

## КАЛЬКУЛЯТОР ГТО

Сомневаетесь, на какой знак отличия ГТО Вы можете рассчитывать ?  
Постоянно путаетесь в таблицах нормативов ?

Для тех, кто предположительно знает свои показатели (за сколько примерно он может пробежать, сколько подтянуться или сделать пресс), есть очень удобная функция : калькулятор ГТО !

Путь к этому калькулятору прост :

[www.gto.ru](http://www.gto.ru)  нормативы  калькулятор

Далее Вы выбираете свой пол, возраст, вносите результаты, на которые Вы рассчитываете и система автоматически подсчитывает, какой знак Вы получите при таких показателях!

Также калькулятор подсказывает, какие виды надо улучшить для получения более высокого знака 

Проверь свои силы прямо сейчас! 

Если вы хотите узнать больше о ГТО в Приозерском районе и принять участие в движении ВФСК ГТО, рекомендуем обратиться в отдел по физической культуре, спорту и молодежной политике или Центр тестирования ВФСК Готов к труду и обороне. Там вам расскажут о тренировках, мероприятиях и процедуре выполнения нормативов.

Специалисты Центра всегда на связи: <https://vk.com/club203296317> - Центр тестирования ГТО г. Приозерск

[#ГТО](#)  
[#ВФСКГТО](#)  
[#ПодтягивайсяИТы](#)  
[#Приозерскийрайон](#)  
[#Спорт\\_нормажизни](#)

