



**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)**

ПРИКАЗ

« 21 » сентября 20 18 г.

№ 814

**Об утверждении методических рекомендаций
по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)»**

В целях организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, и предусматривающих проведение состязаний среди различных групп населения по испытаниям (тестам) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить прилагаемые методические рекомендации по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2. Признать утратившим силу приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2016 № 516 «Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации М.В. Томилову.

Министр

П.А. Колобков

МИНСПОРТ РОССИИ
Вн. № 814
От 21.09.2018 л.

УТВЕРЖДЕНЫ
приказом Министерства спорта
Российской Федерации
от «21» сентября 2018 г. № 814

Методические рекомендации по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

1. Методические рекомендации по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – методические рекомендации) разработаны в целях организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, и предусматривающих проведение состязаний среди различных групп населения по испытаниям (тестам) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО), а также определения уровня физической подготовленности населения.

2. При организации и проведении мероприятия комплекса ГТО рекомендуется использовать многоборные программы комплекса ГТО (приложение № 1 к настоящим методическим рекомендациям), содержащие испытания (тесты), входящие в государственные требования комплекса ГТО, утвержденные приказом Минспорта России от 19.06.2017 № 542 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы». Для использования организаторами мероприятий комплекса ГТО многоборных программ ГТО в летний и зимний период разработаны различные наборы программ.

3. Определение личного и командного места участников мероприятий комплекса ГТО (далее – участник) предлагается осуществлять путем подсчета баллов, полученных участниками по результатам выполнения испытаний (тестов) комплекса ГТО, вошедших в перечень многоборных программ ГТО, по 100-балльной системе. Соотношение, полученных результатов и баллов, осуществляется по таблицам оценки результатов в видах испытаний (тестов) комплекса ГТО согласно приложению № 2 к настоящим методическим рекомендациям.

4. Условия использования системы подсчета результатов, полученных

участниками при выполнении испытаний (тестов) комплекса ГТО, вошедших в перечень многоборных программ ГТО, а также условия определения личного и командного места участников предусматриваются организаторами мероприятий в положении о мероприятии.

Полученные данные, позволяют использовать их для выстраивания рейтинговой системы для определения уровня физической подготовленности и подведения итогов состязаний в индивидуальном и командном зачете.

5. Оценка выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО осуществляется спортивным судьей, допущенным к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в соответствии с требованиями приказа Минспорта России от 19.10.2017 № 909 «Об утверждении порядка допуска спортивных судей к оценке выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и требования к ним».

6. Представление к награждению знаками отличия комплекса ГТО участников, выполнивших нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на знак отличия комплекса ГТО, во время участия в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, осуществляются при условии, что участник зарегистрирован в единой электронной базе данных на портале комплекса ГТО в информационно-коммуникационной сети «Интернет», согласно порядку организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденному приказом Минспорта России от 28.01.2016 № 54.

7. Обработку, подсчет результатов, показанных участником в рамках проводимых физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также подготовку сводных данных по итогам мероприятий, и осуществление информирования участников в режиме реального времени рекомендуется осуществлять с помощью специализированного программного, программно-аппаратного комплекса обработки данных (при наличии).

Приложение № 1
к методическим рекомендациям
по организации физкультурных
мероприятий и спортивных
мероприятий Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)

**Перечень многоборных программ, состоящих из испытаний (тестов)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

№ п/п	Программы комплекса ГТО	Степень комплекса ГТО / возрастная группа участников (лет)						
		II / 9-10	III / 11-12	IV / 13-15	V / 16-17	VI-VII / 18-29, 30-39	VIII-IX / 40-49, 50-59	X-XI / 60-69, 70+
I. Зимние программы								
Зимние двоеборья:								
1	сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег на лыжах	+	+					+
2	подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), бег на лыжах		+	+	+	+	+	
3	<u>12-13 лет (Мал., Ю / Дев., Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег на лыжах 3 км / 2 км <u>14-15 лет (Ю / Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег на лыжах 5 км / 3 км <u>16 лет и старше (Ю, М / Д, Ж)</u> подтягивание (4 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (4 мин), бег на лыжах 10 км / 5 км	программы многоборий для присвоения спортивных разрядов в соответствии с пунктом 17 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540						
Зимние троеборья:								
1	сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на лыжах	+	+					+
2	подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на лыжах		+	+	+	+	+	

3	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), бег на лыжах		+	+	+	+	+	+
4	<p><u>12-13 лет (Мал., Ю / Дев., Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), стрельба (упр. Ша-ВП), бег на лыжах 3 км / 2 км</p> <p><u>14-15 лет (Ю / Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), стрельба (упр. III-ВП), бег на лыжах 5 км / 3 км</p> <p><u>16 лет и старше (Ю, М / Д, Ж)</u> подтягивание (4 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (4 мин), стрельба (упр. III-ВП), бег на лыжах 10 км / 5 км</p>	<p>программы многоборий для присвоения спортивных разрядов в соответствии с пунктом 17 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540</p>						
5	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), рывок гири 16 кг, бег на лыжах – (Ю, М)				+	+	+	
Зимние четырехборья:								
1	сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на лыжах	+	+					+
2	подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на лыжах		+	+	+			
3	подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на лыжах		+	+	+	+	+	
4	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на лыжах		+	+	+	+	+	+

5	подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, самозащита без оружия, бег на лыжах			+	+	+		
Зимние пятиборья:								
1	подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на лыжах		+	+	+	+	+	
2	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на лыжах		+	+	+	+	+	
Зимнее шестиборье:								
1	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, бег на лыжах		+	+	+	+	+	
II. Летние программы								
Летние двоеборья:								
1	сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег на выносливость	+	+					+
2	подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Д, Ж), бег на выносливость			+	+	+	+	
3	<u>12-13 лет (Мал., Ю / Дев., Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег 1000 м / 500 м <u>14-15 лет (Ю / Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), бег 2000 м / 1000 м	<p style="text-align: center;">программы многоборий для присвоения спортивных разрядов в соответствии с пунктом 17 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540</p>						

Летние троеборья:								
1	бег 30 м (60 м или 100 м), подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), бег на выносливость	+	+	+	+	+		
2	подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	+
3	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	+
4	<p><u>12-13 лет (Мал., Ю / Дев., Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), стрельба (упр. Ша-ВП), бег 1000 м / 1000 м</p> <p><u>14-15 лет (Ю / Д)</u> подтягивание (3 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин), стрельба (упр. III-ВП), бег 1000 м / 1000 м</p> <p><u>16 лет и старше (Ю, М / Д, Ж)</u> подтягивание (4 мин) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (4 мин), стрельба (упр. III-ВП), бег 2000 м / 1000 м</p>	<p>программы многоборий для присвоения спортивных разрядов в соответствии с пунктом 17 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540</p>						
5	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), плавание 25 м или 50 м, бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	+
6	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), рывок гири 16 кг, бег на выносливость – (Ю, М)				+	+	+	
Летние четырехборья:								
1	бег 30 м (60 м или 100 м), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), бег на выносливость	+	+	+	+	+		

2	бег 30 м или 60 м, подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д), бег на 1000 м	+	+	+	+			
3	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), плавание 50 м, бег на выносливость		+	+	+	+	+	
4	подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, самозащита без оружия, бег на выносливость			+	+	+		
5	подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	+
Летние пятиборья:								
1	бег 30 м или 60 м, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, плавание 25 м или 50 м, бег на 1000 м или 1500 м	+	+					
2	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, плавание 25 м или 50 м, бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	+
3	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., М, Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, бег на выносливость	+	+	+	+	+	+	
4	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), плавание 50 м или 100 м, бег 60 м или 100 м, метание мяча весом 150 г или спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, бег на выносливость		+	+	+	+	+	

5	<u>12-13 лет (Мал., Ю / Дев., Д)</u> бег 60 м, метание мяча весом 150 г, стрельба (упр. Ша-ВП), плавание 50 м, бег 1000 м / 1000 м	программы многоборий для присвоения спортивных разрядов в соответствии с пунктом 17 Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 № 540						
	<u>14-15 лет (Ю / Д)</u> бег 60 м, метание спортивного снаряда весом 500 г / 300 г, стрельба (упр. III-ВП), плавание 50 м, бег 2000 м / 1000 м							
	<u>16 лет и старше (Ю, М / Д, Ж)</u> бег 100 м, метание спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, стрельба (упр. III-ВП), плавание 100 м, бег 3000 м / 2000 м							
Летние шестиборья:								
1	бег 30 м (60 м или 100 м), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., М, Д, Ж), поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость	+	+	+	+	+		
2	бег 30 м (60 м или 100 м), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, метание мяча весом 150 г или спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость	+	+	+	+	+		
3	стрельба из пневматической винтовки (электронного оружия), рывок гири 16 кг, самозащита без оружия, плавание 50 м, бег 60 м или 100 м, бег на выносливость – (Ю, М)				+	+		
Летнее семиборье:								
1	бег 30 м (60 м или 100 м), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, метание мяча весом 150 г или спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость	+	+	+	+	+		

Летние восьмиборья:								
1	бег 30 м или 60 м, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивание из виса на высокой перекладине (Ю) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Мал., Дев., Д), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, метание мяча весом 150 г, плавание 25 м или 50 м, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость	+	+	+				
2	бег 60 м или 100 м, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, стрельба, плавание 50 м, метание мяча весом 150 г или спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, бег на выносливость		+	+	+	+		
Летнее девятиборье:								
1	бег 60 м или 100 м, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивание из виса на высокой перекладине (Мал., Ю, М) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа (3 мин) (Дев., Д, Ж), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, метание мяча весом 150 г или спортивного снаряда весом 700 г / 500 г, стрельба, плавание 50 м, поднимание туловища из положения лежа на спине (1 мин), бег на выносливость		+	+	+	+		

Примечания:

1. Участники, как правило, выступают на дистанциях бега, плавания и бега на лыжах, в упражнениях силовой гимнастики, метания и стрельбы согласно видам испытаний соответствующих ступеней ВФСК ГТО, если иное не предусмотрено положением о мероприятии ВФСК ГТО.

2. Дистанции бега, плавания и бега на лыжах, упражнения стрельбы и контрольное время выполнения упражнений силовой гимнастики (1 мин, 3 мин, 4 мин) определяются положением о мероприятии ВФСК ГТО, с учетом технической и функциональной подготовленности участников мероприятий.

3. Допускается включение в программы физкультурных и спортивных мероприятий ВФСК ГТО оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта, с учетом возможности организаторов мероприятий.

4. Принятые сокращения, употребляемые в названиях упражнений вариативных программ многоборий и в таблицах оценки результатов:

Мал. - мальчики (9-12 лет);

Дев. - девочки (9-12 лет);

Ю - юноши (13-17 лет);

Д - девушки (13-17 лет);

М - мужчины;

Ж - женщины;

ВП - стрельба из пневматической винтовки

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

I СТУПЕНЬ (возрастная группа от 6 до 8 лет)																										
Мальчики													Девочки													
Очки	№1		№2		№3		№4		№5	№7	№8		№9	№1		№2		№3		№4		№5	№7	№8		№9
	Челночный бег 3х10 м (с)	Бег на 30 м (с)	Смешанное передвижение на 1000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км (мин, с)	Плавание на 25 м (мин,с)	Челночный бег 3х10 м (с)	Бег на 30 м (с)	Смешанное передвижение на 1000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 1000 м (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1000 м (мин, с)	Плавание на 25 м (мин,с)			
100	6,0	4,4	04:00.00	20	60	80	20	215	60	04:50.00	04:20.00	00:50.00	6,2	4,6	04:50.00	45	45	22	200	45	05:20.00	04:50.00	01:00.00			
99			04:01.00					214		04:51.00	04:21.00	00:51.00			04:51.00					199	05:21.00	04:51.00	01:01.00			
98			04:02.00			79		213		04:53.00	04:22.00	00:52.00			04:52.00					198	05:23.00	04:52.00	01:02.00			
97			04:03.00		59			212		04:55.00	04:23.00	00:53.00			04:53.00					197	05:25.00	04:53.00	01:03.00			
96	6,1		04:04.00			78		211	59	04:57.00	04:24.00	00:54.00	6,3		04:54.00	44	44			196	05:27.00	04:54.00	01:04.00			
95		4,5	04:05.00	19	58	77		210		04:59.00	04:25.00	00:55.00		4,7	04:55.00					195	05:29.00	04:55.00	01:05.00			
94			04:06.00			76	19	209		05:01.00	04:27.00	00:57.00			04:56.00			21		194	05:31.00	04:57.00	01:06.00			
93			04:07.00		57	75		208		05:03.00	04:29.00	00:59.00			04:57.00					193	05:33.00	04:59.00	01:07.00			
92	6,2		04:08.00			74		207	58	05:05.00	04:31.00	01:01.00	6,4		04:58.00	43	43			192	05:35.00	05:01.00	01:08.00			
91			04:10.00		56	73		206		05:08.00	04:33.00	01:03.00			04:59.00					191	05:38.00	05:03.00	01:10.00			
90		4,6	04:12.00	18	55	72		205		05:11.00	04:35.00	01:05.00		4,8	05:00.00					190	05:41.00	05:05.00	01:12.00			
89	6,3		04:14.00		54	71	18	204	57	05:14.00	04:37.00	01:07.00	6,5		05:01.00	42	42	20		189	05:44.00	05:07.00	01:14.00			
88			04:16.00		53	70		203		05:17.00	04:39.00	01:09.00			05:02.00					188	05:47.00	05:09.00	01:16.00			
87			04:18.00		52	69		202		05:20.00	04:41.00	01:11.00			05:03.00					187	05:50.00	05:11.00	01:18.00			
86	6,4	4,7	04:20.00	17	51	68		201	56	05:24.00	04:43.00	01:13.00	6,6	4,9	05:04.00	41	41			186	05:54.00	05:13.00	01:20.00			
85			04:22.00		50	67	17	200		05:28.00	04:45.00	01:15.00			05:05.00			19		185	05:58.00	05:15.00	01:22.00			
84	6,5		04:24.00		49	66		198	55	05:32.00	04:47.00	01:17.00	6,7		05:06.00	40	40			184	06:02.00	05:17.00	01:24.00			
83			04:26.00		48	65		196		05:36.00	04:49.00	01:19.00			05:08.00					183	06:06.00	05:19.00	01:26.00			
82	6,6	4,8	04:28.00	16	47	64		194	54	05:40.00	04:51.00	01:21.00	6,8	5,0	05:10.00	39	39			182	06:10.00	05:21.00	01:28.00			
81			04:30.00		46	63	16	192		05:45.00	04:53.00	01:23.00			05:12.00			18		181	06:15.00	05:23.00	01:30.00			
80	6,7		04:32.00		45	62		190	53	05:50.00	04:55.00	01:25.00	6,9		05:14.00	38	38			180	06:20.00	05:25.00	01:32.00			
79		4,9	04:34.00	15	44	60		188		05:55.00	04:57.00	01:27.00		5,1	05:16.00					179	06:25.00	05:27.00	01:34.00			
78	6,8		04:36.00		43	58		186	52	06:01.00	05:00.00	01:30.00	7,0		05:18.00	37	37			178	06:31.00	05:30.00	01:36.00			
77		5,0	04:38.00	14	42	56	15	184		06:07.00	05:03.00	01:33.00		5,2	05:20.00			17		177	06:37.00	05:33.00	01:39.00			
76	6,9		04:40.00		41	54		182	51	06:13.00	05:06.00	01:36.00	7,1		05:22.00	36	36			176	06:43.00	05:36.00	01:42.00			
75	7,0	5,1	04:42.00	13	40	52		180		06:19.00	05:09.00	01:39.00	7,2	5,3	05:24.00					175	06:49.00	05:39.00	01:45.00			
74	7,1		04:44.00		39	50	14	178	50	06:25.00	05:12.00	01:42.00	7,3		05:26.00	35	35	16		174	06:55.00	05:42.00	01:48.00			
73	7,2	5,2	04:46.00	12	38	48		176		06:31.00	05:15.00	01:45.00	7,4	5,4	05:28.00	34	34			173	07:01.00	05:45.00	01:51.00			
72	7,3		04:48.00		37	46		174	49	06:37.00	05:18.00	01:48.00	7,5		05:30.00	33	33			172	07:07.00	05:48.00	01:54.00			
71	7,4	5,3	04:50.00	11	36	44	13	172	48	06:43.00	05:21.00	01:51.00	7,6	5,5	05:32.00	32	32	15		171	07:13.00	05:51.00	01:57.00			
70	7,5		04:52.00		35	42		170	47	06:50.00	05:24.00	01:54.00	7,7		05:34.00	31	31			170	07:20.00	05:54.00	02:00.00			
69	7,6	5,4	04:54.00	10	33	40	12	168	46	06:57.00	05:27.00	01:57.00	7,8	5,6	05:36.00	29	29	14		169	07:27.00	05:57.00	02:03.00			
68	7,7		04:56.00		31	38		166	45	07:04.00	05:30.00	02:00.00	7,9		05:38.00	27	27			168	07:34.00	06:00.00	02:06.00			
67	7,8	5,5	04:59.00	9	29	36	11	164	44	07:11.00	05:33.00	02:03.00	8,1	5,7	05:40.00	25	25	13		167	07:41.00	06:03.00	02:09.00			
66	8,0		05:02.00		27	34		161	43	07:18.00	05:36.00	02:06.00	8,3		05:42.00	23	23			166	07:48.00	06:06.00	02:12.00			
65	8,2	5,6	05:05.00	8	25	32	10	158	42	07:25.00	05:40.00	02:10.00	8,5	5,8	05:45.00	21	21	12		165	07:55.00	06:10.00	02:15.00			
64	8,4		05:08.00		23	29		155	41	07:32.00	05:44.00	02:14.00	8,7		05:48.00	19	19			164	08:02.00	06:14.00	02:18.00			
63	8,6	5,7	05:11.00	7	21	26	9	152	40	07:39.00	05:48.00	02:18.00	8,9	5,9	05:51.00	17	17	11		163	08:09.00	06:18.00	02:21.00			
62	8,8	5,8	05:14.00	6	19	23		148	39	07:46.00	05:52.00	02:22.00	9,1	6,0	05:54.00	15	15			162	08:16.00	06:22.00	02:24.00			
61	9,0	5,9	05:17.00	5	17	20	8	144	37	07:53.00	05:56.00	02:26.00	9,3	6,1	05:57.00	13	13	10		161	08:23.00	06:26.00	02:27.00			
60	9,2	6,0	05:20.00	4	15	17	7	140	35	08:00.00	06:00.00	02:30.00	9,5	6,2	06:00.00	11	11	9		160	08:30.00	06:30.00	02:30.00			
59			05:22.00							08:01.00	06:01.00	02:30.20			06:02.00					159	08:31.00	06:31.00	02:30.20			
58			05:25.00					139	34	08:02.00	06:02.00	02:30.40			06:04.00					158	08:32.00	06:32.00	02:30.40			
57	9,3		05:28.00					138		08:04.00	06:04.00	02:30.70	9,6		06:06.00					157	08:34.00	06:34.00	02:30.70			
56		6,1	05:31.00		14	16		137	33	08:06.00	06:06.00	02:31.00		6,3	06:08.00					156	08:36.00	06:36.00	02:31.00			
55			05:34.00					136		08:08.00	06:08.00	02:31.50			06:10.00	10	10			155	08:38.00	06:38.00	02:31.50			
54	9,4		05:37.00				6	135	32	08:10.00	06:10.00	02:32.00	9,7		06:12.00			8		154	08:40.00	06:40.00	02:32.00			
53		6,2	05:40.00			15		134		08:12.00	06:12.00	02:32.50			06:15.00					153	08:42.00	06:42.00	02:32.50			
52			05:43.00		13			133	31	08:15.00	06:15.00	02:33.00	9,8	6,4	06:18.00					152	08:45.00	06:45.00	02:33.00			
51	9,5		05:47.00					132		08:18.00	06:18.00	02:33.50			06:21.00					151	08:48.00	06:48.00	02:33.50			
50		6,3	05:51.00			14		131	30	08:21.00	06:21.00	02:34.00	9,9		06:24.00	9	9			150	08:51.00	06:51.00	02:34.00			
49			05:55.00				5	130		08:24.00	06:24.00	02:34.50			06:27.00			7		149	08:54.00	06:54.00	02:34.50			
48	9,6		06:00.00		12			129	29	08:27.00	06:27.00	02:35.00	10,0	6,5	06:30.00					148	08:57.00	06:57.00	02:35.00			
47		6,4	06:05.00			13		128		08:30.00	06:30.00	02:35.50			06:34.00					147	09:00.00	07:00.00	02:35.50			
46	9,7		06:10.00					127	28	08:34.00	06:34.00	02:36.00	10,1		06:38.00	8	8			146	09:04.00	07:04.00	02:36.00			
45			06:15.00		11			126		08:38.00																

27			07:04.00					113		10:01.00	08:40.00	02:56.00						107		10:40.00	09:10.00	02:56.00	
26			07:07.00					111		10:08.00	08:50.00	02:58.00						106		10:50.00	09:20.00	02:58.00	
25	10,3	6,9	07:10.00	2	6	7	1	110	21	10:15.00	09:00.00	03:00.00	10,6	7,1	07:35.00	4	4	3	105	18	11:00.00	09:30.00	03:00.00
24			07:12.00							10:17.00	09:02.00	03:01.00			07:37.00						11:02.00	09:32.00	03:01.00
23	10,4	7,0	07:14.00					109	20	10:19.00	09:04.00	03:02.00	10,7	7,2	07:39.00				104	17	11:04.00	09:34.00	03:02.00
22			07:16.00							10:21.00	09:06.00	03:03.00			07:41.00						11:06.00	09:36.00	03:03.00
21	10,5	7,1	07:18.00					108	19	10:23.00	09:08.00	03:04.00	10,8	7,3	07:43.00				103	16	11:08.00	09:38.00	03:04.00
20			07:20.00		5	6				10:25.00	09:10.00	03:05.00			07:45.00	3	3				11:10.00	09:40.00	03:05.00
19	10,6	7,2	07:22.00				0	107	18	10:27.00	09:12.00	03:06.00	10,9	7,4	07:47.00			2	102	15	11:12.00	09:42.00	03:06.00
18			07:24.00							10:29.00	09:14.00	03:07.00			07:49.00						11:14.00	09:44.00	03:07.00
17	10,7	7,3	07:26.00					106	17	10:31.00	09:16.00	03:08.00	11,0	7,5	07:51.00				101	14	11:16.00	09:46.00	03:08.00
16			07:28.00			5		105		10:33.00	09:18.00	03:09.00			07:53.00				100		11:18.00	09:48.00	03:09.00
15	10,8	7,4	07:30.00		4		-1	104	16	10:35.00	09:20.00	03:10.00	11,1	7,6	07:55.00			1	99	13	11:20.00	09:50.00	03:10.00
14	10,9	7,5	07:33.00					103		10:38.00	09:23.00	03:12.00	11,2	7,7	07:57.00				98		11:23.00	09:53.00	03:12.00
13	11,0	7,6	07:36.00					102	15	10:41.00	09:26.00	03:14.00	11,3	7,8	08:00.00				97	12	11:26.00	09:56.00	03:14.00
12	11,1	7,7	07:39.00			4		101	14	10:44.00	09:29.00	03:16.00	11,4	7,9	08:03.00	2	2		96		11:29.00	09:59.00	03:16.00
11	11,2	7,8	07:42.00				-2	100	13	10:47.00	09:32.00	03:18.00	11,5	8,0	08:06.00			0	95	11	11:32.00	10:02.00	03:18.00
10	11,3	7,9	07:45.00	1	3			99	12	10:50.00	09:35.00	03:20.00	11,6	8,1	08:09.00				94	10	11:35.00	10:05.00	03:20.00
9	11,4	8,0	07:48.00					98	11	10:53.00	09:38.00	03:22.00	11,7	8,2	08:12.00				93	9	11:38.00	10:08.00	03:22.00
8	11,6	8,2	07:51.00			3		97	10	10:56.00	09:41.00	03:24.00	11,9	8,4	08:15.00				92	8	11:41.00	10:11.00	03:24.00
7	11,8	8,4	07:54.00				-3	96	9	11:00.00	09:44.00	03:26.00	12,1	8,6	08:18.00			-1	91	7	11:44.00	10:14.00	03:26.00
6	12,0	8,6	07:57.00		2			95	8	11:04.00	09:47.00	03:28.00	12,3	8,8	08:21.00	1	1		90	6	11:48.00	10:17.00	03:28.00
5	12,2	8,8	08:00.00					94	7	11:08.00	09:50.00	03:30.00	12,5	9,0	08:24.00				89	5	11:52.00	10:20.00	03:30.00
4	12,4	9,0	08:03.00			2		93	6	11:12.00	09:53.00	03:32.00	12,7	9,2	08:27.00				88	4	11:56.00	10:23.00	03:32.00
3	12,6	9,2	08:06.00				-4	92	5	11:16.00	09:56.00	03:34.00	12,9	9,4	08:30.00			-2	87	3	12:00.00	10:26.00	03:34.00
2	12,8	9,4	08:09.00		1			91	4	11:20.00	10:00.00	03:36.00	13,1	9,6	08:33.00				86	2	12:04.00	10:29.00	03:36.00
1	13,0	9,6	08:12.00			1	-5	90	2	11:24.00	10:04.00	03:38.00	13,3	9,8	08:36.00			-3	85	1	12:08.00	10:32.00	03:38.00

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

Очки	II СТУПЕНЬ (возрастная группа от 9 до 10 лет)																													
	Мальчики										Девочки																			
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10										
Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 1000 м (мин,с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3 x 10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 1000 м (мин, с)	Кросс на 2000 м (бег по пересеченной местности) (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 1000 м (мин,с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3 x 10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 1000 м (мин, с)	Кросс на 2000 м (бег по пересеченной местности) (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)		
100	8,4	4,3	03:20.00	28	70	100	25	5,9	400	230	50	70	03:30.00	07:30.00	00:50.00	9,0	4,5	03:40.00	65	60	28	6,1	365	215	38	65	03:50.00	08:00.00	01:00.00	
99			03:21.00			99		399	229	49,8			03:31.00	07:33.00	00:51.00			03:41.00					364			37,8		03:52.00	08:05.00	01:01.00
98			03:22.00			98		398	228	49,6			03:33.00	07:37.00	00:52.00			03:42.00					363	214	37,6		03:54.00	08:10.00	01:02.00	
97			03:23.00		69	97		397	227	49,4			03:35.00	07:41.00	00:53.00			03:43.00	64	59			362	213	37,4		03:57.00	08:15.00	01:03.00	
96			03:24.00			96		396	226	49,2	6,0		03:37.00	07:45.00	00:54.00			03:44.00				6,2	361	212	37,2	64	04:00.00	08:20.00	01:04.00	
95	8,5		03:25.00	27	68	95	24	395	225	49			03:39.00	07:49.00	00:55.00	9,1		03:45.00	63	58	27		360	211	37		04:04.00	08:25.00	01:05.00	
94		4,4	03:26.00		67	94		394	224	48,8			03:41.00	07:53.00	00:57.00		4,6	03:46.00	62	57			359	210	36,8		04:08.00	08:31.00	01:06.00	
93			03:27.00		66	93		393	223	48,6			03:43.00	07:57.00	00:59.00			03:47.00	61	56			358	209	36,6		04:12.00	08:37.00	01:07.00	
92			03:28.00		65	92		392	222	48,3	6,1		03:45.00	08:02.00	01:01.00			03:48.00	60	55			357	208	36,4	63	04:16.00	08:44.00	01:08.00	
91			03:30.00	26	64	91		391	221	48			03:48.00	08:08.00	01:03.00			03:50.00	59	54			356	207	36,2		04:20.00	08:52.00	01:10.00	
90	8,6		03:32.00		63	90	23	390	220	47,8			03:51.00	08:14.00	01:05.00	9,2		03:52.00	58	53	26		355	206	36		04:25.00	09:01.00	01:12.00	
89		4,5	03:34.00		62	89		388	219	47,6	6,2		03:54.00	08:20.00	01:07.00		4,7	03:54.00	57	52		6,4	353	205	35,8	62	04:30.00	09:10.00	01:14.00	
88			03:36.00		61	88		386	218	47,3			03:57.00	08:27.00	01:09.00			03:56.00	56	51			351	204	35,6		04:35.00	09:20.00	01:16.00	
87			03:38.00	25	60	87		384	217	47			04:00.00	08:34.00	01:11.00			03:58.00	55	50			349	203	35,3		04:40.00	09:30.00	01:18.00	
86	8,7		03:40.00		59	86	22	382	216	46,8	6,3		04:04.00	08:41.00	01:13.00	9,3		04:00.00	54	49	25		347	202	35	61	04:45.00	09:40.00	01:20.00	
85			03:42.00		58	85		380	215	46,6			04:08.00	08:48.00	01:15.00			04:02.00	53	48			345	201	34,8		04:50.00	09:50.00	01:22.00	
84		4,6	03:44.00		57	83		378	214	46,3			04:12.00	08:56.00	01:17.00		4,8	04:04.00	52	47			343	200	34,6	60	04:55.00	10:00.00	01:24.00	
83			03:46.00	24	56	81		376	213	46	6,4		04:16.00	09:04.00	01:19.00			04:06.00	51	46		6,6	341	199	34,3		05:00.00	10:10.00	01:26.00	
82	8,8		03:48.00		55	79	21	374	211	45,7			04:20.00	09:12.00	01:21.00	9,4		04:08.00	50	45	24		339	198	34	59	05:05.00	10:20.00	01:28.00	
81			03:50.00		54	77		372	209	45,4			04:25.00	09:20.00	01:23.00			04:10.00	49	44			337	197	33,7		05:10.00	10:30.00	01:30.00	
80			03:52.00	23	53	75		370	207	45	6,5		04:30.00	09:29.00	01:25.00			04:12.00	48	43		6,7	335	195	33,4	58	05:16.00	10:41.00	01:32.00	
79	8,9	4,7	03:54.00		52	73	20	367	205	44,7			04:35.00	09:38.00	01:27.00	9,5	4,9	04:14.00	47	42	23		332	193	33		05:22.00	10:52.00	01:34.00	
78			03:56.00		51	71		364	203	44,4	6,6		04:41.00	09:47.00	01:30.00			04:16.00	46	41		6,8	329	191	32,7	57	05:28.00	11:03.00	01:36.00	
77			03:59.00	22	50	69		360	201	44			04:47.00	09:56.00	01:33.00			04:19.00	45	40			325	189	32,4		05:34.00	11:14.00	01:39.00	
76	9,0		04:02.00		49	67	19	356	199	43,7	6,7		04:53.00	10:05.00	01:36.00	9,6		04:22.00	44	39	22		321	187	32	56	05:40.00	11:25.00	01:42.00	
75		4,8	04:05.00		48	65		352	197	43,4			04:59.00	10:15.00	01:39.00		5,0	04:25.00	43	38			317	185	31,7		05:46.00	11:36.00	01:45.00	
74			04:08.00	21	47	63		348	195	43	6,8		05:05.00	10:25.00	01:42.00			04:28.00	42	37		7,0	313	183	31,4	55	05:52.00	11:48.00	01:48.00	
73	9,1		04:11.00		46	61	18	344	193	42,5	6,9		05:11.00	10:35.00	01:45.00	9,7		04:31.00	41	36	21		309	181	31	54	05:58.00	12:00.00	01:51.00	
72		4,9	04:14.00	20	44	59		340	191	42	7,0		05:17.00	10:45.00	01:48.00		5,1	04:34.00	39	35		7,2	305	179	30,5	53	06:04.00	12:12.00	01:54.00	
71	9,2		04:17.00		42	57		336	189	41,5	7,1		05:23.00	10:55.00	01:51.00			04:37.00	37	34		7,3	301	177	30	52	06:10.00	12:25.00	01:57.00	
70			04:20.00	19	40	55	17	332	187	41	7,2		05:30.00	11:05.00	01:54.00	9,8		04:40.00	35	33	20		297	175	29,5	51	06:17.00	12:38.00	02:00.00	
69	9,3	5,0	04:23.00	18	38	53		328	185	40	7,3		05:37.00	11:16.00	01:57.00		5,2	04:43.00	33	31		7,5	293	173	29	50	06:24.00	12:51.00	02:03.00	
68	9,4		04:26.00	17	36	51	16	324	183	39	7,4		05:44.00	11:27.00	02:00.00	9,9		04:46.00	31	29	19		289	171	28	49	06:31.00	13:04.00	02:06.00	
67	9,5		04:29.00	16	34	48		320	181	38	7,5		05:51.00	11:38.00	02:03.00			04:49.00	29	27		7,7	285	169	27	48	06:38.00	13:18.00	02:09.00	
66	9,6	5,1	04:32.00	15	32	45	15	315	178	37	7,6		05:58.00	11:49.00	02:06.00	10,0	5,3	04:52.00	27	25	18		280	167	26	47	06:45.00	13:32.00	02:12.00	
65	9,7		04:35.00	14	30	42	14	310	175	36	7,7		06:05.00	12:00.00	02:10.00	10,1		04:55.00	25	23	17	7,9	275	165	25	46	06:52.00	13:46.00	02:15.00	
64	9,8	5,2	04:38.00	13	28	38	13	305	172	35	7,8		06:13.00	12:12.00	02:14.00	10,2	5,4	04:58.00	23	21	16	8,0	270	162	24	44	06:59.00	14:00.00	02:18.00	
63	9,9		04:41.00	11	26	34	12	300	169	33	7,9		06:21.00	12:24.00	02:18.00	10,3		05:01.00	21	19	15	8,1	265	159	23	42	07:06.00	14:15.00	02:21.00	
62	10,0	5,3	04:44.00	9	24	30	11	295	166	31	8,1		06:29.00	12:36.00	02:22.00	10,4	5,5	05:04.00	19	17	14	8,3	260	156	22	40	07:14.00	14:30.00	02:24.00	
61	10,2		04:47.00	7	22	26	10	290	163	29	8,3		06:37.00	12:48.00	02:26.00	10,6		05:07.00	17	15	13	8,5	255	153	20	38	07:22.00	14:45.00	02:27.00	
60	10,4	5,4	04:50.00	5	20	22	8	8,5	285	160	27	42	06:45.00	13:00.00	02:30.00	10,8	5,6	05:10.00	15	13	11	8,7	250	150	18	36	07:30.00	15:00.00	02:30.00	
59			04:51.00					283		26,8			06:46.00	13:07.00	02:30.20			05:11.00					249			17,9		07:31.00	15:06.00	02:30.20
58	10,5		04:52.00					281	159	26,6			06:47.00	13:14.00	02:30.40	10,9		05:12.00					248	149	17,8		07:32.00	15:12.00	02:30.40	
57			04:54.00		19	21		279	158	26,4	8,6		06:49.00	13:22.00	02:30.70			05:14.00				8,8	246	148	17,7	35	07:33.00	15:18.00	02:30.70	

29			06:02.00		10	11		9,5	215	134	20		08:05.00	17:21.00	02:52.00							194	124	13,7		09:24.00	18:24.00	02:52.00		
28	11,8		06:04.00						214	133	19,8		08:07.00	17:30.00	02:54.00	12,3					9,8	193	123	13,6	25	09:32.00	18:32.00	02:54.00		
27			06:06.00						213	132	19,6	28	08:09.00	17:40.00	02:56.00							192	122	13,4		09:40.00	18:40.00	02:56.00		
26			06:08.00						212	131	19,3		08:12.00	17:50.00	02:58.00							191	121	13,2		09:50.00	18:50.00	02:58.00		
25	11,9	6,2	06:10.00	2	9	10	2	9,6	210	130	19	27	08:15.00	18:00.00	03:00.00	12,4	6,4	06:30.00	7	5	3	9,9	190	120	13	24	10:00.00	19:00.00	03:00.00	
24			06:12.00						209		18,9		08:17.00	18:02.00	03:01.00							189		12,9		10:02.00	19:02.00	03:01.00		
23	12,0	6,3	06:14.00					9,7	208	129	18,8	26	08:19.00	18:04.00	03:02.00	12,5	6,5	06:34.00				10,0	188	119	12,8	23	10:04.00	19:04.00	03:02.00	
22			06:16.00						207		18,6		08:21.00	18:06.00	03:03.00							187		12,7		10:06.00	19:06.00	03:03.00		
21	12,1	6,4	06:18.00		8	9		9,8	206	128	18,4	25	08:23.00	18:08.00	03:04.00	12,6	6,6	06:38.00				10,1	186	118	12,6	22	10:08.00	19:08.00	03:04.00	
20			06:20.00						205		18,2		08:25.00	18:10.00	03:05.00							185		12,4		10:10.00	19:10.00	03:05.00		
19	12,2	6,5	06:22.00				1	9,9	204	127	18	24	08:27.00	18:13.00	03:06.00	12,7	6,7	06:42.00				2	10,2	184	117	12,2	21	10:12.00	19:13.00	03:06.00
18			06:24.00						203		17,9		08:29.00	18:16.00	03:07.00							183		12		10:14.00	19:16.00	03:07.00		
17	12,3	6,6	06:26.00		7	8		10,0	202	126	17,8	23	08:31.00	18:19.00	03:08.00	12,8	6,8	06:46.00				4	10,3	182	116	11,9	20	10:16.00	19:19.00	03:08.00
16			06:28.00						201	125	17,6		08:33.00	18:22.00	03:09.00							5		11,8		10:18.00	19:22.00	03:09.00		
15	12,4	6,7	06:30.00				0	10,1	200	124	17,4	22	08:35.00	18:25.00	03:10.00	12,9	6,9	06:50.00				1	10,4	180	114	11,7	19	10:20.00	19:25.00	03:10.00
14	12,5	6,8	06:32.00		6	7		10,2	199	123	17,2		08:38.00	18:28.00	03:12.00	13,0	7,0	06:53.00					10,5	179	113	11,6		10:23.00	19:28.00	03:12.00
13	12,6	6,9	06:34.00					10,3	198	122	17	21	08:41.00	18:31.00	03:14.00	13,1	7,1	06:56.00					10,6	178	112	11,4	18	10:26.00	19:31.00	03:14.00
12	12,7	7,0	06:36.00					10,4	197	121	16,8		08:44.00	18:34.00	03:16.00	13,2	7,2	06:59.00	4				10,7	177	111	11,2		10:29.00	19:34.00	03:16.00
11	12,8	7,1	06:38.00		5	6	-1	10,5	196	120	16,6	20	08:47.00	18:37.00	03:18.00	13,3	7,3	07:02.00				0	10,8	176	110	11	17	10:32.00	19:37.00	03:18.00
10	12,9	7,2	06:40.00	1				10,6	195	119	16,3	19	08:50.00	18:40.00	03:20.00	13,4	7,4	07:05.00				3	10,9	175	109	10,8	16	10:35.00	19:40.00	03:20.00
9	13,0	7,3	06:43.00			5		10,7	194	118	16	18	08:53.00	18:44.00	03:22.00	13,5	7,5	07:08.00					11,0	174	108	10,6	15	10:38.00	19:44.00	03:22.00
8	13,2	7,5	06:46.00		4			10,9	193	117	15,7	17	08:56.00	18:48.00	03:24.00	13,7	7,7	07:11.00	3				11,2	173	107	10,3	14	10:41.00	19:48.00	03:24.00
7	13,4	7,7	06:49.00			4	-2	11,1	192	116	15,4	16	09:00.00	18:52.00	03:26.00	13,9	7,9	07:14.00				-1	11,4	172	106	10	13	10:44.00	19:52.00	03:26.00
6	13,6	7,9	06:52.00					11,3	190	115	15	15	09:04.00	18:56.00	03:28.00	14,1	8,1	07:17.00				2	11,6	170	105	9,8	12	10:47.00	19:56.00	03:28.00
5	13,8	8,1	06:55.00		3	3		11,5	188	114	14,7	14	09:08.00	19:00.00	03:30.00	14,3	8,3	07:20.00					11,8	168	104	9,6	11	10:50.00	20:00.00	03:30.00
4	14,0	8,3	06:58.00					11,7	186	113	14,4	13	09:12.00	19:04.00	03:32.00	14,5	8,5	07:23.00	2				12,0	166	103	9,3	10	10:53.00	20:04.00	03:32.00
3	14,2	8,5	07:01.00		2	2	-3	11,9	184	112	14	12	09:16.00	19:08.00	03:34.00	14,7	8,7	07:26.00				-2	12,2	164	102	9	9	10:56.00	20:08.00	03:34.00
2	14,4	8,7	07:04.00					12,1	182	111	13,5	11	09:20.00	19:12.00	03:36.00	14,9	8,9	07:29.00				1	12,4	162	101	8,8	8	11:00.00	20:12.00	03:36.00
1	14,6	8,9	07:07.00		1	1	-4	12,3	180	110	13	10	09:24.00	19:16.00	03:38.00	15,1	9,1	07:32.00	1			-3	12,6	160	100	8,5	7	11:04.00	20:16.00	03:38.00

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

III СТУПЕНЬ (возрастная группа от 11 до 12 лет)																																			
Мальчики																	Девочки																		
Очки	№1		№2		№3		№4	№5	№6		№7	№8	№9		№10	№11		№1		№2		№4	№5	№6		№7	№8	№9		№10	№11				
	Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 1500 м (мин, с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м (бег по пересеченной местности и (мин, с))	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция - 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым	Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электроного оружия»	Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 1500 м (мин, с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м (бег по пересеченной местности и (мин, с))	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция - 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым	Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электроного оружия»
100	7,6	4,2	04:50.00	06:10.00	38	100	120	30	5,8	460	260	65	80	06:10.00	09:50.00	00:28.00	50	50	8,2	4,4	05:10.00	06:40.00	90	85	35	6,0	405	230	54	75	06:40.00	11:00.00	00:31.00	50	50
99			04:52.00	06:11.00		99	119			459	259	64,8		06:15.00	09:55.00	00:28.10					05:12.00	06:42.00	89	84			404		53,8		06:44.00	11:05.00	00:31.10		
98			04:54.00	06:13.00		98	118			458	258	64,6		06:20.00	10:00.00	00:28.20					05:14.00	06:44.00	88	83			403	229	53,6		06:48.00	11:10.00	00:31.20		
97			04:56.00	06:15.00		97	117			457	257	64,3		06:25.00	10:05.00	00:28.40	49	49			05:16.00	06:47.00	87	82			402	228	53,3		06:52.00	11:15.00	00:31.40	49	49
96			04:58.00	06:17.00	37	96	116			456	256	64	79	06:30.00	10:10.00	00:28.60					05:18.00	06:50.00	86	81			401	227	53	74	06:57.00	11:20.00	00:31.70		
95	7,7		05:00.00	06:19.00		95	115	29	5,9	454	255	63,8		06:35.00	10:15.00	00:28.80	48		8,3		05:20.00	06:54.00	85	80	34	6,1	400	226	52,8		07:02.00	11:25.00	00:32.00	48	
94		4,3	05:02.00	06:21.00		94	114			452	254	63,6		06:41.00	10:21.00	00:29.00		48			05:22.00	06:58.00	84	79			399	225	52,6		07:08.00	11:31.00	00:32.40		48
93			05:05.00	06:23.00		93	113			450	253	63,3		06:47.00	10:27.00	00:29.30	47				05:25.00	07:02.00	83	78			398	224	52,3		07:15.00	11:37.00	00:32.80	47	
92			05:08.00	06:25.00	36	92	112			448	252	63	78	06:54.00	10:34.00	00:29.60		47			05:28.00	07:06.00	82	77			397	223	52	73	07:22.00	11:43.00	00:33.20		47
91			05:11.00	06:28.00		91	111			446	251	62,7		07:02.00	10:42.00	00:30.00	46				05:31.00	07:10.00	81	76			396	222	51,7		07:30.00	11:51.00	00:33.60	46	
90	7,8		05:14.00	06:31.00		90	110	28	6,0	444	250	62,4		07:10.00	10:50.00	00:30.40		46	8,4		05:34.00	07:15.00	80	75	33	6,2	395	221	51,4		07:38.00	12:00.00	00:34.00		46
89			05:17.00	06:34.00	35	89	108			442	249	62	77	07:18.00	10:58.00	00:30.80	45				05:37.00	07:20.00	79	74			394	220	51	72	07:47.00	12:10.00	00:34.50	45	
88		4,4	05:20.00	06:37.00		88	106			440	248	61,7		07:26.00	11:06.00	00:31.00		45	4,6		05:40.00	07:25.00	78	73			393	219	50,7		07:56.00	12:20.00	00:35.00		45
87			05:23.00	06:40.00		87	104			438	247	61,4		07:34.00	11:14.00	00:31.50	44				05:43.00	07:30.00	77	72			392	218	50,4		08:05.00	12:30.00	00:35.50	44	
86	7,9		05:26.00	06:44.00	34	86	102	27		436	245	61	76	07:42.00	11:22.00	00:32.00		44	8,5		05:46.00	07:35.00	76	70	32	6,3	390	217	50	71	08:15.00	12:40.00	00:36.00		44
85			05:29.00	06:48.00		85	100			434	243	60,5		07:51.00	11:30.00	00:32.50	43				05:49.00	07:40.00	75	68			388	216	49,5		08:25.00	12:50.00	00:36.50	43	
84			05:32.00	06:52.00	33	83	98			431	241	60	75	08:00.00	11:38.00	00:33.00		43			05:52.00	07:45.00	73	66			386	215	49	70	08:35.00	13:00.00	00:37.00		43
83		4,5	05:35.00	06:56.00		81	96			428	239	59,5		08:10.00	11:46.00	00:33.50	42			4,7	05:55.00	07:50.00	71	64			384	214	48,5		08:45.00	13:10.00	00:37.50	42	
82	8,0		05:38.00	07:00.00	32	79	94	26	6,2	425	237	59	74	08:20.00	11:55.00	00:34.00		42	8,6		05:58.00	07:55.00	69	62	31	6,4	382	213	48	69	08:55.00	13:20.00	00:38.00		42
81			05:41.00	07:05.00		77	92			422	235	58,5		08:30.00	12:05.00	00:34.50	41				06:01.00	08:00.00	67	60			380	212	47,5		09:05.00	13:30.00	00:39.00	41	
80			05:44.00	07:10.00	31	75	90			419	233	58	73	08:40.00	12:15.00	00:35.00		41			06:04.00	08:06.00	65	58			377	210	47	68	09:15.00	13:40.00	00:40.00		41
79	8,1		05:47.00	07:15.00		73	88	25	6,3	416	231	57,5		08:50.00	12:25.00	00:35.50	40		8,7		06:07.00	08:12.00	63	56	30	6,5	374	208	46,5		09:25.00	13:50.00	00:41.00	40	
78		4,6	05:50.00	07:21.00	30	71	85			413	229	57	72	09:00.00	12:35.00	00:36.00		40		4,8	06:10.00	08:18.00	61	54			371	206	46	67	09:35.00	14:01.00	00:42.00		40
77			05:53.00	07:27.00		69	82			410	227	56,5		09:10.00	12:45.00	00:37.00	39				06:13.00	08:24.00	59	52			368	204	45,5		09:45.00	14:12.00	00:43.00	39	
76	8,2		05:56.00	07:33.00	29	67	79	24	6,4	407	225	56	71	09:20.00	12:55.00	00:38.00		39	8,8		06:16.00	08:30.00	57	50	29	6,6	365	202	45	66	09:55.00	14:23.00	00:44.00		39
75			05:59.00	07:39.00		65	76			403	223	55	70	09:31.00	13:05.00	00:39.00	38				06:19.00	08:36.00	55	48			362	200	44	65	10:06.00	14:34.00	00:45.00	38	
74			06:02.00	07:45.00	28	63	73			399	221	54	69	09:42.00	13:15.00	00:40.00		38			06:22.00	08:43.00	53	46			359	198	43	64	10:18.00	14:46.00	00:46.00		38
73	8,3	4,7	06:05.00	07:51.00	27	61	70	23	6,5	395	219	53	68	09:53.00	13:26.00	00:41.00	37		8,9	4,9	06:25.00	08:50.00	51	44	28	6,7	356	196	42	63	10:30.00	14:58.00	00:47.00	37	
72			06:08.00	07:57.00	26	59	67			391	217	52	67	10:04.00	13:37.00	00:42.00		37			06:28.00	08:57.00	49	42			353	194	41	62	10:42.00	15:10.00	00:48.00		37
71	8,4		06:11.00	08:03.00	25	57	64	22	6,6	387	215	51	66	10:15.00	13:48.00	00:43.00	36	36			06:31.00	09:04.00	47	40	27	6,8	350	192	40	61	10:55.00	15:22.00	00:49.00	36	36
70			06:14.00	08:10.00	24	55	61			383	213	50	65	10:26.00	14:00.00	00:44.00	35	35	9,0		06:34.00	09:11.00	45	38			346	190	39	60	11:08.00	15:34.00	00:50.00	35	35
69	8,5	4,8	06:17.00	08:17.00	23	52	58	21	6,7	379	210	49	64	10:37.00	14:12.00	00:45.00	34	34			06:38.00	09:19.00	43	36	26	6,9	342	188	38	58	11:21.00	15:46.00	00:51.00	34	34
68			06:20.00	08:24.00	22	49	55	20	6,8	375	207	48	62	10:48.00	14:24.00	00:46.00	33	33	9,1		06:42.00	09:27.00	41	34	25	7,0	338	186	37	56	11:34.00	15:58.00	00:52.00	33	

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

Очки	IV СТУПЕНЬ (возрастная группа от 13 до 15 лет)																																		
	Юноши														Девушки																				
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11													
Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Прыжок в длину с толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание мяча весом 150 г (м)	Бег на лыжах на 3000 м (мин, с)	Бег на лыжах на 5000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м по пересеченной местности	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электроного оружия»	Бег на 60 м (с)	Бег на 30 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Прыжок в длину с толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание мяча весом 150 г (м)	Бег на лыжах на 3000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м по пересеченной местности	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электроного оружия»	
100	7,0	4,1	06:00.00	09:10.00	45	115	130	33	5,7	540	307	90	85	08:50.00	14:00.00	09:40.00	00:25.70	50	50	7,7	4,3	06:50.00	110	100	40	5,9	470	256	85	65	10:00.00	11:00.00	00:27.30	50	50
99			06:02.00	09:13.00		114	129			539	306		84,7	08:55.00	14:10.00	09:45.00	00:25.80					06:51.00	109	99			469	255		64,7	10:08.00	11:04.00	00:27.40		
98			06:04.00	09:16.00		113	128			538	305		84,4	09:00.00	14:20.00	09:50.00	00:25.90					06:53.00	108	98			468	254		64,4	10:17.00	11:08.00	00:27.60		
97			06:06.00	09:20.00		112	127			537	304	89	84	09:05.00	14:31.00	09:55.00	00:26.00	49				06:55.00	107	97			467	253	84	64	10:26.00	11:13.00	00:27.90	49	
96			06:08.00	09:24.00	44	111	126			536	303		83,5	09:11.00	14:42.00	10:00.00	00:26.20		49			06:57.00	106	96	39		465	252		63,7	10:35.00	11:18.00	00:28.20		49
95			06:10.00	09:28.00		110	125	32	5,8	534	302	88	83	09:17.00	14:54.00	10:06.00	00:26.40			7,8		06:59.00	105	95		6,0	463	251	83	63,4	10:45.00	11:24.00	00:28.60		
94	7,1		06:12.00	09:32.00		109	124			532	301		82,5	09:24.00	15:06.00	10:12.00	00:26.60	48				07:01.00	104	94			461	250		63	10:55.00	11:30.00	00:29.00	48	
93			06:15.00	09:36.00		108	123			530	300	87	82	09:31.00	15:19.00	10:18.00	00:26.80		48			07:03.00	103	93			459	249	82	62,7	11:05.00	11:36.00	00:29.50		48
92			06:18.00	09:40.00	43	107	122			528	299		81,5	09:38.00	15:33.00	10:24.00	00:27.00	47				07:05.00	102	92	38		457	248		62,4	11:16.00	11:42.00	00:30.00	47	
91			06:21.00	09:45.00		106	121			526	298	86	81	09:46.00	15:47.00	10:30.00	00:27.30				4,4	07:08.00	101	91			455	247	81	62	11:27.00	11:49.00	00:30.50		
90		4,2	06:24.00	09:50.00		105	120	31	5,9	524	297	85	80	09:54.00	16:01.00	10:36.00	00:27.60	46	47	7,9		07:11.00	100	90		6,1	453	246	80	61,5	11:38.00	11:56.00	00:31.00	46	47
89	7,2		06:27.00	09:55.00	42	104	118			522	295	84	79	10:03.00	16:15.00	10:42.00	00:28.00					07:14.00	98	89	37		451	245	79	61	11:49.00	12:03.00	00:31.50		
88			06:30.00	10:00.00		103	116			520	293	83	78	10:12.00	16:30.00	10:48.00	00:28.40	45				07:17.00	96	88			448	244	78	60,5	12:00.00	12:10.00	00:32.00	45	
87			06:33.00	10:05.00		102	114			518	291	82	77	10:21.00	16:46.00	10:54.00	00:28.80		46			07:20.00	94	87			445	243	77	60	12:11.00	12:18.00	00:32.50		46
86			06:36.00	10:10.00	41	100	112	30	6,0	516	289	81	76	10:30.00	17:02.00	11:00.00	00:29.20	44		8,0		07:24.00	92	86	36	6,2	442	242	76	59	12:23.00	12:26.00	00:33.00	44	
85			06:39.00	10:15.00		98	110			514	287	80	75	10:40.00	17:18.00	11:06.00	00:29.60		45			07:28.00	90	84			439	240	75	58	12:35.00	12:34.00	00:33.50		45
84	7,3		06:42.00	10:20.00	40	96	108			511	285	79	74	10:50.00	17:35.00	11:12.00	00:30.00	43				07:32.00	88	82	35		436	238	74	57	12:48.00	12:42.00	00:34.00	43	
83			06:45.00	10:25.00		94	106			508	283	78	73	11:00.00	17:52.00	11:18.00	00:30.50		44		4,5	07:36.00	86	80			433	236	73	56	13:01.00	12:50.00	00:34.50		44
82		4,3	06:48.00	10:30.00	39	92	104	29	6,1	505	281	77	72	11:11.00	18:10.00	11:24.00	00:31.00	42		8,1		07:40.00	84	78	34	6,3	430	234	72	55	13:14.00	12:59.00	00:35.00	42	
81			06:51.00	10:36.00		90	102			502	279	76	71	11:22.00	18:28.00	11:30.00	00:31.50		43			07:45.00	82	76			427	232	71	54	13:28.00	13:08.00	00:36.00		43
80	7,4		06:54.00	10:42.00	38	87	100			499	277	75	70	11:33.00	18:47.00	11:37.00	00:32.00	41				07:50.00	80	74	33		424	230	70	53	13:42.00	13:17.00	00:37.00	41	
79			06:57.00	10:48.00		84	97	28	6,2	496	275	74	69	11:44.00	19:06.00	11:44.00	00:32.50		42	8,2		07:55.00	78	72		6,4	421	228	69	52	13:57.00	13:26.00	00:38.00		42
78			07:00.00	10:54.00	37	81	94			493	272	73	68	11:56.00	19:25.00	11:51.00	00:33.00	40				08:01.00	75	70	32		418	226	68	51	14:12.00	13:35.00	00:39.00	40	
77			07:03.00	11:00.00		78	91		6,3	490	269	72	67	12:08.00	19:45.00	11:58.00	00:33.50		41		4,6	08:07.00	72	68			415	224	67	50	14:27.00	13:45.00	00:40.00		41
76	7,5		07:06.00	11:06.00	36	75	88	27		487	266	71	66	12:20.00	20:05.00	12:05.00	00:34.00	39		8,3		08:13.00	69	66	31	6,5	412	222	66	49	14:42.00	13:55.00	00:41.00	39	
75		4,4	07:09.00	11:12.00	35	72	85		6,4	483	263	70	65	12:33.00	20:26.00	12:12.00	00:35.00		40			08:19.00	66	64			409	220	65	48	14:58.00	14:05.00	00:42.00		40
74			07:12.00	11:19.00	34	69	82			479	260	69	64	12:46.00	20:47.00	12:20.00	00:36.00	38				08:25.00	63	62	30		405	218	64	47	15:14.00	14:15.00	00:43.00	38	
73	7,6		07:16.00	11:26.00	33	66	79	26	6,5	475	257	68	63	13:00.00	21:09.00	12:28.00	00:37.00		39	8,4		08:31.00	60	60		6,6	401	216	63	46	15:30.00	14:26.00	00:44.00		39
72			07:20.00	11:33.00	32	63	76			471	254	67	62	13:14.00	21:32.00	12:36.00	00:38.00	37			4,7	08:37.00	57	57	29		397	214	62	45	15:46.00	14:37.00	00:45.00	37	
71			07:24.00	11:40.00	31	60	73	25	6,6	467	251	66	61	13:28.00	21:56.00	12:45.00	00:39.00	36	38			08:43.00	54	54	28	6,7	393	212	61	44	16:03.00	14:48.00	00:46.00	36	38
70	7,7		07:28.00	11:47.00	30	57	70			463	248	65	60	13:43.00	22:20.00	12:54.00	00:40.00	35		8,5		08:50.00	51	51	27		389	210	60	43	16:20.00	15:00.00	00:47.00	35	
69			07:32.00	11:54.00	29	54	67	24	6,7	459	245	64	58	13:58.00	22:45.00	13:03.00	00:41.00	34	37			08:57.00	48	48	26	6,8	385	208	59	42	16:37.00	15:12.00	00:48.00	34	37
68	7,8	4,5	07:36.00	12:01.00	28	51	64	23		455	242	63	56	14:13.00	23:10.00	13:12.00	00:42.00	33		8,6		09:04.00	45	45	25	6,9	380	206	58	41	16:55.00	15:24.00	00:49.00	33	
67			07:40.00	12:08.00	26	48	61	22	6,8	450	239	62	54	14:29.00	23:36.00	13:21.00	00:43.00	32	36		4,8	09:11.00	42	42	24	7,0	375	204	57	40	17:13.00	15:36.00	00:50.00	32	36
66	7,9		07:44.00	12:15.00	24	45	58	21		445	236	61	52	14:45.00	24:03.00	13:30.00	00:44.00	31		8,7		09:18.00	39	39	23	7,1	370	201	55	39	17:32.00	15:48.00	00:51.00	31	
65			07:48.00	12:22.00	22	42	55	20	6,9	440	233	59	50	15:02.00	24:31.00	13:40.00	00:45.00	30	35	8,8		09:25.00	36	35	22	7,2	365	198	53	37	17:51.00	16:00.00	00:53.00	30	35
64	8,0		07:52.00	12:29.00	20	39	52	19		435	230	57	48	15:19.00	25:00.00	13:50.00	00:47.00	29	34	8,9		09:32.00	33	31	21	7,3	360	195							

38			09:42.00	14:52.00					354	188		33,6	17:46.00	29:19.00	16:02.00	01:16.00							289	159		20,8	21:36.00	18:36.00	01:21.00			
37			09:43.00	14:54.00					353	187		33,3	17:50.00	29:21.00	16:04.00	01:16.50		24						288			20,7	21:39.00	18:39.00	01:21.50		24
36	9,3		09:44.00	14:56.00		16	23		352	186	38	33	17:54.00	29:23.00	16:06.00	01:17.00	19						287	158		20,6	21:42.00	18:42.00	01:22.00	19		
35			09:45.00	14:58.00					351	185		32,8	17:58.00	29:25.00	16:08.00	01:17.50		23					286			20,5	21:45.00	18:45.00	01:22.50		23	
34			09:46.00	15:00.00				7,9	350	184		32,6	18:02.00	29:27.00	16:10.00	01:18.00						7	285	157	33	20,4	21:48.00	18:48.00	01:23.00			
33			09:47.00	15:02.00					349	183		32,3	18:06.00	29:30.00	16:12.00	01:18.50	18	22					284			20,2	21:52.00	18:52.00	01:23.50	18	22	
32	9,4	5,2	09:48.00	15:04.00	7	15	22	5	348	182	37	32	18:11.00	29:33.00	16:14.00	01:19.00			10,5	5,5			283	156		20	21:56.00	18:56.00	01:24.00			
31			09:49.00	15:06.00					347	181		31,8	18:16.00	29:36.00	16:16.00	01:19.50		21					282			19,9	22:00.00	19:00.00	01:24.50		21	
30			09:50.00	15:08.00					346	180		31,6	18:21.00	29:40.00	16:18.00	01:20.00	17						281	155		19,8	22:05.00	19:05.00	01:25.00	17		
29			09:52.00	15:10.00				8,0	345	178		31,3	18:26.00	29:44.00	16:20.00	01:21.00		20					280	154	32	19,7	22:10.00	19:10.00	01:26.00		20	
28	9,5		09:54.00	15:12.00		14	21		344	176	36	31	18:32.00	29:48.00	16:22.00	01:22.00							279	153		19,6	22:15.00	19:15.00	01:27.00			
27			09:56.00	15:14.00					343	174		30,7	18:38.00	29:52.00	16:24.00	01:23.00	16	19					278	152		19,4	22:20.00	19:20.00	01:28.00	16	19	
26			09:58.00	15:17.00					342	172		30,4	18:44.00	29:56.00	16:27.00	01:24.00							277	151		19,2	22:25.00	19:25.00	01:29.00			
25	9,6	5,3	10:00.00	15:20.00	6	13	20	4	8,1	340	170	35	30	18:50.00	30:00.00	16:30.00	01:25.00	15	18	10,6	5,6		275	150	31	19	22:30.00	19:30.00	01:30.00	15	18	
24			10:02.00	15:22.00					339			29,9	18:52.00	30:02.00	16:32.00	01:26.00							274			18,9	22:32.00	19:32.00	01:31.00			
23	9,7	5,4	10:04.00	15:24.00				8,2	338	169	34	29,8	18:54.00	30:04.00	16:34.00	01:27.00			10,7	5,7			273	149	30	18,8	22:34.00	19:34.00	01:32.00			
22			10:06.00	15:26.00					337			29,6	18:56.00	30:06.00	16:36.00	01:28.00							272			18,6	22:36.00	19:36.00	01:33.00			
21	9,8	5,5	10:08.00	15:28.00				8,3	336	168	33	29,4	18:58.00	30:08.00	16:38.00	01:29.00			10,8	5,8			271	148	29	18,4	22:38.00	19:38.00	01:34.00			
20			10:10.00	15:30.00	5	12	19		335			29,2	19:00.00	30:10.00	16:40.00	01:30.00	14	17					270			18,2	22:40.00	19:40.00	01:35.00	14	17	
19	9,9	5,6	10:12.00	15:32.00				3	8,4	334	167	32	29	19:03.00	30:13.00	16:42.00	01:31.00			10,9	5,9			269	147	28	18	22:43.00	19:42.00	01:36.00		
18			10:14.00	15:34.00					333			28,9	19:06.00	30:16.00	16:44.00	01:32.00							268			17,9	22:46.00	19:44.00	01:37.00			
17	10,0	5,7	10:16.00	15:36.00				8,5	332	166	31	28,8	19:09.00	30:19.00	16:46.00	01:33.00			11,0	6,0			267	146	27	17,8	22:49.00	19:46.00	01:38.00			
16			10:18.00	15:38.00	4	11	18		331	165		28,6	19:12.00	30:22.00	16:48.00	01:34.00	13	16					266	145		17,6	22:52.00	19:48.00	01:39.00	13	16	
15	10,1	5,8	10:20.00	15:40.00				2	8,6	330	164	30	28,4	19:15.00	30:25.00	16:50.00	01:35.00			11,1	6,1			265	144	26	17,4	22:56.00	19:50.00	01:40.00		
14	10,2	5,9	10:23.00	15:43.00					8,7	329	163	28,2	19:18.00	30:28.00	16:53.00	01:36.00							264	143		17,2	23:00.00	19:53.00	01:41.00			
13	10,3	6,0	10:26.00	15:46.00					8,8	328	162	29	28	19:21.00	30:31.00	16:56.00	01:37.00			11,3	6,3			263	142	25	17	23:04.00	19:56.00	01:42.00		
12	10,4	6,1	10:29.00	15:49.00	3	10	17		8,9	327	161		27,8	19:24.00	30:34.00	16:59.00	01:38.00	12	15	11,4	6,4			262	141		16,8	23:08.00	19:59.00	01:43.00	12	15
11	10,5	6,2	10:32.00	15:52.00				1	9,0	326	160	28	27,6	19:27.00	30:37.00	17:02.00	01:39.00			11,5	6,5			261	140	24	16,6	23:12.00	20:02.00	01:44.00		
10	10,6	6,3	10:35.00	15:55.00					9,1	325	159	27	27,3	19:30.00	30:40.00	17:05.00	01:40.00			11,6	6,6			260	139	23	16,3	23:16.00	20:05.00	01:45.00		
9	10,7	6,4	10:38.00	15:58.00					9,2	324	158	26	27	19:34.00	30:44.00	17:08.00	01:42.00			11,7	6,7			259	138	22	16	23:20.00	20:08.00	01:46.00		
8	10,9	6,6	10:41.00	16:01.00	2	9	16		9,4	323	157	25	26,7	19:38.00	30:48.00	17:11.00	01:44.00	11	14	11,9	6,9			258	137	21	15,7	23:24.00	20:11.00	01:47.00	11	14
7	11,1	6,8	10:44.00	16:04.00				0	9,6	322	156	24	26,4	19:42.00	30:52.00	17:14.00	01:46.00							257	136	20	15,4	23:28.00	20:14.00	01:48.00		
6	11,3	7,0	10:47.00	16:07.00					9,8	320	155	23	26	19:46.00	30:56.00	17:17.00	01:48.00							255	135	19	15	23:32.00	20:17.00	01:49.00		
5	11,5	7,2	10:50.00	16:10.00					10,0	318	154	22	25,7	19:50.00	31:00.00	17:20.00	01:50.00							253	134	18	14,7	23:36.00	20:20.00	01:50.00		
4	11,7	7,4	10:53.00	16:13.00	1	8	15		10,2	316	153	21	25,4	19:54.00	31:04.00	17:23.00	01:52.00	10	13	12,7	7,7			251	133	17	14,4	23:40.00	20:24.00	01:52.00	10	13
3	11,9	7,6	10:56.00	16:16.00				-1	10,4	314	152	20	25	19:58.00	31:08.00	17:26.00	01:54.00							249	132	16	14	23:44.00	20:28.00	01:54.00		
2	12,1	7,8	11:00.00	16:19.00					10,6	312	151	19	24,5	20:02.00	31:12.00	17:29.00	01:56.00							247	131	15	13,5	23:48.00	20:32.00	01:56.00		
1	12,3	8,0	11:04.00	16:22.00		7	14	-2	10,8	310	150	18	24	20:06.00	31:16.00	17:32.00	01:58.00	9	12	13,3	8,3			245	130	14	13	23:52.00	20:36.00	01:58.00	9	12

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

Очки	V СТУПЕНЬ (возрастная группа от 16 до 17 лет)																																				
	Юноши														Девушки																						
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11															
Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	Бег на лыжах на 5000 м (мин, с)	Кросс на 5000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматики	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	Бег на лыжах на 3000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматики	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из			
100	3,9	6,7	10,7	08:30.00	50	127	140	30	5,5	600	340	90	72	12:00.00	16:30.00	00:24.00	50	50	4,2	7,6	11,5	06:10.00	115	105	35	5,8	510	270	85	57	08:00.00	10:10.00	00:27.00	50	50		
99				08:33.00		126	139			599	339		71,7	12:10.00	16:35.00	00:24.10						114	104				509	269		56,7	08:07.00	10:15.00	00:27.10				
98				08:36.00		125	138			598	338		71,4	12:20.00	16:40.00	00:24.20							113	103				507	268		56,4	08:15.00	10:20.00	00:27.20			
97				08:39.00	49	124	137			596	337	89	71	12:31.00	16:45.00	00:24.30	49			11,6				112	102			505	267	84	56	08:23.00	10:25.00	00:27.40	49		
96			10,8	08:42.00		123	136			594	336		70,7	12:42.00	16:50.00	00:24.40		49						111	101			503	266		55,7	08:32.00	10:30.00	00:27.70		49	
95		6,8		08:46.00		122	135	29	5,6	592	335		70,4	12:54.00	16:55.00	00:24.60			7,7	11,7				110	100	34	5,9	501	265	83	55,4	08:41.00	10:35.00	00:28.00			
94				08:50.00	48	121	134			590	334	88	70	13:06.00	17:01.00	00:24.80	48							109	99			499	264		55	08:50.00	10:41.00	00:28.40	48		
93				08:55.00		120	133			587	333		69,7	13:19.00	17:07.00	00:25.00		48			11,8				108	98			496	263	82	54,7	08:59.00	10:47.00	00:28.80		48
92			10,9	09:00.00		119	132			584	332	87	69,4	13:33.00	17:14.00	00:25.30	47		4,3		11,9				107	97			493	262		54,4	09:08.00	10:54.00	00:29.20	47	
91				09:05.00	47	118	131			581	331		69	13:47.00	17:22.00	00:25.60					12,0				106	96			490	261	81	54	09:18.00	11:02.00	00:29.60		
90		6,9		09:10.00		116	130	28	5,7	578	330	86	68,5	14:01.00	17:31.00	00:26.00	46	47		7,8	12,1			105	95	33	6,0	487	260	80	53,5	09:28.00	11:10.00	00:30.00	46	47	
89			11,0	09:15.00	46	114	129			575	328	85	68	14:15.00	17:40.00	00:26.40					12,2				103	94			484	259	79	53	09:38.00	11:18.00	00:30.50		
88	4,0			09:20.00		112	128			572	326	84	67,5	14:30.00	17:50.00	00:26.80	45				12,3				101	93			481	258	78	52,5	09:49.00	11:26.00	00:31.00	45	
87				09:25.00	45	110	127			569	324	83	67	14:45.00	18:00.00	00:27.20		46						99	92			478	257	77	52	10:00.00	11:34.00	00:31.50		46	
86		7,0	11,1	09:30.00		108	126	27	5,8	565	322	82	66	15:00.00	18:10.00	00:27.60	44		7,9	12,5				97	90	32	6,1	474	256	76	51	10:12.00	11:42.00	00:32.00	44		
85				09:35.00	44	106	125			561	320	81	65	15:16.00	18:20.00	00:28.00		45	4,4		12,6				95	88			470	254	75	50	10:24.00	11:51.00	00:32.50		45
84				09:40.00	43	104	123			557	318	80	64	15:32.00	18:30.00	00:28.50	43				12,7				93	86			466	252	74	49	10:36.00	12:00.00	00:33.00	43	
83			11,2	09:46.00	42	102	121			553	316	79	63	15:49.00	18:40.00	00:29.00		44			12,8				91	84			462	250	73	48	10:48.00	12:10.00	00:33.50		44
82		7,1		09:52.00	41	100	119	26	5,9	549	314	78	62	16:06.00	18:50.00	00:29.50	42			8,0	12,9			89	82	31	6,2	458	248	72	47	11:00.00	12:20.00	00:34.00	42		
81				09:58.00	40	98	117			545	312	77	61	16:24.00	19:00.00	00:30.00		43			13,0				87	80			454	246	71	46	11:13.00	12:30.00	00:35.00		43
80			11,3	10:04.00	39	96	115			541	310	76	60	16:42.00	19:11.00	00:30.50	41				13,1				85	78			450	244	70	45	11:26.00	12:40.00	00:36.00	41	
79		7,2		10:10.00	38	94	113	25	6,0	537	307	75	59	17:00.00	19:22.00	00:31.00		42	4,5	8,1	13,2				83	76	30	6,3	446	242	69	44	11:40.00	12:50.00	00:37.00		42
78	4,1		11,4	10:16.00	37	92	111			533	304	74	58	17:19.00	19:33.00	00:31.50	40				13,3				81	73			442	240	68	43	11:55.00	13:00.00	00:38.00	40	
77				10:22.00	36	90	109			529	301	73	57	17:38.00	19:44.00	00:32.00		41			13,4				79	70			438	238	67	42	12:10.00	13:10.00	00:39.00		41
76		7,3	11,5	10:29.00	35	87	107	24	6,1	525	298	72	56	17:58.00	19:55.00	00:32.50	39			8,2	13,5			76	67	29	6,4	434	236	66	41	12:25.00	13:20.00	00:40.00	39		
75				10:36.00	34	84	105			521	295	71	55	18:18.00	20:06.00	00:33.00		40			13,6				73	64			430	234	65	40	12:40.00	13:31.00	00:41.00		40
74			11,6	10:43.00	33	81	102		6,2	517	292	70	54	18:39.00	20:18.00	00:34.00	38		4,6		13,7				70	61			425	232	64	39	12:55.00	13:42.00	00:42.00	38	
73		7,4	11,7	10:50.00	32	78	99	23		512	288	69	53	19:00.00	20:30.00	00:35.00		39		8,3	13,8			67	58	28	6,5	420	230	63	38	13:10.00	13:53.00	00:43.00		39	
72			11,8	10:57.00	31	75	96		6,3	507	284	68	52	19:22.00	20:42.00	00:36.00	37				13,9				64	55			415	227	62	37	13:26.00	14:04.00	00:44.00	37	
71			11,9	11:04.00	30	72	92			502	280	67	51	19:44.00	20:55.00	00:37.00	36	38			14,0				61	52		6,6	410	224	61	36	13:42.00	14:15.00	00:45.00	36	38
70	4,2	7,5	12,0	11:11.00	29	69	88	22	6,4	497	276	66	50	20:06.00	21:08.00	00:38.00	35		8,4	14,1				58	49	27		405	221	60	35	13:58.00	14:26.00	00:46.00	35		
69			12,1	11:19.00	28	66	84			492	272	65	49	20:28.00	21:21.00	00:39.00	34	37	4,7		14,2				55	46		6,7	400	218	59	34	14:14.00	14:37.00	00:47.00	34	37
68		7,6	12,2	11:27.00	27	63	80	21	6,5	487	268	64	48	20:50.00	21:34.00	00:40.00	33			8,5	14,4			51	43	26	6,8	395	215	58	33	14:30.00	14:48.00	00:48.00	33		
67			12,3	11:35.00	26	60	76			482	264	63	47	21:12.00	21:48.00	00:41.00	32	36			14,6				47	40		6,9	389	212	57	32	14:47.00	15:00.00	00:49.00	32	36
66		7,7	12,4	11:43.00	25	57	72	20	6,6	477	260	62	46	21:34.00	22:02.00	00:42.00	31			8,6	14,8			43	37	25	7,0	383	209	56	31	15:04.00	15:12.00	00:50.00	31		
65			12,5	11:52.00	24	53	67	19		472	255	60	45	21:56.00	22:16.00	00:43.00	30	35	4,8	8,7	15,0			39	34	24	7,1	377	205	54	30	15:22.00	15:25.00	00:52.00	30	35	
64	4,3	7,8	12,6	12:01.00	22	49	62	18	6,7	466	250	58	43	22:20.00	22:30.00	00:44.00	29	34		8,8	15,2			35	31	23	7,2	371	201	52	28	15:41.00	15:38.00	00:54.00	29	34	
63			12,8	12:10.00	20	45	57	17		460	245	56	41	22:45.00	22:45.00	00:45.00	28	33		8,9	15,4			31	28	22	7,3	365	197	50	26	16:00.00	15:51.00	00:56.00	28	33	

32	4,8			14:44.00	10		29	7		381	203	38	28	26:40.00	25:56.00	01:09.00			5,6	10,3	17,4	11:37.00	12	10	8	8,8	293	166		14,6	19:26.00	18:26.00	01:22.00		
31				14:46.00							202		27,9	26:45.00	26:00.00	01:09.50		21				11:40.00					292			14,4	19:30.00	18:30.00	01:22.50		21
30				14:48.00						380	201		27,8	26:51.00	26:05.00	01:10.00		17				11:43.00					291	165		14,2	19:35.00	18:35.00	01:23.00	17	
29		8,7	14,5	14:50.00		16			7,8	379	200		27,7	26:58.00	26:10.00	01:11.00		20				11:46.00					290	164	34	14	19:40.00	18:40.00	01:24.00		20
28				14:52.00			28			378	199	37	27,6	27:06.00	26:15.00	01:12.00					10,4	17,5	11:49.00				289	163		13,8	19:45.00	18:45.00	01:25.00		
27				14:54.00						377	198		27,4	27:14.00	26:20.00	01:13.00	16	19					11:52.00				288	162		13,6	19:50.00	18:50.00	01:26.00	16	19
26				14:57.00						376	197		27,2	27:22.00	26:25.00	01:14.00							11:56.00				287	161		13,3	19:55.00	18:55.00	01:27.00		
25	4,9	8,8	14,6	15:00.00	9	15	27	6	7,9	375	195	36	27	27:30.00	26:30.00	01:15.00	15	18	5,7	10,5	17,6	12:00.00	11	9	7	8,9	285	160	33	13	20:00.00	19:00.00	01:28.00	15	18
24				15:02.00						374			26,9	27:32.00	26:32.00	01:16.00						12:02.00					284			12,9	20:02.00	19:02.00	01:29.00		
23	5,0	8,9	14,7	15:04.00					8,0	373	194	35	26,8	27:34.00	26:34.00	01:17.00			5,8	10,6	17,7	12:04.00				9,0	283	159	32	12,8	20:04.00	19:04.00	01:30.00		
22				15:06.00						372			26,6	27:36.00	26:36.00	01:18.00						12:06.00					282			12,7	20:06.00	19:06.00	01:31.00		
21	5,1	9,0	14,8	15:08.00	8				8,1	371	193	34	26,4	27:38.00	26:38.00	01:19.00			5,9	10,7	17,8	12:08.00			6	9,1	281	158	31	12,6	20:08.00	19:08.00	01:32.00		
20				15:10.00		12	24			370			26,2	27:40.00	26:40.00	01:20.00	14	17				12:10.00	11	9			280			12,4	20:10.00	19:10.00	01:33.00	14	17
19	5,2	9,1	14,9	15:12.00				4	8,2	369	192	33	26	27:43.00	26:43.00	01:21.00			6,0	10,8	17,9	12:12.00				9,2	279	157	30	12,2	20:13.00	19:13.00	01:34.00		
18				15:14.00						368			25,9	27:46.00	26:46.00	01:22.00						12:14.00					278			12	20:16.00	19:16.00	01:35.00		
17	5,3	9,2	15,0	15:16.00	7				8,3	367	191	32	25,8	27:49.00	26:49.00	01:23.00			6,1	10,9	18,0	12:16.00			5	9,3	277	156	29	11,9	20:19.00	19:19.00	01:36.00		
16				15:18.00		11	23			366	190		25,6	27:52.00	26:52.00	01:24.00	13	16				12:18.00	10	8			276	155		11,8	20:22.00	19:22.00	01:37.00	13	16
15	5,4	9,3	15,1	15:20.00				3	8,4	365	189	31	25,4	27:56.00	26:56.00	01:25.00			6,2	11,0	18,1	12:20.00				9,4	275	154	28	11,7	20:25.00	19:25.00	01:38.00		
14	5,5	9,4	15,2	15:23.00					8,5	364	188		25,2	28:00.00	27:00.00	01:26.00			6,3	11,1	18,2	12:23.00				9,5	274	153		11,6	20:28.00	19:28.00	01:39.00		
13	5,6	9,5	15,3	15:26.00	6				8,6	363	187	30	25	28:04.00	27:04.00	01:27.00			6,4	11,2	18,3	12:26.00			4	9,6	273	152	27	11,4	20:31.00	19:31.00	01:40.00		
12	5,7	9,6	15,4	15:29.00		10	22		8,7	362	186		24,8	28:08.00	27:08.00	01:28.00	12	15	6,5	11,3	18,4	12:29.00	9	7		9,7	272	151		11,2	20:34.00	19:34.00	01:41.00	12	15
11	5,8	9,7	15,5	15:32.00				2	8,8	361	185	29	24,6	28:12.00	27:12.00	01:29.00			6,6	11,4	18,5	12:32.00				9,8	271	150	26	11	20:37.00	19:37.00	01:42.00		
10	5,9	9,8	15,6	15:35.00	5				8,9	360	184	28	24,3	28:16.00	27:16.00	01:30.00			6,7	11,5	18,6	12:35.00				9,9	270	149	25	10,8	20:40.00	19:40.00	01:43.00		
9	6,0	9,9	15,7	15:38.00					9,0	359	183	27	24	28:20.00	27:20.00	01:32.00			6,8	11,6	18,7	12:38.00			3	10,0	269	148	24	10,6	20:44.00	19:44.00	01:44.00		
8	6,2	10,1	15,9	15:42.00		9	21		9,2	358	182	26	23,7	28:24.00	27:24.00	01:34.00	11	14	7,0	11,8	18,9	12:41.00	8	6		10,2	268	147	23	10,3	20:48.00	19:48.00	01:45.00	11	14
7	6,4	10,3	16,1	15:46.00	4			1	9,4	357	181	25	23,4	28:28.00	27:28.00	01:36.00			7,2	12,0	19,1	12:44.00				10,4	267	146	22	10	20:52.00	19:52.00	01:46.00		
6	6,6	10,5	16,3	15:50.00					9,6	355	180	24	23	28:32.00	27:32.00	01:38.00			7,4	12,2	19,3	12:47.00			2	10,6	265	145	21	9,8	20:56.00	19:56.00	01:48.00		
5	6,8	10,7	16,5	15:54.00					9,8	353	179	23	22,7	28:36.00	27:36.00	01:40.00			7,6	12,4	19,5	12:50.00				10,8	263	144	20	9,6	21:00.00	20:00.00	01:50.00		
4	7,0	10,9	16,7	15:58.00	3	8	20		10,0	351	178	22	22,4	28:40.00	27:40.00	01:42.00	10	13	7,8	12,6	19,7	12:53.00	7	5		11,0	261	143	19	9,3	21:04.00	20:04.00	01:52.00	10	13
3	7,2	11,1	16,9	16:02.00				0	10,2	349	177	21	22	28:44.00	27:44.00	01:44.00			8,0	12,8	19,9	12:56.00			1	11,2	259	142	18	9	21:08.00	20:08.00	01:54.00		
2	7,4	11,3	17,1	16:06.00					10,4	347	176	20	21,5	28:48.00	27:48.00	01:46.00			8,2	13,0	20,1	13:00.00				11,4	257	141	17	8,8	21:12.00	20:12.00	01:56.00		
1	7,6	11,5	17,3	16:10.00	2	7	19	-1	10,6	345	175	19	21	28:52.00	27:52.00	01:48.00	9	12	8,4	13,2	20,3	13:04.00	6	4	0	11,6	255	140	16	8,5	21:16.00	20:16.00	01:58.00	9	12

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

VI СТУПЕНЬ (возрастная группа от 18 до 24 лет)																																				
Очки	Мужчины														Женщины																					
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№11														
Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5000 м (мин, с)	Кросс на 5000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматики	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с разбега (см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	Бег на лыжах на 3000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматики	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из			
100	3,8	6,5	10,4	07:40.00	52	132	145	30	5,5	580	370	75	90	10:45.00	14:20.00	00:23.00	50	50	4,2	7,3	11,2	06:45.00	110	110	35	5,8	485	275	85	60	08:25.00	10:40.00	00:26.00	50	50	
99				07:45.00		131	144			579	369	74,7		10:55.00	14:25.00	00:23.10							109	109				484	274		59,7	08:35.00	10:45.00	00:26.10		
98				07:50.00		130	143			578	368	74,4		11:05.00	14:30.00	00:23.20							108	108				482	273		59,4	08:45.00	10:50.00	00:26.20		
97				07:55.00	51	129	142			577	367	74	89	11:16.00	14:35.00	00:23.40	49				11,3		107	107			480	272	84	59	08:55.00	10:55.00	00:26.40	49		
96			10,5	08:00.00		128	141			575	365	73,7		11:27.00	14:41.00	00:23.60		49					106	106			478	271		58,7	09:06.00	11:00.00	00:26.70		49	
95		6,6		08:05.00		127	140	29	5,6	573	363	73,4	88	11:39.00	14:47.00	00:23.80				7,4	11,4		105	105	34	5,9	476	270	83	58,4	09:17.00	11:05.00	00:27.00			
94				08:10.00	50	126	139			571	361	73		11:51.00	14:54.00	00:24.00	48		4,3		11,5		104	104			474	269		58	09:28.00	11:11.00	00:27.40	48		
93				08:15.00		125	138			569	359	72,7	87	12:04.00	15:01.00	00:24.30		48				11,6		103	103			472	268	82	57,5	09:39.00	11:17.00	00:27.80		48
92			10,6	08:20.00		124	137			567	357	72,4		12:18.00	15:08.00	00:24.60	47				11,7		102	102			470	267		57	09:50.00	11:24.00	00:28.20	47		
91				08:25.00	49	123	136			565	355	72	86	12:32.00	15:16.00	00:25.00						11,8		101	101		6,0	467	266	81	56,5	10:02.00	11:32.00	00:28.60		
90		6,7		08:30.00		122	135	28	5,7	562	353	71,5	85	12:46.00	15:24.00	00:25.40	46	47		7,5	11,9		100	100	33		464	265	80	56	10:14.00	11:41.00	00:29.00	46	47	
89			10,7	08:35.00	48	121	134			559	351	71	84	13:00.00	15:33.00	00:25.80						12,0		98	98			461	264	79	55	10:26.00	11:50.00	00:29.50		
88	3,9			08:40.00		120	133			556	348	70,5	83	13:15.00	15:42.00	00:26.20	45		4,4		12,1		96	96			458	263	78	54	10:38.00	12:00.00	00:30.00	45		
87				08:45.00	47	118	132			553	345	70	82	13:30.00	15:51.00	00:26.60	44	46			12,2		94	94		6,1	455	262	77	53	10:50.00	12:10.00	00:30.50	44	46	
86		6,8	10,8	08:50.00	46	116	131	27	5,8	550	342	69	81	13:45.00	16:00.00	00:27.00	44			7,6	12,3		92	92	32		451	260	76	52	11:02.00	12:20.00	00:31.00	44		
85				08:55.00	45	114	129			547	339	68	80	14:00.00	16:10.00	00:27.50		45				12,4		90	90			447	258	75	51	11:15.00	12:30.00	00:31.50		45
84				09:00.00	44	112	127			544	336	67	79	14:15.00	16:20.00	00:28.00	43					12,5		88	88			443	256	74	50	11:28.00	12:40.00	00:32.00	43	
83			10,9	09:06.00	43	110	125			541	333	66	78	14:30.00	16:30.00	00:28.50		44	4,5		12,6		86	86		6,2	439	254	73	49	11:41.00	12:50.00	00:32.50		44	
82		6,9		09:12.00	42	108	123	26	5,9	537	330	65	77	14:46.00	16:41.00	00:29.00	42			7,7	12,7		84	84	31		435	252	72	48	11:54.00	13:00.00	00:33.00	42		
81				09:18.00	41	106	121			533	327	64	76	15:02.00	16:52.00	00:29.50		43				12,8		82	82			431	250	71	47	12:08.00	13:10.00	00:34.00		43
80			11,0	09:24.00	40	104	118			529	324	63	75	15:19.00	17:03.00	00:30.00	41				12,9		80	80		6,3	427	248	70	46	12:22.00	13:21.00	00:35.00	41		
79		7,0		09:30.00	39	102	115	25	6,0	525	321	62	74	15:36.00	17:14.00	00:30.50		42			13,0		78	78	30		423	246	69	45	12:37.00	13:32.00	00:36.00		42	
78	4,0		11,1	09:36.00	38	100	112			521	318	61	73	15:54.00	17:26.00	00:31.00	40		4,6		13,1		75	75			419	244	68	44	12:52.00	13:43.00	00:37.00	40		
77				09:42.00	37	98	109			517	315	60	72	16:12.00	17:38.00	00:31.50	41				13,2		72	72		6,4	415	242	67	43	13:07.00	13:54.00	00:38.00		41	
76		7,1	11,2	09:48.00	36	95	106	24	6,1	513	312	59	71	16:31.00	17:50.00	00:32.00	39			7,9	13,3		69	69	29		410	240	66	42	13:22.00	14:05.00	00:39.00	39		
75				09:54.00	35	92	103			509	309	58	70	16:50.00	18:03.00	00:33.00		40				13,4		66	66			405	238	65	41	13:38.00	14:16.00	00:40.00		40
74		7,2	11,3	10:00.00	34	89	100			505	305	57	69	17:10.00	18:16.00	00:34.00	38			8,0	13,5		63	63		6,5	400	236	64	40	13:54.00	14:28.00	00:41.00	38		
73			11,4	10:06.00	33	86	97	23	6,2	501	301	56	68	17:30.00	18:30.00	00:35.00		39	4,7		13,6		60	60	28		395	234	63	39	14:10.00	14:40.00	00:42.00		39	
72		7,3	11,5	10:13.00	32	83	94			497	297	55	67	17:50.00	18:44.00	00:36.00	37			8,1	13,7		57	57		6,6	390	232	62	38	14:26.00	14:52.00	00:43.00	37		
71			11,6	10:20.00	31	80	91			493	293	54	66	18:10.00	18:58.00	00:37.00	36	38			13,8		54	54			385	230	61	37	14:43.00	15:04.00	00:44.00	36	38	
70	4,1	7,4		10:28.00	30	77	88	22	6,3	489	289	53	65	18:30.00	19:13.00	00:38.00	35			8,2	14,0		51	51	27		380	228	60	36	15:00.00	15:16.00	00:45.00	35		
69			11,8	10:36.00	29	74	84			485	285	52	64	18:50.00	19:28.00	00:39.00	34	37	4,8	8,3	14,2		48	48		6,8	375	225	59	35	15:17.00	15:28.00	00:46.00	34	37	
68		7,5	11,9	10:44.00	28	71	80	21	6,4	480	280	51	63	19:10.00	19:43.00	00:40.00	33			8,4	14,4		45	45	26		370	222	58	34	15:35.00	15:40.00	00:47.00	33		
67			12,0	10:53.00	27	68	76			475	275	50	62	19:31.00	19:59.00	00:41.00	32	36			8,5	14,6		42	42		7,0	364	219	57	33	15:53.00	15:53.00	00:48.00	32	36
66		7,6	12,1	11:02.00	26	65	72	20	6,5	470	270	49	60	19:52.00	20:15.00	00:42.00	31			8,6	14,8		39	39	25		358	216	55	32	16:12.00	16:06.00	00:49.00	31		
65			12,2	11:11.00	25	62	68	19	6,6	465	265	47	58	20:13.00	20:32.00	00:43.00	30	35	4,9	8,7	15,0		36	36	24		352	213	53	31	16:31.00	16:20.00	00:50.00	30	35	
64	4,2	7,7	12,3	11:20.00	23	59	64	18	6,7	460	260	45	56	20:34.00	20:49.00	00:44.00	29	34		8,8	15,2		33	33	23		346	210	51	29	16:50.00	16:34.00	00:52.00	29	34	
63			12,5	11:30.00	21	55	59	17	6,8	455	255	43	54	20:55.00	21:06.00	00:45.00	28	33		9,0	15,4		30	29	22		340	207	49	27	17:10.00	16:48.00	00:54.00	28	33	
62		7,8	12,7	11:40.00	19	51	54	16	6,9	450	250	41	52	21:16.00	21:24.00	00:46.00	27	32	5,0	9,2																

32	4,7	8,8		14:01.00	11	23	30	7		376	218	34	35	26:05.00	25:26.00	01:04.00				5,8	10,7	17,6	12:47.00	11	11			8,9	282	176		15,6	20:10.00	18:48.00	01:19.00		
31				14:05.00							217	33,9		26:10.00	25:30.00	01:04.50		21					12:50.00						281			15,4	20:15.00	18:51.00	01:19.50		21
30				14:09.00							375	216	33,8		26:16.00	25:35.00	01:05.00	17					12:53.00						280	175		15,2	20:21.00	18:55.00	01:20.00	17	
29			14,3	14:13.00					7,9	374	215	33,7		26:24.00	25:40.00	01:06.00		20					12:56.00			9			278	174	33	15	20:28.00	18:59.00	01:21.00		20
28		8,9		14:17.00		22	29			373	214	33,6	34	26:32.00	25:45.00	01:07.00					10,8	17,7	12:59.00					276	173		14,8	20:36.00	19:03.00	01:22.00			
27				14:21.00						372	213	33,4		26:40.00	25:50.00	01:08.00	16	19					13:02.00						274	172		14,6	20:44.00	19:07.00	01:23.00	16	19
26				14:25.00						371	212	33,2		26:50.00	25:55.00	01:09.00							13:06.00						272	171		14,3	20:52.00	19:11.00	01:24.00		
25	4,8	9,0	14,4	14:30.00	10	21	28	6	8,0	370	210	33	33	27:00.00	26:00.00	01:10.00	15	18		5,9	10,9	17,8	13:10.00	10	10	8	9,0	270	170	32	14	21:00.00	19:15.00	01:25.00	15	18	
24				14:32.00						369		32,9		27:02.00	26:02.00	01:11.00							13:12.00						269			13,9	21:02.00	19:17.00	01:26.00		
23	4,9	9,1	14,5	14:34.00					8,1	368	209	32,8	32	27:04.00	26:04.00	01:12.00					6,0	11	17,9	13:14.00				9,1	268	169	31	13,8	21:04.00	19:19.00	01:27.00		
22				14:36.00						367		32,6		27:06.00	26:06.00	01:13.00							13:16.00						267			13,7	21:06.00	19:21.00	01:28.00		
21	5,0	9,2	14,6	14:38.00	9				8,2	366	208	32,4	31	27:08.00	26:08.00	01:14.00					6,1	11,1	18,0	13:18.00			7	9,2	266	168	30	13,6	21:08.00	19:23.00	01:29.00		
20				14:40.00		20	27			365		32,2		27:10.00	26:10.00	01:15.00	14	17					13:20.00	9	9				265			13,4	21:10.00	19:25.00	01:30.00	14	17
19	5,1	9,3	14,7	14:42.00				4	8,3	364	207	32	30	27:13.00	26:13.00	01:16.00					6,2	11,2	18,1	13:22.00				9,3	264	167	29	13,2	21:13.00	19:27.00	01:31.00		
18				14:44.00						363		31,9		27:16.00	26:16.00	01:17.00							13:24.00						263			13	21:16.00	19:30.00	01:32.00		
17	5,2	9,4	14,8	14:46.00	8				8,4	362	206	31,8	29	27:19.00	26:19.00	01:18.00					6,3	11,3	18,2	13:26.00			6	9,4	262	166	28	12,9	21:19.00	19:33.00	01:33.00		
16				14:48.00		19	26			361	205	31,6		27:22.00	26:22.00	01:19.00	13	16					13:28.00	8	8				261	165		12,8	21:22.00	19:36.00	01:34.00	13	16
15	5,3	9,5	14,9	14:50.00				3	8,5	360	204	31,4	28	27:25.00	26:25.00	01:20.00					6,4	11,4	18,3	13:30.00				9,5	260	164	27	12,7	21:25.00	19:39.00	01:35.00		
14	5,4	9,6	15,0	14:53.00					8,6	359	203	31,2		27:28.00	26:28.00	01:21.00					6,5	11,5	18,4	13:33.00				9,6	259	163		12,6	21:28.00	19:42.00	01:36.00		
13	5,5	9,7	15,1	14:56.00	7				8,7	358	202	31	27	27:31.00	26:31.00	01:22.00					6,6	11,6	18,5	13:36.00			5	9,7	258	162	26	12,5	21:31.00	19:45.00	01:37.00		
12	5,6	9,8	15,2	14:59.00		18	25		8,8	357	201	30,8		27:34.00	26:34.00	01:23.00	12	15			6,7	11,7	18,6	13:39.00	7	7		9,8	257	161		12,4	21:34.00	19:48.00	01:38.00	12	15
11	5,7	9,9	15,3	15:02.00				2	8,9	356	200	30,6	26	27:37.00	26:37.00	01:24.00					6,8	11,8	18,7	13:42.00				9,9	256	160	25	12,2	21:37.00	19:51.00	01:39.00		
10	5,8	10,0	15,4	15:05.00	6				9,0	355	199	30,3	25	27:40.00	26:40.00	01:25.00					6,9	11,9	18,8	13:45.00				10,0	255	159	24	11,8	21:40.00	19:54.00	01:40.00		
9	5,9	10,1	15,5	15:08.00					9,1	354	198	30	24	27:44.00	26:44.00	01:26.00					7,0	12,0	18,9	13:48.00			4	10,1	254	158	23	11,6	21:44.00	19:57.00	01:42.00		
8	6,1	10,3	15,7	15:11.00		17	24		9,3	353	197	29,7	23	27:48.00	26:48.00	01:27.00	11	14			7,2	12,2	19,1	13:51.00	6	6		10,3	253	157	22	11,3	21:48.00	20:00.00	01:44.00	11	14
7	6,3	10,5	15,9	15:14.00	5			1	9,5	352	196	29,4	22	27:52.00	26:52.00	01:28.00					7,4	12,4	19,3	13:54.00				10,5	252	156	21	11	21:52.00	20:04.00	01:46.00		
6	6,5	10,7	16,1	15:17.00					9,7	350	195	29	21	27:56.00	26:56.00	01:29.00					7,6	12,6	19,5	13:57.00			3	10,7	250	155	20	10,8	21:56.00	20:08.00	01:48.00		
5	6,7	10,9	16,3	15:20.00					9,9	348	194	28,7	20	28:00.00	27:00.00	01:30.00					7,8	12,8	19,7	14:00.00				10,9	248	154	19	10,6	22:00.00	20:12.00	01:50.00		
4	6,9	11,1	16,5	15:23.00	4	16	23		10,1	346	193	28,4	19	28:04.00	27:04.00	01:32.00	10	13			8,0	13,0	19,9	14:03.00	5	5		11,1	246	153	18	10,3	22:04.00	20:16.00	01:52.00	10	13
3	7,1	11,3	16,7	15:26.00				0	10,3	344	192	28	18	28:08.00	27:08.00	01:34.00					8,2	13,2	20,1	14:06.00			2	11,3	244	152	17	10	22:08.00	20:20.00	01:54.00		
2	7,3	11,5	16,9	15:29.00					10,5	342	191	27,5	17	28:12.00	27:12.00	01:36.00					8,4	13,4	20,3	14:09.00				11,5	242	151	16	9,8	22:12.00	20:24.00	01:56.00		
1	7,5	11,7	17,1	15:32.00	3	15	22	-1	10,7	340	190	27	16	28:16.00	27:16.00	01:38.00	9	12			8,6	13,6	20,5	14:12.00	4	4	1	11,7	240	150	15	9,5	22:16.00	20:28.00	01:58.00	9	12

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

VI СТУПЕНЬ (возрастная группа от 25 до 29 лет)																																		
Мужчины															Женщины																			
Очки	№1			№2	№3			№4	№5	№6	№7	№8	№9		№10	№11		№1			№2	№3		№4	№5	№6	№7	№8	№9		№10	№11		
	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5000 м (мин, с)	Кросс на 5000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматического оружия	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматического оружия	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 100 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	Бег на лыжах на 3000 м (мин, с)	Кросс на 3000 м по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматического оружия	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматического оружия	
100	4,0	6,8	10,6	08:00.00	46	130	130	28	5,8	360	75	85	11:00.00	14:40.00	00:26.00	50	50	4,6	7,7	11,4	07:00.00	100	100	33	6,0	272	78	54	08:40.00	11:00.00	00:26.00	50	50	
99				08:05.00		129	129			359	74,7		11:10.00	14:47.00	00:26.10						07:05.00	99	99			271		53,7	08:50.00	11:05.00	00:26.10			
98				08:10.00		128	128			358	74,4		11:20.00	14:54.00	00:26.20						07:10.00	98	98			270		53,4	09:00.00	11:10.00	00:26.20			
97				08:15.00		127	127			357	74	84	11:31.00	15:01.00	00:26.40	49					07:15.00	97	97			269	77	53	09:10.00	11:15.00	00:26.40	49		
96			10,7	08:20.00	45	126	126			356	73,7		11:42.00	15:08.00	00:26.60		49				07:20.00	96	96		6,1	268		52,7	09:21.00	11:20.00	00:26.70		49	
95		6,9		08:26.00		125	125	27	5,9	354	73,4		11:54.00	15:15.00	00:26.80				7,8	11,6	07:25.00	95	95	32		267	76	52,4	09:32.00	11:25.00	00:27.00			
94				08:32.00		124	124			352	73	83	12:06.00	15:22.00	00:27.00	48					07:30.00	94	94			266		52	09:43.00	11:31.00	00:27.40	48		
93				08:38.00		123	123			350	72,7		12:19.00	15:29.00	00:27.30		48	4,7		11,8	07:36.00	93	93			265	75	51,7	09:54.00	11:37.00	00:27.80		48	
92			10,8	08:44.00	44	122	122			348	72,4	82	12:33.00	15:36.00	00:27.60	47				11,9	07:42.00	92	92		6,2	264		51,4	10:05.00	11:44.00	00:28.20	47		
91				08:50.00		121	121			346	72		12:47.00	15:44.00	00:28.00					12,0	07:48.00	91	91			263	74	51	10:17.00	11:52.00	00:28.60			
90	4,1	7,0		08:56.00		120	120	26	6,0	344	71,5	81	13:01.00	15:53.00	00:28.40	46	47		7,9	12,1	07:54.00	90	90	31		262	73	50,5	10:29.00	12:01.00	00:29.00	46	47	
89			10,9	09:02.00	43	118	119			342	71	80	13:15.00	16:02.00	00:28.80					12,2	08:00.00	89	89		6,3	261	72	50	10:41.00	12:10.00	00:29.50			
88				09:08.00		116	118			340	70,5	79	13:30.00	16:11.00	00:29.20	45				12,3	08:06.00	88	88			260	71	49,5	10:53.00	12:20.00	00:30.00	45		
87				09:14.00		114	117			338	70	78	13:45.00	16:20.00	00:29.60		46	4,8		12,4	08:12.00	87	87			259	70	49	11:05.00	12:30.00	00:30.50		46	
86		7,1	11,0	09:20.00	42	112	115	25	6,1	336	69	77	14:00.00	16:30.00	00:30.00	44			8,0	12,5	08:18.00	86	86	30	6,4	258	69	48,5	11:17.00	12:40.00	00:31.00	44		
85				09:26.00		110	113			334	68	76	14:15.00	16:40.00	00:31.00		45			12,6	08:24.00	84	84			256	68	48	11:30.00	12:50.00	00:31.50		45	
84			11,1	09:32.00	41	108	111			331	67	75	14:30.00	16:50.00	00:31.50	43				12,7	08:30.00	82	82			254	67	47	11:43.00	13:00.00	00:32.00	43		
83				09:38.00		106	109			328	66	74	14:46.00	17:00.00	00:32.00		44			12,8	08:36.00	80	80		6,5	252	66	46	11:56.00	13:10.00	00:32.50		44	
82	4,2	7,2	11,2	09:44.00	40	104	107	24	6,2	325	65	73	15:02.00	17:11.00	00:32.50	42		4,9	8,1	12,9	08:42.00	78	78	29		250	65	45	12:09.00	13:20.00	00:33.00	42		
81				09:50.00		102	105			322	64	72	15:19.00	17:22.00	00:33.00		43			13,0	08:48.00	76	76			248	64	44	12:23.00	13:30.00	00:34.00		43	
80			11,3	09:57.00	39	100	102			319	63	71	15:36.00	17:33.00	00:33.50	41				13,1	08:54.00	74	74		6,6	246	63	43	12:37.00	13:41.00	00:35.00	41		
79		7,3		10:04.00		98	99	23	6,3	316	62	70	15:54.00	17:44.00	00:34.00		42			8,2	13,2	09:00.00	72	72	28		244	62	42	12:52.00	13:52.00	00:36.00		42
78		11,4		10:11.00	38	96	96			313	61	69	16:12.00	17:56.00	00:34.50	40				13,3	09:07.00	70	70		6,7	242	61	41	13:07.00	14:03.00	00:37.00	40		
77				10:18.00		94	93			310	60	68	16:31.00	18:08.00	00:35.00		41	5,0		13,4	09:14.00	68	68			240	60	40	13:22.00	14:14.00	00:38.00		41	
76		7,4	11,5	10:25.00	37	92	90	22	6,4	307	59	67	16:50.00	18:20.00	00:35.50	39			8,3	13,5	09:21.00	66	66	27	6,8	238	59	39	13:37.00	14:25.00	00:39.00	39		
75	4,3		11,6	10:32.00	36	90	87			303	58	66	17:10.00	18:33.00	00:36.00		40			13,6	09:28.00	64	64			236	58	38	13:53.00	14:36.00	00:40.00		40	
74		7,5	11,7	10:40.00	35	87	84			299	57	65	17:30.00	18:46.00	00:37.00	38				13,7	09:35.00	62	62		6,9	234	57	37	14:09.00	14:48.00	00:41.00	38		
73			11,8	10:48.00	34	84	81	21	6,5	295	56	64	17:50.00	19:00.00	00:38.00		39		8,4	13,8	09:42.00	60	60	26	7,0	232	56	36	14:25.00	15:00.00	00:42.00		39	
72		7,6	11,9	10:56.00	33	81	78			291	55	63	18:10.00	19:14.00	00:39.00	37		5,1		13,9	09:49.00	57	57		7,1	230	55	35	14:41.00	15:12.00	00:43.00	37		
71			12,0	11:05.00	32	78	75			287	54	62	18:30.00	19:28.00	00:40.00	36	38		8,5	14,0	09:56.00	54	54		7,2	228	54	34	14:58.00	15:25.00	00:44.00	36	38	
70		7,7	12,1	11:14.00	31	75	72	20	6,6	283	53	61	18:50.00	19:43.00	00:41.00	35				14,2	10:04.00	51	51	25	7,3	225	53	33	15:15.00	15:38.00	00:45.00	35		
69			12,2	11:23.00	30	72	69			279	52	60	19:10.00	19:58.00	00:42.00	34	37		8,6	14,4	10:12.00	48	48		7,4	222	52	32	15:32.00	15:51.00	00:46.00	34	37	
68	4,4	7,8	12,3	11:32.00	29	69	66	19	6,7	275	51	59	19:31.00	20:13.00	00:43.00	33			8,7	14,6	10:20.00	45	45	24	7,5	219	51	31	15:50.00	16:04.00	00:47.00	33		
67			12,4	11:41.00	27	66	63			270	50	58	19:52.00	20:29.00	00:44.00	32	36	5,2	8,8	14,8	10:29.00	42	42		7,6	216	50	30	16:08.00	16:18.00	00:48.00	32	36	
66		7,9	12,6	11:50.00	25	63	60	18	6,8	265	49	57	20:13.00	20:45.00	00:45.00	31			8,9	15,0	10:38.00	39	39	23	7,7	213	49	29	16:27.00	16:32.00	00:49.00	31		
65			12,8	12:00.00	23	60	57	17	6,9	260	47	55	20:34.00	21:02.00	00:46.00	30																		

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

Очки	VII СТУПЕНЬ (возрастная группа от 30 до 34 лет)																														
	Мужчины													Женщины																	
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10											
Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине не 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 5 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине не 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»		
100	4,3	7,3	08:20.00	42	105	128	95	25	320	66	78	11:25.00	15:00.00	00:28.00	50	50	4,9	8,3	07:20.00	90	80	31	268	72	48	09:40.00	12:20.00	00:30.00	50	50	
99			08:25.00		104	127			319	65,8		11:35.00	15:07.00	00:28.10					07:25.00	89	79		267		47,8	09:48.00	12:25.00	00:30.10			
98			08:30.00		103	126	94		318	65,6		11:45.00	15:14.00	00:28.20					07:30.00	88	78		266		47,6	09:56.00	12:30.00	00:30.20			
97			08:36.00		102	125			317	65,3	77	11:56.00	15:21.00	00:28.40	49				07:35.00	87	77		265	71	47,3	10:04.00	12:35.00	00:30.40	49		
96			08:42.00	41	101	124	93		316	65		12:07.00	15:28.00	00:28.60		49			07:40.00	86	76		264		47	10:12.00	12:40.00	00:30.70		49	
95		7,4	08:48.00		100	123	92	24	315	64,8		12:19.00	15:35.00	00:28.80			8,4		07:45.00	85	75	30	263		46,8	10:21.00	12:45.00	00:31.00			
94			08:54.00		99	122	91		314	64,6	76	12:31.00	15:43.00	00:29.00	48				07:50.00	84	74		262	70	46,6	10:30.00	12:51.00	00:31.40	48		
93			09:00.00		98	121	90		313	64,3		12:44.00	15:51.00	00:29.30		48			07:55.00	83	73		261		46,3	10:40.00	12:57.00	00:31.80		48	
92			09:06.00	40	97	120	89		312	64		12:58.00	16:00.00	00:29.60	47		5,0		08:00.00	82	72		260	69	46	10:50.00	13:04.00	00:32.20	47		
91			09:12.00		96	119	88		311	63,7	75	13:12.00	16:09.00	00:30.00				8,5	08:05.00	81	71		258		45,7	11:01.00	13:12.00	00:32.60			
90	4,4	7,5	09:18.00		94	118	87	23	310	63,4		13:26.00	16:18.00	00:30.40	46	47			08:10.00	80	70	29	256	68	45,4	11:12.00	13:20.00	00:33.00	46	47	
89			09:24.00	39	92	116	86		309	63	74	13:40.00	16:27.00	00:30.80					08:15.00	79	69		254	67	45	11:23.00	13:28.00	00:33.50			
88			09:30.00		90	114	85		308	62,7		13:55.00	16:36.00	00:31.20	45				08:20.00	78	68		252	66	44,7	11:34.00	13:36.00	00:34.00	45		
87			09:36.00		88	112	84		307	62,4	73	14:10.00	16:45.00	00:31.60		46		8,6	08:26.00	72	67		250	65	44,4	11:45.00	13:44.00	00:34.50		46	
86		7,6	09:43.00	38	86	110	83	22	305	62	72	14:25.00	16:55.00	00:32.00	44				08:32.00	71	66	28	248	64	34	11:57.00	13:52.00	00:35.00	44		
85			09:50.00		84	108	82		303	61,5	71	14:41.00	17:05.00	00:33.00		45		5,1	08:38.00	70	65		246	63	33,5	12:09.00	14:00.00	00:35.50		45	
84			09:57.00	37	82	106	81		301	61	70	14:57.00	17:15.00	00:33.50	43				08:44.00	69	64		244	62	33	12:21.00	14:08.00	00:36.00	43		
83			10:04.00		80	104	80		299	60,5	69	15:14.00	17:25.00	00:34.00		44		8,7	08:50.00	68	63		242	61	32,5	12:33.00	14:16.00	00:36.50		44	
82	4,5	7,7	10:11.00	36	78	102	79	21	297	60	68	15:31.00	17:36.00	00:34.50	42				08:56.00	67	62	27	240	60	32	12:46.00	14:25.00	00:37.00	42		
81			10:18.00		76	100	78		295	59,5	67	15:49.00	17:47.00	00:35.00		43			09:02.00	66	61		238	59	31,5	13:00.00	14:35.00	00:38.00		43	
80			10:25.00	35	74	98	77		293	59	66	16:07.00	17:58.00	00:35.50	41		8,8		09:08.00	65	59		235	58	31	13:15.00	14:45.00	00:39.00	41		
79		7,8	10:32.00		72	96	75	20	291	58,5	65	16:35.00	18:09.00	00:36.00		42			09:15.00	63	57	26	232	57	30,5	13:30.00	14:55.00	00:40.00		42	
78			10:39.00	34	70	94	73		288	58	64	16:54.00	18:20.00	00:36.50	40				09:22.00	61	55		229	56	30	13:45.00	15:05.00	00:41.00	40		
77		7,9	10:46.00		68	92	71		285	57,5	63	17:13.00	18:32.00	00:37.00		41		8,9	09:29.00	59	53		226	55	29,5	14:00.00	15:15.00	00:42.00		41	
76			10:53.00	33	66	90	69	19	282	57	62	17:32.00	18:44.00	00:37.50	39				09:36.00	57	51	25	223	54	29	14:16.00	15:25.00	00:43.00	39		
75	4,6	8,0	11:00.00		64	88	67		279	56	61	17:51.00	18:57.00	00:38.00		40			09:43.00	55	49		220	53	28,5	14:32.00	15:35.00	00:44.00		40	
74			11:08.00	32	62	86	65	18	276	55	60	18:10.00	19:10.00	00:39.00	38		5,3	9,0	09:50.00	53	47		217	52	28	14:48.00	15:45.00	00:45.00	38		
73		8,1	11:16.00	31	60	83	63		273	54	59	18:30.00	19:24.00	00:40.00		39			09:58.00	51	45	24	214	51	27	15:05.00	15:56.00	00:46.00		39	
72			11:24.00	30	58	80	61	17	270	53	58	18:50.00	19:38.00	00:41.00	37			9,1	10:06.00	49	43		211	50	26	15:22.00	16:07.00	00:47.00	37		
71		8,2	11:33.00	29	55	77	59		267	52	57	19:11.00	19:52.00	00:42.00	36	38			10:15.00	47	41		208	49	25	15:39.00	16:18.00	00:48.00	36	38	
70			11:42.00	28	52	74	57	16	264	51	56	19:32.00	20:07.00	00:43.00	35			9,2	10:24.00	45	39	23	205	48	24	15:56.00	16:30.00	00:49.00	35		
69		8,3	11:51.00	27	49	71	55		261	50	55	19:54.00	20:22.00	00:44.00	34	37	5,4	9,3	10:33.00	43	37		202	47	23	16:13.00	16:42.00	00:50.00	34	37	
68	4,7		12:00.00	26	46	68	53	15	258	49	54	20:16.00	20:38.00	00:45.00	33			9,4	10:42.00	40	35	22	199	46	22	16:31.00	16:54.00	00:51.00	33		
67		8,4	12:10.00	25	43	65	51		255	48	53	20:39.00	20:54.00	00:46.00	32	36		9,5	10:51.00	37	33		196	45	21	16:49.00	17:06.00	00:52.00	32	36	
66			12:20.00	24	40	62	49	14	252	46	52	21:02.00	21:10.00	00:47.00	31			9,6	11:00.00	34	31	21	193	44	19	17:07.00	17:18.00	00:53.00	31		
65		8,5	12:30.00	22	37	59	47		249	44	51	21:26.00	21:27.00	00:48.00	30	35	5,5	9,7	11:10.00	31	28	20	190	43	17	17:25.00	17:30.00	00:55.00	30	35	
64			12:40.00	20	34	55	44	13	246	42	49	21:50.00	21:44.00	00:49.00	29	34		9,9	11:20.00	28	25	19	186	41	15	17:44.00	17:42.00	00:57.00	29	34	
63	4,8	8,6	12:50.00	18	31	51	41		242	40	47	22:15.00	22:02.00	00:50.00	28	33		10,1	11:30.00	25	22	18	182	39	13	18:03.00	17:54.00	00:59.00	28	33	
62		8,7	13:00.00	16	28	47	38	12	238	38	45	22:40.00	22:21.00	00:51.00	27	32	5,6	10,3	11:40.00	22	19	17	178	37	11	18:22.00	18:06.00	01:01.00	27	32	
61		8,8	13:10.00	14	25	43	35		234	36	43	23:05.00	22:40.00	00:53.00	26	31		10,5	11:50.00	19	16	15	174	35	9	18:41.00	18:18.00	01:03.00	26	31	
60	4,9	8,9	13:20.00	12	22	39	32	11	230	34	41	23:30.00	23:00.00	00:55.00	25	30	5,7	10,7	12:00.00	16	13	13	170	33	17	19:00.00	18:30.00	01:05.00	25	30	
59			13:23.00							33,8		23:38.00	23:08.00	00:55.20											16,9	19:06.00	18:36.00	01:05.50			
58		9,0	13:26.00			38	31		229	33,6		23:46.00	23:16.00	00:55.40				5,8	10,8	12:10.00				169	32	16,8	19:12.00	18:42.00	01:06.00		
57	5,0		13:29.00		21				228	33,4	40	23:54.00	23:25.00	00:55.70				</													

43		10,5	14:32.00	8		25	22		214	30	33	26:24.00	25:54.00	01:02.50	21	26		12,0	13:30.00				154		13,8	21:02.00	20:32.00	01:15.00	21	26		
42	5,6	10,7	14:38.00		15	24	21	6	213	29,7		26:36.00	26:06.00	01:03.00			6,6	12,1	13:36.00	11	8	8	153	24	13,6	21:11.00	20:41.00	01:16.00				
41		10,9	14:44.00			23	20		212	29,4	32	26:48.00	26:18.00	01:04.00			6,7	12,2	13:43.00				152	23	13,3	21:20.00	20:50.00	01:18.00				
40	5,7	11,1	14:50.00	7	14	22	19	5	210	29	31	27:00.00	26:30.00	01:05.00	20	25	6,8	12,3	13:50.00	10	7	7	150	22	13	21:30.00	21:00.00	01:20.00	20	25		
39			14:51.00							28,9		27:06.00	26:34.00	01:05.50					13:52.00						12,9	21:36.00	21:04.00	01:20.50				
38		11,2	14:52.00						209	28,8		27:12.00	26:38.00	01:06.00					13:54.00				149		12,8	21:42.00	21:08.00	01:21.00				
37	5,8		14:53.00							28,7		27:18.00	26:42.00	01:06.50		24		12,4	13:56.00						12,7	21:48.00	21:12.00	01:21.50		24		
36		11,3	14:54.00						208	28,6	30	27:25.00	26:46.00	01:07.00	19		6,9		13:58.00						148		12,6	21:55.00	21:16.00	01:22.00	19	
35			14:55.00							28,5		27:32.00	26:50.00	01:07.50		23			14:00.00						12,5	22:02.00	21:20.00	01:22.50		23		
34	5,9	11,4	14:56.00		13	21	18		207	28,4		27:39.00	26:55.00	01:08.00				12,5	14:02.00					147	21	12,4	22:09.00	21:25.00	01:23.00			
33			14:57.00							28,2	29	27:47.00	27:00.00	01:08.50	18	22	7,0		14:04.00						12,2	22:17.00	21:30.00	01:23.50	18	22		
32		11,5	14:58.00	6				4	206	28		27:55.00	27:05.00	01:09.00					14:07.00	9	6	6	146		12	22:25.00	21:35.00	01:24.00				
31	6,0		14:59.00							27,9		28:03.00	27:10.00	01:09.50		21		12,6	14:10.00						11,9	22:33.00	21:40.00	01:24.50		21		
30		11,6	15:00.00						205	27,8	28	28:12.00	27:16.00	01:10.00	17		7,1		14:13.00					145		11,8	22:42.00	21:46.00	01:25.00	17		
29	6,1	11,7	15:02.00		12	20	17		204	27,7		28:21.00	27:24.00	01:11.00		20		12,7	14:16.00					144	20	11,7	22:51.00	21:54.00	01:26.00		20	
28		11,8	15:04.00						203	27,6		28:30.00	27:32.00	01:12.00					14:19.00						143		11,6	23:00.00	22:02.00	01:27.00		
27	6,2	11,9	15:06.00						202	27,4	27	28:40.00	27:40.00	01:13.00	16	19	7,2	12,8	14:22.00						142		11,4	23:10.00	22:10.00	01:28.00	16	19
26		12,0	15:08.00						201	27,2		28:50.00	27:50.00	01:14.00					14:26.00						141		11,2	23:20.00	22:20.00	01:29.00		
25	6,3	12,1	15:10.00	5	11	19	16	3	200	27	26	29:00.00	28:00.00	01:15.00	15	18	7,3	12,9	14:30.00	8	5	5	140	19	11	23:30.00	22:30.00	01:30.00	15	18		
24			15:12.00							26,9		29:02.00	28:02.00	01:16.00					14:32.00						10,9	23:32.00	22:32.00	01:31.00				
23	6,4	12,2	15:14.00						199	26,8	25	29:04.00	28:04.00	01:17.00			7,4	13	14:34.00					139	18	10,8	23:34.00	22:34.00	01:32.00			
22			15:16.00							26,6		29:06.00	28:06.00	01:18.00					14:36.00							10,7	23:36.00	22:36.00	01:33.00			
21	6,5	12,3	15:18.00						198	26,4	24	29:08.00	28:08.00	01:19.00			7,5	13,1	14:38.00					138	17	10,6	23:38.00	22:38.00	01:34.00			
20			15:20.00		10	18	15			26,2		29:10.00	28:10.00	01:20.00	14	17			14:40.00	7						10,4	23:40.00	22:40.00	01:35.00	14	17	
19	6,6	12,4	15:22.00	4				2	197	26	23	29:13.00	28:13.00	01:21.00			7,6	13,2	14:42.00						137	16	10,2	23:42.00	22:43.00	01:36.00		
18			15:24.00							25,9		29:16.00	28:16.00	01:22.00					14:44.00			4				10	23:44.00	22:46.00	01:37.00			
17	6,7	12,5	15:26.00						196	25,8	22	29:19.00	28:19.00	01:23.00			7,7	13,3	14:46.00					136	15	9,9	23:46.00	22:49.00	01:38.00			
16			15:28.00		9	17	14		195	25,6		29:22.00	28:22.00	01:24.00	13	16			14:48.00	6				135		9,8	23:48.00	22:52.00	01:39.00	13	16	
15	6,8	12,6	15:30.00					1	194	25,4	21	29:25.00	28:25.00	01:25.00			7,8	13,4	14:50.00			3		134	14	9,7	23:50.00	22:56.00	01:40.00			
14	6,9	12,7	15:33.00	3					193	25,2		29:28.00	28:28.00	01:26.00			7,9	13,5	14:53.00					133		9,6	23:53.00	23:00.00	01:41.00			
13	7,0	12,8	15:36.00						192	25	20	29:31.00	28:31.00	01:27.00			8,0	13,6	14:56.00					132	13	9,4	23:56.00	23:04.00	01:42.00			
12	7,1	12,9	15:39.00		8	16	13		191	24,8		29:34.00	28:34.00	01:28.00	12	15	8,1	13,7	14:59.00	5				131		9,2	23:59.00	23:08.00	01:43.00	12	15	
11	7,2	13,0	15:42.00					0	190	24,6	19	29:37.00	28:37.00	01:29.00			8,2	13,8	15:02.00			3	2	130	12	9	24:02.00	23:12.00	01:44.00			
10	7,3	13,1	15:45.00						189	24,3	18	29:40.00	28:40.00	01:30.00			8,3	13,9	15:05.00					129	11	8,8	24:05.00	23:16.00	01:45.00			
9	7,4	13,2	15:48.00	2					188	24	17	29:44.00	28:44.00	01:32.00			8,4	14,0	15:08.00					128	10	8,6	24:08.00	23:20.00	01:46.00			
8	7,6	13,4	15:51.00		7	15	12		187	23,7	16	29:48.00	28:48.00	01:34.00	11	14	8,6	14,2	15:11.00	4				127	9	8,3	24:11.00	23:24.00	01:47.00	11	14	
7	7,8	13,6	15:54.00					-1	186	23,4	15	29:52.00	28:52.00	01:36.00			8,8	14,4	15:14.00				1	126	8	8	24:14.00	23:28.00	01:48.00			
6	8,0	13,8	15:57.00						185	23	14	29:56.00	28:56.00	01:38.00			9,0	14,6	15:17.00					125	7	7,8	24:17.00	23:32.00	01:49.00			
5	8,2	14,0	16:00.00						184	22,7	13	30:00.00	29:00.00	01:40.00			9,2	14,8	15:20.00			2		124	6	7,6	24:20.00	23:36.00	01:50.00			
4	8,4	14,2	16:04.00	1	6	14	11		183	22,4	12	30:04.00	29:04.00	01:42.00	10	13	9,4	15,0	15:23.00	3				123	5	7,3	24:24.00	23:40.00	01:52.00	10	13	
3	8,6	14,4	16:08.00					-2	182	22	11	30:08.00	29:08.00	01:44.00			9,6	15,2	15:26.00				0	122	4	7	24:28.00	23:44.00	01:54.00			
2	8,8	14,6	16:12.00						181	21,5	10	30:12.00	29:12.00	01:46.00			9,8	15,4	15:29.00					121	3	6,8	24:32.00	23:48.00	01:56.00			
1	9,0	14,8	16:16.00		5	13	10	-3	180	21	9	30:16.00	29:16.00	01:48.00	9	12	10,0	15,6	15:32.00	2	1	-1		120	2	6,5	24:36.00	23:52.00	01:58.00	9	12	

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

Очки	VII СТУПЕНЬ (возрастная группа от 35 до 39 лет)																														
	Мужчины															Женщины															
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10											
Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 3000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 5 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Метание спортивного снаряда весом 500 г (м)	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция -10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»		
100	4,6	7,7	09:15.00	36	103	126	85	24	300	62	75	11:45.00	15:30.00	00:31.00	50	50	5,1	8,6	07:45.00	87	60	29	265	68	45	10:20.00	13:10.00	00:33.00	50	50	
99			09:20.00		102	125			299	61,8		11:55.00	15:38.00	00:31.10					07:50.00	86			264		44,8	10:30.00	13:15.00	00:33.10			
98			09:25.00		101	124			298	61,6		12:05.00	15:47.00	00:31.20					07:55.00	85			263		44,6	10:40.00	13:20.00	00:33.20			
97			09:30.00		100	123	84		297	61,3	74	12:16.00	15:56.00	00:31.40	49				08:00.00	84	59		262	67	44,3	10:50.00	13:25.00	00:33.40	49		
96			09:35.00	35	99	122			296	61		12:27.00	16:05.00	00:31.60		49			08:05.00	83			261		44	11:01.00	13:30.00	00:33.70		49	
95		7,8	09:40.00		98	121	83	23	295	60,8		12:39.00	16:15.00	00:31.80			8,7		08:10.00	82	58	28	260		43,8	11:12.00	13:35.00	00:34.00			
94			09:45.00		97	120	82		294	60,6	73	12:51.00	16:25.00	00:32.00	48				08:15.00	81			259	66	43,6	11:23.00	13:41.00	00:34.40	48		
93			09:51.00		96	119	81		293	60,3		13:04.00	16:35.00	00:32.30		48			08:20.00	80	57		258		43,3	11:34.00	13:47.00	00:34.80		48	
92			09:57.00	34	95	118	80		292	60		13:27.00	16:46.00	00:32.60	47		5,2		08:26.00	79	56		256	65	43	11:45.00	13:54.00	00:35.20	47		
91			10:03.00		94	117	79		291	59,7	72	13:50.00	16:57.00	00:33.00					08:32.00	78	55		254		42,7	11:57.00	14:02.00	00:35.60			
90	4,7	7,9	10:09.00		93	116	78	22	290	59,4		14:14.00	17:08.00	00:33.40	46	47		8,8	08:38.00	77	54	27	252	64	42,4	12:09.00	14:11.00	00:36.00	46	47	
89			10:15.00	33	92	114	77		289	59	71	14:28.00	17:19.00	00:33.80					08:44.00	76	53		250	63	42	12:21.00	14:20.00	00:36.50			
88			10:21.00		90	112	76		288	58,7		14:43.00	17:30.00	00:34.20	45				08:50.00	75	52		248	62	41,7	12:33.00	14:30.00	00:37.00	45		
87			10:27.00		88	110	75		287	58,4	70	14:58.00	17:41.00	00:34.60		46			08:56.00	74	51		246	61	41,4	12:45.00	14:40.00	00:37.50		46	
86		8,0	10:33.00	32	86	108	74	21	286	58		15:14.00	17:53.00	00:35.00	44		8,9		09:02.00	73	50	26	244	60	41	12:57.00	14:50.00	00:38.00	44		
85			10:39.00		84	106	73		285	57,7	69	15:30.00	18:05.00	00:35.50		45	5,3		09:08.00	72	49		242	59	40,5	13:10.00	15:00.00	00:38.50		45	
84			10:45.00		82	104	72		283	57,4	68	15:47.00	18:18.00	00:36.00	43				09:14.00	70	48		240	58	40	13:23.00	15:10.00	00:39.00	43		
83			10:51.00	31	80	102	71		281	57	67	16:04.00	18:31.00	00:36.50		44			09:20.00	68	47		238	57	39,5	13:36.00	15:20.00	00:39.50		44	
82	4,8	8,1	10:57.00		78	100	70	20	279	56,7	66	16:22.00	18:44.00	00:37.00	42		9,0		09:26.00	66	46	25	236	56	39	13:49.00	15:30.00	00:40.00	42		
81			11:03.00		76	98	69		277	56,4	65	16:40.00	18:58.00	00:37.50		43			09:32.00	64	45		234	55	38,5	14:03.00	15:40.00	00:41.00		43	
80			11:09.00	30	74	96	68		275	56	64	16:59.00	19:12.00	00:38.00	41				09:38.00	62	44		232	54	38	14:17.00	15:51.00	00:42.00	41		
79		8,2	11:15.00		72	94	67	19	273	55,5	63	17:18.00	19:27.00	00:38.50		42		5,4	9,1	09:45.00	60	43	24	230	53	37,5	14:32.00	16:02.00	00:43.00		42
78			11:22.00	29	70	92	66		271	55	62	17:38.00	19:42.00	00:39.00	40				09:52.00	58	42		227	52	37	14:47.00	16:13.00	00:44.00	40		
77		8,3	11:29.00		68	90	65		269	54,5	61	17:58.00	19:57.00	00:39.50		41			09:59.00	56	41		224	51	36,5	15:03.00	16:24.00	00:45.00		41	
76			11:36.00	28	66	88	64	18	267	54	60	18:20.00	20:12.00	00:40.00	39		9,2		10:06.00	54	40	23	221	50	36	15:20.00	16:35.00	00:46.00	39		
75	4,9	8,4	11:43.00		64	85	63		265	53,5	59	18:44.00	20:28.00	00:41.00		40			10:13.00	52	39		218	49	35,5	15:37.00	16:46.00	00:47.00		40	
74			11:50.00	27	62	82	62	17	263	53	58	19:10.00	20:44.00	00:42.00	38		5,5	9,3	10:20.00	50	38		215	48	35	15:55.00	16:58.00	00:48.00	38		
73		8,5	11:57.00	26	60	79	61		261	52	57	19:36.00	21:00.00	00:43.00		39			10:28.00	48	37	22	212	47	34	16:13.00	17:10.00	00:49.00		39	
72			12:04.00	25	57	76	60	16	259	51	56	20:03.00	21:16.00	00:44.00	37			9,4	10:36.00	46	35		209	46	33	16:32.00	17:22.00	00:50.00	37		
71		8,6	12:11.00	24	54	73	59		257	50	55	20:30.00	21:33.00	00:45.00	36	38			10:45.00	44	33		206	45	32	16:51.00	17:34.00	00:51.00	36	38	
70			12:19.00	23	51	70	57	15	255	49	54	20:58.00	21:50.00	00:46.00	35			9,5	10:54.00	42	31	21	203	44	31	17:10.00	17:46.00	00:52.00	35		
69		8,7	12:27.00	22	48	67	55		253	48	53	21:26.00	22:07.00	00:47.00	34	37	5,6	9,6	11:03.00	40	29		200	43	30	17:30.00	17:58.00	00:53.00	34	37	
68	5,0		12:35.00	21	45	64	53	14	251	47	52	21:54.00	22:25.00	00:48.00	33			9,7	11:12.00	38	27	20	197	42	29	17:50.00	18:10.00	00:54.00	33		
67		8,8	12:44.00	20	42	61	51		249	46	51	22:22.00	22:43.00	00:49.00	32	36			9,8	11:21.00	36	25		193	41	28	18:10.00	18:23.00	00:56.00	32	36
66			12:53.00	19	39	58	49	13	246	45	50	22:50.00	23:02.00	00:50.00	31			9,9	11:30.00	33	23	19	189	40	27	18:30.00	18:36.00	00:58.00	31		
65		8,9	13:02.00	18	36	55	46		243	44	49	23:20.00	23:21.00	00:51.00	30	35	5,7	10,0	11:40.00	30	21	18	185	39	26	18:50.00	18:50.00	01:00.00	30	35	
64			13:11.00	17	33	52	43	12	240	42	47	23:50.00	23:40.00	00:52.00	29	34		10,1	11:50.00	27	19	17	181	37	24	19:10.00	19:04.00	01:02.00	29	34	
63	5,1	9,0	13:20.00	16	30	49	40		237	40	45	24:20.00	24:00.00	00:54.00	28	33		10,3	12:00.00	24	17	16	177	35	22	19:30.00	19:18.00	01:04.00	28	33	
62			13:30.00	14	27	45	37	11	233	38	43	24:50.00	24:20.00	00:56.00	27	32	5,8	10,5	12:10.00	21	15	15	173	33	20	19:50.00	19:32.00	01:06.00	27	32	
61		9,1	13:40.00	12	24	41	33		229	36	41	25:20.00	24:40.00	00:58.00	26	31		10,7	12:20.00	18	13	14	169	31	18	20:10.00	19:46.00	01:08.00	26	31	
60	5,2	9,2	13:50.00	10	21	37	29	10	225	34	39	25:50.00	25:00.00	01:00.00	25	30	5,9	10,9	12:30.00	15	11	12	165	29	16	20:30.00	20:00.00	01:10.00	25	30	
59			13:51.00							33,8		26:00.00	25:07.00	01:00.50									164		15,8	20:34.00	20:04.00	01:10.50			
58	5,3	9,3	16:52.00		36		28		224	33,6		26:10.00	25:14.00	01:01.00			6,0	11,0	12:40.00				163		15,6	20:38.00	20:08.00	01:11.00			
57			13:54.00		20				223	33,4	38	26:20.00	25:22.00	01:01.50					12:45.00												

43		10,9	14:45.00			24	20		209	30	31	29:06.00	27:30.00	01:10.00	21	26	6,9	12,3	14:00.00		7		146		12	21:52.00	21:22.00	01:20.00	21	26	
42	6,1	11,1	14:50.00		14	23	19	5	208	29,7		29:20.00	27:40.00	01:11.00			7,0	12,4	14:06.00	10	7		144	21	11,7	21:58.00	21:28.00	01:21.00			
41	6,2	11,3	14:55.00			22	18		207	29,4	30	29:35.00	27:50.00	01:13.00			7,1	12,5	14:13.00				142		11,4	22:04.00	21:34.00	01:23.00			
40	6,3	11,5	15:00.00	6	13	21	17	4	205	29	29	29:50.00	28:00.00	01:15.00	20	25	7,2	12,6	14:20.00	9	6	6	140	20	11	22:10.00	21:40.00	01:25.00	20	25	
39			15:02.00							28,9		29:56.00	28:03.00	01:15.20					14:22.00						10,9	22:18.00	21:45.00	01:25.50			
38	6,4	11,6	15:04.00						204	28,8		30:02.00	28:06.00	01:15.40					14:24.00				139		10,8	22:26.00	21:50.00	01:26.00			
37			15:06.00							28,7		30:08.00	28:09.00	01:15.60		24	7,3	12,7	14:26.00						10,7	22:34.00	21:56.00	01:26.50		24	
36	6,5	11,4	15:08.00				16		203	28,6	28	30:15.00	28:12.00	01:15.80	19				14:28.00					138		10,6	22:43.00	22:02.00	01:27.00	19	
35			15:10.00							28,5		30:22.00	28:15.00	01:16.00		23	7,4		14:30.00						10,5	22:52.00	22:09.00	01:27.50		23	
34	6,6	11,8	15:12.00		12	20			202	28,4		30:29.00	28:18.00	01:16.20				12,8	14:32.00					137	19	10,4	23:01.00	22:16.00	01:28.00		
33			15:15.00							28,2	27	30:37.00	28:22.00	01:16.40	18	22	7,5		14:34.00						10,2	23:10.00	22:24.00	01:28.50	18	22	
32	6,7	11,9	15:18.00	5			15	3	201	28		30:45.00	28:26.00	01:16.70					14:37.00	8	5	5	136		10	23:20.00	22:32.00	01:29.00			
31			15:21.00							27,9		30:53.00	28:30.00	01:17.00		21	7,6	12,9	14:40.00						9,9	23:30.00	22:40.00	01:29.50		21	
30	6,8	12,0	15:25.00						200	27,8	26	31:02.00	28:35.00	01:17.50	17				14:43.00					135		9,8	23:41.00	22:48.00	01:30.00	17	
29		12,1	15:29.00		11	19			199	27,7		31:11.00	28:40.00	01:18.00		20	7,7	13,0	14:46.00					134	18	9,7	23:52.00	22:56.00	01:31.00		20
28	6,9	12,2	15:33.00				14		198	27,6		31:20.00	28:45.00	01:18.50					14:49.00					133		9,6	24:04.00	23:04.00	01:32.00		
27		12,3	15:37.00						197	27,4	25	31:30.00	28:50.00	01:19.00	16	19	7,8	13,1	14:52.00					132		9,4	24:16.00	23:12.00	01:33.00	16	19
26	7,0	12,4	15:41.00						196	27,2		31:40.00	28:55.00	01:19.50					14:56.00					131		9,2	24:28.00	23:21.00	01:34.00		
25	7,1	12,5	15:45.00	4	10	18	13	2	195	27	24	31:50.00	29:00.00	01:20.00	15	18	7,9	13,2	15:00.00	7	4	4	130	17	9	24:40.00	23:30.00	01:35.00	15	18	
24			15:47.00							26,9		31:52.00	29:02.00	01:21.00					15:02.00						8,9	24:42.00	23:32.00	01:36.00			
23	7,2	12,6	15:49.00						194	26,8	23	31:54.00	29:04.00	01:21.20				8,0	13,3	15:04.00				129	16	8,8	24:44.00	23:34.00	01:37.00		
22			15:51.00							26,6		31:56.00	29:06.00	01:23.00					15:06.00							8,7	24:46.00	23:36.00	01:38.00		
21	7,3	12,7	15:53.00						193	26,4	22	31:58.00	29:08.00	01:24.00				8,1	13,4	15:08.00				128	15	8,6	24:48.00	23:38.00	01:39.00		
20			15:55.00		9	17	12			26,2		32:00.00	29:10.00	01:25.00	14	17			15:10.00	6						8,5	24:50.00	23:40.00	01:40.00	14	17
19	7,4	12,8	15:57.00						192	26	21	32:03.00	29:13.00	01:26.00				8,2	13,5	15:12.00						8,4	24:52.00	23:42.00	01:41.00		
18			16:00.00	3						25,9		32:06.00	29:16.00	01:27.00					15:14.00			3				8,2	24:54.00	23:44.00	01:42.00		
17	7,5	12,9	16:03.00						191	25,8	20	32:09.00	29:19.00	01:28.00				8,3	13,6	15:16.00				126	13	8	24:56.00	23:46.00	01:43.00		
16			16:06.00		8	16	11		190	25,6		32:12.00	29:22.00	01:29.00	13	16			15:18.00	5				125		7,9	24:58.00	23:48.00	01:44.00	13	16
15	7,6	13,0	16:09.00					0	189	25,4	19	32:15.00	29:25.00	01:30.00				8,4	13,7	15:20.00			2	124	12	7,8	25:00.00	23:50.00	01:45.00		
14	7,7	13,1	16:12.00						188	25,2		32:18.00	29:28.00	01:31.00				8,5	13,8	15:23.00				123		7,7	25:03.00	23:53.00	01:46.00		
13	7,8	13,2	16:15.00						187	25	18	32:22.00	29:31.00	01:32.00				8,6	13,9	15:26.00				122	11	7,6	25:06.00	23:56.00	01:47.00		
12	7,9	13,3	16:18.00		7	15	10		186	24,8		32:26.00	29:34.00	01:33.00	12	15		8,7	14,0	15:29.00	4			121		7,4	25:09.00	23:59.00	01:48.00	12	15
11	8,0	13,4	16:21.00	2				-1	185	24,6	17	32:30.00	29:37.00	01:34.00				8,8	14,1	15:32.00		2	1	120	10	7,2	25:12.00	24:02.00	01:49.00		
10	8,1	13,5	16:24.00						184	24,3	16	32:34.00	29:40.00	01:35.00				8,9	14,2	15:35.00				119		7	25:15.00	24:05.00	01:50.00		
9	8,2	13,6	16:27.00						183	24	15	32:38.00	29:44.00	01:36.00				9,0	14,3	15:38.00				118	9	6,9	25:18.00	24:08.00	01:52.00		
8	8,4	13,8	16:30.00		6	14	9		182	23,7	14	32:42.00	29:48.00	01:37.00	11	14		9,2	14,5	15:42.00	3			117		6,8	25:21.00	24:11.00	01:54.00	11	14
7	8,6	14,0	16:33.00					-2	181	23,4	13	32:46.00	29:52.00	01:38.00				9,4	14,7	15:46.00			0	116	8	6,7	25:24.00	24:14.00	01:56.00		
6	8,8	14,2	16:36.00						180	23	12	32:50.00	29:56.00	01:39.00				9,6	14,9	15:50.00				115	7	6,6	25:27.00	24:17.00	01:58.00		
5	9,0	14,4	16:40.00	1					179	22,7	11	32:54.00	30:00.00	01:40.00				9,8	15,1	15:54.00		1		114	6	6,4	25:30.00	24:20.00	02:00.00		
4	9,2	14,6	16:44.00		5	13	8		178	22,4	10	32:58.00	30:04.00	01:42.00	10	13		10,0	15,3	15:58.00	2			113	5	6,2	25:34.00	24:24.00	02:02.00	10	13
3	9,4	14,8	16:48.00					-3	177	22	9	33:02.00	30:08.00	01:44.00				10,2	15,5	16:02.00			-1	112	4	6	25:38.00	24:28.00	02:04.00		
2	9,6	15,0	16:52.00						176	21,5	8	33:06.00	30:12.00	01:46.00				10,4	15,7	16:06.00				111	3	5,8	25:42.00	24:32.00	02:06.00		
1	9,8	15,2	16:56.00		4	12	7	-4	175	21	7	33:10.00	30:16.00	01:48.00	9	12		10,6	15,9	16:10.00	1		-2	110	2	5,5	25:46.00	24:36.00	02:08.00	9	12

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

VIII СТУПЕНЬ (возрастная группа от 40 до 44 лет)																												
Мужчины														Женщины														
Очки	№1	№2			№3	№4		№5	№6		№7	№8		№1	№2		№3	№4		№5	№6		№7	№8				
	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Кросс на 2 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»		
100	06:20.00	34	100	124	80	23	4,8	7,9	72	12:10.00	10:10.00	00:32.00	50	50	08:00.00	84	58	27	5,3	9,0	65	06:55.00	07:20.00	00:35.00	50	50		
99	06:22.00		99	123						12:25.00	10:15.00	00:32.10			08:05.00	83						07:05.00	07:25.00	00:35.10				
98	06:24.00		98	122						12:40.00	10:20.00	00:32.20			08:10.00	82						07:15.00	07:30.00	00:35.20				
97	06:27.00		97	121	79				71	12:55.00	10:25.00	00:32.40	49		08:16.00	81	57				64	07:26.00	07:35.00	00:35.40	49			
96	06:30.00	33	96	120						13:10.00	10:30.00	00:32.60		49	08:22.00	80			9,1			07:37.00	07:40.00	00:35.70		49		
95	06:34.00		95	119	78	22				13:25.00	10:35.00	00:32.80			08:28.00	79	56	26				07:48.00	07:45.00	00:36.00	48			
94	06:38.00		94	118	77				70	13:40.00	10:41.00	00:33.00	48		08:34.00	78	55		5,4		63	08:00.00	07:51.00	00:36.40				
93	06:42.00		93	117	76					13:55.00	10:47.00	00:33.30		48	08:40.00	77	54					08:12.00	07:57.00	00:36.80	47	48		
92	06:46.00	32	92	116	75		4,9			14:12.00	10:54.00	00:33.60	47		08:46.00	76	53			9,2	62	08:25.00	08:04.00	00:37.20				
91	06:50.00		91	115	74	21			69	14:30.00	11:02.00	00:34.00			08:52.00	75	52					08:38.00	08:12.00	00:37.60	46			
90	06:55.00		90	114	73				8,1	14:50.00	11:10.00	00:34.40	46	47	08:58.00	74	51	25			61	08:51.00	08:20.00	00:38.00		47		
89	07:00.00	31	89	112	72				68	15:10.00	11:18.00	00:34.80			09:04.00	73	50			9,3	60	09:05.00	08:28.00	00:38.50	45			
88	07:05.00		88	110	71					15:30.00	11:26.00	00:35.20	45		09:10.00	72	49		5,5		59	09:19.00	08:36.00	00:39.00		46		
87	07:10.00		87	108	70	20			67	15:55.00	11:34.00	00:35.60		46	09:16.00	71	48				58	09:33.00	08:44.00	00:39.50	44			
86	07:15.00	30	86	106	69				8,2	16:20.00	11:42.00	00:36.00	44		09:23.00	70	47	24			57	09:48.00	08:52.00	00:40.00		45		
85	07:20.00		84	104	68		5,0			16:45.00	11:51.00	00:36.50		45	09:30.00	69	46				56	10:03.00	09:00.00	00:40.50	43			
84	07:25.00	29	82	102	67				64	17:10.00	12:00.00	00:37.00	43		09:37.00	68	45				55	10:18.00	09:08.00	00:41.00		44		
83	07:30.00		80	100	66	19			63	17:35.00	12:10.00	00:37.50		44	09:44.00	67	44		5,6	9,5	54	10:33.00	09:16.00	00:41.50	42			
82	07:35.00	28	78	98	65				8,3	18:00.00	12:20.00	00:38.00	42		09:51.00	66	43	23			53	10:49.00	09:25.00	00:42.00		43		
81	07:40.00		76	96	64				61	18:25.00	12:30.00	00:38.50		43	09:58.00	64	42				52	11:05.00	09:35.00	00:43.00	41			
80	07:46.00	27	74	94	63	18			60	18:50.00	12:40.00	00:39.00	41		10:05.00	62	41			9,6	51	11:22.00	09:45.00	00:44.00		42		
79	07:52.00		72	92	62		5,1	8,4	59	19:15.00	12:50.00	00:39.50		42	10:12.00	60	40	22			50	11:39.00	09:55.00	00:45.00	40			
78	07:58.00	26	70	90	61				58	19:40.00	13:00.00	00:40.00	40		10:19.00	58	39		5,7	9,7	49	11:57.00	10:05.00	00:46.00		41		
77	08:04.00		68	87	60	17			57	20:05.00	13:10.00	00:40.50		41	10:26.00	56	38	21			48	12:15.00	10:15.00	00:47.00	39			
76	08:10.00	25	66	84	59			8,5	56	20:31.00	13:20.00	00:41.00	39		10:33.00	54	37			9,8	47	12:35.00	10:25.00	00:48.00		40		
75	08:16.00		64	81	58				55	20:57.00	13:31.00	00:41.50		40	10:40.00	52	36	20			46	12:55.00	10:35.00	00:49.00	38			
74	08:22.00	24	62	78	57	16	5,2		54	21:23.00	13:42.00	00:42.00	38		10:48.00	50	35			9,9	45	13:15.00	10:45.00	00:50.00		39		
73	08:28.00		59	75	56			8,6	53	21:49.00	13:53.00	00:43.00		39	10:56.00	48	34	19	5,8		44	13:35.00	10:56.00	00:51.00	37			
72	08:34.00	23	56	72	55	15			52	22:15.00	14:04.00	00:44.00	37		11:04.00	46	33				43	13:55.00	11:07.00	00:52.00	36	38		
71	08:40.00	22	53	69	54				51	22:42.00	14:15.00	00:45.00	36	38	11:13.00	44	32	18			42	14:15.00	11:18.00	00:53.00	35			
70	08:47.00	21	50	66	52	14		8,7	50	23:09.00	14:26.00	00:46.00	35		11:22.00	42	30				41	14:35.00	11:30.00	00:55.00	34	37		
69	08:54.00	20	47	63	50		5,3		49	23:36.00	14:37.00	00:47.00	34	37	11:31.00	40	28	17	5,9		40	14:55.00	11:42.00	00:57.00	33	36		
68	09:01.00	19	44	60	48	13		8,8	48	24:03.00	14:48.00	00:48.00	33		11:40.00	38	26				40,5	39	15:15.00	11:54.00	00:59.00	32	35	
67	09:08.00	18	41	56	46				47	24:31.00	15:00.00	00:49.00	32	36	11:50.00	35	24	16			40,6	38	15:35.00	12:06.00	01:01.00	31	34	
66	09:15.00	17	38	52	44	12		8,9	46	24:59.00	15:12.00	00:50.00	31		12:00.00	32	22				40,7	37	15:55.00	12:18.00	01:03.00	30	33	
65	09:22.00	16	35	48	42		5,4	9,0	45	25:27.00	15:25.00	00:51.00	30	35	12:10.00	29	20	15			40,6	35	16:15.00	12:30.00	01:05.00	29	32	
64	09:29.00	15	32	44	40	11		9,1	43	25:55.00	15:38.00	00:52.00	29	34	12:20.00	26	18				40,9	33	16:36.00	12:42.00	01:07.00	28	31	
63	09:36.00	14	29	40	38			9,2	41	26:25.00	15:51.00	00:54.00	28	33	12:30.00	23	16	14			40,9	31	16:57.00	12:54.00	01:09.00	27	30	
62	09:44.00	13	26	36	35	10	5,5	9,3	39	27:00.00	16:04.00	00:56.00	27	32	12:40.00	20	14	13	6,1		40,9	29	17:18.00	13:06.00	01:11.00	26	29	
61	09:52.00	11	23	32	32			9,4	37	27:35.00	16:17.00	00:58.00	26	31	12:50.00	17	12	12			40,9	27	17:39.00	13:18.00	01:13.00	24	28	
60	10:00.00	9	20	28	28	9	5,6	9,6	35	28:10.00	16:30.00	01:00.00	25	30	13:00.00	14	10	11	6,2		40,9	25	18:00.00	13:30.00	01:15.00	22	27	
59	10:05.00									28:25.00	16:40.00	01:00.20			13:05.00							40,9	24	18:07.00	13:36.00	01:15.50		
58	10:10.00			27	27		5,7	9,7		28:42.00	16:50.00	01:00.40			13:10.00						6,3	40,9	18:14.00	13:42.00	01:16.00			
57	10:15.00		19						34	28:59.00	17:00.00	01:00.70	24	29	13:15.00							40,9	24	18:22.00	13:48.00	01:16.50		
56	10:20.00			26	26	8	5,8	9,8		29:16.00	17:10.00	01:01.00			13:20.00	13		10			6,4	40,9	18:30.00	13:54.00	01:17.00	21	26	
55	10:25.00							9,9		29:34.00	17:20.00	01:01.50			13:26.00		9					40,9	18:38.00	14:00.00	01:17.50			
54	10:30.00		18	25	25		5,9	10,0	33	29:52.00	17:31.00	01:02.00	23	28	13:32.00						6,5	40,9	18:46.00	14:07.00	01:18.00			
53	10:35.00	8					6,0	10,1		30:10.00	17:42.00	01:02.50			13:38.00			9			6,6	40,9	18:54.00	14:14.00	01:18.50			
52	10:41.00			24	24	7	6,1	10,2		30:30.00	17:53.00	01:03.00	22	27	13:44.00	12					6,7	40,9	19:02.00	14:21.00	01:19.00	20	25	
51	10:47.00		17				6,2	10,3	32	30:50.00	18:04.00	01:03.50			13:50.00						6,8	40,9	19:11.00	14:28.00	01:19.50			
50	10:53.00			23	23		6,3	10,4		31:																		

36	12:12.00				16			12,2	26	35:12.00	20:46.00	01:12.00		20	15:22.00					21:10.00	16:12.00	01:30.00		20		
35	12:15.00									35:20.00	20:50.00	01:12.50			15:25.00					21:16.00	16:15.00	01:30.50				
34	12:18.00		11	16			7,5	12,3		35:29.00	20:55.00	01:13.00	15		15:28.00				8,1	13,4		15				
33	12:22.00								25	35:38.00	21:00.00	01:13.50		19	15:32.00					21:28.00	16:22.00	01:31.50		19		
32	12:26.00	5			15	2		12,4		35:47.00	21:05.00	01:14.00			15:36.00	7	4	3		15	21:34.00	16:26.00	01:32.00			
31	12:30.00						7,6			35:56.00	21:10.00	01:14.50			15:40.00				8,2	13,5			21:40.00	16:30.00	01:32.50	
30	12:35.00							12,5	24	36:06.00	21:16.00	01:15.00		18	15:45.00					21:46.00	16:35.00	01:33.00		18		
29	12:40.00		10	15			7,7			36:16.00	21:24.00	01:16.00	14		15:50.00				8,3	13,6			21:54.00	16:40.00	01:34.00	14
28	12:45.00				14			12,6		36:27.00	21:32.00	01:17.00			15:55.00					22:02.00	16:45.00	01:35.00				
27	12:50.00						7,8		23	36:38.00	21:40.00	01:18.00		17	16:00.00				8,4	13,7			22:10.00	16:50.00	01:36.00	17
26	12:55.00							12,7		36:49.00	21:50.00	01:19.00			16:05.00					22:20.00	16:55.00	01:37.00				
25	13:00.00	4	9	14	13	1	7,9	12,8	22	37:00.00	22:00.00	01:20.00	13	16	16:10.00	6	3	2	8,5	13,8	14	22:30.00	17:00.00	01:38.00	13	16
24	13:02.00									37:02.00	22:02.00	01:21.00			16:12.00					22:32.00	17:02.00	01:39.00				
23	13:04.00						8,0	12,9	21	37:04.00	22:04.00	01:22.00			16:14.00				8,6	13,9	13	22:34.00	17:04.00	01:40.00		
22	13:06.00									37:06.00	22:06.00	01:23.00			16:16.00					22:36.00	17:06.00	01:41.00				
21	13:08.00						8,1	13,0	20	37:08.00	22:08.00	01:24.00			16:18.00				8,7	14,0	12	22:38.00	17:08.00	01:42.00		
20	13:10.00		8	13	12					37:10.00	22:10.00	01:25.00	12	15	16:20.00	5				22:40.00	17:10.00	01:43.00	12	15		
19	13:12.00					0	8,2	13,1	19	37:13.00	22:13.00	01:26.00			16:22.00			1	8,8	14,1	11	22:43.00	17:13.00	01:44.00		
18	13:14.00	3								37:16.00	22:16.00	01:27.00			16:24.00					22:46.00	17:16.00	01:45.00				
17	13:16.00						8,3	13,2	18	37:19.00	22:19.00	01:28.00			16:26.00				8,9	14,2	10	22:49.00	17:19.00	01:46.00		
16	13:18.00		7	12	11					37:22.00	22:22.00	01:29.00	11	14	16:28.00			2		22:52.00	17:22.00	01:47.00	11	14		
15	13:20.00					-1	8,4	13,3	17	37:25.00	22:25.00	01:30.00			16:30.00	4		0	9,0	14,3	9	22:56.00	17:25.00	01:48.00		
14	13:23.00						8,5	13,4		37:28.00	22:28.00	01:31.00			16:33.00				9,1	14,4		23:00.00	17:28.00	01:49.00		
13	13:26.00						8,6	13,5	16	37:31.00	22:31.00	01:32.00			16:36.00				9,2	14,5	8	23:04.00	17:31.00	01:50.00		
12	13:29.00		6	11	10		8,7	13,6		37:34.00	22:34.00	01:33.00	10	13	16:39.00				9,3	14,6		23:08.00	17:34.00	01:51.00	10	13
11	13:32.00	2				-2	8,8	13,7	15	37:37.00	22:37.00	01:34.00			16:42.00			-1	9,4	14,7	7	23:12.00	17:37.00	01:52.00		
10	13:35.00						8,9	13,8	14	37:40.00	22:40.00	01:35.00			16:45.00	3			9,5	14,8		23:16.00	17:40.00	01:53.00		
9	13:38.00						9,0	13,9	13	37:44.00	22:44.00	01:36.00			16:48.00				9,6	14,9	6	23:20.00	17:44.00	01:54.00		
8	13:41.00		5	10	9		9,2	14,1	12	37:48.00	22:48.00	01:37.00	9	12	16:51.00			1	9,8	15,1		23:24.00	17:48.00	01:55.00	9	12
7	13:44.00					-3	9,4	14,3	11	37:52.00	22:52.00	01:38.00			16:54.00			-2	10,0	15,3	5	23:28.00	17:52.00	01:56.00		
6	13:47.00						9,6	14,5	10	37:56.00	22:56.00	01:39.00			16:57.00	2			10,2	15,5		23:32.00	17:56.00	01:58.00		
5	13:50.00	1					9,8	14,7	9	38:00.00	23:00.00	01:40.00			17:00.00				10,4	15,7	4	23:36.00	18:00.00	02:00.00		
4	13:54.00		4	9	8		10,0	14,9	8	38:05.00	23:04.00	01:42.00	8	11	17:04.00				10,6	15,9		23:40.00	18:05.00	02:02.00	8	11
3	13:58.00					-4	10,2	15,1	7	38:10.00	23:08.00	01:44.00			17:08.00			-3	10,8	16,1	3	23:44.00	18:10.00	02:04.00		
2	14:02.00						10,4	15,3	6	38:15.00	23:12.00	01:46.00			17:12.00	1			11,0	16,3	2	23:48.00	18:15.00	02:06.00		
1	14:06.00		3	8	7	-5	10,6	15,5	5	38:20.00	23:16.00	01:48.00	7	10	17:16.00			-4	11,2	16,5	1	23:52.00	18:20.00	02:08.00	7	10

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

VIII СТУПЕНЬ (возрастная группа от 45 до 49 лет)																											
Мужчины														Женщины													
Очки	№1	№2			№3	№4		№5	№6		№7	№8		№1	№2		№3	№4		№5	№6		№7	№8			
	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Бег на 30 м (с)	Бег на 60 м (с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Кросс на 2 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	
100	06:40.00	32	98	122	75	22	5,0	8,2	68	13:00.00	10:40.00	00:35.00	50	50	08:15.00	82	55	25	5,4	9,0	63	07:10.00	07:35.00	00:37.00	50	50	
99	06:43.00		97	121						13:20.00	10:45.00	00:35.10			08:18.00	81						07:20.00	07:40.00	00:37.10			
98	06:46.00		96	120						13:40.00	10:50.00	00:35.20			08:21.00	80						07:30.00	07:45.00	00:37.20			
97	06:50.00		95	119	74				67	14:00.00	10:55.00	00:35.40	49		08:25.00	79	54					07:41.00	07:50.00	00:37.40	49	49	
96	06:54.00		94	118						14:20.00	11:00.00	00:35.60		49	08:29.00	78						07:52.00	07:55.00	00:37.70			
95	06:58.00	31	93	117	73	21				14:40.00	11:05.00	00:35.80			08:33.00	77	53	24				08:04.00	08:00.00	00:38.00	48		
94	07:02.00		92	116	72		5,1		66	15:00.00	11:11.00	00:36.00	48		08:37.00	76			5,5			08:16.00	08:06.00	00:38.40		48	
93	07:06.00		91	115	71			8,4		15:22.00	11:17.00	00:36.30		48	08:41.00	75	52					08:29.00	08:13.00	00:38.80	47		
92	07:10.00		90	114	70					15:44.00	11:24.00	00:36.60	47		08:45.00	74	51			9,2			08:43.00	08:20.00	00:39.20		47
91	07:15.00	30	89	113	69	20			65	16:06.00	11:32.00	00:37.00			08:50.00	73	50					08:57.00	08:28.00	00:39.60	46		
90	07:20.00		88	112	68					16:48.00	11:40.00	00:37.40	46	47	08:56.00	72	49	23				09:11.00	08:36.00	00:40.00		46	
89	07:25.00		86	110	67		5,2		64	17:10.00	11:48.00	00:37.80			09:02.00	71	48		5,6	9,3		09:25.00	08:45.00	00:40.50	45		
88	07:30.00		84	108	66					17:35.00	11:56.00	00:38.20	45		09:09.00	70	47					09:40.00	08:55.00	00:41.00		45	
87	07:35.00	29	82	106	65	19				18:00.00	12:04.00	00:38.60		46	09:16.00	69	46					09:55.00	09:05.00	00:41.50	44		
86	07:40.00		80	104	64					18:25.00	12:12.00	00:39.00	44		09:23.00	68	45	22			9,4	10:10.00	09:15.00	00:42.00		44	
85	07:45.00		78	102	63		5,3	8,7		18:50.00	12:21.00	00:39.50		45	09:30.00	67	44					10:26.00	09:25.00	00:42.50	43		
84	07:50.00		76	100	62					19:15.00	12:30.00	00:40.00	43		09:37.00	66	43		5,7			10:42.00	09:35.00	00:43.00		43	
83	07:55.00	28	74	98	61	18				19:40.00	12:40.00	00:40.50		44	09:45.00	64	42				9,5	10:59.00	09:45.00	00:43.50	42		
82	08:00.00		72	95	60					20:05.00	12:50.00	00:41.00	42		09:53.00	62	41	21				11:16.00	09:55.00	00:44.00		42	
81	08:06.00		70	92	59		5,4	8,9		20:30.00	13:00.00	00:41.50		43	10:01.00	60	40					11:34.00	10:05.00	00:45.00	41		
80	08:12.00	27	68	89	58	17				20:55.00	13:10.00	00:42.00	41		10:10.00	58	39					11:52.00	10:15.00	00:46.00		41	
79	08:18.00		66	86	57				9,0	21:20.00	13:20.00	00:42.50		42	10:19.00	56	38	20	5,8			12:21.00	10:25.00	00:47.00	40		
78	08:24.00		64	83	56				9,1	21:45.00	13:30.00	00:43.00	40		10:28.00	54	37					12:40.00	10:35.00	00:48.00		40	
77	08:30.00	26	62	80	55	16	5,5	9,2		22:10.00	13:40.00	00:43.50		41	10:37.00	52	36	19				13:00.00	10:45.00	00:49.00	39		
76	08:36.00		60	77	54				9,3	22:40.00	13:50.00	00:44.00	39		10:46.00	50	35					13:20.00	10:55.00	00:50.00		39	
75	08:42.00		58	74	53				9,4	23:10.00	14:01.00	00:45.00		40	10:55.00	48	34	18	5,9			13:40.00	11:06.00	00:51.00	38		
74	08:49.00	25	56	71	52	15			9,5	23:40.00	14:12.00	00:46.00	38		11:05.00	46	33					14:00.00	11:18.00	00:52.00		38	
73	08:56.00		54	68	51		5,6	9,6		24:10.00	14:23.00	00:47.00		39	11:15.00	44	32	17				14:21.00	11:30.00	00:54.00	37		
72	09:03.00	24	52	65	50	14			9,7	24:40.00	14:34.00	00:48.00	37		11:25.00	42	31		6,0			14:42.00	11:42.00	00:56.00		37	
71	09:10.00		50	62	49				9,8	25:10.00	14:45.00	00:49.00	36	38	11:35.00	40	30	16				15:04.00	11:55.00	00:58.00	36	36	
70	09:17.00	23	48	59	47	13			9,9	25:40.00	14:56.00	00:50.00	35		11:45.00	38	29					15:26.00	12:08.00	01:00.00	35	35	
69	09:24.00	22	45	56	45		5,7	10,0		26:10.00	15:07.00	00:51.00	34	37	11:56.00	36	27	15	6,1			15:49.00	12:21.00	01:02.00	34	34	
68	09:31.00	21	42	53	43	12			10,1	26:40.00	15:18.00	00:52.00	33		12:07.00	34	25					16:12.00	12:34.00	01:04.00	33	33	
67	09:38.00	20	39	50	41				10,2	27:10.00	15:30.00	00:53.00	32	36	12:18.00	32	23	14				16:36.00	12:48.00	01:06.00	32	32	
66	09:45.00	19	36	47	39	11			10,3	27:40.00	15:42.00	00:54.00	31		12:29.00	30	21		6,2			17:00.00	13:02.00	01:08.00	31	31	
65	09:52.00	18	33	43	37		5,8	10,4		28:10.00	15:55.00	00:55.00	30	35	12:40.00	27	19	13				17:25.00	13:16.00	01:10.00	30	30	
64	09:59.00	16	30	39	35	10			10,5	28:40.00	16:08.00	00:57.00	29	34	12:52.00	24	17		6,3			17:50.00	13:30.00	01:12.00	28	29	
63	10:06.00	14	27	35	33				10,6	29:15.00	16:21.00	00:59.00	28	33	13:04.00	21	15	12				18:15.00	13:45.00	01:14.00	26	28	
62	10:14.00	12	24	31	31	9	5,9	10,7		29:50.00	16:34.00	01:01.00	27	32	13:16.00	18	13		6,4			18:40.00	14:00.00	01:16.00	24	27	
61	10:22.00	10	21	27	29				10,9	30:25.00	16:47.00	01:03.00	26	31	13:28.00	15	11	11				19:05.00	14:15.00	01:18.00	22	26	
60	10:30.00	8	18	23	27	8	6,0	11,1	31	31:00.00	17:00.00	01:05.00	25	30	13:40.00	12	9	10	6,5	11,6	21	19:30.00	14:30.00	01:20.00	20	25	
59	10:34.00									31:15.00	17:10.00	01:05.20			13:46.00							19:37.00	14:36.00	01:20.20			
58	10:38.00			22	26		6,1	11,2		31:30.00	17:20.00	01:05.40	24	29	13:52.00				6,6	11,7		19:44.00	14:42.00	01:20.40			
57	10:42.00		17							31:46.00	17:30.00	01:05.70			13:58.00							19:52.00	14:48.00	01:20.70			
56	10:46.00			21	25	7	6,2	11,3	30	32:02.00	17:40.00	01:06.00	23	28	14:04.00			9				20:00.00	14:54.00	01:21.00	19	24	
55	10:51.00									32:19.00	17:50.00	01:06.50			14:10.												

36	12:27.00				14		7,7	13,7	23	37:40.00	21:25.00	01:17.00		17	16:24.00				8,3	14,2		22:44.00	17:12.00	01:32.00		17	
35	12:31.00									37:51.00	21:32.00	01:17.50			16:28.00							22:48.00	17:15.00	01:32.50			
34	12:35.00		9					13,8		38:02.00	21:39.00	01:18.00	12		16:32.00						14,3		22:52.00	17:18.00	01:33.00	12	
33	12:39.00						7,8		22	38:13.00	21:47.00	01:18.50		16	16:36.00				8,4			22:56.00	17:22.00	01:33.50		16	
32	12:43.00	4		10	13	1		13,9		38:24.00	21:55.00	01:19.00			16:41.00	6	4	3			14,4	11	23:00.00	17:26.00	01:34.00		
31	12:48.00									38:36.00	22:03.00	01:19.50			16:46.00							23:05.00	17:30.00	01:34.50			
30	12:53.00						7,9	14,0	21	38:49.00	22:12.00	01:20.00		15	16:51.00				8,5	14,5		23:11.00	17:35.00	01:35.00		15	
29	12:58.00		8							39:02.00	22:21.00	01:21.00	11		16:56.00							23:18.00	17:40.00	01:36.00	11		
28	13:03.00				12			14,1		39:16.00	22:30.00	01:22.00			17:02.00						14,6		23:26.00	17:45.00	01:37.00		
27	13:08.00						8,0	14,2	20	39:30.00	22:40.00	01:23.00		14	17:08.00				8,6	14,7		23:34.00	17:50.00	01:38.00		14	
26	13:14.00							14,3		39:45.00	22:50.00	01:24.00			17:14.00						14,8		23:42.00	17:55.00	01:39.00		
25	13:20.00	3	7	9	11	0	8,1	14,4	19	40:00.00	23:00.00	01:25.00	10	13	17:20.00	5	3	2	8,7	14,9	10	23:50.00	18:00.00	01:40.00	10	13	
24	13:22.00									40:02.00	23:02.00	01:26.00			17:22.00							23:52.00	18:02.00	01:41.00			
23	13:24.00						8,2	14,5	18	40:04.00	23:04.00	01:27.00			17:24.00				8,8	15,0		23:54.00	18:04.00	01:42.00			
22	13:26.00									40:06.00	23:06.00	01:28.00			17:26.00							9	23:56.00	18:06.00	01:43.00		
21	13:28.00						8,3	14,6	17	40:08.00	23:08.00	01:29.00			17:28.00				8,9	15,1		23:58.00	18:08.00	01:44.00			
20	13:30.00		6	8	10	-1				40:10.00	23:10.00	01:30.00	9	12	17:30.00							24:00.00	18:10.00	01:45.00	9	12	
19	13:32.00						8,4	14,7	16	40:13.00	23:13.00	01:31.00			17:32.00			1	9,0	15,2	8	24:03.00	18:13.00	01:46.00			
18	13:34.00									40:16.00	23:16.00	01:32.00			17:34.00	4						24:06.00	18:16.00	01:47.00			
17	13:36.00						8,5	14,8	15	40:19.00	23:19.00	01:33.00			17:36.00				9,1	15,3		24:09.00	18:19.00	01:48.00			
16	13:38.00	2	5	7	9	-2				40:22.00	23:22.00	01:34.00	8	11	17:38.00		2				7	24:12.00	18:22.00	01:49.00	8	11	
15	13:40.00						8,6	14,9	14	40:25.00	23:25.00	01:35.00			17:40.00			0	9,2	15,4		24:15.00	18:25.00	01:50.00			
14	13:43.00						8,7	15,0		40:28.00	23:28.00	01:36.00			17:43.00				9,3	15,5		24:18.00	18:28.00	01:51.00			
13	13:46.00						8,8	15,1	13	40:31.00	23:31.00	01:37.00			17:46.00				9,4	15,6	6	24:22.00	18:31.00	01:52.00			
12	13:49.00		4	6	8	-3	8,9	15,2		40:34.00	23:34.00	01:38.00	7	10	17:49.00				9,5	15,7		24:26.00	18:34.00	01:53.00	7	10	
11	13:52.00						9,0	15,3	12	40:37.00	23:37.00	01:39.00			17:52.00	3		-1	9,6	15,8		24:30.00	18:37.00	01:54.00			
10	13:55.00						9,1	15,4	11	40:40.00	23:40.00	01:40.00			17:55.00				9,7	15,9	5	24:34.00	18:40.00	01:55.00			
9	13:58.00						9,2	15,5	10	40:44.00	23:44.00	01:42.00			17:58.00				9,8	16,0		24:38.00	18:44.00	01:56.00			
8	14:01.00	1	3	5	7	-4	9,4	15,7	9	40:48.00	23:48.00	01:44.00	6	9	18:02.00		1		10,0	16,2	4	24:42.00	18:48.00	01:57.00	6	9	
7	14:05.00						9,6	15,9	8	40:52.00	23:52.00	01:46.00			18:06.00			-2	10,2	16,4		24:46.00	18:52.00	01:58.00			
6	14:09.00						9,8	16,1	7	40:56.00	23:56.00	01:48.00			18:10.00				10,4	16,6	3	24:50.00	18:56.00	01:59.00			
5	14:13.00						10,0	16,3	6	41:00.00	24:00.00	01:50.00			18:14.00	2			10,6	16,8		24:54.00	19:00.00	02:00.00			
4	14:17.00		2	4	6	-5	10,2	16,5	5	41:05.00	24:04.00	01:52.00	5	8	18:18.00				10,8	17,0	2	24:58.00	19:04.00	02:02.00	5	8	
3	14:21.00						10,4	16,7	4	41:10.00	24:08.00	01:54.00			18:22.00			-3	11,0	17,2		25:02.00	19:08.00	02:04.00			
2	14:25.00						10,6	16,9	3	41:15.00	24:12.00	01:56.00			18:26.00				11,2	17,4	1	25:06.00	19:12.00	02:06.00			
1	14:30.00		1	3	5	-6	10,8	17,1	2	41:20.00	24:16.00	01:58.00	4	7	18:30.00	1		-4	11,4	17,6		25:10.00	19:16.00	02:08.00	4	7	

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

IX СТУПЕНЬ (возрастная группа от 50 до 54 лет)																								
		Мужчины												Женщины										
Очки	№1	№2		№3	№4	№5	№6		№7	№8		№1	№2		№3	№4	№5	№6		№7	№8			
	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Кросс на 2 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»
100	06:55.00	30	95	117	72	21	20:00.00	65	14:30.00	11:00.00	00:38.00	50	50	08:30.00	78	52	23	22:00.00	60	07:40.00	08:10.00	00:41.00	50	50
99	06:57.00		94	116			20:02.00		14:50.00	11:05.00	00:38.10			08:34.00	77			22:04.00		07:50.00	08:15.00	00:41.20		
98	06:59.00		93	115			20:04.00		15:10.00	11:10.00	00:38.20			08:38.00	76			22:08.00		08:00.00	08:20.00	00:41.50		
97	07:02.00		92	114	71		20:07.00	64	15:30.00	11:15.00	00:38.40	49		08:43.00	75	51		22:13.00	59	08:11.00	08:25.00	00:41.80	49	49
96	07:05.00		91	113			20:10.00		15:50.00	11:20.00	00:38.60		49	08:48.00	74			22:18.00		08:22.00	08:30.00	00:42.20		
95	07:08.00	29	90	112	70	20	20:14.00		16:10.00	11:25.00	00:38.80	48		08:54.00	73	50	22	22:24.00	58	08:34.00	08:35.00	00:42.60	48	48
94	07:12.00		89	111	69		20:18.00	63	16:30.00	11:31.00	00:39.00			09:00.00	72			22:30.00		08:46.00	08:41.00	00:43.00		
93	07:16.00		88	110	68		20:22.00		16:52.00	11:37.00	00:39.30	47	48	09:06.00	71	49		22:36.00	57	08:59.00	08:47.00	00:43.40	47	47
92	07:20.00		87	109	67		20:26.00		17:14.00	11:44.00	00:39.60			09:12.00	70			22:42.00		09:12.00	08:54.00	00:43.80		
91	07:25.00	28	86	108	66	19	20:30.00	62	17:36.00	11:52.00	00:40.00	46		09:19.00	69	48		22:49.00	56	09:25.00	09:02.00	00:44.20	46	46
90	07:30.00		84	106	65		20:35.00		17:58.00	12:01.00	00:40.40		47	09:26.00	68	47	21	22:56.00	55	09:39.00	09:11.00	00:44.60		
89	07:35.00		82	104	64		20:40.00	61	18:20.00	12:10.00	00:40.80	45		09:33.00	67	46		23:03.00	54	09:53.00	09:20.00	00:45.00	45	45
88	07:40.00		80	102	63		20:45.00		18:45.00	12:20.00	00:41.20		46	09:40.00	66	45		23:10.00	53	10:08.00	09:30.00	00:45.50		
87	07:45.00	27	78	100	62	18	20:50.00	60	19:10.00	12:30.00	00:41.60	44		09:48.00	65	44		23:18.00	52	10:24.00	09:40.00	00:46.00	44	44
86	07:50.00		76	98	61		20:55.00	59	19:35.00	12:40.00	00:42.00		45	09:56.00	64	43	20	23:26.00	51	10:40.00	09:50.00	00:46.50		
85	07:55.00		74	96	60		21:00.00	58	20:00.00	12:50.00	00:42.50	43		10:04.00	63	42		23:34.00	50	10:57.00	10:00.00	00:47.00	43	43
84	08:00.00		72	94	59		21:05.00	57	20:30.00	13:00.00	00:43.00		44	10:12.00	62	41		23:42.00	49	11:14.00	10:10.00	00:47.50		
83	08:06.00	26	70	92	58	17	21:10.00	56	21:00.00	13:10.00	00:43.50	42		10:20.00	61	40		23:50.00	48	11:32.00	10:20.00	00:48.00	42	42
82	08:12.00		68	90	57		21:15.00	55	21:30.00	13:20.00	00:44.00		43	10:29.00	60	39	19	23:59.00	47	11:50.00	10:30.00	00:48.50		
81	08:18.00		66	88	56		21:20.00	54	22:00.00	13:30.00	00:44.50	41		10:38.00	58	38		24:08.00	46	12:10.00	10:41.00	00:49.00	41	41
80	08:24.00	25	64	85	55	16	21:26.00	53	22:30.00	13:41.00	00:45.00		42	10:47.00	56	37		24:17.00	45	12:30.00	10:52.00	00:50.00		
79	08:30.00		62	82	54		21:32.00	52	23:00.00	13:52.00	00:45.50	40		10:56.00	54	36	18	24:26.00	44	12:52.00	11:03.00	00:51.00	40	40
78	08:36.00		60	79	53		21:38.00	51	23:30.00	14:03.00	00:46.00		41	11:05.00	52	35		24:35.00	43	13:16.00	11:15.00	00:52.00		
77	08:42.00	24	58	76	52	15	21:44.00	50	24:00.00	14:14.00	00:47.00	39		11:15.00	50	34		24:45.00	42	13:40.00	11:27.00	00:53.00	39	39
76	08:49.00		56	73	51		21:50.00	49	24:30.00	14:25.00	00:48.00		40	11:25.00	48	33	17	24:55.00	41	14:06.00	11:39.00	00:54.00	38	
75	08:56.00		54	70	50		21:56.00	48	25:05.00	14:36.00	00:49.00	38		11:35.00	46	32		25:05.00	40	14:32.00	11:52.00	00:55.00	37	38
74	09:03.00	23	52	67	49	14	22:03.00	47	25:40.00	14:48.00	00:50.00		39	11:45.00	44	31	16	25:15.00	39	15:00.00	12:05.00	00:56.00	36	
73	09:10.00		50	64	48		22:10.00	46	26:15.00	15:00.00	00:51.00	37		11:56.00	42	30		25:26.00	38	15:28.00	12:18.00	00:57.00	35	37
72	09:17.00	22	48	61	47		22:17.00	45	26:50.00	15:12.00	00:52.00	36	38	12:07.00	40	29	15	25:37.00	37	15:56.00	12:31.00	00:58.00	34	
71	09:24.00		46	58	46	13	22:24.00	44	27:25.00	15:25.00	00:53.00	35		12:18.00	38	28		25:48.00	36	16:24.00	12:44.00	01:00.00	33	36
70	09:31.00	21	44	55	44		22:31.00	43	28:00.00	15:38.00	00:54.00	34	37	12:30.00	36	27	14	26:00.00	35	16:52.00	12:57.00	01:02.00	32	35
69	09:39.00	20	42	52	42	12	22:39.00	42	28:35.00	15:51.00	00:55.00	33	36	12:42.00	34	26		26:12.00	34	17:20.00	13:10.00	01:04.00	31	34
68	09:47.00	19	39	49	40		22:47.00	41	29:10.00	16:04.00	00:56.00	32	35	12:54.00	32	24	13	26:24.00	33	17:50.00	13:24.00	01:06.00	30	33
67	09:55.00	18	36	46	38	11	22:55.00	40	29:45.00	16:18.00	00:57.00	31	34	13:06.00	30	22		26:36.00	32	18:20.00	13:38.00	01:08.00	29	32
66	10:03.00	17	33	43	36		23:03.00	39	30:20.00	16:32.00	00:58.00	30	33	13:18.00	28	20	12	26:48.00	30	18:50.00	13:53.00	01:10.00	28	31
65	10:12.00	16	30	40	34	10	23:12.00	37	30:55.00	16:46.00	01:00.00	29	32	13:30.00	25	18		27:00.00	28	19:20.00	14:08.00	01:12.00	27	30
64	10:21.00	15	27	36	32		23:21.00	35	31:30.00	17:00.00	01:02.00	28	31	13:42.00	22	16	11	27:12.00	26	19:52.00	14:24.00	01:14.00	26	29
63	10:30.00	13	24	32	30	9	23:30.00	33	32:05.00	17:15.00	01:04.00	27	30	13:54.00	19	14		27:24.00	24	20:24.00	14:40.00	01:16.00	24	28
62	10:40.00	11	21	28	28		23:40.00	31	32:40.00	17:30.00	01:06.00	26	29	14:06.00	16	12	10	27:36.00	22	20:56.00	14:56.00	01:19.00	22	27
61	10:50.00	9	18	24	26	8	23:50.00	29	33:20.00	17:45.00	01:08.00	24	28	14:18.00	13	10		27:48.00	20	21:28.00	15:13.00	01:22.00	20	25
60	11:00.00	7	15	20	24	7	24:00.00	27	34:00.00	18:00.00	01:10.00	22	27	14:30.00	10	8	9	28:00.00	18	22:00.00	15:30.00	01:25.00	18	23
59	11:04.00						24:05.00		34:15.00	18:08.00	01:10.20			14:36.00				28:05.00		22:08.00	15:36.00	01:25.20		
58	11:08.00				23		24:10.00		34:32.00	18:16.00	01:10.40			14:42.00				28:10.00		22:16.00	15:42.00	01:25.40		
57	11:12.00		14	19			24:15.00	26	34:49.00	18:25.00	01:10.70	21	2											

34	13:05.00		6		11		26:18.00		41:52.00	22:09.00	01:23.00	12		17:18.00		30:18.00	10	25:38.00	18:18.00	01:38.00	9			
33	13:09.00						26:22.00	17	42:06.00	22:17.00	01:23.50	16		17:22.00		30:22.00		25:42.00	18:22.00	01:38.50		13		
32	13:13.00	3		9		0	26:26.00		42:20.00	22:25.00	01:24.00			17:26.00		30:26.00		25:46.00	18:26.00	01:39.00				
31	13:18.00						26:30.00		42:34.00	22:33.00	01:24.50			17:30.00		30:30.00		25:50.00	18:30.00	01:39.50				
30	13:23.00						26:35.00	16	42:48.00	22:42.00	01:25.00	15		17:35.00		30:35.00		25:55.00	18:35.00	01:40.00		12		
29	13:28.00		5		10		26:40.00		43:02.00	22:51.00	01:26.00	11		17:40.00		30:40.00	9	26:00.00	18:40.00	01:41.00	8			
28	13:33.00						26:45.00		43:16.00	23:00.00	01:27.00			17:45.00		30:45.00		26:05.00	18:45.00	01:42.00				
27	13:38.00						26:50.00	15	43:30.00	23:10.00	01:28.00	14		17:50.00		30:50.00		26:10.00	18:50.00	01:43.00		11		
26	13:44.00						26:55.00		43:45.00	23:20.00	01:29.00			17:55.00		30:55.00		26:15.00	18:55.00	01:44.00				
25	13:50.00	2	4	8	9	-1	27:00.00	14	44:00.00	23:30.00	01:30.00	10	13	18:00.00	4	3	1	31:00.00	8	26:20.00	19:00.00	01:45.00	7	10
24	13:52.00						27:02.00		44:02.00	23:32.00	01:31.00			18:02.00		31:02.00		26:22.00	19:02.00	01:46.00				
23	13:54.00						27:04.00	13	44:04.00	23:34.00	01:32.00			18:04.00		31:04.00		26:24.00	19:04.00	01:47.00				
22	13:56.00						27:06.00		44:06.00	23:36.00	01:33.00			18:06.00		31:06.00		26:26.00	19:06.00	01:58.00				
21	13:58.00						27:08.00	12	44:08.00	23:38.00	01:34.00			18:08.00		31:08.00	7	26:28.00	19:08.00	01:59.00				
20	14:00.00			7	8	-2	27:10.00		44:10.00	23:40.00	01:35.00	9	12	18:10.00		31:10.00		26:30.00	19:10.00	01:50.00	6	9		
19	14:02.00						27:13.00	11	44:13.00	23:42.00	01:36.00			18:13.00		31:13.00		26:33.00	19:13.00	01:51.00				
18	14:04.00		3				27:16.00		44:16.00	23:44.00	01:37.00			18:16.00	3	31:16.00	6	26:36.00	19:16.00	01:52.00				
17	14:06.00						27:19.00	10	44:19.00	23:46.00	01:38.00			18:19.00		31:19.00		26:39.00	19:19.00	01:53.00				
16	14:08.00			6	7	-3	27:22.00		44:22.00	23:48.00	01:39.00	8	11	18:22.00		31:22.00		26:42.00	19:22.00	01:54.00	5	8		
15	14:10.00						27:25.00	9	44:25.00	23:50.00	01:40.00			18:25.00		31:25.00	5	26:45.00	19:25.00	01:55.00				
14	14:13.00						27:28.00		44:28.00	23:53.00	01:41.00			18:28.00		31:28.00		26:48.00	19:28.00	01:56.00				
13	14:16.00						27:31.00	8	44:32.00	23:56.00	01:42.00			18:31.00		31:31.00		26:51.00	19:31.00	01:57.00				
12	14:19.00	1		5	6	-4	27:34.00		44:36.00	23:59.00	01:43.00	7	10	18:34.00		31:34.00	4	26:54.00	19:34.00	01:58.00	4	7		
11	14:22.00		2				27:37.00	7	44:40.00	24:02.00	01:44.00			18:37.00	2	31:37.00		26:57.00	19:37.00	01:59.00				
10	14:25.00						27:40.00		44:44.00	24:05.00	01:45.00			18:40.00		31:40.00		27:00.00	19:40.00	02:00.00				
9	14:28.00						27:44.00	6	44:48.00	24:08.00	01:46.00			18:44.00		31:44.00	3	27:04.00	19:44.00	02:02.00				
8	14:31.00			4	5	-5	27:48.00		44:52.00	24:11.00	01:47.00	6	9	18:48.00		31:48.00		27:08.00	19:48.00	02:04.00	3	6		
7	14:34.00						27:52.00	5	44:56.00	24:14.00	01:48.00			18:52.00		31:52.00		27:12.00	19:52.00	02:06.00				
6	14:37.00						27:56.00		45:00.00	24:17.00	01:49.00			18:56.00		31:56.00	2	27:16.00	19:56.00	02:08.00				
5	14:40.00		1				28:00.00	4	45:05.00	24:20.00	01:50.00			19:00.00	1	32:00.00		27:20.00	20:00.00	02:10.00				
4	14:44.00			3	4	-6	28:04.00		45:10.00	24:24.00	01:52.00	5	8	19:04.00		32:04.00		27:24.00	20:04.00	02:12.00	2	5		
3	14:48.00						28:08.00	3	45:15.00	24:28.00	01:54.00			19:08.00		32:08.00	1	27:28.00	20:08.00	02:14.00				
2	14:52.00						28:12.00	2	45:20.00	24:32.00	01:56.00			19:12.00		32:12.00		27:32.00	20:12.00	02:16.00				
1	14:56.00			2	3	-7	28:16.00	1	45:25.00	24:36.00	01:58.00	4	7	19:16.00		32:16.00		27:36.00	20:16.00	02:18.00	1	4		

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)

Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

IX СТУПЕНЬ (возрастная группа от 55 до 59 лет)																								
		Мужчины												Женщины										
Очки	№1	№2			№3	№4	№5	№6		№7	№8		№1	№2		№3	№4	№5	№6		№7	№8		
	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Рывок гири 16 кг (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 5 км (мин, с)	Кросс на 3 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»	Бег на 2000 м (мин, с)	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи см)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Кросс на 2 км по пересеченной местности (мин, с)	Плавание 50 м (мин, с)	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом	Стрельба из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки): из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия»
100	07:20.00	28	93	115	65	18	20:40.00	63	16:00.00	11:30.00	00:42.00	50	50	08:45.00	75	50	21	22:40.00	58	08:10.00	08:45.00	00:45.00	50	50
99	07:24.00		92	114			20:45.00		16:25.00	11:35.00	00:42.20			08:50.00	74			22:45.00		08:22.00	08:50.00	00:45.20		
98	07:28.00		91	113			20:50.00		16:50.00	11:40.00	00:42.50			08:55.00	73			22:50.00		08:35.00	08:56.00	00:45.50		
97	07:32.00		90	112	64		20:55.00	62	17:15.00	11:46.00	00:42.80	49		09:00.00	72	49		22:55.00	57	08:50.00	09:02.00	00:45.80	49	49
96	07:37.00		89	111			21:00.00		17:40.00	11:52.00	00:43.20		49	09:06.00	71			23:00.00		09:05.00	09:08.00	00:46.20		
95	07:42.00	27	88	110	63	17	21:05.00		18:05.00	11:58.00	00:43.60	48		09:12.00	70	48		23:05.00	56	09:20.00	09:15.00	00:46.60	48	48
94	07:47.00		87	109	62		21:10.00	61	18:30.00	12:05.00	00:44.00			09:18.00	69		20	23:11.00		09:35.00	09:22.00	00:47.00		
93	07:52.00		86	108	61		21:15.00		18:58.00	12:12.00	00:44.40	47	48	09:25.00	68	47		23:17.00	55	09:50.00	09:30.00	00:47.40	47	47
92	07:57.00		85	107	60		21:20.00	60	19:26.00	12:20.00	00:44.80			09:32.00	67			23:24.00		10:07.00	09:38.00	00:47.80		
91	08:02.00		84	106	59	16	21:25.00		19:54.00	12:28.00	00:45.20	46		09:39.00	66	46		23:32.00	54	10:25.00	09:46.00	00:48.20	46	46
90	08:08.00	26	82	104	58		21:30.00	59	20:22.00	12:37.00	00:45.60		47	09:46.00	65	45		23:40.00	53	10:45.00	09:54.00	00:48.60		
89	08:14.00		80	102	57		21:35.00	58	20:50.00	12:46.00	00:46.00	45		09:54.00	64	44	19	23:48.00	52	11:05.00	10:02.00	00:49.00	45	45
88	08:20.00		78	100	56		21:40.00	57	21:20.00	12:56.00	00:46.50		46	10:02.00	63	43		23:56.00	51	11:25.00	10:10.00	00:49.50		
87	08:26.00		76	98	55	15	21:45.00	56	21:50.00	13:06.00	00:47.00	44	46	10:11.00	62	42		24:04.00	50	11:45.00	10:19.00	00:50.00	44	44
86	08:32.00	25	74	96	54		21:50.00	55	22:20.00	13:16.00	00:47.50		45	10:20.00	61	41		24:12.00	49	12:07.00	10:28.00	00:50.50		
85	08:38.00		72	94	53		21:55.00	54	22:50.00	13:26.00	00:48.00	43		10:30.00	60	40	18	24:21.00	48	12:30.00	10:38.00	00:51.00	43	43
84	08:44.00		70	92	52		22:00.00	53	23:20.00	13:37.00	00:48.50		44	10:40.00	59	39		24:30.00	47	12:55.00	10:48.00	00:51.50		
83	08:50.00		68	90	51	14	22:06.00	52	23:50.00	13:48.00	00:49.00	42		10:50.00	58	38		24:40.00	46	13:20.00	10:58.00	00:52.00	42	42
82	08:56.00	24	66	88	50		22:12.00	51	24:20.00	13:59.00	00:49.50		43	11:01.00	57	37		24:50.00	45	13:45.00	11:09.00	00:52.50		
81	09:02.00		64	86	49		22:18.00	50	24:50.00	14:10.00	00:50.00	41		11:12.00	55	36	17	25:00.00	44	14:10.00	11:20.00	00:53.00	41	41
80	09:08.00		62	84	48	13	22:24.00	49	25:20.00	14:22.00	00:51.00		42	11:23.00	53	35		25:10.00	43	14:35.00	11:32.00	00:54.00		
79	09:15.00	23	60	82	47		22:30.00	48	25:50.00	14:34.00	00:52.00	40		11:34.00	51	34		25:20.00	42	15:00.00	11:44.00	00:55.00	40	40
78	09:22.00		58	80	46		22:36.00	47	26:20.00	14:46.00	00:53.00		41	11:45.00	49	33		25:30.00	41	15:25.00	11:56.00	00:56.00		
77	09:29.00		56	77	45		22:42.00	46	26:55.00	14:58.00	00:54.00	39		11:56.00	47	32	16	25:40.00	40	15:50.00	12:08.00	00:57.00	39	39
76	09:36.00	22	54	74	44	12	22:48.00	45	27:30.00	15:10.00	00:55.00		40	12:07.00	45	31		25:50.00	39	16:16.00	12:20.00	00:58.00	38	
75	09:43.00		52	71	43		22:54.00	44	28:05.00	15:22.00	00:56.00	38		12:18.00	43	30		26:01.00	38	16:42.00	12:33.00	00:59.00	37	38
74	09:50.00		50	68	42		23:00.00	43	28:40.00	15:35.00	00:57.00		39	12:30.00	41	29	15	26:12.00	37	17:08.00	12:46.00	01:00.00	36	
73	09:58.00	21	48	65	41	11	23:06.00	42	29:15.00	15:48.00	00:58.00	37		12:42.00	39	28		26:23.00	36	17:34.00	13:00.00	01:01.00	35	37
72	10:06.00		46	62	40		23:13.00	41	29:50.00	16:01.00	00:59.00	36	38	12:54.00	37	27		26:34.00	35	18:00.00	13:14.00	01:02.00	34	
71	10:15.00	20	44	59	39		23:20.00	40	30:25.00	16:14.00	01:01.00	35		13:06.00	35	26	14	26:45.00	34	18:27.00	13:28.00	01:04.00	33	36
70	10:24.00		42	56	38	10	23:28.00	39	31:00.00	16:27.00	01:02.00	34	37	13:18.00	33	25		26:56.00	33	18:54.00	13:43.00	01:06.00	32	35
69	10:33.00	19	39	53	36		23:36.00	38	31:35.00	16:40.00	01:03.00	33	36	13:31.00	31	24	13	27:07.00	32	19:21.00	13:58.00	01:08.00	31	34
68	10:42.00	18	36	50	34	9	23:44.00	37	32:10.00	16:54.00	01:04.00	32	35	13:44.00	29	23		27:18.00	31	19:48.00	14:13.00	01:10.00	30	33
67	10:51.00	17	33	46	32		23:53.00	36	32:45.00	17:08.00	01:05.00	31	34	13:57.00	27	21	12	27:30.00	29	20:16.00	14:29.00	01:12.00	29	32
66	11:00.00	16	30	42	30	8	24:02.00	35	33:20.00	17:23.00	01:06.00	30	33	14:10.00	25	19		27:42.00	27	20:44.00	14:45.00	01:14.00	28	31
65	11:10.00	15	27	38	28		24:11.00	34	33:55.00	17:38.00	01:07.00	29	32	14:23.00	23	17	11	27:55.00	25	21:12.00	15:02.00	01:16.00	27	30
64	11:20.00	14	24	34	26	7	24:20.00	32	34:30.00	17:54.00	01:08.00	28	31	14:36.00	21	15		28:08.00	23	21:40.00	15:19.00	01:18.00	26	29
63	11:30.00	12	21	30	24		24:30.00	30	35:05.00	18:10.00	01:09.00	27	30	14:49.00	18	13	10	28:21.00	21	22:10.00	15:36.00	01:21.00	24	28
62	11:40.00	10	18	26	22	6	24:40.00	28	35:40.00	18:26.00	01:11.00	26	29	15:02.00	15	11		28:34.00	19	22:40.00	15:54.00	01:24.00	22	27
61	11:50.00	8	15	22	20		24:50.00	26	36:20.00	18:43.00	01:13.00	24	28	15:16.00	12	9	9	28:47.00	17	23:10.00	16:12.00	01:27.00	20	25
60	12:00.00	6	12	18	18	5	25:00.00	24	37:00.00	19:00.00	01:15.00	22	27	15:30.00	9	7	8	29:00.00	15	23:40.00	16:30.00	01:30.00	18	23
59	12:01.00						25:05.00		37:20.00	19:07.00	01:15.20			15:38.00				29:05.00		23:46.00	16:38.00	01:30.20		
58	12:02.00						25:10.00		37:41.00	19:14.00	01:15.40			15:46.00				29:10.00		23:52.00	16:46.00	01:30.40		
57	12:04.00			17	17		25:15.00	23	38:03.00	19:22.00	01:15.70	21	26	15										

34	13:18.00				9		27:18.00		47:10.00	22:39.00	01:28.00	12		19:18.00				31:18.00		26:25.00	20:18.00	01:43.00	9		
33	13:22.00						27:22.00		47:28.00	22:47.00	01:28.50	16		19:22.00				31:22.00		26:28.00	20:22.00	01:43.50		13	
32	13:26.00		4	7		-1	27:26.00		47:46.00	22:55.00	01:29.00			19:26.00		4	3	2	31:26.00		26:31.00	20:26.00	01:44.00		
31	13:30.00						27:30.00		48:04.00	23:03.00	01:29.50			19:30.00					31:30.00		26:35.00	20:30.00	01:44.50		
30	13:35.00						27:35.00		48:23.00	23:12.00	01:30.00	15		19:35.00					31:35.00		26:39.00	20:35.00	01:45.00	12	
29	13:40.00				8		27:40.00		48:42.00	23:21.00	01:31.00	11		19:40.00					31:40.00		26:43.00	20:40.00	01:46.00	8	
28	13:45.00						27:45.00	12	49:01.00	23:30.00	01:32.00			19:45.00					31:45.00		26:47.00	20:45.00	01:47.00		
27	13:50.00						27:50.00		49:20.00	23:40.00	01:33.00	14		19:50.00					31:50.00		26:51.00	20:50.00	01:48.00	11	
26	13:55.00						27:55.00		49:40.00	23:50.00	01:34.00			19:55.00					31:55.00		26:55.00	20:55.00	01:49.00		
25	14:00.00	2	3	6	7	-2	28:00.00	11	50:00.00	24:00.00	01:35.00	10	13	20:00.00	3	2	1	32:00.00	7	27:00.00	21:00.00	01:50.00	7	10	
24	14:02.00						28:02.00		50:02.00	24:02.00	01:36.00			20:02.00					32:02.00		27:02.00	21:02.00	01:51.00		
23	14:04.00						28:04.00		50:04.00	24:04.00	01:37.00			20:04.00					32:04.00		27:04.00	21:04.00	01:52.00		
22	14:06.00						28:06.00	10	50:06.00	24:06.00	01:38.00			20:06.00					32:06.00		27:06.00	21:06.00	01:53.00		
21	14:08.00						28:08.00		50:08.00	24:08.00	01:39.00			20:08.00					32:08.00	6	27:08.00	21:08.00	01:54.00		
20	14:10.00			5	6	-3	28:10.00		50:10.00	24:10.00	01:40.00	9	12	20:10.00			0		32:10.00		27:10.00	21:10.00	01:55.00	6	9
19	14:12.00						28:13.00	9	50:13.00	24:12.00	01:41.00			20:13.00					32:13.00		27:13.00	21:13.00	01:56.00		
18	14:14.00						28:16.00		50:16.00	24:14.00	01:42.00			20:16.00					32:16.00		27:16.00	21:16.00	01:57.00		
17	14:16.00						28:19.00		50:19.00	24:16.00	01:43.00			20:19.00					32:19.00	5	27:19.00	21:19.00	01:58.00		
16	14:18.00		2		5	-4	28:22.00	8	50:22.00	24:18.00	01:44.00	8	11	20:22.00	2		-1		32:22.00		27:22.00	21:22.00	01:59.00	5	8
15	14:20.00			4			28:25.00		50:25.00	24:20.00	01:45.00			20:25.00					32:25.00		27:25.00	21:25.00	02:00.00		
14	14:23.00						28:28.00	7	50:28.00	24:23.00	01:46.00			20:28.00					32:28.00		27:28.00	21:28.00	02:01.00		
13	14:26.00						28:31.00		50:31.00	24:26.00	01:47.00			20:31.00					32:31.00	4	27:31.00	21:31.00	02:02.00		
12	14:29.00	1			4	-5	28:34.00	6	50:34.00	24:29.00	01:48.00	7	10	20:34.00			1	-2	32:34.00		27:34.00	21:34.00	02:03.00	4	7
11	14:32.00						28:37.00		50:37.00	24:32.00	01:49.00			20:37.00					32:37.00		27:37.00	21:37.00	02:04.00		
10	14:35.00			3			28:40.00	5	50:40.00	24:35.00	01:50.00			20:40.00					32:40.00		27:40.00	21:40.00	02:05.00		
9	14:38.00						28:44.00		50:44.00	24:38.00	01:52.00			20:44.00					32:44.00	3	27:44.00	21:44.00	02:06.00		
8	14:41.00		1		3	-6	28:48.00	4	50:48.00	24:41.00	01:54.00	6	9	20:48.00	1		-3		32:48.00		27:48.00	21:48.00	02:07.00	3	6
7	14:44.00						28:52.00		50:52.00	24:44.00	01:56.00			20:52.00					32:52.00		27:52.00	21:52.00	02:08.00		
6	14:47.00			2			28:56.00	3	50:56.00	24:48.00	01:58.00			20:56.00					32:56.00	2	27:56.00	21:56.00	02:09.00		
5	14:50.00						29:00.00		51:00.00	24:52.00	02:00.00			21:00.00					33:00.00		28:00.00	22:00.00	02:10.00		
4	14:53.00				2	-7	29:04.00	2	51:05.00	24:56.00	02:02.00	5	8	21:04.00			-4		33:04.00		28:04.00	22:04.00	02:12.00	2	5
3	14:56.00						29:08.00		51:10.00	25:00.00	02:04.00			21:08.00					33:08.00	1	28:08.00	22:08.00	02:14.00		
2	15:00.00			1			29:12.00	1	51:15.00	25:04.00	02:06.00			21:12.00					33:12.00		28:12.00	22:12.00	02:16.00		
1	15:04.00				1	-8	29:16.00		51:20.00	25:08.00	02:08.00	4	7	21:16.00			-5		33:16.00		28:16.00	22:16.00	02:18.00	1	4

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)
Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

X СТУПЕНЬ (возрастная группа от 60 до 64 лет)																
Мужчины									Женщины							
Очки	№1 Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	№2 Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	№3 Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)	№4 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	№5 Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	№6 Передвижение на лыжах на 3 км (мин, с)	№7 Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с)	№8 Плавание на 25 м (мин, с)	№9 Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	№10 Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	№11 Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)	№12 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	№13 Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	№14 Передвижение на лыжах на 2 км (мин, с)	№15 Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с)	№16 Плавание на 25 м (мин, с)
100	08:00.00	21:20.00	55	15	60	11:00.00	12:15.00	00:35.00	09:30.00	23:20.00	42	18	49	09:30.00	10:30.00	00:38.00
99	08:04.00	21:24.00				11:10.00	12:25.00	00:35.00	09:40.00	23:25.00				09:42.00	10:42.00	00:39.00
98	08:08.00	21:28.00				11:20.00	12:35.00	00:36.00	09:50.00	23:30.00				09:55.00	10:55.00	00:40.00
97	08:13.00	21:32.00	54		59	11:31.00	12:46.00	00:38.00	10:00.00	23:35.00		48		10:10.00	11:10.00	00:42.00
96	08:18.00	21:37.00		14		11:42.00	12:57.00	00:40.00	10:10.00	23:40.00	41			10:25.00	11:25.00	00:44.00
95	08:24.00	21:42.00	53			11:53.00	13:09.00	00:42.00	10:20.00	23:45.00				10:40.00	11:40.00	00:46.00
94	08:30.00	21:47.00			58	12:05.00	13:21.00	00:44.00	10:30.00	23:51.00		17	47	10:55.00	11:55.00	00:48.00
93	08:36.00	21:52.00	52			12:17.00	13:34.00	00:46.00	10:40.00	23:57.00				11:10.00	12:10.00	00:50.00
92	08:42.00	21:57.00		13	57	12:30.00	13:48.00	00:48.00	10:50.00	24:03.00	40			11:27.00	12:27.00	00:52.00
91	08:49.00	22:02.00	51			12:43.00	14:02.00	00:50.00	11:00.00	24:11.00			46	11:44.00	12:44.00	00:54.00
90	08:56.00	22:08.00	50		56	12:56.00	14:16.00	00:52.00	11:11.00	24:20.00				12:05.00	13:05.00	00:56.00
89	10:03.00	22:14.00	49		55	13:10.00	14:30.00	00:54.00	11:22.00	24:30.00	39	16	45	12:25.00	13:25.00	00:58.00
88	10:10.00	22:20.00	48	12	54	13:24.00	14:45.00	00:56.00	11:33.00	24:40.00				12:45.00	13:45.00	01:00.00
87	10:18.00	22:26.00	47		53	13:38.00	15:00.00	00:58.00	11:44.00	24:50.00			44	13:05.00	14:05.00	01:02.00
86	10:26.00	22:32.00	46		52	13:52.00	15:15.00	01:00.00	11:55.00	25:00.00	38			13:27.00	14:27.00	01:04.00
85	10:34.00	22:38.00	45	11	51	14:06.00	15:30.00	01:03.00	12:06.00	25:10.00		43		13:50.00	14:50.00	01:07.00
84	10:42.00	22:44.00	44		50	14:20.00	15:45.00	01:06.00	12:17.00	25:20.00	37	15	42	14:15.00	15:15.00	01:10.00
83	10:50.00	22:50.00	43		49	14:35.00	16:01.00	01:09.00	12:28.00	25:30.00			41	14:40.00	15:40.00	01:13.00
82	10:59.00	22:56.00	42	10	48	14:50.00	16:17.00	01:12.00	12:39.00	25:40.00	36		40	15:05.00	16:05.00	01:16.00
81	11:08.00	23:02.00	41		47	15:06.00	16:34.00	01:15.00	12:50.00	25:50.00			39	15:30.00	16:30.00	01:19.00
80	11:17.00	23:08.00	40		46	15:22.00	16:51.00	01:18.00	13:01.00	26:00.00	35	14	38	15:55.00	16:55.00	01:22.00
79	11:26.00	23:15.00	39	9	45	15:39.00	17:09.00	01:21.00	13:12.00	26:10.00			37	16:20.00	17:20.00	01:25.00
78	11:35.00	23:22.00	38		44	15:56.00	17:27.00	01:24.00	13:23.00	26:21.00	34		36	16:45.00	17:45.00	01:28.00
77	11:45.00	23:29.00	37	8	43	16:14.00	17:46.00	01:27.00	13:34.00	26:32.00			35	17:10.00	18:10.00	01:31.00
76	11:55.00	23:36.00	36		42	16:32.00	18:05.00	01:30.00	13:45.00	26:43.00	33	13	34	17:36.00	18:36.00	01:34.00
75	12:05.00	23:43.00	35	7	41	16:50.00	18:25.00	01:33.00	13:57.00	26:54.00	32		33	18:02.00	19:02.00	01:37.00
74	12:15.00	23:50.00	34		40	17:08.00	18:45.00	01:36.00	14:10.00	27:06.00	31		32	18:28.00	19:28.00	01:40.00
73	12:26.00	23:58.00	33	6	39	17:27.00	19:05.00	01:39.00	14:24.00	27:18.00	30	12	31	18:54.00	19:54.00	01:43.00
72	12:37.00	24:06.00	32		38	17:46.00	19:25.00	01:42.00	14:38.00	27:30.00	29		30	19:20.00	20:20.00	01:46.00
71	12:48.00	24:15.00	31	5	37	18:05.00	19:45.00	01:46.00	14:52.00	27:42.00	28		29	19:47.00	20:47.00	01:49.00
70	13:00.00	24:24.00	30		36	18:24.00	20:06.00	01:50.00	15:07.00	27:54.00	27	11	28	20:14.00	21:14.00	01:52.00
69	13:12.00	24:33.00	29	4	35	18:43.00	20:27.00	01:54.00	15:22.00	28:06.00	25		27	20:41.00	21:41.00	01:55.00
68	13:24.00	24:42.00	28		34	19:02.00	20:48.00	01:58.00	15:38.00	28:18.00	23	10	26	21:08.00	22:08.00	01:58.00
67	13:36.00	24:51.00	27	3	33	19:21.00	21:10.00	02:02.00	15:54.00	28:30.00	21		25	21:36.00	22:36.00	02:02.00
66	13:48.00	25:00.00	26		32	19:40.00	21:33.00	02:06.00	16:10.00	28:42.00	19		24	22:04.00	23:04.00	02:06.00
65	14:00.00	25:10.00	24	2	31	20:00.00	21:56.00	02:10.00	16:27.00	28:55.00	17		23	22:32.00	23:32.00	02:10.00
64	14:12.00	25:20.00	22		29	20:20.00	22:20.00	02:14.00	16:44.00	29:08.00	15	8	21	23:00.00	24:00.00	02:14.00
63	14:24.00	25:30.00	20	1	27	20:40.00	22:45.00	02:18.00	17:02.00	29:21.00	13		19	23:30.00	24:30.00	02:18.00
62	14:36.00	25:40.00	18		25	21:00.00	23:10.00	02:22.00	17:21.00	29:34.00	11	7	17	24:00.00	25:00.00	02:22.00
61	14:48.00	25:50.00	16	0	23	21:20.00	23:35.00	02:26.00	17:40.00	29:47.00	9		15	24:30.00	25:30.00	02:26.00
60	14:00.00	26:00.00	14	-1	21	21:40.00	24:00.00	02:30.00	18:00.00	30:00.00	7	6	13	25:00.00	26:00.00	02:30.00
59	14:10.00	26:05.00				21:55.00	24:15.00	02:30.20	18:07.00	30:05.00				25:07.00	26:07.00	02:30.20
58	14:20.00	26:10.00				22:12.00	24:30.00	02:30.40	18:14.00	30:10.00				25:14.00	26:14.00	02:30.40
57	14:30.00	26:15.00	13		20	22:29.00	24:46.00	02:30.70	18:22.00	30:15.00				25:22.00	26:22.00	02:30.70
56	14:40.00	26:20.00				22:46.00	25:02.00	02:31.00	18:30.00	30:20.00		12		25:30.00	26:30.00	02:31.00
55	14:50.00	26:25.00				23:04.00	25:19.00	02:31.50	18:38.00	30:25.00				25:38.00	26:38.00	02:31.50
54	15:01.00	26:30.00	12		19	23:22.00	25:36.00	02:32.00	18:46.00	30:30.00		5		25:46.00	26:46.00	02:32.00
53	15:12.00	26:35.00		-2		23:40.00	25:53.00	02:32.50	18:55.00	30:35.00				25:55.00	26:55.00	02:32.50
52	15:23.00	26:41.00			18	24:00.00	26:10.00	02:33.00	19:04.00	30:41.00			11	26:04.00	27:04.00	02:33.00
51	15:34.00	26:47.00	11			24:20.00	26:28.00	02:33.50	19:13.00	30:47.00				26:13.00	27:13.00	02:33.50
50	15:46.00	26:53.00			17	24:42.00	26:46.00	02:34.00	19:22.00	30:53.00				26:22.00	27:22.00	02:34.00
49	15:58.00	26:59.00				25:04.00	27:04.00	02:34.50	19:31.00	30:59.00	6	4		26:31.00	27:31.00	02:34.50
48	16:10.00	27:05.00	10		16	25:26.00	27:22.00	02:35.00	19:40.00	31:05.00			10	26:40.00	27:40.00	02:35.00
47	16:23.00	27:11.00				25:48.00	27:40.00	02:35.50	19:50.00	31:11.00				26:50.00	27:50.00	02:35.50
46	16:36.00	27:18.00	9	-3	15	26:00.00	27:58.00	02:36.00	20:00.00	31:18.00				27:00.00	28:00.00	02:36.00
45	16:49.00	27:25.00				26:25.00	28:16.00	02:36.50	20:10.00	31:25.00			9	27:10.00	28:10.00	02:36.50
44	17:02.00	27:32.00	8		14	26:50.00	28:36.00	02:37.00	20:20.00	31:32.00		3		27:20.00	28:20.00	02:37.00
43	17:16.00	27:39.00				27:20.00	28:56.00	02:37.50	20:30.00	31:39.00				27:30.00	28:30.00	02:37.50
42	17:30.00	27:46.00	7		13	27:50.00	29:17.00	02:38.00	20:40.00	31:46.00			8	27:40.00	28:40.00	02:38.00
41	17:45.00	27:53.00				28:20.00	29:38.00	02:39.00	20:50.00	31:53.00				27:50.00	28:50.00	02:39.00
40	18:00.00	28:00.00	6	-4	12	28:50.00	30:00.00	02:40.00	21:00.00	32:00.00	5	2	7	28:00.00	29:00.00	02:40.00
39	18:06.00	28:03.00				28:57.00	30:10.00	02:41.00	21:06.00	32:03.00				28:15.00	29:18.00	02:41.00
38	18:12.00	28:06.00				29:04.00	30:20.00	02:42.00	21:12.00	32:06.00				28:30.00	29:36.00	02:42.00
37	18:18.00	28:09.00				29:12.00	30:30.00	02:43.00	21:18.00	32:09.00				28:45.00	29:55.00	02:43.00
36	18:25.00	28:12.00				29:20.00	30:40.00	02:44.00	21:25.00	32:12.00				29:00.00	30:14.00	

31	19:03.00	28:30.00				30:02.00	31:36.00	02:49.00	22:03.00	32:30.00				30:18.00	31:54.00	02:49.00
30	19:12.00	28:35.00				30:11.00	31:49.00	02:50.00	22:12.00	32:35.00				30:34.00	32:14.00	02:50.00
29	19:21.00	28:40.00		10		30:20.00	32:02.00	02:52.00	22:21.00	32:40.00				30:50.00	32:34.00	02:52.00
28	19:30.00	28:45.00				30:30.00	32:16.00	02:54.00	22:30.00	32:45.00				31:07.00	32:55.00	02:54.00
27	19:40.00	28:50.00				30:40.00	32:30.00	02:56.00	22:40.00	32:50.00				31:24.00	33:16.00	02:56.00
26	19:50.00	28:55.00				30:50.00	32:45.00	02:58.00	22:50.00	32:55.00				31:42.00	33:38.00	02:58.00
25	20:00.00	29:00.00	4	-6	9	31:00.00	33:00.00	03:00.00	23:00.00	33:00.00	3	0	5	32:00.00	34:00.00	03:00.00
24	20:02.00	29:02.00				31:02.00	33:02.00	03:01.00	23:02.00	33:02.00				32:02.00	34:02.00	03:01.00
23	20:04.00	29:04.00				31:04.00	33:04.00	03:02.00	23:04.00	33:04.00				32:04.00	34:04.00	03:02.00
22	20:06.00	29:06.00			8	31:06.00	33:06.00	03:03.00	23:06.00	33:06.00				32:06.00	34:06.00	03:03.00
21	20:08.00	29:08.00				31:08.00	33:08.00	03:04.00	23:08.00	33:08.00				32:08.00	34:08.00	03:04.00
20	20:10.00	29:10.00		-7		31:10.00	33:10.00	03:05.00	23:10.00	33:10.00		-1		32:10.00	34:10.00	03:05.00
19	20:13.00	29:13.00			7	31:13.00	33:13.00	03:06.00	23:13.00	33:13.00			4	32:13.00	34:13.00	03:06.00
18	20:16.00	29:16.00	3			31:16.00	33:16.00	03:07.00	23:16.00	33:16.00				32:16.00	34:16.00	03:07.00
17	20:19.00	29:19.00				31:19.00	33:19.00	03:08.00	23:19.00	33:19.00				32:19.00	34:19.00	03:08.00
16	20:22.00	29:22.00		-8	6	31:22.00	33:22.00	03:09.00	23:22.00	33:22.00	2	-2		32:22.00	34:22.00	03:09.00
15	20:25.00	29:25.00				31:25.00	33:25.00	03:10.00	23:25.00	33:25.00				32:25.00	34:25.00	03:10.00
14	20:28.00	29:28.00				31:28.00	33:28.00	03:12.00	23:28.00	33:28.00			3	32:28.00	34:28.00	03:12.00
13	20:31.00	29:31.00			5	31:31.00	33:31.00	03:14.00	23:31.00	33:31.00				32:31.00	34:32.00	03:14.00
12	20:34.00	29:34.00		-9		31:34.00	33:34.00	03:16.00	23:34.00	33:34.00		-3		32:34.00	34:36.00	03:16.00
11	20:37.00	29:37.00	2			31:37.00	33:37.00	03:18.00	23:37.00	33:37.00				32:37.00	34:40.00	03:18.00
10	20:40.00	29:40.00			4	31:40.00	33:40.00	03:20.00	23:40.00	33:40.00				32:40.00	34:44.00	03:20.00
9	20:44.00	29:44.00				31:44.00	33:44.00	03:22.00	23:44.00	33:44.00			2	32:44.00	34:48.00	03:22.00
8	20:48.00	29:48.00		-10		31:48.00	33:48.00	03:24.00	23:48.00	33:48.00	1	-4		32:48.00	34:52.00	03:24.00
7	20:52.00	29:52.00			3	31:52.00	33:52.00	03:26.00	23:52.00	33:52.00				32:52.00	34:56.00	03:26.00
6	20:56.00	29:56.00				31:56.00	33:56.00	03:28.00	23:56.00	33:56.00				32:56.00	35:00.00	03:28.00
5	21:00.00	30:00.00	1			32:00.00	34:00.00	03:30.00	24:00.00	34:00.00				33:00.00	35:05.00	03:30.00
4	21:04.00	30:04.00		-11	2	32:04.00	34:04.00	03:32.00	24:04.00	34:04.00		-5	1	33:04.00	35:10.00	03:32.00
3	21:08.00	30:08.00				32:08.00	34:08.00	03:34.00	24:08.00	34:08.00				33:08.00	35:15.00	03:34.00
2	21:12.00	30:12.00			1	32:12.00	34:12.00	03:36.00	24:12.00	34:12.00				33:12.00	35:20.00	03:36.00
1	21:16.00	30:16.00		-12		32:16.00	34:16.00	03:38.00	24:16.00	34:16.00		-6		33:16.00	35:25.00	03:38.00

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)
Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

X СТУПЕНЬ (возрастная группа от 65 до 69 лет)																
Очки	Мужчины								Женщины							
	№1	№2	№3	№4	№5	№6	№1	№2	№3	№4	№5	№6				
	Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Передвижение на лыжах на 3 км (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с)	Плавание на 25 м (мин, с)	Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Передвижение на лыжах на 2 км (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с)	Плавание на 25 м (мин, с)
100	08:30.00	22:00.00	50	11	53	11:20.00	12:45.00	00:40.00	10:00.00	23:50.00	35	13	42	11:30.00	12:30.00	00:42.00
99	08:37.00	22:04.00				11:30.00	12:56.00	00:41.00	10:10.00	23:58.00				11:42.00	12:42.00	00:43.00
98	08:44.00	22:08.00				11:40.00	13:02.00	00:42.00	10:20.00	24:06.00				11:55.00	12:55.00	00:44.00
97	08:51.00	22:13.00	49		52	11:51.00	13:14.00	00:44.00	10:30.00	24:14.00				12:10.00	13:10.00	00:46.00
96	08:58.00	22:18.00		10		12:02.00	13:27.00	00:46.00	10:41.00	24:22.00	34		41	12:25.00	13:25.00	00:48.00
95	09:05.00	22:24.00				12:13.00	13:40.00	00:48.00	10:52.00	24:30.00				12:40.00	13:40.00	00:50.00
94	09:13.00	22:30.00	48		51	12:25.00	13:54.00	00:50.00	11:03.00	24:38.00		12		12:55.00	13:55.00	00:52.00
93	09:21.00	22:36.00				12:37.00	14:08.00	00:52.00	11:14.00	24:47.00				13:10.00	14:10.00	00:54.00
92	09:30.00	22:42.00	47	9		12:50.00	14:22.00	00:54.00	11:25.00	24:56.00	33		40	13:27.00	14:27.00	00:56.00
91	09:39.00	22:49.00			50	13:03.00	14:36.00	00:56.00	11:37.00	25:05.00				13:44.00	14:44.00	00:58.00
90	09:48.00	22:56.00	46			13:16.00	14:50.00	00:58.00	11:49.00	25:15.00				14:05.00	15:05.00	01:00.00
89	09:57.00	23:03.00	45		49	13:30.00	15:05.00	01:00.00	12:01.00	25:25.00	32	11	39	14:25.00	15:25.00	01:02.00
88	10:06.00	23:10.00	44	8		13:44.00	15:20.00	01:02.00	12:13.00	25:35.00				14:45.00	15:45.00	01:04.00
87	10:15.00	23:18.00	43		48	13:58.00	15:35.00	01:04.00	12:25.00	25:45.00				15:05.00	16:05.00	01:06.00
86	10:25.00	23:26.00	42		47	14:13.00	15:50.00	01:06.00	12:37.00	25:55.00	31		38	15:27.00	16:27.00	01:08.00
85	10:35.00	23:34.00	41	7	46	14:28.00	16:06.00	01:08.00	12:50.00	26:05.00				15:50.00	16:50.00	01:10.00
84	10:45.00	23:42.00	40		45	14:43.00	16:23.00	01:10.00	13:03.00	26:15.00		10	37	16:15.00	17:15.00	01:12.00
83	10:55.00	23:50.00	39		44	14:58.00	16:40.00	01:13.00	13:16.00	26:25.00	30			16:40.00	17:40.00	01:14.00
82	11:06.00	23:59.00	38	6	43	15:14.00	16:58.00	01:16.00	13:29.00	26:36.00			36	17:05.00	18:05.00	01:16.00
81	11:17.00	24:08.00	37		42	15:30.00	17:16.00	01:19.00	13:43.00	26:47.00				17:30.00	18:30.00	01:19.00
80	11:28.00	24:17.00	36		41	15:47.00	17:35.00	01:22.00	13:57.00	26:58.00	29		35	17:55.00	18:55.00	01:22.00
79	11:39.00	24:26.00	35	5	40	16:04.00	17:55.00	01:25.00	14:12.00	27:09.00		9		18:20.00	19:20.00	01:25.00
78	11:50.00	24:35.00	34		39	16:22.00	18:15.00	01:28.00	14:27.00	27:20.00	28		34	18:45.00	19:45.00	01:28.00
77	12:02.00	24:45.00	33		38	16:40.00	18:36.00	01:31.00	14:43.00	27:32.00				19:10.00	20:10.00	01:31.00
76	12:14.00	24:55.00	32	4	37	17:00.00	18:57.00	01:34.00	15:00.00	27:44.00	27		33	19:36.00	20:36.00	01:34.00
75	12:27.00	25:05.00	31		36	17:20.00	19:18.00	01:37.00	15:17.00	27:57.00		8		20:02.00	21:02.00	01:37.00
74	12:40.00	25:15.00	30	3	35	17:40.00	19:40.00	01:40.00	15:35.00	28:10.00	26		32	20:28.00	21:28.00	01:40.00
73	12:54.00	25:26.00	29		34	18:00.00	20:02.00	01:43.00	15:53.00	28:24.00	25		31	20:54.00	21:54.00	01:43.00
72	13:08.00	25:37.00	28	2	33	18:20.00	20:22.00	01:46.00	16:12.00	28:38.00	24	7	30	21:20.00	22:20.00	01:46.00
71	13:22.00	25:48.00	27		32	18:40.00	20:45.00	01:49.00	16:31.00	28:52.00	23		29	21:47.00	22:47.00	01:49.00
70	13:37.00	26:00.00	26	1	31	19:00.00	21:08.00	01:52.00	16:50.00	29:07.00	22		28	22:14.00	23:14.00	01:52.00
69	13:52.00	26:12.00	25		30	19:20.00	21:32.00	01:55.00	17:09.00	29:22.00	21	6	27	22:41.00	23:41.00	01:55.00
68	14:08.00	26:24.00	24	0	29	19:40.00	21:56.00	01:58.00	17:28.00	29:38.00	20		26	23:08.00	24:08.00	01:58.00
67	14:24.00	26:36.00	23		28	20:00.00	22:20.00	02:02.00	17:47.00	29:54.00	19		25	23:36.00	24:36.00	02:02.00
66	14:40.00	26:48.00	22	-1	27	20:20.00	22:45.00	02:06.00	18:06.00	30:10.00	18		23	24:04.00	25:04.00	02:06.00
65	14:57.00	27:00.00	21		26	20:40.00	23:10.00	02:10.00	18:25.00	30:27.00	17	5	21	24:32.00	25:32.00	02:10.00
64	15:14.00	27:12.00	19	-2	24	21:00.00	23:35.00	02:14.00	18:44.00	30:44.00	15	4	19	25:00.00	26:00.00	02:14.00
63	15:32.00	27:24.00	17		22	21:20.00	24:00.00	02:18.00	19:03.00	31:02.00	13		17	25:30.00	26:30.00	02:18.00
62	15:51.00	27:36.00	15	-3	20	21:40.00	24:30.00	02:22.00	19:22.00	31:21.00	11	3	15	26:00.00	27:00.00	02:22.00
61	16:10.00	27:48.00	13		18	22:00.00	25:00.00	02:26.00	19:41.00	31:40.00	9		13	26:30.00	27:30.00	02:26.00
60	16:30.00	28:00.00	11	-4	16	22:20.00	25:30.00	02:30.00	20:00.00	32:00.00	7	2	11	27:00.00	28:00.00	02:30.00
59	16:38.00	28:05.00				22:40.00	25:45.00	02:30.20	20:07.00	32:05.00				27:07.00	28:07.00	02:30.20
58	16:46.00	28:10.00				23:00.00	26:00.00	02:30.40	20:14.00	32:10.00				27:14.00	28:14.00	02:30.40
57	16:54.00	28:15.00				23:20.00	26:16.00	02:30.70	20:22.00	32:15.00				27:22.00	28:22.00	02:30.70
56	17:04.00	28:20.00			15	23:40.00	26:32.00	02:31.00	20:30.00	32:20.00				27:30.00	28:30.00	02:31.00
55	17:13.00	28:25.00	10			24:00.00	26:49.00	02:31.50	20:38.00	32:25.00			10	27:38.00	28:38.00	02:31.50
54	17:23.00	28:30.00				24:20.00	27:06.00	02:32.00	20:46.00	32:30.00				27:46.00	28:46.00	02:32.00
53	17:33.00	28:35.00			14	24:40.00	27:23.00	02:32.50	20:55.00	32:35.00		1		27:55.00	28:55.00	02:32.50
52	17:43.00	28:41.00				25:00.00	27:40.00	02:33.00	21:04.00	32:41.00				28:04.00	29:04.00	02:33.00
51	17:53.00	28:47.00				25:25.00	27:58.00	02:33.50	21:13.00	32:47.00				28:13.00	29:13.00	02:33.50
50	18:03.00	28:53.00	9		13	25:50.00	28:16.00	02:34.00	21:22.00	32:53.00			9	28:22.00	29:22.00	02:34.00
49	18:14.00	28:59.00		-5		26:15.00	28:34.00	02:34.50	21:31.00	32:59.00	6			28:31.00	29:31.00	02:34.50
48	18:25.00	29:05.00				26:40.00	28:52.00	02:35.00	21:40.00	33:05.00				28:40.00	29:40.00	02:35.00
47	18:36.00	29:11.00			12	27:06.00	29:10.00	02:35.50	21:50.00	33:11.00				28:50.00	29:50.00	02:35.50
46	18:48.00	29:18.00	8			27:32.00	29:28.00	02:36.00	22:00.00	33:18.00		0	8	29:00.00	30:00.00	02:36.00
45	19:00.00	29:25.00				27:58.00	29:46.00	02:36.50	22:10.00	33:25.00				29:10.00	30:10.00	02:36.50
44	19:12.00	29:32.00			11	28:24.00	30:06.00	02:37.00	22:20.00	33:32.00				29:20.00	30:20.00	02:37.00
43	19:24.00	29:39.00	7			28:52.00	30:26.00	02:37.50	22:30.00	33:39.00			7	29:30.00	30:30.00	02:37.50
42	19:36.00	29:46.00			10	29:20.00	30:47.00	02:38.00	22:40.00	33:46.00				29:40.00	30:40.00	02:38.00
41	19:48.00	29:53.00				29:50.00	31:08.00	02:39.00	22:50.00	33:53.00				29:50.00	30:50.00	02:39.00
40	20:00.00	30:00.00	6	-6	9	30:20.00	31:30.00	02:40.00	23:00.00	34:00.00	5	-1	6	30:00.00	31:00.00	02:40.00
39	20:06.00	30:03.00				30:28.00	31:40.00	02:41.00	23:06.00	34:03.00				30:12.00	31:12.00	02:41.00
38	20:12.00	30:06.00				30:36.00	31:50.00	02:42.00	23:12.00	34:06.00				30:24.00	31:24.00	02:42.00
37	20:18.00	30:09.00				30:44.00	32:00.00	02:43.00	23:18.00	34:09.00				30:37.00	31:37.00	02:43.00
36	20:25.00	30:12.00				30:53.00	32:10.00	02:44.00	23:25.00	34:12.00				30:50.00	31:50.00	02:44.00
35	20:32.00	30:15.00				31:02.00	32:21.00	02:45.00	23:32.00	34:15.00				31:04.00	32:04.00	02:45.00
34	20:39.00	30:18.00			8	31:11.00	32:32.00	02:46.00	23:39.00	34:18.00		-2		31:18.00	32:18.00	02:46.00
33	20:47.00	30:22.00				31:20.00	32:43.00	0								

30	21:12.00	30:35.00				31:51.00	33:19.00	02:50.00	24:12.00	34:35.00				32:15.00	33:15.00	02:50.00
29	21:21.00	30:40.00			7	32:02.00	33:32.00	02:52.00	24:21.00	34:40.00		-3		32:30.00	33:30.00	02:52.00
28	21:30.00	30:45.00				32:14.00	33:46.00	02:54.00	24:30.00	34:45.00				32:45.00	33:45.00	02:54.00
27	21:40.00	30:50.00				32:26.00	34:00.00	02:56.00	24:40.00	34:50.00				33:00.00	34:00.00	02:56.00
26	21:50.00	30:55.00				32:38.00	34:15.00	02:58.00	24:50.00	34:55.00				33:15.00	34:15.00	02:58.00
25	22:00.00	31:00.00	4	-8	6	32:50.00	34:30.00	03:00.00	25:00.00	35:00.00	3	-4	4	33:30.00	34:30.00	03:00.00
24	22:02.00	31:02.00				32:52.00	34:32.00	03:01.00	25:02.00	35:02.00				33:32.00	34:32.00	03:01.00
23	22:04.00	31:04.00				32:54.00	34:34.00	03:02.00	25:04.00	35:04.00				33:34.00	34:34.00	03:02.00
22	22:06.00	31:06.00				32:56.00	34:36.00	03:03.00	25:06.00	35:06.00				33:36.00	34:36.00	03:03.00
21	22:08.00	31:08.00				32:58.00	34:38.00	03:04.00	25:08.00	35:08.00				33:38.00	34:38.00	03:04.00
20	22:10.00	31:10.00		-9	5	33:00.00	34:40.00	03:05.00	25:10.00	35:10.00		-5		33:40.00	34:40.00	03:05.00
19	22:13.00	31:13.00				33:03.00	34:43.00	03:06.00	25:12.00	35:13.00				33:42.00	34:43.00	03:06.00
18	22:16.00	31:16.00	3			33:06.00	34:46.00	03:07.00	25:14.00	35:16.00			3	33:44.00	34:46.00	03:07.00
17	22:19.00	31:19.00				33:09.00	34:49.00	03:08.00	25:16.00	35:19.00				33:46.00	34:49.00	03:08.00
16	22:22.00	31:22.00		-10	4	33:12.00	34:52.00	03:09.00	25:18.00	35:22.00	2	-6		33:48.00	34:52.00	03:09.00
15	22:25.00	31:25.00				33:15.00	34:55.00	03:10.00	25:20.00	35:25.00				33:50.00	34:55.00	03:10.00
14	22:28.00	31:28.00				33:18.00	34:58.00	03:12.00	25:23.00	35:28.00				33:53.00	34:58.00	03:12.00
13	22:31.00	31:31.00				33:22.00	35:02.00	03:14.00	25:26.00	35:31.00				33:56.00	35:02.00	03:14.00
12	22:34.00	31:34.00		-11	3	33:26.00	35:06.00	03:16.00	25:29.00	35:34.00		-7		33:59.00	35:06.00	03:16.00
11	22:37.00	31:37.00	2			33:30.00	35:10.00	03:18.00	25:32.00	35:37.00			2	34:02.00	35:10.00	03:18.00
10	22:40.00	31:40.00				33:34.00	35:14.00	03:20.00	25:35.00	35:40.00				34:05.00	35:14.00	03:20.00
9	22:44.00	31:44.00				33:38.00	35:18.00	03:22.00	25:38.00	35:44.00				34:08.00	35:18.00	03:22.00
8	22:48.00	31:48.00		-12	2	33:42.00	35:22.00	03:24.00	25:42.00	35:48.00	1	-8		34:12.00	35:22.00	03:24.00
7	22:52.00	31:52.00				33:46.00	35:26.00	03:26.00	25:46.00	35:52.00				34:16.00	35:26.00	03:26.00
6	22:56.00	31:56.00				33:50.00	35:30.00	03:28.00	25:50.00	35:56.00				34:20.00	35:30.00	03:28.00
5	23:00.00	32:00.00	1			33:54.00	35:34.00	03:30.00	25:54.00	36:00.00			1	34:24.00	35:34.00	03:30.00
4	23:04.00	32:04.00		-13	1	33:58.00	35:38.00	03:32.00	25:58.00	36:05.00		-9		34:28.00	35:38.00	03:32.00
3	23:08.00	32:08.00				35:02.00	35:42.00	03:34.00	26:02.00	36:10.00				34:32.00	35:42.00	03:34.00
2	23:12.00	32:12.00				35:06.00	35:46.00	03:36.00	26:06.00	36:15.00				34:36.00	35:46.00	03:36.00
1	23:16.00	32:16.00		-14		35:10.00	35:50.00	03:38.00	26:10.00	36:20.00		-10		34:40.00	35:50.00	03:38.00

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)
Таблица оценки выполнения испытаний в рамках фестивалей

XI СТУПЕНЬ (возрастная группа от 70 лет и старше)																
Мужчины									Женщины							
Очки	№1		№2	№3	№4	№5		№6	№1		№2	№3	№4	№5		№6
	Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Передвижение на лыжах на 3 км (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 3 км (мин, с)	Плавание на 25 м (мин, с)	Смешанное передвижение на 2000 м (мин, с)	Скандинавская ходьба на 3 км (мин, с)	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	Передвижение на лыжах на 2 км (мин, с)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с)	Плавание на 25 м (мин, с)
100	09:20.00	23:15.00	45	8	47	12:30.00	13:30.00	00:45.00	10:45.00	24:30.00	30	10	32	12:30.00	14:00.00	00:45.00
99	09:28.00	23:20.00				12:42.00	13:42.00	00:46.00	10:55.00	24:40.00				12:42.00	14:12.00	00:46.00
98	09:37.00	23:25.00				12:55.00	13:55.00	00:47.00	11:05.00	24:50.00				12:55.00	14:25.00	00:47.00
97	09:46.00	23:30.00	44			13:10.00	14:10.00	00:48.00	11:16.00	25:00.00				13:10.00	14:40.00	00:48.00
96	09:55.00	23:36.00			46	13:25.00	14:25.00	00:49.00	11:27.00	25:10.00				13:25.00	14:55.00	00:49.00
95	10:05.00	23:42.00		7		13:40.00	14:40.00	00:50.00	11:39.00	25:20.00	29		31	13:40.00	15:10.00	00:50.00
94	10:15.00	23:48.00	43			13:55.00	14:55.00	00:52.00	11:51.00	25:30.00		9		13:55.00	15:25.00	00:52.00
93	10:26.00	23:55.00				14:10.00	15:10.00	00:54.00	12:04.00	25:40.00				14:10.00	15:40.00	00:54.00
92	10:37.00	24:02.00			45	14:27.00	15:27.00	00:56.00	12:18.00	25:50.00				14:27.00	15:57.00	00:56.00
91	10:48.00	24:09.00	42	6		14:44.00	15:45.00	00:58.00	12:32.00	26:00.00	28		30	14:44.00	16:15.00	00:58.00
90	10:59.00	24:16.00				15:05.00	16:05.00	01:00.00	12:46.00	26:11.00				15:05.00	16:35.00	01:00.00
89	11:10.00	24:24.00	41		44	15:25.00	16:25.00	01:02.00	13:00.00	26:22.00		8		15:25.00	16:55.00	01:02.00
88	11:22.00	24:32.00				15:45.00	16:45.00	01:04.00	13:15.00	26:33.00				15:45.00	17:15.00	01:04.00
87	11:34.00	24:41.00	40	5		16:05.00	17:05.00	01:06.00	13:30.00	26:44.00	27		29	16:05.00	17:35.00	01:06.00
86	11:47.00	24:50.00	39		43	16:27.00	17:27.00	01:08.00	13:45.00	26:55.00				16:27.00	17:57.00	01:08.00
85	12:00.00	25:00.00	38			16:50.00	17:50.00	01:10.00	14:00.00	27:06.00		7		16:50.00	18:20.00	01:10.00
84	12:13.00	25:10.00	37		42	17:15.00	18:15.00	01:12.00	14:15.00	27:17.00				17:15.00	18:45.00	01:12.00
83	12:27.00	25:20.00	36	4		17:40.00	18:40.00	01:14.00	14:30.00	27:28.00	26		28	17:40.00	19:10.00	01:14.00
82	12:41.00	25:31.00	35		41	18:05.00	19:05.00	01:16.00	14:46.00	27:39.00				18:05.00	19:35.00	01:16.00
81	12:56.00	25:42.00	34			18:30.00	19:30.00	01:19.00	15:02.00	27:50.00		6		18:30.00	20:00.00	01:19.00
80	13:11.00	25:53.00	33	3	40	18:55.00	19:55.00	01:22.00	15:19.00	28:01.00	25		27	18:55.00	20:25.00	01:22.00
79	13:26.00	26:04.00	32			19:20.00	20:20.00	01:25.00	15:36.00	28:12.00				19:20.00	20:50.00	01:25.00
78	13:41.00	26:15.00	31		39	19:45.00	20:45.00	01:28.00	15:54.00	28:23.00				19:45.00	21:15.00	01:28.00
77	13:56.00	26:26.00	30	2		20:10.00	21:10.00	01:31.00	16:12.00	28:34.00	24	5	26	20:10.00	21:40.00	01:31.00
76	14:12.00	26:37.00	29		38	20:36.00	21:36.00	01:34.00	16:31.00	28:45.00				20:36.00	22:06.00	01:34.00
75	14:28.00	26:48.00	28		37	21:02.00	22:02.00	01:37.00	16:50.00	28:57.00				21:02.00	22:32.00	01:37.00
74	14:44.00	27:00.00	27	1	36	21:28.00	22:28.00	01:40.00	17:10.00	29:10.00	23		25	21:28.00	22:58.00	01:40.00
73	15:00.00	27:12.00	26		35	21:54.00	22:54.00	01:43.00	17:30.00	29:24.00		4		21:54.00	23:24.00	01:43.00
72	15:16.00	27:24.00	25		34	22:20.00	23:20.00	01:46.00	17:50.00	29:38.00	22		24	22:20.00	23:50.00	01:46.00
71	15:33.00	27:36.00	24	0	33	22:47.00	23:47.00	01:49.00	18:10.00	29:52.00				22:47.00	24:17.00	01:49.00
70	15:50.00	27:48.00	23		32	23:14.00	24:14.00	01:52.00	18:30.00	30:07.00	21		23	23:14.00	24:44.00	01:52.00
69	16:07.00	28:01.00	22	-1	31	23:41.00	24:41.00	01:55.00	18:50.00	30:22.00	20	3	22	23:41.00	25:11.00	01:55.00
68	16:25.00	28:14.00	21		30	24:08.00	25:08.00	01:58.00	19:10.00	30:38.00	19		21	24:08.00	25:38.00	01:58.00
67	16:43.00	28:27.00	20	-2	28	24:36.00	25:36.00	02:02.00	19:31.00	30:54.00	18		20	24:36.00	26:06.00	02:02.00
66	17:02.00	28:40.00	19		26	25:04.00	26:04.00	02:06.00	19:52.00	31:10.00	17		19	25:04.00	26:34.00	02:06.00
65	17:21.00	28:53.00	18	-3	24	25:32.00	26:32.00	02:10.00	20:13.00	31:27.00	16	2	18	25:32.00	27:02.00	02:10.00
64	17:40.00	29:06.00	16		22	26:00.00	27:00.00	02:14.00	20:34.00	31:44.00	14		16	26:00.00	27:30.00	02:14.00
63	18:00.00	29:19.00	14	-4	20	26:30.00	27:30.00	02:18.00	20:55.00	32:02.00	12		14	26:30.00	28:00.00	02:18.00
62	18:20.00	29:32.00	12		18	27:00.00	28:00.00	02:22.00	21:16.00	32:21.00	10	1	12	27:00.00	28:30.00	02:22.00
61	18:40.00	29:46.00	10	-5	16	27:30.00	28:30.00	02:26.00	21:38.00	32:40.00	8		10	27:30.00	29:00.00	02:26.00
60	19:00.00	30:00.00	8	-6	14	28:00.00	29:00.00	02:30.00	22:00.00	33:00.00	6	0	8	28:00.00	29:30.00	02:30.00
59	19:07.00	30:05.00				28:15.00	29:15.00	02:30.20	22:10.00	33:07.00				28:07.00	29:36.00	02:30.20
58	19:14.00	30:10.00				28:30.00	29:30.00	02:30.40	22:20.00	33:14.00				28:14.00	29:42.00	02:30.40
57	19:22.00	30:15.00			13	28:46.00	29:46.00	02:30.70	22:30.00	33:22.00				28:22.00	29:48.00	02:30.70
56	19:30.00	30:20.00				29:02.00	30:02.00	02:31.00	22:40.00	33:30.00				28:30.00	29:54.00	02:31.00
55	19:38.00	30:25.00				29:19.00	30:19.00	02:31.50	22:50.00	33:38.00				28:38.00	30:00.00	02:31.50
54	19:46.00	30:30.00			12	29:36.00	30:36.00	02:32.00	23:01.00	33:46.00		-1	7	28:46.00	30:07.00	02:32.00
53	19:55.00	30:35.00	7			29:53.00	30:53.00	02:32.50	23:12.00	33:55.00				28:55.00	30:14.00	02:32.50
52	20:04.00	30:41.00				30:10.00	31:10.00	02:33.00	23:23.00	34:04.00				29:04.00	30:21.00	02:33.00
51	20:13.00	30:47.00			11	30:28.00	31:28.00	02:33.50	23:34.00	34:13.00				29:13.00	30:28.00	02:33.50
50	20:22.00	30:53.00				30:46.00	31:46.00	02:34.00	23:46.00	34:22.00				29:22.00	30:36.00	02:34.00
49	20:31.00	30:59.00		-7		31:04.00	32:04.00	02:34.50	23:58.00	34:31.00	5	-2	6	29:31.00	30:44.00	02:34.50
48	20:40.00	31:05.00			10	31:22.00	32:22.00	02:35.00	24:10.00	34:40.00				29:40.00	30:52.00	02:35.00
47	20:50.00	31:11.00				31:40.00	32:40.00	02:35.50	24:23.00	34:50.00				29:50.00	31:00.00	02:35.50
46	21:00.00	31:18.00	6		9	31:58.00	32:58.00	02:36.00	24:36.00	35:00.00				30:00.00	31:08.00	02:36.00
45	21:10.00	31:25.00				32:16.00	33:16.00	02:36.50	24:49.00	35:10.00				30:10.00	31:16.00	02:36.50
44	21:20.00	31:32.00			8	32:36.00	33:36.00	02:37.00	25:02.00	35:20.00		-3	5	30:20.00	31:24.00	02:37.00
43	21:30.00	31:39.00				32:56.00	33:56.00	02:37.50	25:16.00	35:30.00				30:30.00	31:32.00	02:37.50
42	21:40.00	31:46.00		7		33:17.00	34:17.00	02:38.00	25:30.00	35:40.00				30:40.00	31:41.00	02:38.00
41	21:50.00	31:53.00				33:38.00	34:38.00	02:39.00	25:45.00	35:50.00				30:50.00	31:50.00	02:39.00
40	22:00.00	32:00.00	5	-8	6	34:00.00	35:00.00	02:40.00	26:00.00	36:00.00	4	-4	4	31:00.00	32:00.00	02:40.00
39	22:06.00	32:06.00				34:18.00	35:15.00	02:41.00	26:06.00	36:03.00				31:15.00	32:15.00	02:41.00
38	22:12.00	32:12.00				34:36.00	35:30.00	02:42.00	26:12.00	36:06.00				31:30.00	32:30.00	02:42.00
37	22:18.00	32:18.00				34:55.00	35:45.00	02:43.00	26:18.00	36:09.00				31:45.00	32:45.00	02:43.00
36	22:25.00	32:25.00				35:14.00	36:00.00	02:44.00	26:25.00	36:12.00				32:00.00	33:00.00	02:44.00
35	22:32.00	32:32.00				35:34.00	36:15.00	02:45.00	26:32.00	36:15.00				32:15.00	33:15.00	02:45.00
34	22:39.00	32:39.00	4			35:54.00	36:30.00	02:46.00	26:39.00	36:18.00				32:30.00	33:30.00	02:46.00
33	22:47.00	32:47.00				36:14.00	36:46.00	02:47.00	26:47.00	36:22.00						

30	23:12.00	33:12.00				37:14.00	37:34.00	02:50.00	27:12.00	36:35.00				33:34.00	34:34.00	02:50.00
29	23:21.00	33:21.00	3			37:34.00	37:50.00	02:52.00	27:21.00	36:40.00				33:50.00	34:50.00	02:52.00
28	23:30.00	33:30.00				37:55.00	38:07.00	02:54.00	27:30.00	36:45.00				34:07.00	35:07.00	02:54.00
27	23:40.00	33:40.00				38:16.00	38:24.00	02:56.00	27:40.00	36:50.00				34:24.00	35:24.00	02:56.00
26	23:50.00	33:50.00				38:38.00	38:42.00	02:58.00	27:50.00	36:55.00				34:42.00	35:42.00	02:58.00
25	24:00.00	34:00.00	2	-10	4	39:00.00	39:00.00	03:00.00	28:00.00	37:00.00	2	-6	2	35:00.00	36:00.00	03:00.00
24	24:02.00	34:02.00				39:02.00	39:02.00	03:01.00	28:02.00	37:02.00				35:02.00	36:02.00	03:01.00
23	24:04.00	34:04.00				39:04.00	39:04.00	03:02.00	28:04.00	37:04.00				35:04.00	36:04.00	03:02.00
22	24:06.00	34:06.00				39:06.00	39:06.00	03:03.00	28:06.00	37:06.00				35:06.00	36:06.00	03:03.00
21	24:08.00	34:08.00				39:08.00	39:08.00	03:04.00	28:08.00	37:08.00				35:08.00	36:08.00	03:04.00
20	24:10.00	34:10.00		-11		39:10.00	39:10.00	03:05.00	28:10.00	37:10.00			-7	35:10.00	36:10.00	03:05.00
19	24:12.00	34:13.00				39:13.00	39:13.00	03:06.00	28:13.00	37:13.00				35:13.00	36:12.00	03:06.00
18	24:14.00	34:16.00			3	39:16.00	39:16.00	03:07.00	28:16.00	37:16.00				35:16.00	36:14.00	03:07.00
17	24:16.00	34:19.00				39:19.00	39:19.00	03:08.00	28:19.00	37:19.00				35:19.00	36:16.00	03:08.00
16	24:18.00	34:22.00		-12		39:22.00	39:22.00	03:09.00	28:22.00	37:22.00			-8	35:22.00	36:18.00	03:09.00
15	24:20.00	34:25.00				39:25.00	39:25.00	03:10.00	28:25.00	37:25.00				35:25.00	36:20.00	03:10.00
14	24:23.00	34:28.00				39:28.00	39:28.00	03:12.00	28:28.00	37:28.00				35:28.00	36:23.00	03:12.00
13	24:26.00	34:32.00				39:32.00	39:32.00	03:14.00	28:31.00	37:31.00				35:31.00	36:26.00	03:14.00
12	24:29.00	34:36.00	1	-13		39:36.00	39:36.00	03:16.00	28:34.00	37:34.00	1	-9	1	35:34.00	36:29.00	03:16.00
11	24:32.00	34:40.00			2	39:40.00	39:40.00	03:18.00	28:37.00	37:37.00				35:37.00	36:32.00	03:18.00
10	24:35.00	34:44.00				39:44.00	39:44.00	03:20.00	28:40.00	37:40.00				35:40.00	36:35.00	03:20.00
9	24:38.00	34:48.00				39:48.00	39:48.00	03:22.00	28:44.00	37:44.00				35:44.00	36:38.00	03:22.00
8	24:41.00	34:52.00		-14		39:52.00	39:52.00	03:24.00	28:48.00	37:48.00			-10	35:48.00	36:42.00	03:24.00
7	24:44.00	34:56.00				39:56.00	39:56.00	03:26.00	28:52.00	37:52.00				35:52.00	36:46.00	03:26.00
6	24:48.00	35:00.00				40:00.00	40:00.00	03:28.00	28:56.00	37:56.00				35:56.00	36:50.00	03:28.00
5	24:52.00	35:05.00			1	40:05.00	40:05.00	03:30.00	29:00.00	38:00.00				36:00.00	36:54.00	03:30.00
4	24:56.00	35:10.00		-15		40:10.00	40:10.00	03:32.00	29:04.00	38:05.00			-11	36:05.00	36:58.00	03:32.00
3	25:00.00	35:15.00				40:15.00	40:15.00	03:34.00	29:08.00	38:10.00				36:10.00	37:02.00	03:34.00
2	25:04.00	35:20.00				40:20.00	40:20.00	03:36.00	29:12.00	38:15.00				36:15.00	37:06.00	03:36.00
1	25:08.00	35:25.00		-16		40:25.00	40:25.00	03:38.00	29:16.00	38:20.00			-12	36:20.00	37:10.00	03:38.00