
22.09.2021 16:09

Сдача нормативов по физической подготовке за сентябрь 2021 года



Согласно плану профессиональной подготовки ФГКУ "ЦСООР "Лидер", в период с 22 по 2

В ходе проверки каждый сотрудник проявил твердость характера, волю и рвение к победе

Во время контрольного занятия военнослужащие выполняли следующие нормативы:

- упражнение № 41 (бег на дистанции 100 метров);
 - упражнение №45 и №46 (бег на дистанцию в 1 км и 3 км);
 - упражнения № 2 и № 4 (наклон туловища вперед и подтягивание на перекладине).
-