

## **В парке «Садовники» День России отметили спортивно**

13.06.2018

Спортивный праздник, посвященный Дню России, прошел в парке «Садовники» в субботу, 9 июня.

Участники выполняли самые разнообразные нормы ГТО: подтягивались из виса на перекладине и виса лежа, поднимали шестнадцатикилограммовые гири, сгибали и разгибали руки в упоре лежа, наклонялись вперед, качали пресс, прыгали в длину, пробовали свои силы в дистанциях 30, 60, 100, 2 000, 3 000 метров, челночном беге.

Кроме того, каждый мог поиграть в шашки, дартс и мини-гольф – в этом гостям праздника помогли специалисты Центра физической культуры и спорта Южного округа.

В конце мероприятия всем, кто в прошлом сезоне хорошо прошел испытания комплекса «Готов к труду и обороне», вручили значки отличия.

Фото: [Центр физической культуры и спорта ЮАО](#)

---

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/7389052.html>

---

[Управа района Нагатино-Садовники](#)