

**Программа Фестиваля ВФСК ГТО среди студентов
образовательных организаций высшего образования**

19-24 сентября 2019 г.

г. Челябинск, проспект Ленина, 84

19 сентября 2019 г. (четверг)

(день заезда)

Время	Мероприятие	Место проведения
В течение дня	Заезд команд	
12:00 – 15:00	Обед	
15:00 – 16:00	Заседание ГСК, инструктаж судейских бригад	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной
12:00 – 19:00	Работа комиссии по допуску	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
12:00 – 17:00	Экскурсия	Государственный исторический музей Южного Урала ул. Труда, 100
19:00 – 21:00	Ужин	
21:00	Культурная программа; Установочное совещание ГСК с участием представителей команд	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34

20 сентября 2019г. (пятница)

(первый день соревнований)

Время	Мероприятие / Вид испытаний	Место проведения
08:00 08:45 09:30	Завтрак: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
09:00 – 10:00 10:00 – 11:00 11:00 – 12:00	Стрельба из электронного оружия: (мужчины) 1 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин 2 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин 3 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин Итого: 3 часа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
11:30 12:15 13:00	Обед: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
13:30	Трансфер Все участники фестиваля	Отель «Виктория» - Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной
14:00	Церемония открытия фестиваля	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной

15:00 – 17:30	Спортивная программа:	
15:00 – 17:00	- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (женщины) 108ч:4 ст.+27 чел. на ст. (4 потока по 6-7чел) на один поток 30 мин	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной пр. Ленина, 84
15:00 – 17:00	- Подтягивание из виса на высокой перекладине / мужчины 108ч.:4пер.=27 чел. на пер.(4 потока по 6-7чел) на 1 поток 30 мин	
15:30 – 17:30	- Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	
17:30	Трансфер Все участники	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной - Отель «Виктория»
18:30 19:15 20:00	Ужин: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
21:30	Культурная программа; совещание ГСК с участием представителей команд	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34

21 сентября 2019г. (суббота)

(второй день соревнований)

Время	Мероприятие / Вид испытаний	Место проведения
08:00 08:45 09:30	Завтрак: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
09:00 – 10:00 10:00 – 11:00 11:00 – 12:00	Стрельба из электронного оружия: (женщины) 1 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин 2 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин 3 группа – 36 чел.:6 напр.= 6 см.*10 мин.= 60 мин. Итого: 3 часа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
13:00 13:45 14:30	Обед: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
15:00 15:45 16:30	Трансфер 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» - Бассейн УСК ЮУрГУ
16:00 -18:45 16:30 – 17:15 17:15 – 18:00 18:00 – 18:45	Спортивная программа: <u>Плавание:</u> 1 группа (женщины, мужчины) 2 группа (женщины, мужчины) 3 группа (женщины, мужчины)	Бассейн УСК ЮУрГУ, ул. Сони Кривой, 60 Легкоатлетический манеж УСК ЮУрГУ,

с 17:30	<u>Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см):</u>	у. Сони Кривой,60
18:00 18:45 19:15	Трансфер 1 группа 2 группа 3 группа	Бассейн УСК ЮУрГУ- Отель «Виктория»
19:00 19:45 20:30	Ужин: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
21:30	Культурная программа; совещание руководителей делегации	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34

22 сентября 2019г. (воскресенье)
(третий день соревнований)

Время	Мероприятие / Вид испытаний	Место проведения
07:30 08:15 09:00	Завтрак: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
08:30 09:00 09:30	Трансфер 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» - Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной
09:00 – 13:30 10:00 – 10:30 11:00 – 11:30 11:30 – 12:00	Спортивная программа: <u>Бег на 100м</u> 1 группа 2 группа 3 группа	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной пр. Ленина, 84
11:00 11:40 12:30	<u>Подтягивание из виса на низкой перекладине / женщины</u> 1 гр. - 36 чел.:4 = 9 см.*4 мин.= 36 мин. 2 гр - 36 чел.:4 = 9 см.*4 мин. = 36 мин. 3 гр. - 36 чел.:4 = 9 см.*4 мин. = 36 мин.	
11:00 11:40 12:20	<u>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (мужчины)</u> <u>1 гр</u> <u>2 гр</u> <u>3 гр</u>	

11:20 12:20 13:20	<u>Прыжок в длину с места толчком двумя ногами</u> 1 гр. - 72 чел.:4 = 18 см. * 3 мин. = 54 мин 2 гр. - 72 чел.:4 = 18 см. * 3 мин. = 54 мин 3 гр. - 72 чел.:4 = 18 см. * 3 мин. = 54 мин	
12:30 13:30 14:30	Трансфер 1 группа 2 группа 3 группа	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной - Отель «Виктория»
13:30 14:15 15:00	Обед: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
19:00 19:45 20:30	Ужин: 1 группа 2 группа 3 группа	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
21:30	Культурная программа; совещание руководителей делегации	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34

23 сентября 2019г. (понедельник)
(четвертый день соревнований)

Время	Мероприятие / Вид испытаний	Место проведения
07:30 08:30	Завтрак: женщины всех команд мужчины всех команд	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
08:15 10:00	Трансфер женщины мужчины	Отель «Виктория» - Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной
09:30 - 11:45 11:45-13:45	Спортивная программа: Бег 2000м (женщины), (108 чел/12 чел=9 заб.*15мин); Бег3000 м (мужчины) (108 чел/18чел=6 заб.*15 мин);	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной пр. Ленина, 84
12:00 14:00	Трансфер женщины мужчины	Легкоатлетический комплекс им. Е. Елесиной - Отель «Виктория»
13:30 14:30	Обед женщины мужчины	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
15:30	Трансфер	Отель «Виктория» - ЮУрГУ главный корпус, Актовый зал

		Пр. Ленина, 76
16:00	Церемония закрытия	ЮУрГУ главный корпус, Актальный зал Пр. Ленина, 76
17:00	Трансфер для участников	ЮУрГУ главный корпус – Отель «Виктория»
17:00	Совещание руководителей делегаций	
17.30	Трансфер для руководителей делегаций	
15:30 – 18:00	Экскурсия	
18:30 19:15 20:00	Ужин: 1 группа 2 группа 3 группа <i>(в зависимости от отъезда команд)</i>	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34

24 сентября 2019г. (вторник)

(день отъезда)

07:00 – 10.00	Завтрак	Отель «Виктория» ул. Молодогвардейцев, 34
В течение дня	Отъезд участников	