

I. Программа Мероприятия

Дата и время проведения	Место проведения	Содержание мероприятия
Регистрация участников: 17 июня с 12:00 до 12:30 часов МБУ «СК «Дружба» ул. Рознина, 104		
17 июня 2023 г. с 12:30 до 14:00 час.	МБУ «СК «Дружба» ул. Рознина, 104	<ul style="list-style-type: none"> - Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см. - Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см.) - Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин.
Регистрация участников: 18 июня с 12:00 до 12:30 часов стадион «ЮКИОР»		
18 июня 2023 г. с 12:30 до 14:00 час.	стадион «ЮКИОР» ул.Студенческая,31	<ul style="list-style-type: none"> - Бег на 1000 м - Бег на 1500 м - Бег на 2000 м - Бег на 3000 м - Бег на 30 метров - Бег на 60 метров - Шестиминутный бег (м) - Смешанное передвижение на 1000 м - Метание мяча весом 150 г. - Метание спортивного снаряда весом 500 г - Метание спортивного снаряда весом 700 г