

**Пресс - релиз Межнародного фестиваля
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

I этап Фестиваля проводится 23 сентября 2023 года на базе ФСКИ «Мечта», по адресу: ул.Мелик-Карамова, 74а.

В программу I этапа Межнародного фестиваля входит:

- Выполнение нормативов испытаний (тестов) ВФСК «ГТО»: (сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; поднимание туловища из положения лежа на спине).

Состав команды – 4 человека (2 мужчины + 2 женщины) от 18 до 59 лет, относящиеся к VII, VIII, IX, X, XI, XII, XIII, XIV, XV ступеням комплекса ГТО соответственно (отношение к ступени по возрасту участников определяется на дату окончания подведения итогов - 29 октября 2023 года). Количество взрослых участников в команде может быть больше, в зачет идут 4 лучших результата.

Участникам команд, желающим зачесть результаты в качестве норм ВФСК «ГТО», необходимо быть зарегистрированными на сайте gto.ru, иметь ID номер, медицинский допуск в соответствии с приказом Минздрава России № 1144н от 23.10.20 г.

- «Веселые старты» - состоят из нескольких эстафет. Судья включает секундомер на старте и фиксирует время до сотых долей секундомера по последнему участнику команды. Чем меньше время, тем выигрышней результат. Состав команды – 6 человек (2 мужчины + 2 женщины + 2 ребенка от 6 лет до 14 лет).

II этап Фестиваля проводится 29 октября 2023 года на базе МАУ Городской культурный центр, ул. Сибирская, д.2

- «Конкурс национальных культур», допускается команда, из числа участников в заявке **I этапа**. Команде необходимо представить визитку, которая должна, как можно шире раскрывать национальность, традиции, принадлежность к той или иной культуре.

В визитке могут быть представлены вокальные, танцевальные, стихотворные номера, кулинарные особенности, национальные блюда. Национальные блюда могут быть представлены в видеоформате. Приветствуется визитка в национальных костюмах.

Не участие в одном из этапов Фестиваля не является нарушением, но не приносит баллы в общекомандный зачет.

Заявка на участие в Фестивале (приложение 1) подается в электронном виде на электронный адрес gto.surgut-nadejda@mail.ru до 20 сентября 2023 года.