

Дата, время и место проведения вступительных испытаний

27 июня 2024 г.

09.00-09.10 - регистрация и разминка на стадионе ул. Коммуны, д.30, корп.2

09.10 - построение

09.20- старт вступительных испытаний

Дата	Нормативы	Вид спорта	Место проведения
27.06.2024	Бег 3000 м	<i>биатлон, бокс, конькобежный спорт, лыжные гонки, с/борьба</i>	стадион "Арена", ул. Коммуны, д.30, корп.2

28 июня 2024 г.

09.30-10.00 - регистрация и разминка на стадионе ул. Коммуны, д.30, корп.2

10.00 - построение

10.10 - старт вступительных испытаний

Дата	Нормативы	Вид спорта	Место проведения
28.06.2024	Бег 30 м	<i>конькобежный спорт, хоккей на траве</i>	стадион "Арена", ул. Коммуны, д.30, корп.2
28.06.2024	Бег 60 м	<i>биатлон, бокс, горнолыжный спорт, керлинг, конькобежный спорт, с/борьба, фристайл</i>	
28.06.2024	Бег 100 м	<i>биатлон, бокс, горнолыжный спорт, лыжные гонки</i>	
28.06.2024	Прыжок в длину с места	<i>биатлон, бокс, горнолыжный спорт, дзюдо, керлинг, конькобежный спорт, лыжные гонки, с/борьба, тяжелая атлетика, фристайл, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Тройной прыжок	<i>горнолыжный спорт, конькобежный спорт, борьба, фристайл, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Пятерной прыжок	<i>хоккей на траве</i>	
28.06.2024	10-ой прыжок	<i>конькобежный спорт</i>	
28.06.2024	Прыжок в высоту	<i>горнолыжный спорт, с/борьба, фристайл</i>	
28.06.2024	Подтягивание из виса на высокой перекладине	<i>биатлон, бокс, горнолыжный спорт, дзюдо, керлинг, с/борьба, тяжелая атлетика, фристайл</i>	
28.06.2024	Подтягивание из виса на низкой перекладине	<i>дзюдо, керлинг, тяжелая атлетика</i>	
28.06.2024	Поднимание туловища из положения лежа на спине	<i>биатлон, бокс, горнолыжный спорт, дзюдо, керлинг, тяжелая атлетика, с/борьба, фристайл</i>	
28.06.2024	Поднимание туловища лежа на животе	<i>фристайл</i>	
28.06.2024	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	<i>биатлон, бокс, дзюдо, керлинг, конькобежный спорт, с/борьба, тяжелая атлетика, фристайл, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Сгибание и разгибание рук на брусьях	<i>с/борьба</i>	
28.06.2024	Наклон вперед из положения стоя	<i>бокс, горнолыжный спорт, дзюдо, керлинг, конькобежный спорт, с/борьба, тяжелая атлетика, фристайл</i>	
28.06.2024	Челночный бег 3*10м	<i>бокс, горнолыжный спорт, дзюдо, с/борьба, фристайл</i>	
28.06.2024	Челночный бег 10*5м	<i>хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Челночный бег 180 м (2*15 м, 2*30 м, 2*15 м, 2*30 м)	<i>хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Челночный бег 10*10м	<i>бокс</i>	
28.06.2024	Сохранение равновесия с имитацией стойки	<i>керлинг</i>	
28.06.2024	Бросок набивного мяча вперед	<i>с/борьба</i>	
28.06.2024	Бросок набивного мяча назад	<i>с/борьба</i>	
28.06.2024	Приседание с грифом	<i>тяжелая атлетика</i>	
28.06.2024	Выпрыгивание с грифом	<i>тяжелая атлетика</i>	
28.06.2024	Вис хватом сверху на согнутых руках	<i>тяжелая атлетика, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Уголок	<i>биатлон, с/борьба, фристайл</i>	
28.06.2024	Упор присев, упор лежа	<i>бокс</i>	
28.06.2024	Упор-присев выпрыгивание вверх	<i>бокс</i>	
28.06.2024	Бег 800м	<i>горнолыжный спорт</i>	
28.06.2024	Бег 1000м	<i>биатлон, лыжные гонки</i>	
28.06.2024	Бег 1500м	<i>конькобежный спорт, с/борьба, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Бег 6 минут	<i>горнолыжный спорт</i>	
28.06.2024	Бег 2000 м	<i>биатлон, бокс, конькобежный спорт, лыжные гонки, с/борьба, фристайл, хоккей на траве</i>	
28.06.2024	Бег 5000 м	<i>бокс</i>	
28.06.2024	Техническая программа	<i>с/борьба</i>	ФОК, ул. Коммуны д.47
28.06.2024	Техническая программа	<i>хоккей на траве</i>	стадион на ул. Коммуны 39