|  |  |
| --- | --- |
| Норматив | Дата |
| Плавание | 21 и 28 июня 2016г. МАУ СК «Молодежный» ул.Еловая, д.94/1  - с 16-00 до 18-30 – для работников муниципальных учреждений  - 18-30 до 20-00 – для населения г.Коврова |
| - метание,  - наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье,  - подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине,  - рывок гири,  - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу,  - прыжок в длину с разбега или с места,  - поднимание туловища из положения лежа на спине  - стрельба из пневматической винтовки | 22 июня 2016г. МАУ СК «Молодежный» ул.Еловая, д.94/1  - с 15-00 до 17-30 – для работников муниципальных учреждений  - 17-30 до 20-00 – для населения г.Коврова |
| - бег 100м, 2 км, 3км, смешанное передвижение, скандинавская ходьба | 23 июня 2016г. ДКиТ «Родина»  - с 15-00 до 17-30 – для работников муниципальных учреждений  - 17-30 до 20-00 – для населения г.Коврова |