

1 межрайон					
2030	Понедельник, четверг	с 15.00 до 17.00	подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири (мальчики), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки); наклон вперед на гимнастической скамье (мальчики, девочки); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (мальчики, девочки); поднимание туловища из положения лежа на спине (мальчики, девочки); стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол (мальчики, девочки).	ГБОУ Школа № 2030	А.А.Прилип
	Понедельник, Вторник, Среда	14.30-15.15, 16.00-16.45, 14.30-15.15	плавание 50 м (мальчики, девочки).	ГБОУ Школа № 2030	
2 межрайон					
345	понедельник	16.00-18.00	Принимаются Все нормативы КРОМЕ: Метания нет, Стрельбы нет, Бег на лыжах	ГБОУ "Школа № 345 им. А.С. Пушкина" Елоховский проезд дом 1, стр. 5	Е.В.Пантелеев, В.Ф.Колков, Н.С.Макаров, В.Б.Садовой
1500	Вторник	15.30-16.30	Челночный бег 3*10м, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Подтягивание из виса лежа на высокой или низкой перекладине, Рывок гири 16 кг, Сгибание и разгибание рук, Поднимание туловища, Наклон, Метание теннисного мяча в цель.	ул. Сретенка, дом 20	Н.А. Николаев, М.Л. Рыбачева, М.Е. Коровина
	Четверг	15.30-17.00		Скорняжный пер. дом 3, стр. 2	
2095	Понедельник	17.00-19.00	Принимаются все нормативы кроме: Плавание, бег на лыжах, метание, туристский поход, бег на длинные и короткие дистанции.	ГБОУ Школа № 2095 (Б. Казеный пер., дом 9)	А.Ю. Фенева Е.В. Соломенцева
1297	Сентябрь-апрель Понедельник, пятница	16.00-19.00	Челночный бег 3*10 м (I ступень) Прыжок в длину с места (I-V ступень) Подтягивание из виса на высокой перекладине (I-V ступень) Рывок гири весом 16 кг. (V ступень) Подтягивание из виса на низкой перекладине (I-V ступень) Сгибание и разгибание рук (I-V ступень) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или скамье (I-V ступень) Поднимание туловища из положения лежа на спине 1 мин. (IV-V ступень) Бег 30м (I ступень), бег 60м (II-IV ступень), бег 100м (V ступень) Бег 1км, бег 1,5км, бег 2км, бег 3км (II-V ступень) Прыжок в длину с разбега (I-V ступень) Метание теннисного мяча с 6м., Метание теннисного мяча весом 150 г., Метание 500 гр. И 700 гр. (I-V ступень) Бег на лыжах 1, 2, 3, 5 км. (I-V ступень)	ГБОУ Школа № 1297 (Глинисетый переулок, дом 7)	Учителя ФК ГБОУ Школы № 1297
	Январь - март				
4 межрайон					
1381	Сентябрь-ноябрь (до 11.11) Вторая и четвертая среда	16.00-18.00	Бег 60 м, 100 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м, 3000 м. Метание гранаты	ГБОУ Школа 1381, Компютерная, 52, (МШКК)	Егорова И.Ю. Устнова О.Б. Ахмедов Э.М. Сергеев Ю.С. Греков В.В. Котляров А.В.
	Ноябрь (с 11.11)-апрель Вторая и четвертая среда	16.00-18.00	Челночный бег 3*10м, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Подтягивание из виса лежа на высокой или низкой перекладине, Рывок гири 16 кг, Сгибание и разгибание рук, Поднимание туловища, Наклон, Метание теннисного мяча в цель. Стрельба из ПВ		
	Апрель - июнь Вторая и четвертая среда	16.00-18.00	Все кроме плавания, туристического похода		
5 межрайон					
КШИ № 6	1 сентября 2016 г.	08.00-08.30	Вручение золотых знаков отличия ВФСК ГТО на Торжественном построении (55 воспитанников 7-11 классы) (IV-VI)	ГБОУ КШИ № 6 МГКК	Директор Председатель комиссии
	01.дек сентября 2016 г.	15.00-19.00	Оформление заявок для участия в выполнении нормативов Вручение серебряных и бронзовых знаков отличия ВФСК ГТО за 2015/2016 учебный год (IV-VI)	ГБОУ КШИ № 6 МГКК	О.Ю. Маркин
	13 сентября 2016 г. (вторник)	16.00-17.00 17.00-18.00	Бег на 60 м. Бег на 2 км. (7-е классы) (IV) Бег на 2 км. (8-е классы) (IV)	ГБОУ КШИ № 6 МГКК	
	20 сентября 2016 г. (вторник)	16.00-17.00 17.00-18.00	Бег на 60 м. Бег на 2 км. (9-е классы) (IV) Бег на 100 м. Бег на 2 км. (10-е классы) (V)		
	27 сентября 2016 г. (вторник)	16.00-17.00 17.00-18.00	Бег на 100 м. Бег на 2 км. (11-е классы) (V-VI) Бег на 100 м. Бег на 2 км. (11-е классы) (V-VI)		
1499	Каждый второй четверг месяца	16.00-18.00	Легкая атлетика	ГБОУ №1499 им. Героя Советского Союза И.А.Докукина	Анохин М.М. Танайлов О.В. Арабчян Д.С. Константинов Ю.В.
1539	26.10.2016	16.00 – 18.00	Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине	Ул. Староалексеевская, дом 1, «Гимназия № 1539»	Дедов Н.И. Огородный Е.П.
	09.11.2016		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Майорова Е.Н. Вдовин А.В.
	23.11.2016		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Кандаурова Е.Н.
	07.12.2016		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Огородный Е.П.
	21.12.2016		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Майорова Е.Н. Вдовин А.В.
	11.01.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Кандаурова Е.Н.
	25.01.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Огородный Е.П.
	08.02.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Майорова Е.Н. Вдовин А.В.
	22.02.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Кандаурова Е.Н.
	22.03.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Дедов Н.И. Огородный Е.П.
	05.04.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине		Майорова Е.Н. Вдовин А.В.
19.04.2017	Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине	Дедов Н.И. Кандаурова Е.Н.			

	10.05.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения		Дедов Н.И. Огородный Е.П.
	24.05.2017		Подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, поднимание туловища из положения		Майорова Е.Н. Вдовин А.В.
1430	9 ноября 2016 года	16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя, рывок	ГБОУ Школа №1430 здание №2 ул. Угличская, 17	Корякин Д.Е, Колотильщикова С.В, Яшин А.П
	23 ноября 2016 года		Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя, рывок	ГБОУ Школа №1430 здание №2 ул. Угличская, 17	Корякин Д.Е, Колотильщикова С.В, Соколова А.В
	7 декабря 2016 года		Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя, рывок	ГБОУ Школа №1430 здание №2 ул. Угличская, 17	Корякин Д.Е, Яшин А.П Соколова А.В
	14 декабря 2016 года		Подтягивание из виса на высокой или низкой перекладине, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя, рывок гири, челночный бег (3x10м), метание теннисного мяча, в цель, дистанция 6 (м)	ГБОУ Школа №1430 здание №2 ул. Угличская, 17	Корякин Д.Е, Колотильщикова С.В, Яшин А.П
9 межрайон					
1517	Среда	13.30-18.00		Ул. Маршала Тухачевского, дом 58, корп. 2	А.Е. буров
1560	вторник	15.30-17.00	Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. М.А.Корфа, ул. Маршала Тухачевского, 17-3	Полунина И.И. Морозова Е.В.
	вторник	16.00-18.00	Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. А.М. Горчакова Ул. Мневники, 7-5	Салтанки А.И. Климова Т.В.
	пятница	16.00-18.00	Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. А.П. Бакунина Ул. Мневники, 14-1	Звягина Г.А.
	пятница	14.30-16.00	Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. И.И. Пушкина Карамышевская наб., 22-2	Никишина Н.Ю.
	вторник	16.00-18.00	Бег 2 км., 3 км., Бег 60 м. Метание снаряда Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. А.А. Дельвига Ул. Народного Ополчения, 22-4	Ступак А.И.
	вторник	15.00-16.30	Бег 2 км., 3 км., Бег 60 м. Метание снаряда Подтягивания Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя на скамье	Корпус им. А.С. Пушкина Новохошевский пр-д, 12	Бодрова Т.И.
1005	15 октября 2016 г.	10.00-12.00	Бег на 2 км. (мин. сек.) или бег 3 км (мин. сек.)	Спортивный зал ГБОУ школа № 1005 «Алые паруса»	А. А. Болтёнков, С. А. Петрова, С. А. Дымченко
	22 октября 2016 г.		Бег на 2 км. (мин. сек.) или бег 3 км (мин. сек.)		
	5 ноября 2016 г.		Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, за 1 мин). Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)		
	12 ноября 2016 г.		Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, за 1 мин). Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)		
	3 декабря 2016 г.		Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, за 1 мин). Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)		
10 декабря 2016 г.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз). Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, за 1 мин). Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (см.)				
10 межрайон					
			Поднимание туловища из положения лежа на спине Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		

402		16:00	Рывок гири	Москва ул. Косинская дом 10А	Савельев А.В., Билалова Л.А.	
			Сгибание и разгибание рук			
			Метание 500гр,700гр			
			Поднимание туловища из положения лежа на полу			
2148	06.10.2016	15:30 – 16:15	(I - ступень) челночный бег 3x30 м (сек), смешанное передвижение (1 км), (стадион)	ул. Суздальская 12В, стр.1	Онуфриев Д.С. Бурдейный А.И. Голованова Л.И. Романова А.В. Тазиева Н.В.	
		16:30 – 17:30	(IV – V ступень) Силовые и скоростно-силовые испытания (БСЗ)	ул. Новокосинская, 136		
	13.10.2016	15:30 – 16:15	(II – III ступень) бег на 60 м (сек), бег на 1 – 1,5 км, метание мяча, наклон вперед (стадион)	ул. Суздальская 12В, стр.1	Онуфриев Д.С. Бурдейный А.И. Голованова Л.И. Романова А.В. Тазиева Н.В.	
		16:30 – 17:30	(I - ступень) метание мяча, наклон вперед, силовые и-я (БСЗ)	ул. Новокосинская, 136 ул. Суздальская 12В, стр.1		
			(IV – V ступень) бег на 60-100 м (сек) и 2 – 3 км, (стадион)	ул. Суздальская 12В, стр.1		
	20.10.2016	15:30 – 16:15	(I - ступень) челночный бег 3x30 м (сек), смешанное передвижение (1 км), (стадион)	ул. Суздальская 12В, стр.1	Онуфриев Д.С. Бурдейный А.И. Голованова Л.И. Романова А.В. Тазиева Н.В.	
		16:30 – 17:30	(IV – V ступень) Силовые и скоростно-силовые испытания (БСЗ)	ул. Новокосинская, 136		
	27.10.2016	15:30 – 16:15	(II – III ступень) бег на 60 м (сек), бег на 1 – 1,5 км, метание мяча, наклон вперед (стадион)	ул. Суздальская 12В, стр.1	Онуфриев Д.С. Бурдейный А.И. Голованова Л.И. Романова А.В. Тазиева Н.В.	
		16:30 – 17:30		ул. Новокосинская, 136 ул. Суздальская 12В, стр.1		
	10 межрайон					
	2026	16.11.2016	17.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2026»	Бараев О.В., Конопатов А.Н., Маслова Ю.А.
		23.11.2016	17.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2026»	Бараев О.В., Конопатов А.Н., Маслова Ю.А.
30.11.2016		17.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2026»	Бараев О.В., Конопатов А.Н., Маслова Ю.А.	
2036	17.11.2016	17.45-18.30	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2036»	Мочалова М.С.	
	21.11.2016	17.45-18.30	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2036»	Мочалова М.С.	
	24.11.2016	17.45-18.30	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2036»	Мочалова М.С.	
	28.11.2016	17.45-18.30	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон, стрельба из пневматической винтовки.	ГБОУ «Школа № 2036»	Мочалова М.С.	
1591	15.11.2016	15.00-17.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия № 1591»	Кроткова А.М.	
	29.11.2016	15.00-17.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия № 1591»	Кроткова А.М.	
1389	16.11.2016	15.45-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Вешняковская лингвистическая гимназия №1389»	Немчик О.Н.	
	21.11.2016	15.45-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Вешняковская лингвистическая гимназия №1389»	Немчик О.Н.	
	23.11.2016	15.45-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Вешняковская лингвистическая гимназия №1389»	Немчик О.Н.	
	28.11.2016	15.45-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Вешняковская лингвистическая гимназия №1389»	Немчик О.Н.	
	30.11.2016	15.45-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Вешняковская лингвистическая гимназия №1389»	Немчик О.Н.	
402	16.11.2016	16.30-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия №402 им. А. Молдагуловой»	Билалова Л.А.	
	21.11.2016	16.30-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия №402 им. А. Молдагуловой»	Билалова Л.А.	
	23.11.2016	16.30-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия №402 им. А. Молдагуловой»	Билалова Л.А.	

	28.11.2016	16.30-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия №402 им. А. Молдагуловой»	Билалова Л.А.	
	30.11.2016	16.30-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Гимназия №402 им. А. Молдагуловой»	Билалова Л.А.	
1200	09.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 1200»	Дорофеева М.В.	
	23.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 1200»	Дорофеева М.В.	
810	09.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 810»	Львова Е.Г.	
	23.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 810»	Львова Е.Г.	
892	16.11.2016	15.00-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ СОШ № 892	Гамзаяв Г.М.	
	18.11.2016	15.00-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ СОШ № 892	Гамзаяв Г.М.	
	23.11.2016	15.00-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ СОШ № 892	Гамзаяв Г.М.	
	25.11.2016	15.00-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ СОШ № 892	Гамзаяв Г.М.	
	30.11.2016	15.00-18.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ СОШ № 892	Гамзаяв Г.М.	
1028	02.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 1028»	Ломкина Н.Б. Ведешенкова Е.В.	
	16.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 1028»	Ломкина Н.Б. Ведешенкова Е.В.	
1602	05.11.2016	10.00-12.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «ЦО № 1602»	Гайваль О.Н.	
	12.11.2016	10.00-12.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «ЦО № 1602»	Гайваль О.Н.	
	19.11.2016	10.00-12.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «ЦО № 1602»	Гайваль О.Н.	
	26.11.2016	10.00-12.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «ЦО № 1602»	Гайваль О.Н.	
2128	09.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 2128»	Онурфиев Д.С.	
	23.11.2016	16.00-19.00	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание на перекладине высокой и низкой, упр.на пресс, рывок гири 16 кг , наклон.	ГБОУ «Школа № 2128»	Онурфиев Д.С.	
11 межрайон						
374	Вторник	16.00-18.00	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Рывок гири Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)	ГБОУ Школа №374	Жуковский Д.Ю., Сизинцев А.В.	
319	Вторник	16.00-19.00	Все нормативы, кроме плавания и стрельбы	(ул. Амурская, дом 60) Спортивный зал, межшкольный стадион	Ю.А. Евстигнеева	
1598	10 октября 2016 г.	16.00 16.30 17.00	Бег 100 м Метание Бег на 2км, 3 км	Стадион ГБОУ Лицей №1598	Носович Л.В., Яковлева К.Ю., Дуляков И.Ю. Кольцова Н.В., Спажова Е.В. Крайних Д.К. Вдовина С.А.	
	17 октября 2016 г.	16.00 16.30 17.00	Бег 100 м Метание Бег на 2км, 3 км			
	24 октября 2016 г.	16.00 16.30 17.00	Бег 100 м Метание Бег на 2км, 3 км			
	7 ноября 2016 г.	16.00	Упражнения на силу, Гибкость, скоростно-силовые возможности	Спортзал ГБОУ Лицей № 1598		
28.10.2016	18.11.2016	16.12.2016	- подтягивание из виса на высокой перекладине;- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - сгибание и разгибании рук упоре лежа на полу; -рывок гири.	Ул. Ивanteeвская, д. 25, корп. 2 (спортивный зал)	Матвеева М.А.; Кузьминский Е.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.;	
			- подтягивание из виса на высокой перекладине; подтягивании из виса лежа на низкой перекладине; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - сгибание и разгибании рук в упоре лежа на полу; - рывок гири			Матвеева М.А.; Кузьминский Е.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.;
			- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - наклон вперед из положения стоя на полу; - прыжки в длину с разбега; - прыжки в длину с места толчком двумя ногами;			Матвеева М.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.;

TK №21		IV, V	- стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку; - стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку.	Ул. Вербоная д.4, стр. 1	Кузьминский Е.А.; Иванов С.Н.
	20.01.2017		- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; - наклон вперед из положения стоя на полу; - прыжки в длину с разбега; - прыжки в длину с места толчком двумя ногами; - стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку; - стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку.		Матвеева М.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.; Кузьминский Е.А.; Иванов С.Н.
	17.02.2017		подтягивание из виса на высокой перекладине;- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу; -рывок гири.		Матвеева М.А.; Кузьминский Е.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.; Иванов С.Н.
	24.03.2017		подтягивание из виса на высокой перекладине;- подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; - поднимание туловища из положения лежа на спине; - сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу; -рывок гири.		Матвеева М.А.; Кузьминский Е.А.; Конашкин А.Н.; Гришин А.Е.; Гришина И.С.; Иванов С.Н.

Гимназия 1799 Экополис	Сентябрь, октябрь, апрель Среда	15.00-18.00	Бег на короткую дистанцию, бег на длинную дистанцию, метание гранаты и мяча (IV-VI ступень)	Спортивная площадка ГБОУ Гимназия № 1505 (2-я Пугачевская, дом 10)	И.Б. Белова Г.Ю. Золотоглава И.Н. Степанов Ю.Н. Шатурная
	Пятница	15.30-18.00	Стрельба из пневматической винтовки или Электронного оружия	Тир ГБОУ Гимназия № 1799 ШО-1 (Знаменская 12/4)	
	Ноябрь-март Среда	15.00-18.00	Легатика (скоростно-силовые возможности): прыжки в длину с места, поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин., подтягивание из виса на высокой или на низкой перекладине, наклон, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, рывок гири 16 кг.	Спортивный зал ГБОУ Гимназия № 1799 ШО-1 (Знаменская 12/4)	
	Май Среда	15.00-18.00	Бег на короткую дистанцию, бег на длинную дистанцию, метание гранаты и мяча (I-III ступень)	Спортивный зал ГБОУ Гимназия № 1799 ШО-2 (Халтуринская, дом 16)	
	декабрь-февраль Пятница	договоренности с ба	Бег на лыжах	ЦПКиО "Сокольники", лыжная база	
	9 ноября 2016 7 декабря 2016 15 марта 2017 12 апреля 2017	Время уточняется	Плавание (IV-VI ступень)	Бассейн ГБОУДО "ДТДиМ "Преображенский" (ул. Большая Черкизовская, дом 15)	
15 февраля 2017	Время уточняется	Плавание (I-III ступень)			

664	20 октября 2016 г.	16.00-18.00	Бег 60,100,1000,1500,2000м Метание мяча. Метание гранаты	Школьный стадион	Кулешов Н. Н., Зенин К. Д., Филимонов И.С.
	27 октября 2016 г.	16.00-18.00	Бег 60,100,1000,1500,2000м Метание мяча. Метание гранаты	Школьный стадион	
	3 ноября 2016 г.	16.00-18.00	Бег 60,100,1000,1500,2000м Метание мяча. Метание гранаты	Школьный стадион	
	10 ноября 2016 г.	16.00-18.00	Подтягивание на перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Прыжок в длину с места. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	Спортивный зал	
	17 ноября 2016 г.	16.00-18.00	Подтягивание на перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Прыжок в длину с места. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	Спортивный зал	
	24 ноября 2016 г.	16.00-18.00	Поднимание туловища из положения лёжа. Челночный бег (3x10м.) Метание теннисного мяча в цель.	Спортивный зал	
	1 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Плавание	Бассейн	
	8 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Плавание	Бассейн	
	15 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Плавание	Бассейн	
	22 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Подтягивание на перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Прыжок в длину с места. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	Спортивный зал	
29 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Поднимание туловища из положения лёжа. Челночный бег (3x10м.) Метание теннисного мяча в цель.	Спортивный зал		

1360	22 ноября 2016 г.	16:30:00	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 5 м	ГБОУ Школа № 1360	Рыбаков А.Д. Мартьянов П.И. Тонина Н.А. Максимова Н.Н. Титова Н.Ю.
	24 ноября 2016 г.		Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 5 м		
	29 ноября 2016 г.		Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье		
	1 декабря 2016 г.		Поднимание туловища из положения лежа на спине		
			Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
	6 декабря 2016 г. 8 декабря 2016 г.		Подтягивание из виса на высокой перекладине		
Бег 100 м (мальчики и девочки) Бег 2 км (девочки) Бег 3 км (мальчики)					
декабрь 2016 - январь 2017	15:30:00	Бег на лыжах 3 км (девочки) Бег на лыжах 5 км (мальчики)			
январь - февраль 2017		Плавание 50 м			

1795	ноябрь 25 января 1900 г.	17.00-19.00	Отжимание (сгибание и разгибание рук в упоре) Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами Метание гранаты	ГБОУ Лицей № 1795, Открытое шоссе, д.25	Комаров С.В., Медведев П.Б., Петровец С.В.
	ноябрь 11 января 1900 г.	17.00-19.00	Подтягивание из виса на низкой перекладине Прыжок в длину с места Подтягивание из виса на высокой перекладине Рывок гири		
	январь				

	(дата зависит от погодных условий)	17.00-19.00	Лыжи			
	ноябрь	Время уточняется	Бег 100м Бег 2000м Бег 3000м	TK № 21		
	январь	Время уточняется	Плавание			
1797	сентябрь-декабрь	вторник	прием документов	ШК № 1-3, спорт зал	А. Ю. Пивоваров	
	Понедельник 26.09.2016 10.10.2016 24.10.2016 07.11.2016 28.11.2016 12.12.2016 26.12.2016	15.30-17.00	Прыжок в длину с места, Подтягивание, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Поднимание туловища из положения лежа на спине, Наклон, Челночный бег 30x10 м., Метание теннисного мяча в цель.	ШК №1 (Альмов пер., дом 15) Спортзал ШК №1 (3-я Гражданская, дом 64) Спортзал		
	октябрь-декабрь	по особому расписанию	Стрельба из электронного оружия	ШК №1, ШК №3		
	Понедельник 26.09.16 10.10.16 24.10.16	15.30-17.00	смешанное передвижение 1 км., бег 30, 60 м, бег на 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км,	ымов пер., дом 15) Пришкол		
	Понедельник 26.09.16 10.10.16 24.10.16	15.30-17.00	Метание мяча весом 150 г (м)	ымов пер., дом 15) Пришкол		
13 межрайон						
400	03.11.2016 07.11.2016 10.11.2016 14.11.2016 17.11.2016 21.11.2016 24.11.2016 28.11.2016	15:00 – 16:00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу Поднимание туловища из положения лежа на спине Подтягивание из виса на высокой перекладине Прыжок в длину с места толчком двумя ногами Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	ГБОУ Школа №400 Г. Москва шоссе Энтузиастов дом 100А	Жиганова М.К., Крылья Д.Ю.	
	22 октября 2016г.		12.00-14.00	Прыжок в длину с места	ГБОУ гимназия №1798 «Феникс»-Новогиреево	Владыкина В.А.
	19 ноября 2016 г.			Подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине		
				Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		
				Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами		
				Поднимание туловища из положения лежа на спине		
				Плавание		
18 межрайон						
1359	08.11.2016 6.12.2016 10.01.2017 7.02.2016	16:00-17:30	прыжок в длину с места толчком двумя ногами(1ступень) подтягивание из виса на высокой перекладине(1ступень) подтягивание из виса на низкой перекладине(1ступень) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(1ступень);наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу(1ступень);подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг(5-6ступень);подтягивание из виса лежа на низкой перекладине; или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(5-6ступень);прыжок в длину с места(5-6ступень);подъем туловища из положения лежа на спине(5-6ступень);наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(5-6ступень) лёгкая атлетика (апрель-май)-1,5,6 ступень	Школа№1359 - Главное здание (Пронская улица, дом 4, корпус 1) метро Лермонтовский проспект, последний вагон из центра, после турникетов 2 раза направо, далее 5 минут пешком.	Корнев А.Ю.	
	15.11.2016 13.12.2016 17.01.2017 14.02.2016	14:00-16:00 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30	прыжок в длину с места толчком двумя ногами(2ступень) подтягивание из виса на высокой перекладине(2ступень) подтягивание из виса на низкой перекладине(2ступень) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(2ступень);наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу(2ступень);подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг(5-6ступень);подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(5-6ступень);прыжок в длину с места(5-6ступень);подъем туловища из положения лежа на спине(5-6ступень);наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(5-6ступень) лёгкая атлетика (апрель-май)-2,5,6 ступень	Школа№329 – улица Хлобыстова дом 14 корпус 3, метро Рязанский проспект.	Урусов А.Ю. Горбачёва Е.В.	
	22.11.2016 20.12.2016 24.01.2017 21.02.2016	14:00-16:00 16:00-17:30 16:00-17:30 16:00-17:30	прыжок в длину с места толчком двумя ногами(3ступень) подтягивание из виса на высокой перекладине(3ступень) подтягивание из виса на низкой перекладине(3ступень) сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(3ступень);наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу(3ступень);подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг(5-6ступень);подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(5-6ступень);прыжок в длину с места(5-6ступень);подъем туловища из положения лежа на спине(5-6ступень);наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(5-6ступень) лёгкая атлетика (апрель-май)-3,5,6 ступень	№1363 – улица Рязанский проспект дом 82 корпус 4, метро Выхино, первый вагон из центра, авт.№209, 2-ая остановка "Ташкентский переулоч", перейти дорогу, пройти до здания бело-голубого цвета.	Сафина Е.С.	
	22.11.2016 13.12.2016 27.12.2016	15:30-17:30	Тир - стрельба из пневматической винтовки	улица Ташкентская дом 6, метро Выхино	Свиридов А.С.	
			прыжок в длину с места толчком двумя ногами(4ступень) подтягивание из виса на высокой перекладине(4ступень) подтягивание из виса на низкой перекладине(4ступень)			

	26 апреля 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	3 мая 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	10 мая 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	17 мая 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	24 мая 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	31 мая 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	7 июня 2017 г.	10.00-12.00	Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	14 июня 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	21 июня 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		
	28 июня 2017 г.		Подтягивание, подъем туловища за 1 мин., тест на гибкость, прыжок в длину с места, метание, рывок гири 16 кг., сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу, бег.		

1980	05.10.2016, 12.10.2016, 19.10.2016, 26.10.2016 (по средам, еженедельно, в течение учебного года)	17.00-19.00	Сила Гибкость Выносливость Скоростно-силовые испытания Скорость	ГБОУ Школа №1980 (на базе СП 1)	Назаров Е.В., Корчикова Ю.С., Юдина Н.П., Батурин П.С., Иванов И.А. Мелентьева А.В. Комличенко А.С., Назарова И.В., Рогова О.А., Андрянов О.А. Назаров Е.В.
-------------	--	-------------	---	---------------------------------	---

1354	5 октября 2016 г. 12 октября 2016 г. 19 октября 2016 г. 26 октября 2016 г. (по средам, еженедельно, в течение учебного года)	16.00-18.00	Сила Гибкость Выносливость Скоростно-силовые испытания Скорость	ГБОУ Школа №1354 (на базе Школы №2003)	Бондаренко С.Я., Шерстабов М., Гришин В.А., Гайворонский Д., Елисеев В.А., Нимаев Ж.В., Копылова П.В.
	8 октября 2016 г. 15 октября 2016 г. 22 октября 2016 г. 29 октября 2016 г. (по субботам, еженедельно, в течение учебного года)		9.00-11.00		

654	01.11.2016	16.00-18.00	подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.	Спортивный зал 2 здание ГБОУ ЦО№654	Селивёрстова М.Б., Коржова М.А.
	03.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.		
	08.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.	Спортивный зал 2 здание ГБОУ ЦО№654	Селивёрстова М.Б., Коржова М.А. Таицев С.Б.
	15.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.		
	17.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.	Спортивный зал 2 здание ГБОУ ЦО№654	Селивёрстова М.Б., Коржова М.А. Таицев С.Б.
	22.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.		
	24.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.	Спортивный зал 2 здание ГБОУ ЦО№654	Селивёрстова М.Б., Коржова М.А. Таицев
	29.11.2016		подтягивание в висе, подтягивание в висе лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, наклон туловища вперёд, поднимание туловища из положения лёжа на спине, прыжок в длину с места.		

20 межрайон

1995	04, 11, 18, 25 октября 2016 г. (вторник)	16:00-18:00	Челночный бег. Смешанное передвижение 1 км	I ст. Школьный стадион	М.А. Агафонов	
	05, 12, 19, 26 октября 2016 г. (среда)		Бег на 1 км			II ст. Школьный стадион
			Бег на 1,5 км			III ст. Школьный стадион
	Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание мяча в цель. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		IV-VI ст. Школьный стадион			
			I ст. Спортивный зал №1,2	II-III ст. Спортивный зал №1,2		
						IV ст. Спортивный зал №1,2

			Поднимание туловища из положения лежа на спине.		
			Подтягивание из виса на высокой перекладине.		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.	V-VI ст. Спортивный зал №1,2	
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине.		
	5, 12, 19, 26 октября 2016 г. (среда)	16:00-17:00 17:00-18:00	Стрельба из электронного оружия	III-VI ст. Каб. №308А	

21 межрайон

Воробьевы горы	5, 12, 19, 26 ноября 2016 г. (суббота)	12:00-14:00	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине. ❖ Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. ❖ Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу и гимнастической скамейке. ❖ Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. ❖ Поднимание туловища из положения лежа на спине. ❖ Метание мяча в цель. 	I-VI	ГБПОУ «Воробьевы горы», ул. Косыгина, 17., корп. 8, спортивный зал
	2, 9, 16, 23, 30 ноября 2016 г. (среда)	16:00-18:00	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Стрельба из электронного оружия 	III-VI	ГБПОУ «Воробьевы горы», ул. Косыгина, 17., корп. № 2, класс МЧС
	5, 12, 19, 26 ноября 2016 г. (суббота)	12:30-13:30	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Плавание с учетом и без учета времени. 	I-VI	ГБПОУ «Воробьевы ул. Фотиевой 16, корп. 2, бассейн

625	Каждый вторник	16.00-19.00	<p>подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири (мальчики), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки);</p> <p>наклон вперед на гимнастической скамье (мальчики, девочки); прыжок в длину с места толчком двумя ногами (мальчики, девочки); поднимание туловища из положения лежа на спине (мальчики, девочки); стрельба из электронного оружия из положения сидя с опорой локтей о стол (мальчики, девочки).</p>	ГБОУ ГИМНАЗИЯ 625 Ул. Шверника 17 корпус 2	Потемкин В.В
------------	----------------	-------------	---	---	--------------

1533	Вт.-четв. суббота	15-30-17-30 11-30-12-30	Подтягивания, отжимания, пр-к в длину с места, метание гранаты, бег 60, 100м, кросс 1000м, 2000м, 3000м, упражнение на гибкость, поднимание туловища из положения лежа.	Спорт площадка, стадион, спорт зал.	Радченко И.И. Пономарев В.М. Марченко Е.В. Тырина Е.В.
-------------	----------------------	----------------------------	---	-------------------------------------	---

22 межрайон

1206	24.10.2016	15.00-18.00	Бег 60 м Метание мяча, гранаты	Литовский бульвар д 3 кор 3	Леонов С.В. Раичев В.А.
	25.10.2016	15.30-18.30	Бег 60 м Метание мяча, гранаты	Литовский бульвар д 10 кор 2	Стодольская И.В. Раичев В.А.
	14.11.2016	15.00-18.00	Бег 100 м	Литовский бульвар д 3 кор 3	Лысковец Е.П.
	15.11.2016	15.30-18.30	Бег 100 м	Литовский бульвар д 10 кор 2	Николаев Д.А.
	24.11.2016	15.00-18.00	Бег 2 км	Литовский бульвар д 3 кор 3	Филипов И.И.
	25.11.2016	15.30-18.30	Бег 3 км	Литовский бульвар д 6 кор 3	Фролова Е.Б.
	05.12.2016	15.00-18.00	Прыжок в длину с места	Литовский бульвар д 3 кор 3	Леонов С.В.
	06.12.2016	15.30-18.30	Прыжок в длину с места	Литовский бульвар д 10 кор 2	Стодольская И.В.
	12.12.2016	15.00-18.00	Рывок гири 16 кг (юноши)	Литовский бульвар д 3 кор 3	Лысковец Е.П.
	13.12.2016	15.30-18.30	Рывок гири 16 кг (юноши)	Литовский бульвар д 10 кор 2	Николаев Д.А.
	19.12.2016	15.00-18.00	Наклон вперед	Литовский бульвар д 3 кор 3	Филипов И.И.
	20.12.2016	15.30-18.30	Наклон вперед	Литовский бульвар д 6 кор 2	Фролова Е.Б.
	11.01.2017	15.00-18.00	Челночный бег	Литовский бульвар д 3 кор 3	Леонов С.В.
	12.01.2017	15.30-18.30	Челночный бег	Литовский бульвар д 10 кор 2	Стодольская И.В.
	25.01.2017	15.00-18.00	Отжимание от пола	Литовский бульвар д 3 кор 3	Лысковец Е.П.
	26.01.2017	15.30-18.30	Отжимание от пола	Литовский бульвар д 10 кор 2	Николаев Д.А.
	01.02.2017	15.00-18.00	Подтягивание из виса (юноши)	Литовский бульвар д 3 кор 3	Филипов И.И.

	02.02.2017	15.30-18.30	Подтягивание из виса (юноши)	Литовский бульвар д 6 кор 2	Фролова Е.Б.
	08.02.2017	15.00-18.00	Подтягивание из виса лежа (девушки)	Литовский бульвар Д 3 кор 3	Леонов С.В.
	09.02.2017	15.30-18.30	Подтягивание из виса лежа (девушки)	Литовский бульвар д 10 кор 2	Стодольская И.В.
	15.02.2017	15.00-18.00	Подъем туловища за 1 минуту	Литовский бульвар д 3 кор 3	Лысковец Е.П.
	16.02.2017	15.30-18.30	Подъем туловища за 1 минуту	Литовский бульвар д 10 кор 2	Николаев Д.А.

23 межрайон

626	Пятница	15:30-18:30	Челночный бег 30x10 м., смешанное передвижение 1 км., бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.	Школа № 626 Нахимовский проспект, дом 10	А.Ю.Прокопов Д.В. Кобзев О.Г. Зорина Д.А. Красиков А.А. Зубков С.Е.Тугеев Д.Е. Саванеев А.П.Пуляев О.В.Соловьева И.И.Лебедев В.В. Спавронская
			Подтягивание из виса на высокой перекладине, Подтягивание из виса на низкой перекладине, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Рывок гири 16 кг		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, прыжок в длину с разбега		
			Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров, Метание мяча весом 150г., Метание спортивного снаряда 500, 700 г.		

1948	Среда	15.30-16.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой)	Спортивный зал корпус №2 (Ул. Болотниковская 52-3)	Ханбеков Ф.Р., Аксенова Л.В.	
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.			
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.			
	19,26 октября 9,16,23,30 ноября, 7,14,21,28 декабря, 11,18,25 января, 1,8,15,22 февраля, 1,15,22,29 марта, 5,12,19,26 апреля, 3,10,17,24,31 мая,	Пятница	15.30-16.00	Метание мяча в цель.	Спортивный зал корпус №1 (Ул. Новочеремешкинская 64-2)	Тихомиров Д.Н., Жаров Б.В.
				Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой).		
				Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.		
				Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.		
21,28 октября, 11,18,25 ноября, 2,9,16,23 декабря, 13,20,27 января, 3,10,17,24 февраля, 3,10,17,24,31 марта, 7,14,21,28 апреля, 5,12,19,26 мая	Пятница	16.00-16.30	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Спортивный зал корпус №1 (Ул. Новочеремешкинская 64-2)	Тихомиров Д.Н., Жаров Б.В.	
			Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой).			
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.			
3,10,17,24 февраля, 3,10,17,24,31 марта, 7,14,21,28 апреля, 5,12,19,26 мая	Пятница	16.30-17.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой).	Спортивный зал корпус №1 (Ул. Новочеремешкинская 64-2)	Тихомиров Д.Н., Жаров Б.В.	
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.			
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.			
3,10,17,24 февраля, 3,10,17,24,31 марта, 7,14,21,28 апреля, 5,12,19,26 мая	Пятница	17.00-17.30	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	Спортивный зал корпус №1 (Ул. Новочеремешкинская 64-2)	Тихомиров Д.Н., Жаров Б.В.	
			Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой).			
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.			
3,10,17,24 февраля, 3,10,17,24,31 марта, 7,14,21,28 апреля, 5,12,19,26 мая	Пятница	17.00-17.30	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	Спортивный зал корпус №1 (Ул. Новочеремешкинская 64-2)	Тихомиров Д.Н., Жаров Б.В.	
			Подтягивание из виса на высокой перекладине(низкой).			
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.			
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.			
			Поднимание туловища из положения лежа на спине			

24 межрайон

384	Среда	15:30	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	ГБОУ Школа №384 имени Д. К. Корнеева ШО №2	Сницына Р.В. Загорская Е.Ю. Петелина А.А.
-----	-------	-------	--	--	---

806	12 октября 2016 г.	15.30-18.00	Стадион, спортзал, тир	ГБОУ Школа № 806	Смоленкова И.А., Цалко В.А.
	19 октября 2016 г.		Стадион, спортзал, тир		Смоленкова И.А. Егоров С.В., Бакаланова О.В., Мотин П.С., Цалко В.А.
	27 октября 2016 г.		Стадион, спортзал, тир		Смоленкова И.А. Родионов А.Л., Мохов А.В. Цалко В.А.

809	Понедельник	15.15-16.15	Подтягивание, отжимание, подъем туловища, гибкость, челночный бег, прыжок в длину с места, бег 100 м, бег 60м.	ГБОУ Школа № 809, Можайское шоссе д. 50. , Спорт зал.	Фомичев М.В., Бродская М.В, Подсветов А.А.
	Вторник	15.15-16.00	Подтягивание, отжимание, подъем туловища, гибкость, челночный бег, прыжок в длину с места, бег 100 м, бег 60м.		

1195	вторник	15.00 – 16.00	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	ГБОУ школа №1195 (СП2)	Ерфилова Э.А., Дручек Н.В.
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамейке		
	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами				
	Подтягивание из виса на высокой перекладине, низкой перекладине				
четверг	15.00 – 16.00	15.00 – 16.00	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	ГБОУ школа №1195 (СП2)	Ерфилова Э.А., Дручек Н.В.
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамейке		
			Прыжки в длину с места толчком двумя ногами		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине		

	1,8,15,22,29 ноября 2016 г. (вторник)		Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание мяча в цель. Для I ступени		Кузнецова Е.В. Герберт А.С. Прудиллина М.В.
			Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Для II-III ступени		

1507		16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Для IV-VI ступени	Спортивный зал ОШО 930 (ул. Островитянова, д.18, к. 5)	Тарасов В.В. Жуков Н.Н. Кроленко С.В. Тарасенко А.А. Соловьева А.А. Филатова Н.Б.
	2,9,16,23,30 ноября 2016 г. (среда)	Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание мяча в цель. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Стрельба из пневматической винтовки Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.			

25 межрайон

97	Вторник	16.00 - 19.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км. Подтягивание из виса на высокой перекладине Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)	ул. Кременчугская д.46, Очаковское ш. д.10, ул. Артамонова д.2	Зеленцова Н.А. Марушко Р.В., Данилина В.В.
	Среда	16.00-19.00	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз) Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м) Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку Метание мяча весом 150 г (м)		

384	Среда	15:30	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	ГБОУ Школа №384 имени Д. К. Корнеева ШО №2	Синицына Р.В. Загорская Е.Ю. Петелина А.А.
-----	-------	-------	--	---	--

806	12 октября 2016 г.	15.30-18.00	Стадион, спортзал, тир	ГБОУ Школа № 806	Смоленкова И.А., Бакланова О.В., Родионов А.Л., Тимаков В.Н., Цалко В.А.
	19 октября 2016 г.		Стадион, спортзал, тир		Смоленкова И.А. Егоров С.В., Бакланова О.В.,
	27 октября 2016 г.		Стадион, спортзал, тир		Смоленкова И.А. Родионов А.Л., Мохов А.В. Цалко В.А.

809	Понедельник	15.15-16.15	Подтягивание, отжимание, подъем туловища, гибкость, челночный бег, прыжок в длину с места, бег 100 м, бег 60м.	ГБОУ Школа № 809, Можайское шоссе д. 50., Спорт зал.	Фомичев М.В., Бродская М.В., Подсветов А.А.
	Вторник	15.15-16.00	Подтягивание, отжимание, подъем туловища, гибкость, челночный бег, прыжок в длину с места, бег 100 м, бег 60м.		

1195	вторник	15.00 – 16.00	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамейке Прыжки в длину с места толчком двумя ногами	ГБОУ школа №1195 (СП2)	Ерфилова Э.А., Дручек Н.В.
	четверг	15.00 – 16.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине, низкой перекладине Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамейке Прыжки в длину с места толчком двумя ногами Поднимание туловища из положения лежа на спине		

1465	Пятница	15.00 - 17.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км. Подтягивание из виса на высокой перекладине Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)	Украинский б-р,д.9	Смирнова О.А.
	Пятница	14.00-16.30	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) Стрелковый тир		

1584	04.10.16, 18.10.16, 01.11.16, 15.11.16, 29.11.16, 13.12.16, 28.12.16	15.15-16.15	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз), Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)	ГБОУ Гимназия № 1584 Тренажерный зал	Семенов Д.А. Савельев А.Ю. Манько А.А. Муратова Т.Ж. Смирнова А.В. Ходько А.А.
------	--	-------------	---	---	---

1593	25.окт	15:30 – 16:30	В зале и на улице, Тир	ГБОУ Гимназия №1593 Спортивный зал, стадион.	Бобров В.А. Холзунов М.А. Федотов И.Б.
	01.ноя	10:00 – 11:30			
	08.ноя				
	15.ноя				
	29.ноя	15:30 – 16:30			
	06.дек 13.дек 20.дек				
	27.дек	10:00 – 11:30			
	26.окт	15:30 – 16:30			
02.ноя	10:00-11:30				
09.ноя					

	16.ноя	15:30-16:30	В зале и на улице	ГБОУ Гимназия №1593 Спортивный зал, стадион.	Пасечник С.А. Пашкин М.Г.
	23.ноя				
	30.ноя				
	07.дек				
	14.дек				
	28.окт	14:30 – 16:30	В зале и на улице	ГБОУ Гимназия №1593 Спортивный зал, стадион.	Лузенкова Т.В. Лузенков Н.Ф.
	11.ноя				
	18.ноя				
	02.дек				
	09.дек				
	23.дек				

26 межрайон

97	Вторник	16.00 -19.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.	ул. Кременчугская д.46, Очаковское ш. д.10, ул. Артамонова д.2	Зеленцова Н.А., Марушко Р.В., Данилина В.В.
			Подтягивание из виса на высокой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		
	Среда	16.00-19.00	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Студенческая, 24	Козлог Г.К.
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)		
			Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м)		
			Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку		
			Метание мяча весом 150 г (м)		

1465	Пятница	15.00 -17.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.	Украинский б-р.д.9	Смирнова О.А.
			Подтягивание из виса на высокой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		
	Пятница	14.00-16.30	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Студенческая, 24	Козлог Г.К.
			Стрелковый тир		

27 межрайон

843	Еженедельно 2017г.	15.00-16.00	Уточняется после регистрации участников		(1 отделение)	Егоров С.В. Горошкин В.И. Заякин И.В. Хлебников В.И. Максимович Н.А. Счастливый А.В. Семенов И.Л.
			Челночный бег 30x10 м.			
			Подтягивание из виса на высокой перекладине			
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу			
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)			
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)			
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)			
			Стрельба в электронном тире			

1448	Еженедельно по средам с сентября 2016 по май 2017г.	15.00-16.00	Уточняется после регистрации участников		ГБОУ Шуваловская гимназия №1448, Довженко, 10	Волков Е.М., Болхов В.В., Егорова Г.В., Дмитриев Р.А., Мирошниченко Л.В.
			Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км, 3 км			
			Подтягивание из виса на высокой перекладине			
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу			
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу			
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)			
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)			
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)			
			Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м)			
			Метание мяча весом 150 г (м)			

1953	Еженедельно по четвергам с сентября 2016 по май 2017г. (Время и виды испытаний уточняются после регистрации участников)	15.30-17.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.	ГБОУ ЦО №1953 «Москва- 98» Удальцова, 40	Данилен А.Г., Жоронков О.В., Батаргина С.Ю., Королева О.Н., Воронова В.С., Кольцов М.А.
			Подтягивание из виса на высокой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)		
			Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м)		
			Стрельба в электронном тире		
			Метание мяча весом 150 г (м)		
			Плавание		

			Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.		
			Подтягивание из виса на высокой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		

712	Четверг	17.00 -19.30	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Кутузовский проспект дом 80	Уласков А.В., Лайкова А.С., Власов И.А., Фахретдинова А.Х.
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)		
			Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м)		
			Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол или стойку		
			Метание мяча весом 150 г (м)		
37	Еженедельно по средам с сентября 2016 г. по май 2017 г.	15.00-16.00	Уточнить после регистрации: Челночный бег 3х10 м, бег 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 2 км. Подтягивание на высокой перекладине, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, Наклон вперед на гимнастической скамье, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Поднимание туловища из положения лежа на спине, Метание спортивного снаряда весом 700 г и 500 г., Метание мяча 150 г., Стрельба из электронного оружия.	ГБОУ Школа № 37 Мичуринский пр-т 28	Звездрич Э.Р. Контнев С.Г. Аншуков А.А. Николенко А.В. Гельманова Л.Д.
1248	Понедельник (по предварительной заявке)	15.30-18.00	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами, Подтягивание из виса на высокой перекладине, низкой перекладине, Поднимание туловища из положения лежа на спине, Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, на гимнастической скамье, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Челночный бег 30х10 м, бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км, 3 км, Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров, Метание мяча весом 150г., Метание спортивного снаряда 500, 700 г.	Стадион, спортивный зал ГБОУ Школа № 1248	В.А. Новикова
2025	Еженедельно по вторникам и средам с октября 2016 по май 2017 г.	16.00-18.00	Уточняется после регистрации участников Челночный бег 30-х10 м., бег 30 м, 60 м, 100 м, 1 км, 2 км. Подтягивание из виса на высокой перекладине, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, Наклон вперед на гимнастической скамье, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Поднимание туловища из положения лежа на спине, Стрельба в электронном тире, Метание мяча 150 г.		Кулешова Г.И. Анисимова Г.Ю. Воронин А.Ю. Седова О.Д. Тереженко Д.О. Беленков Н.А. Иванов А.С. Климанов П.В. Конищев М.В. Терехина Е.А. Дугина Е.А.

«Западный комплекс непрерывного образования»	16 ноября 2016 г.	с 16.00 до 17.30	Стрельба из пневматической винтовки, Подтягивание из виса на высокой перекладине, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Рывок гири 16 кг.	ГБПОУ «Западный комплекс непрерывного образования» ул. Горбуново, дом 10	Данилов С.В.
	30 ноября 2016 г.		Стрельба из пневматической винтовки, Подтягивание из виса на высокой перекладине, Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, Рывок гири 16 кг.		

28 межрайон

1542	Пятница	15.00-16.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши)	улица Авиаторов 8/2	Долгов В.А. Осипов С.А. Медников И.Б. Тюнин И.М. Аверочкин И.Ю.
			Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
			Челночный бег		
			Стрельба из пневматической винтовки, плавание. Метание теннисного мяча, бег на лыжах.		

41	Среда	16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши)	ул. Большая Внуковская, 4	Долженков В.Ю. Дехканова Е.В. Дубинина С.А. Близнюк В.А.
			Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
			Челночный бег		
			Стрельба из пневматической винтовки Метание теннисного мяча		

1015	Вторник, четверг	17.00 - 18.30	Челночный бег 3x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км, 3 км.	ул. Новопередельская, д. 13, к. 1	Субботина Е. В., Тищенко Р.Б., Овсянникова Л. А., Кондратьев С.В., Серёгина Ю. Г.
			Подтягивание из виса на высокой перекладине; на низкой перекладине		
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи, см.)		
			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз, 1 мин.)		
			Метание спортивного снаряда весом 700 г (м), весом 500 г(м)		
			Бег на лыжах		
			Метание мяча весом 150 г (м)		

1596	среда	15.00-16.30	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши)	Улица Приречная дом 1	Парнов Д.А. Змиевская Е.В. Якубов А.Р. Герасимов И.В Потапова О.И. Розниченко С.В.
			Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
			Бег на лыжах 3 или 5 км		
			Тир		

1238	Вторник Пятница (по предварительной заявке)	16.00 - 18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине, низкой перекладине	Стадион, спортивный зал ГБОУ Школа № 1238 Чоботовская, 19	Пильщикова Т.С.
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Наклон вперед на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места.		
			Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, 100 м., 1 км, 2 км.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)		
			Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя		
			Метание мяча весом 150 г (м) на дальность		
			Метание мяча в цель с 6 метров		
Метание гранаты 500 и 700 гр. На дальность					

1018	Среда	15.10-16.10	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши)	Шолохова 20	О.В. Подковка, О.В. Чернов, В.В. Николаев, Т.Б. Дирезова Е.А. Баргельтова, В.Н. Муравьев.
			Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
			Стрельба		

1376	Вторник	15.00 - 16.30	Подтягивание из виса на высокой перекладине Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье.	ГБОУ Школа № 1376, ул. Лукинская д. 12, к. 1.	Базанов И.Н., Извеков С.П., Амаспур К.А., Фурасов Н.А., Ужик Е.А.
	Вторник в период с 01.09 по 30		Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) Бег 30, 60, 100 метров. Бег 1, 2, 3 км.		
	20.02.2017 г.	10.00 - 12.00	Льжанные гонки		
	10.04.2017 г.		Стрельба из электронного оружия		

1002	пятница	16.30-17.30	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши)	Солнцевский проспект 16а	Денисов Е.Г. Родина И.И. Васильева С.И. Тютин Д.В. Манина Е.Ю.
			Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)		
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи)		
			Прыжок в длину с места.		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		

			Бег на лыжах 3 или 5 км		Бескровная С.А. Чайка Ж.Ю. Пургин А.С.
1467	Среда	15.45-17.45	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши) Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту) Челночный бег Стрельба из пневматической винтовки, плавание. Метание теннисного мяча, бег на лыжах.	улица Федосьино 4/2	Горелик И.П., Белая О. Максименкова Н.А. Майсуралде М.И. Авдеев В.Г. Иваненко А.Г. Дзюба Е.Ю.
29 межрайон					
1580	6 октября 2016 г. 7 октября 2016 г. 13 октября 2016 г. 14 октября 2016 г. 20 октября 2016 г. 21 октября 2016 г. 27 октября 2016 г. 28 октября 2016 г.	16.00-18.00	Бег: 100 метров 2000 метров Метание гранаты	ЛИЦЕЙ № 1580 при МГТУ имени Н.Э. Баумана	Игуменов А.А., Лазарев И.П., Горелова Т.В., Романова Н.А., Макаров А.Ю., Савельева Д.А.
	3 ноября 2016 г. 4 ноября 2016 г. 17 ноября 2016 г. 18 ноября 2016 г.	16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши) Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
	1 декабря 2016 г. 2 декабря 2016 г. 15 декабря 2016 г. 16 декабря 2016 г.	16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши) Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(ниже уровня скамьи) Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
	19 января 2017 г. 20 января 2017 г. 26 января 2017 г. 27 января 2017 г.	16.00-18.00	Бег на лыжах 3 или 5 км		
	2 февраля 2017 г. 3 февраля 2017 г. 9 февраля 2017 г. 10 февраля 2017 г. 16 февраля 2017 г. 17 февраля 2017 г.	16.00-18.00	Бег на лыжах 3 или 5 км		
	3 марта 2017 г. 4 марта 2017 г. 16 марта 2017 г. 17 марта 2017 г.	16.00-18.00	Подтягивание из виса на высокой перекладине или рывок гири 16 кг (юноши) Подтягивание на из виса лежа на низкой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки) Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье(ниже уровня скамьи) Прыжок в длину с места. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 минуту)		
	6 апреля 2017 г. 7 апреля 2017 г. 20 апреля 2017 г. 21 апреля 2017 г.	16.00-18.00	Бег: 100 метров 2000 метров Метание гранаты		
	12 мая 2017 г. 13 мая 2017 г.	16.00-18.00	Бег: 100 метров 2000 метров Метание гранаты		
30 межрайон					
508	27 октября 2016 г.	15.00-18.00	Бег : 100м;60м;2000м;1500м;3000м; Метание мяча и гранаты	ГБОУ Школа 508	Ляшко Д.В.
	10 ноября 2016 г.		Пресс: Подтягивания, Наклон, Отжимания Бег : 100м;60м;2000м;1500м;3000м; Метание мяча и гранаты		
	24 ноября 2016 г.		Пресс: Подтягивания, Наклон, Отжимания Бег : 100м;60м;2000м;1500м;3000м;(в зависимости от погоды) Метание мяча и гранаты;(в зависимости от погоды)		
	8 декабря 2016 г.		Пресс: Подтягивания, Наклон, Отжимания		
1245	03.11.2016 четверг	16.00-18.00	Подтягивание Рывок гири Сгибание и разгибание рук Прыжок в длину с места	ГБОУ Школа №1245	Кабанова Ж.В., Ермаков Ю.В., Стручалин Г.Н., Иванов Н.А.
	10.03.2016 четверг	16.00-18.00	Наклон вперед из положения стоя Поднимание туловища из положения лежа Прыжок в длину с места		
	24.03.2016 четверг	16.00-18.00	Подтягивание Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа Наклон вперед из положения стоя		
657	Сентябрь Октябрь	Понедельник 15.00-18.00	1. Метание мяча весом (150, 500, 700гр) 2. Прыжок в длину с места - или с разбега - 3. Бег на короткую дистанцию (30, 60м, 100м) 4. Бег на длинную дистанцию (1км, 1,5км, 2км, 3км) 5. Челночный бег 3*10м	ГБОУ Школа № 657 ул. Подольских курсантов 185	Попова Т.В. Наумова Н.В. Устинова Е.Н. Климов А.В. Лапшин А.С. Щепилов А.Н. Борисова Е.В. Титова Н.Н.
	Ноябрь		Подтягивание из виса на высокой перекладине - или рывок гири 16кг - на низкой перекладине - или сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу		
	Декабрь		2. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу - на гимнастической скамейке -		
	Январь		3. Прыжок в длину с места -		
	Февраль		4. Поднимание туловища из положения лежа на спине -		
	Март		1. Метание мяча весом (150, 500, 700гр) 2. Прыжок в длину с места - или с разбега -		
Апрель					
Май					
31 межрайон					

982	20, 26 октября 2016 17, 30 ноября 2016	16.00-18.00	Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, метание мяча 150г, метание мяча в цель, бег на 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине.	Стадион, спортивный зал ГБОУ № 982, ул. Кошкина д. 13, корп. 2	С.А. Колосин М.А. Рыжкова А.В. Архипов Е.В. Рязанцев Л.Н.Крыгина
	8, 21 декабря 2016 18, 26 января 2017		Челночный бег 30x10 м, метание мяча в цель, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине.		
	8, 16 февраля 2017 16, 29 марта 2017		Челночный бег 30x10 м, метание мяча в цель, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине.		
	13, 26 апреля 2017 11, 17 мая 2017		Челночный бег 30x10 м. бег 30, 60 м, метание мяча 150г, метание мяча в цель, бег на 1 км, 1,5 км, 2 км, 3 км, подтягивание из виса на высокой перекладине, подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине.		

1770	2016 год Сентябрь: 15, 29 Октябрь: 20, 27 Ноябрь: 10, 24 Декабрь: 15 2017 год Январь: 19, 26 Февраль: 9 Март: 2, 16 Апрель: 6, 13 Май: 4	16.00-17.30	Подтягивание из виса на высокой перекладине Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Наклон вперед Прыжок в длину с места Поднимание туловища из положения лежа на спине Челночный бег Метание мяча в цель	Судостроительная ул., дом 43, корпус 2	Онищук И.В.
	2016 год Сентябрь: 8, 22 Октябрь: 6, 13 2017 год Апрель: 27 Май: 4, 11	16.00-17.30	Бег на 30 м Бег на 60 м Смешанное передвижение Бег на 1,5 км Бег на 2 км Бег на 3 км Метание мяча на дальность Метание снаряда		
	Вторник Четверг Предварительная заявка требуется (через приемную школы)	17.00-18.30	Стрельба Из пневматической винтовки, Из электронного оружия		

2000	Четверг	15-30	Любой из перечня принимаемых на площадке в зависимости от погодных условий.	ГБОУ Школа №2000 Здание №3	Заусев Василий Валентинович, Большакова Анастасия Романовна.
------	---------	-------	---	-------------------------------	---

1474	03.11.2016	16.00-18.00	Челночный бег; подтягивание из виса на высокой (низкой) перекладине, сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание), наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (на гимнастической скамейке), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, метание спортивного снаряда в цель (6м), подъем туловища из положения лежа на спине (1 мин.), рывок гири (16 кг).	ГБОУ Школа 1474, Клинская 20а	Председатель ГТО ГБОУ Школы 1474 Антонов С.В.
	10.11.2016				
	17.11.2016				
	24.11.2016				

902	Прием заявлений по вторникам с 15.30-18.00 Дни испытаний по средам	с 15.30-18.00	Челночный бег, 3x10 м, 1км, 2 км, 3км. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу Прыжок в длину с места толчком ногами Подтягивание из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине или рывок гири. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу Стрельба из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку Поднимание туловища из положения лежа на спине Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	ГБОУ Школы № 902 "Диалог" С/П № 2 улица Бирюлевская д. 23 корп.1	Шинин С.А.
-----	--	---------------	---	--	------------

904	04.окт	15.30-18.30	Подтягивание из виса на высокой перекладине; Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; Бег на 30 м, на 60 м, на 1000 м, на 100 м, на 2000 м, на 3000 м, смешанное передвижение 1000м; Метание теннисного мяча в цель, метание мяча 150 гр. на дальность, метание гранаты 500гр, 700гр; Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке; Прыжок в длину с места толчком двумя ногами; Поднимание туловища из положения лежа на спине.	ГБОУ Школа №904 Кавказский бульвар д.16 корп.2	Джафарова Ю.С.; Давыдова Е.Н; Толстиков В.И.
	11.окт				
	18.окт				
	25.окт				

32 межрайон

842	06.10.2016	14.30- 17.30	Бег 60м, 100м, 2000,3000	ГБОУ «Школа №842» Корп. 142	Севрюкова О.А. Седов Л.В. Салащенко А.А.
			Метание мяча, гранаты Стрельба из пневматического оружия Прыжки в длину с разбега		
	13.10.2016	14.30- 17.30	Бег 60м, 100м, 2000,3000	ГБОУ «Школа №842» Корп. 142	Севрюкова О.А. Седов Л.В. Салащенко А.А.
			Метание мяча, гранаты Стрельба из пневматического оружия Прыжки в длину с разбега		
	20.10.2016	14.30- 17.30	Бег 60м, 100м, 2000,3000	ГБОУ «Школа №842» Корп. 142	Севрюкова О.А. Седов Л.В. Салащенко А.А.
			Метание мяча, гранаты Стрельба из пневматического оружия Прыжки в длину с разбега		
	27.10.2016	14.30- 17.30	Бег 60м, 100м, 2000,3000	ГБОУ «Школа №842» Корп. 142	Севрюкова О.А. Салащенко А.А.
			Метание мяча, гранаты Стрельба из пневматического оружия		

Прыжки в длину с разбега

37 межрайон

2065 2069	Октябрь, ноябрь, декабрь, январь, февраль, март, апрель, май, июнь	16.00-19.00	Подтягивание, отжимание	ГБОУ школа №2065	Акопян А. А. Домнинский А.Е. Климов В. В. Трофимова Н.И. Полянский А.А. Бессарабов Д.А. Николаев А.Н. Лях О.В.
		16.00-19.00	Наклон		
		16.00-19.00	Пресс		
		16.00-19.00	Прыжок с места в длину		
		16.00-19.00	Челночный бег 3x10 м, метание мяча в цель		
	Октябрь, ноябрь, апрель, май, июнь	16.00-19.00	Бег 1 км, 2 км, 3 км		
		16.00-19.00	Бег 60 м, 100 м		
		16.00-19.00	Метание гранаты 700 гр, 500 гр		
		16.00-19.00	Метание мяча 150 гр		
		16.00-19.00	Плавание		
Октябрь-июнь	16.00-19.00	Плавание	ГБОУ школа №2069	Акопян А. А.	
Декабрь-март	16.00-19.00	Бег на лыжах 1 км, 2 км, 3 км, 5 км	ГБОУ школа №2065	Акопян А. А.	
2070	26 сентября	16.30-18.00	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	г. Москва, пос. Сосенское, п. Коммунарка, ул. Фигаревская, д 9А	Кондратьев А.Ю., Белкин А-й.Н.
			Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу		
			Подтягивание из виса на высокой перекладине/сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу		
	28 сентября		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами		
			Поднимание туловища из положения лежа на спине		
			Метание спортивного снаряда весом 700г/500г		
	3 октября		Метание мяча в цель, дистанция 6 метров		
			Бег 100 м		
			Бег на 2 км/бег на 3 км		
	5 октября		Челночный бег 3x10		
			Смешанные передвижения		
			Плавание 50 м		
		Плавание без учета времени	г. Москва, пос. Мосрентген, д 34, корп 1	Кондратьев А.Ю., Белкин А-й.Н.	