Фестиваль «ГТО» среди ветеранов

24 ноября в спорткомплексе «Бумажник» ППО «СЛПК» состоялся фестиваль «Готов к труду и обороне» среди ветеранов. Мероприятие было посвящено 60-летию Эжвинского района Сыктывкара.

Перед началом состязаний с приветственным словом к участникам обратился глава МО ГО «Сыктывкар» Владимир Голдин. Также тепло поприветствовали собравшихся руководитель администрации Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар» Сергей Воронин, начальник Управления физической культуры и спорта Сыктывкара Михаил Дудников, директор Центра спортивных мероприятий г.Сыктывкар Ирина Дианова, председатель совета ветеранов Эжвинского района Сыктывкара Наталья Гойман и муниципальный посол ГТО, член общественный палаты Республики Коми Андрей Юркин. Также участников приветствовала депутат Совета МО ГО Сыктывкар Наталья Логина, вручив подарки от Совета города.

Программа соревновательного дня была обширной: плавание, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью, сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула, рывок гири 16 кг, скандинавская ходьба.

