



	4.5. Бег на 1500 м 5. Бег на 2000 м 6. Бег на 3000 м	9.30 – 12.00 – тестирование	Молодежный»	II – V	МБОУ ООШ № 18
<b>08.10.2021</b>	1. Бег на 30 м 2. Бег на 60 м 3. Бег на 100 м 4. Бег на 1000 м 5. Бег на 1500 м 6. Бег на 2000 м 7. Бег на 3000 м	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	II – V	МБОУ СОШ № 4, 5, 10, 15, 24 МБОУ Гимназия № 1 МБОУ ООШ № 2 ЧОУ «Православная гимназия г. Коврова»
<b>12.10.2021</b>	1. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м 2. Метание мяча весом 150 г 3. Метание спортивного снаряда: весом 500 г 4. Метание спортивного снаряда: весом 700 г	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I – V	МБОУ СОШ № 11, 14, 23
<b>13.10.2021</b>	1. Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м 2. Метание мяча весом 150 г 3. Метание спортивного снаряда: весом 500 г 4. Метание спортивного снаряда: весом 700 г	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I – V	МБОУ СОШ № 8, 22
<b>14.10.2021</b>	1. Метание мяча весом 150 г 2. Метание спортивного снаряда: весом 500 г 3. Метание спортивного снаряда: весом 700 г	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	II – V	МБОУ СОШ № 4, 5, 10, 15, 24 МБОУ Гимназия № 1 МБОУ ООШ № 2 ЧОУ «Православная гимназия г. Коврова»
<b>15.10.2021</b>	1. Метание мяча весом 150 г 2. Метание спортивного снаряда: весом 500 г 3. Метание спортивного снаряда: весом 700 г	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	III – V	МБОУ СОШ № 9, 17, 19, 21 МБОУ ООШ № 18
<b>20.10.2021</b>	1. Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км	9.00 – регистрация	МАУ СШ «Мотодром»	I – III	ВСС

	2.Кросс на 2 км (бег по пересеченной-местности) 3.Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности)	9.30 – 12.00 – тестирование	«Арена» (лыжная трасса)		
<b>21.10.2021</b>	1.Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) 2.Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности)	9.00 – регистрация 9.30 – 12.00 - тестирование	МАУ СШ «Мотодром- Арена» (лыжная трасса)	IV – V	все
<b>25.10.2021</b>	1. Челночный бег 3x10 м. 2. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 5. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье. 6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 7. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 8. Рывок гири 16 кг.	11.00 – регистрация 11.30 – 14.00 - тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I - V	МБОУ СОШ № 8, 22
<b>26.10.2021</b>	1. Челночный бег 3x10 м. 2. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. 4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. 5. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье. 6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. 7. Поднимание туловища из положения лежа на спине. 8. Рывок гири 16 кг.	11.00 – регистрация 11.30 – 14.00 - тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I - V	МБОУ СОШ № 11, 14, 23
<b>27.10.2021</b>	1. Челночный бег 3x10 м. 2. Подтягивание из виса на высокой перекладине. 3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	11.00 – регистрация	МАУ СШ «Комплекс	III – V	МБОУ СОШ № 9, 17, 19, 21

90 см.	14.00 - тестирование	Молодежный	МБОУ ООШ №18
<p>4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.</p> <p>5. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.</p> <p>6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.</p> <p>7. Поднимание туловища из положения лежа на спине.</p> <p>8. Рывок гири 16 кг.</p>	<p>11.00 – регистрация 11.30 – 14.00 - тестирование</p>	<p>II – V</p>	<p>МБОУ СОШ № 4, 5, 10, 15, 24 МБОУ Гимназия № 1 МБОУ ООШ № 2 ЧОУ «Православная гимназия г. Коврова»</p>
<p>1. Челночный бег 3x10 м.</p> <p>2. Подтягивание из виса на высокой перекладине.</p> <p>3. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см.</p> <p>4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.</p> <p>5. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.</p> <p>6. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.</p> <p>7. Поднимание туловища из положения лежа на спине.</p> <p>8. Рывок гири 16 кг.</p>	<p>11.00 – регистрация 11.30 – 13.00 – тестирование</p>	<p>IV</p>	<p>Все</p>
<p>1. Самозащита без оружия</p>	<p>11.00 – регистрация 11.30 – 13.00 – тестирование</p>	<p>V</p>	<p>Все</p>
<p>1. Стрельба из пневматической винтовки с открытым прицелом из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м</p>	<p>9.00 и 10.00 - тестирование</p>	<p>III - V</p>	<p>9.00 – МБОУ СОШ № 9, 10, 14, 17 10.00 – МБОУ Гимназия № 1;</p>

17.11.2021	1. Стрельба из пневматической винтовки с открытым прицелом из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м	9.00 и 10.00 - тестирование	Тир «КЭМЗ»	III - V	МБОУ СОШ № 4; 5, 22  9.00 – МБОУ ООШ № 2; МБОУ СОШ № 11, 15, 19, 23, 24; ЧОУ «Православная гимназия г. Коврова»  10.00 – МБОУ ООШ № 18; МБОУ СОШ № 8, 21
22.11.2021	1. Плавание на 25 м 2. Плавание на 50 м	10.30 – регистрация 11.00 – 13.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I - V	МБОУ СОШ № 8, 22
24.11.2021	1. Плавание на 25 м 2. Плавание на 50 м	10.30 – регистрация 11.00 – 13.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	I - V	МБОУ СОШ № 11, 14, 23
25.11.2021	1. Плавание на 50 м	10.30 – регистрация 11.00 – 13.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	III – V	МБОУ СОШ № 9, 17, 19, 21  МБОУ ООШ № 18
26.11.2021	1. Плавание на 50 м	10.30 – регистрация 11.00 – 13.00 – тестирование	МАУ СШ «Комплекс Молодежный»	II – V	МБОУ СОШ № 4, 5, 10, 15, 24 МБОУ Гимназия № 1 МБОУ ООШ № 2 ЧОУ «Православная гимназия г. Коврова»

