ СШОР «Тверь»)**

**170039, Тверь, ул. П. Савельевой, д. 51, корп. 1, тел./факс (4822) 78-98-68**

**ЦЕНТР ТЕСТИРОВАНИЯ ГТО**

**Информация о мероприятии**

**4 декабря 2021 года** на территории города Твери в АНО ФКиС «Радуга» состоится Муниципальный фестиваль «С ГТО по жизни!», посвященный 90-летию создания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди населения города Твери от 30 лет и старше.

Целью проведения фестиваля является привлечение населения старшей возрастной группы к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Основными задачами фестиваля являются: популяризация комплекса ГТО среди населения, повышение уровня физической активности населения старше 30 лет и пропаганда здорового образа жизни.

В фестивале примут участие население города Твери от 30 лет и старше.

**Программа фестиваля состоит из двух частей.**

**Обязательные упражнения:**

* «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу/о гимнастическую скамью/ о сиденье стула»
* «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье»
* «Прыжок в длину с места»
* «Стрельба их электронного оружия»

**Дополнительные упражнения:**

* «Велотрек»
* «Кольцеброс»
* «Ловкие руки» (женщины)
* «Спасательный бросок «Конец Александрова» (мужчины)

Победители определяются по наименьшей сумме мест, набранных во всех видах программы Фестиваля раздельно среди мужчин и женщин в возрастных группах 30-39, 40-49, 50-59. 60-69, 70 лет и старше.

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются медалями, дипломами и сувенирами с символикой ГТО.

Заявки можно подать **до 28 ноября** 2021 года по e-mail: gto.tver@yandex.ru

Дополнительная информация по телефону - 89108413906.

Вся актуальная информация по Фестивалю в социальной группе ВКонтакте: https://vk.com/tvergto