

# Не ленись, подтянись!

Более ста лотошинцев сдали нормативы на готовность к труду и обороне во Всемирный день здоровья

В культурно-спортивный центр «Лотошино» 7 апреля в Единый день ГТО пришли желающие проверить свои силу, ловкость и выносливость. Возраст участников варьировался от 9 до 49 лет.

Претендующие на получение отличительного знака ГТО выполняли упражнения на пресс и гибкость, отжимались от пола, подтягивались, прыгали с места и поднимали 16-килограммовую гирию. Спортивные нормативы,

количество и категории упражнений зависели от возраста и пола спортсменов.

Самыми первыми ГТО в этот день сдали сотрудники ОМВД России по Лотошинскому району, уложившиеся в предложенные нормативы. Следом за ними подтянулись учащиеся Ушаковской школы и Лотошинской СОШ № 1.

Судя по данным, предоставленным организаторами меро-

приятия, можно сказать, что большинство школьников с успехом уложились, а некоторые даже и превзошли показатели для своей возрастной ступени. Так, рекорд соревнований по дальности прыжка показал 16-летний Матвей Горцовский, приземлившись за отметкой 278 см. В категории «подтягивание» лучший результат – 23 раза – показал 10-летний Артем Фролов. В

упражнении на сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу даже мальчики не смогли превзойти 13-летнюю Марию Мельник, отжавшуюся от пола 50 раз.

И хотя результаты участники мероприятия показали самые разные, все они получили сертификат о выполнении испытаний комплекса ГТО.

Светлана Матросова  
Фото автора

### КОММЕНТАРИЙ

**Роман Терюшков,**  
министр физической культуры и спорта Московской области:



– Единый день ГТО – это уникальный спортивный праздник, в котором приняли участие все муниципалитеты Московской области. И это уже традиция. Сегодня мы действительно наблюдали единение всех любителей спорта региона. Это еще раз подтверждает звание Подмоскovie как одного из самых спортивных регионов страны.

### ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

Лес Победы



стр. 2

Вместе сделаем район чище



стр. 9

С верой в Воскресение



стр. 14

#### «Сельская новь» в соцсетях

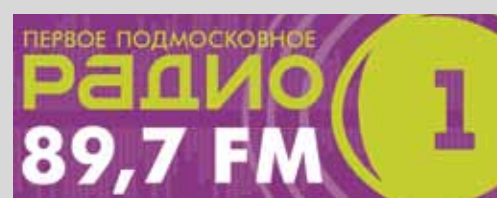
<http://twitter.com/lotoshinoinform>

<http://facebook.com/lotinform>

[http://vk.com/selskaya\\_nov](http://vk.com/selskaya_nov)

<https://ok.ru/group/54937665536010>

<https://www.instagram.com/inlotoshino>



#### Прогноз погоды

14 апреля пт.	15 апреля сб.	16 апреля вс.	17 апреля пн.	18 апреля вт.	19 апреля ср.	20 апреля чт.
+6/ 0 °C	+5/ -4 °C	+3/ -4 °C	+2/ -3 °C	+4/ -9 °C	0/ -1 °C	+2/ -2 °C

