**ГТО – это стимул и мотивация для занятий спортом!!!**

Такой лозунг сказали все участники, после прохождения испытаний ВФСК «Готов к труду и обороне».

В преддверии Дня Физкультурника, Центром ГТО было проведено тестирование и проверка физических возможностей сотрудников

«РОСЭНЕРГОАТОМ «ВОЛГОДОНСКАТОМЭНЕРГОРЕМОНТ»».

В первом этапе приема нормативов (испытаний) приняло участие 40 сотрудников предприятия.

Участники приняли участие в таких испытаниях как:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;

- сгибание/разгибание рук в упоре лежа на полу;

- рывок гири, 16 кг;

- наклон на гимнастической скамье из положения стоя с прямыми ногами;

- бег на 30, 60 и 100 м;

- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;

- поднимание туловища из положения лежа на спине.

- бег на 2 000 и 3 000 м.



«Все участники очень ответственно подошли к выполнению нормативов и прохождению испытаний Комплекса ГТО, и результаты показали соответствующие. Руководство предприятия положительно относится к спорту, и заинтересовано чтобы все сотрудники прошли испытания ВФСК «Готов к труду и обороне», так как это объективная оценка физических способностей человека. По итогам тестирования можно однозначно сказать, что сотрудники АЭРа – готовы к ремонту, труду и обороне!!!» - отметил ****руководитель Центра ГТО Пашигоров А.В.

**Центр тестирования ГТО обращается к руководителям организаций и предприятий г. Волгодонска: с 01.09.2019 года стартует 2 этап приема испытаний** **Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Приглашаем Вас и работников Вашего предприятия принять участие в тестировании на соответствие государственным требованиям к уровню физической подготовленности граждан РФ.**

**Спорт всегда являлся и является неотъемлемой частью производственного процесса, как гласит знаменитый слоган: «Отличник в спорте, отличник на производстве!»**

Для участия в движении ВФСК «Готов к труду и обороне» и выполнить государственные требования к уровню физической подготовленности, Вам необходимо:

1. Зарегистрироваться на официальном сайте [www.gto.ru](http://www.gto.ru);
2. Получить медицинский допуск;
3. Подать заявление в Центр тестирования ГТО.

Подробную информацию Вы можете узнать в Центре тестирования ГТО

г. Волгодонска: ул. Ленина, 112, тел. 27-50-85; 8-900-133-95-09; официальная группа ВКонтакте «Готов к труду и обороне г. Волгодонск».