23.09.2019 09:09

«Лидеровцы» сдали нормативы ГТО

22 сентября сотрудники Центра «Лидер» продемонстрировали свою готовность к труду и обороне. Спасатели принимали участие во Всероссийских открытых состязаниях Обществ «Динамо» по программе испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекс

Военнослужащие мужчины и женщины Центра выполнили упражнения на силу, вынесли ловкость в соответствии с возрастными категориями. Среди них: челночный бег, забег на 1000, 2000 и 3000 метров, подтягивание на перекладине, а также стрельба из электронно оружия, поднимание туловища из положения лежа на спине, метание мяча, плавание, пр длину с места и другие.

Несмотря на пасмурную погоду, участники состязаний не только успешно прошли тестир по отдельным физическим показателям, но и получили заряд бодрости, хорошего настрое также массу положительных эмоций.

По итогам тестирования сотрудники Центра «Лидер» продемонстрировали довольно высо уровень физической подготовки. Всем участникам, выполнившим необходимое количеств испытаний, соответствующих уровням трудности и требованиям, будут выданы удостовер «золотой», «серебряный» или «бронзовый» знак отличия «Готов к труду и обороне».