

МУ «Управление физической культуры и спорта»
 Начальник
 Д.Г. Сизова
 « 29 » *февраля* 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

ГРАФИК ТЕСТИРОВАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ИСПЫТАНИЙ (ТЕСТОВ)
 ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА
 «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)

Муниципальный округ «УХТА», 2024 г.

№ п/п	Наименование спортивного сооружения	Адрес места нахождения	Собственник объекта спорта	Ответственный за прием нормативов	Расписание	По каким видам испытаний (тестов) комплекса ГТО используется объект
1.	Зал хореографии	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 б	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Понедельник- воскресенье (по согласованию)	- Сгибание и разгибание рук - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Наклон вперед - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Поднимание туловища из положения лёжа на спине
2.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 б	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Понедельник- воскресенье (по согласованию)	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Сгибание и разгибание рук - Рывок гири - Наклон вперед - Поднимание туловища из положения лёжа на спине

3.	Кабинет ГТО	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Понедельник- воскресенье (но согласованию)	- Сгибание и разгибание рук - Рывок гири - Наклон вперёд - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Стрельба из пневматической винтовки сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, из электронного оружия
4.	Зал борьбы	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Понедельник- воскресенье (но согласованию)	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Рывок гири - Самозащита без оружия
5.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	(Понедельник- пятница 14.00-15.00 Суббота, воскресенье – по согласованию)	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Сгибание и разгибание рук - Рывок гири - Поднимание туловища из положения лёжа на спине
6.	Игровой спортивный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	(Понедельник- пятница 14.00-15.00 Суббота, воскресенье – по согласованию)	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Бег на длинные дистанции - Сгибание и разгибание рук - Рывок гири - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Наклон вперёд - Челночный бег 3х10 м - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Метание теннисного мяча в цель - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Самозащита без оружия - Прыжки на месте (количество раз)

					- Бег на месте (мнн, с) - Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске (м) - Метание теннисного мяча из положения сидя (м) - Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах) (м) - Бросок теннисного мяча из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (м) - Бросок теннисного мяча в корзину на полу, дистанция 1 м (количество попаданий из 5 бросков) - Бросок теннисного мяча (количество бросков за 30 с) - Приседание на двух ногах (количество раз) - Сгибание и разгибание рук из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (количество раз) - Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (с) - Передвижение в коляске (без учета времени, м) - Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени, м) - Удержание медицинбола 0,5 кг на вытянутых руках (с) - Удержание волейбольного мяча обеими руками - Наклон вперед из положения сидя на полу - Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями, см) - Удар по футбольному мячу на дальность (м) - Удар по мячу на точность в квадрат 1,5х1,5 м	
7.	Поле для мини-футбола	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Ннкишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС	Май-октябрь (по согласованию)	- Бег на короткие дистанции - Сгибание и разгибание рук - Рывок гири - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ногн

				им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36			на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
8.	Хоккейный корт	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Май-октябрь (по согласованию)		– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
9.	Теннисный корт	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Май-октябрь (по согласованию)		– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
10.	Стадион «Нефтяник»	г. Ухта, ул. Мира, д. 3 а	МАУ «ЛДС им. С. Капустина»	Никишев Игорь Леонидович, директор МАУ «ЛДС	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00		– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба

			им. С. Капустина», 8(8216) 75-12-36	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения. ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Прыжок в длину с разбега (см) – Метание мяча или спортивного снаряда – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Стрельба из пневматической винтовки – Прыжки на месте (количество раз) – Бег на месте (мин, с) – Прыжок в длину с разбега (см) – Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске (м) – Метание теннисного мяча из положения сидя (м) – Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах) (м) – Бросок теннисного мяча из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (м) – Бросок теннисного мяча в корзину на полу, дистанция 1 м (количество попаданий из 5 бросков) – Бросок теннисного мяча (количество бросков за 30 с) – Приседание на двух ногах (количество раз) – Вис на согнутых руках на перекладине (ноги над коляской, с) – Сгибание и разгибание рук из положения сидя в коляске при травме шейного отдела
--	--	--	--	--	--

						позвоночника (количество раз) – Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (с) – Передвижение в коляске (без учета времени, м) – Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени, м) – Удержание медицинбола 0,5 кг на вытянутых руках (с) – Удержание волейбольного мяча обеими руками – Наклон вперед из положения сидя на полу – Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями, см) – Удар по футбольному мячу на дальность (м) – Удар по мячу на точность в квадрат 1,5х1,5 м, дистанция 3 м (количество попаданий из 5 попыток)
11.	Зал единоборств	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карлаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Самозащита без оружия
12.	Беговые дорожки	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карлаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00 Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Челночный бег 3х10 м
13.	Тренажёрный зал	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карлаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье – Поднимание туловища из положения лёжа на

						снине	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание мяча или спортивного снаряда – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
14.	Футбольное поле	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00 Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
15.	Поле для мини-футбола	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00 Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
16.	Хоккейный корт	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	

17.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
18.	Волейбольная площадка	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
19.	Площадка для игр в городки	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 5 б	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
20.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 16 а	МУ СК «Спарта»	Карпаев Евгений Сергеевич, директор,	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Бег на длинные дистанции – Сгибание и разгибание рук

				8(8216) 79-95-23		– Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Самозащита без оружия
21.	Плавательный бассейн «Дельфин»	г. Ухта, пгт Водный, ул. Первомайская, д. 5	МУ СК «Спарта»	Карлаев Евгений Сергеевич, директор, 8(8216) 79-95-23	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Плавание
22.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 29 а	МУ «Спорткомлекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Рывок гири – Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
23.	Тренажёрный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 29 а	МУ «Спорткомлекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд – Поднимание туловища из положения лёжа на

						снине
24.	Спортивное ядро	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 29 а	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00 Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание мяча или спортивного снаряда – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Стрельба из пневматической винтовки – Бег (передвижение) на лыжах – Кросс (смешанное передвижение) по пересеченной местности
25.	Универсальная спортивная площадка	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 29 а	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Май-октябрь Понедельник- пятница 10.00-13.00 Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

26.	Хоккейный корт	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 29 а	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
27.	Зал фитнеса	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Лермонтова д. 24	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
28.	Зал единоборств	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Лермонтова д. 24	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Самозащита без оружия
29.	Тренажёрный зал	г. Ухта, пгт Ярега,	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна,	Суббота- воскресенье	– Подтягивание из виса на высокой перекладине

		ул. Лермонтова д. 24		директор, 8(8216) 75-48-59	11.00-14.00	– Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
30.	Бассейн	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Лермонтова д. 24	МУ «Спорткомплекс «Шахтёр»	Шарова Ирина Викторовна, директор, 8(8216) 75-48-59	Суббота- воскресенье 11.00-14.00	– Плавание
31.	Лыжная база УРМЗ	г. Ухта, п. УРМЗ ул. Школьная, д. 5	МУ «СШ № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег, ходьба, передвижение на лыжах – Кросс (бег), смешанное передвижение по пересеченной местности
32.	Лыжная база УРМЗ	г. Ухта, п. УРМЗ, ул. Школьная, д. 14/4	МУ «СШ № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

						– Стрельба из пневматической винтовки
33.	Площадка воркаут	г. Ухта, ул. Школьная, д. 5	МУ «СПШ № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине
34.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Школьная, д. 5	МУ «СПШ № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Стрельба из пневматической винтовки
35.	Футбольное поле	г. Ухта, ул. Школьная, д. 5	МУ «СПШ № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание мяча или спортивного снаряда

						– Поднимание туловища из положения лёжа на спине
36.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Школьная, д. 5	МУ «СПШ № 1»	Алев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине
37.	Поле для мини-футбола	Территория Детского парка ул. Горького	МУ «СПШ № 1»	Алев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
38.	Зал хореографии	г. Ухта, ул. Пушкина, д. 25 в	МУ «СПШ № 1»	Алев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
39.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Пушкина, д. 25 в	МУ «СПШ № 1»	Алев Сергей Васильевич, директор МУ «СПШ № 1», 8(8216) 75-90-66	Суббота- воскресенье (по согласованию)	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье

						– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
40.	Крытый каток с естественным льдом	г. Ухта, ул. Пушкина, д.25в, строение 1	МУ «СП № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СП № 1», 8(8216) 75-90-66	Май-октябрь (по согласованию)	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Стрельба из пневматической винтовки
41.	Лыжная база	г. Ухта, игт Шудая, ул. Шахтинская, 25	МУ «СП № 1»	Алиев Сергей Васильевич, директор МУ «СП № 1», 8(8216) 75-90-66	По согласованию	– Бег (передвижение) на лыжах
42.	Зал баскетбола	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 47/1	МУ «СП № 2»	Петров Игорь Иванович, директор МУ «СП № 2», 8(8216) 78-02-03	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

43.	Зал волейбола	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 49/1	МУ «СПШ № 2»	Петров Игорь Иванович, директор МУ «СПШ № 2», 8(8216) 78-02-03	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
44.	Физкультурно-оздоровительный комплекс открытого типа	г. Ухта, ул. Тихановича, 6	МУ «СПШ № 2»	Петров Игорь Иванович, директор МУ «СПШ № 2», 8(8216) 78-02-03	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Прыжок в длину с разбега (см) – Метание мяча или спортивного снаряда – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Стрельба из пневматической винтовки – Прыжки на месте (количество раз)

					– Бег на месте (мин, с) – Прыжок в длину с разбега (см) – Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске (м) – Метание теннисного мяча из положения сидя (м) – Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах) (м) – Бросок теннисного мяча из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (м) – Бросок теннисного мяча в корзину на полу, дистанция 1 м (количество попаданий из 5 бросков) – Бросок теннисного мяча (количество бросков за 30 с) – Приседание на двух ногах (количество раз) – Вис на согнутых руках на перекладине (ноги над коляской, с) – Сгибание и разгибание рук из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (количество раз) – Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (с) – Передвижение в коляске (без учета времени, м) – Передвижение на протезе (протезах) (без учета времени, м) – Удержание медицинбола 0,5 кг на вытянутых руках (с) – Удержание волейбольного мяча обеими руками – Наклон вперед из положения сидя на полу – Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями, см) – Удар по футбольному мячу на дальность (м) – Удар по мячу на точность в квадрат 1,5х1,5 м, дистанция 3 м (количество попаданий из 5 попыток)
--	--	--	--	--	---

45.	Большая ванна	г. Ухта, ул. Мира, д. 1 а	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	Каждый вторник 12.00-16.00	– Плавание
46.	Малая ванна	г. Ухта, ул. Мира, д. 1 а	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	Каждый вторник 12.00-16.00	– Плавание
47.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 1 а	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	Каждый вторник 12.00-16.00	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
48.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 1 а	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	Каждый вторник 12.00-16.00	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
49.	Зал фитнеса	г. Ухта, ул. Мира,	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович,	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири

		д. 1 а		директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15		– Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
50.	Спортивный зал	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 18	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
51.	Спортивный зал малый	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 18	МАУ «СПШ «Юность»	Смирнов Павел Александрович, директор МАУ «СПШ «Юность», 8(8216) 74-27-15	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
52.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Строителей, д. 25	МУ «СПШОР им. Э. Захарова»	Ануров Игорь Олегович, директор МУ «СПШОР им. Э. Захарова», 8(8216) 76-66-08	По согласованию	– Поднимание из виса на высокой перекладине – Поднимание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд

						– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
53.	Зал борьбы	г. Ухта, ул. Гоголя, д. 2	МУ «СПОР им. Э. Захарова»	Ануров Игорь Олегович, директор МУ «СПОР им. Э. Захарова», 8(8216) 76-66-08	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Самозащита без оружия
54.	Зал борьбы	г. Ухта, ул. Советская, д. 18	МУ «СПОР им. Э. Захарова»	Ануров Игорь Олегович, директор МУ «СПОР им. Э. Захарова», 8(8216) 76-66-08	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Самозащита без оружия
55.	Тренажёрный зал	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 10	ЦСВС «Паур-Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги

						на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
56.	Зал фитнеса	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 10	ЦСВС «Пауэр-Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
57.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 8	МОУ «СОШ № 2»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
58.	Баскетбольно-волейбольный зал	г. Ухта, ул. Оплесина, д. 28	МОУ «СОШ № 3»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд

						– Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
59.	Гимнастический спортзал	г. Ухта, ул. Оплеснина, д. 28	МОУ «СОШ № 3»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
60.	Футбольное поле с искусственной травой, с полосой препятствий и волейбольной площадкой	г. Ухта, ул. Оплеснина, д. 28	МОУ «СОШ № 3»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на

						сшпе	
61.	Баскетбольно-волейбольная площадка с тренажерами	г. Ухта, ул. Оплесинна, д. 28	МОУ «СОШ № 3»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
62.	Спортивный зал	г. Ухта, УРМЗ, ул. Школьная, д. 7	МОУ «СОШ № 4»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
63.	Спортивный зал	г. Ухта, Пионергорский проезд, д. 6	МОУ «СОШ № 5»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
64.	Тренажёрный зал	г. Ухта, Пионергорский проезд, д. 6	МОУ «СОШ № 5»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
65.	Стадион	г. Ухта, Пионергорский проезд, д. 6	МОУ «СОШ № 5»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
66.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Совхозная, д. 4	МОУ «СОШ № 6»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
67.	Стаднон	г. Ухта, ул. Совхозная, д. 4	МОУ «СОШ № 6»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
68.	Спортивная площадка (футбольная, баскетбольная)	г. Ухта, нпт Шудаяг, ул. Шахтинская, д. 9	МОУ «СОШ № 7»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
69.	Спортивная баскетбольная площадка	г. Ухта, нпт Шудаяг, ул. Шахтинская, д. 9	МОУ «СОШ № 7»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
70.	Спортивный зал	г. Ухта, нпт Шудаяг, ул. Шахтинская, д. 9	МОУ «СОШ № 7»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине

						– Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
71.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Кириичная, д. 23	МОУ «ООШ № 8»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
72.	Футбольное поле	г. Ухта, ул. Кириичная, д. 23	МОУ «ООШ № 8»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
73.	Футбольное поле	г. Ухта, п. Седью, ул. Школьная, д. 5	МОУ «СОШ № 9»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
74.	Беговая дорожка	г. Ухта, п. Седью, ул. Школьная, д. 5	МОУ «СОШ № 9»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции
75.	Волейбольная площадка	г. Ухта, п. Седью, ул. Школьная, д. 5	МОУ «СОШ № 9»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
76.	Площадка для выполнения нормативов ГТО	г. Ухта, п. Седью, ул. Школьная, д. 5	МОУ «СОШ № 9»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу

						– Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
77.	Спортивный зал	г. Ухта, п. Седью, ул. Школьная, д. 5	МОУ «СОШ № 9»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
78.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Дзержинского, д. 13	МОУ «СОШ № 10»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на

						спине	
79.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Дзержинского, д. 13	МОУ «СОШ № 10»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
80.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Тихоновича, д. 3	МОУ «СОШ №13»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
81.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Тихоновича,	МОУ «СОШ №13»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине	

		д. 3				– Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
82.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Водный, ул. Октябрьская, д. 5 а	МОУ «СОШ № 14»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
83.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Водный, ул. Октябрьская, д. 5 а	МОУ «СОШ № 14»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири

						– Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
84.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Октябрьская, д. 30	МОУ «СОШ № 15»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
85.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Октябрьская, д. 45	МОУ «СОШ № 15»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
86.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Октябрьская, д. 30	МОУ «СОШ № 15»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
87.	Спортивный зал 1	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 19	МОУ «СОШ № 16»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
88.	Спортивный зал 2	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 19	МОУ «СОШ № 16»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд

						– Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
89.	Тренажёрный зал	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 19	МОУ «СОШ № 16»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
90.	Спортивная площадка	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 19	МОУ «СОШ № 16»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
91.	Футбольное поле	г. Ухта,	МОУ «СОШ № 16»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук

		Набережная Нефтяников, д. 19				– Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
92.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Боровой, ул. Новая, д. 14	МОУ «СОШ № 17»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
93.	Многофункциональная спортивная площадка с искусственным покрытием, беговая дорожка, полоса препятствий	г. Ухта, пгт Боровой, ул. Новая, д. 14	МОУ «СОШ № 17»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Поднимание туловища из положения лёжа на спине
94.	Тренажёрный зал	г. Ухта, пгт Боровой, ул. Новая, д. 14	МОУ «СОШ № 17»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
95.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленина, д. 6 а	МОУ «СОШ № 18»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
96.	Спортивная площадка (ГТО)	г. Ухта, проспект Ленина, д. 6 а	МОУ «СОШ № 18»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги

						на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
97.	Стадион	г. Ухта, проспект Ленина, д. 6 а	МОУ «СОШ № 18»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Челночный бег 3х10 м – Метание мяча или спортивного снаряда – Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
98.	Спортивный зал	г. Ухта, Пионергорский проезд, д. 5	МОУ «СОШ № 19»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири
99.	Стадион	г. Ухта, Пионергорский проезд, д. 5	МОУ «СОШ № 19»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири

100.	Большой спортивный зал	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 18	МОУ «СОШ № 20»	По согласованию	По согласованию	– Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
						– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
101.	Малый спортивный зал	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 18	МОУ «СОШ № 20»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
102.	Футбольшое поле	г. Ухта, Набережная Нефтяников, д. 18	МОУ «СОШ № 20»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
103.	Футбольшое поле	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

						спине	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
104.	Малый спортивный зал	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	
105.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
106.	Волейбольная площадка	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками

						- из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
107.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
108.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
109.	Зал для вольной борьбы	г. Ухта, ул. Советская, д. 5	МОУ «СОШ № 21»	По согласованию	По согласованию	– Самозащита без оружия

110.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Озёрная, д. 10	МОУ «СОШ № 22»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
111.	Футбольшое поле	г. Ухта, ул. Озёрная, д. 10	МОУ «СОШ № 22»	По согласованию	По согласованию	– Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
112.	Спортивная площадка с тренажерами	г. Ухта, ул. Озёрная, д. 10	МОУ «СОШ № 22»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири

						– Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
113.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Строительная, д. 10	МОУ «НОШ № 23»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
114.	Тренажёрный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Строительная, д. 10	МОУ «НОШ № 23»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

115.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Косолапкина, д. 16	МОУ «ГПЛ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ног на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
116.	Спортивный зал	г. Ухта, пр. Строителей, д. 25	МАОУ «УТЛ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
117.	Совмещенная баскетбольная, футбольная площадка с искусственным покрытием	г. Ухта, пр. Строителей, д. 25	МАОУ «УТЛ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ног на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м

						– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
118.	Спортивная площадка	г. Ухта, пр. Строителей, д. 25	МАОУ «УТЛ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
119.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. 30 лет Октября, д. 6 а	МОУ «НШДС № 1»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
120.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. 30 лет Октября, д. 6 а	МОУ «НШДС № 1»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по нересечённой местности – Бег на 1000 м

						– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Метание теннисного мяча в цель – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
121.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Боровой, ул. Лесная, д. 3	МДОУ «Детский сад № 1»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
122.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Мира, д. 14	МДОУ «Детский сад № 2 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
123.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Мира, д. 14	МДОУ «Детский сад № 2 общеразвивающего	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег

			вида»			– Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
124.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Сенюкова, д. 53	МЛОУ «Детский сад № 3 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
125.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Сенюкова, д. 54	МДОУ «Детский сад № 3 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м

126.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 17 а	МДОУ «Детский сад № 4 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
127.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 17 а	МДОУ «Детский сад № 4 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
128.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленина, д. 57 а	МДОУ «Детский сад № 5 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
129.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Ленина, д. 57 а	МДОУ «Детский сад № 5 общеразвивающего	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег

			вида»			– Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
130.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Оплесина, д. 19 а	МДОУ «Детский сад № 6»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
131.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Оплесина, д. 19 а	МДОУ «Детский сад № 6»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м

132.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Тиманская, д. 7	МДОУ «Детский сад № 7 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
133.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Тиманская, д. 7	МДОУ «Детский сад № 7 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
134.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Первомайская, д. 24 а	МДОУ «Детский сад № 8 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
135.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Ленина, д. 25	МДОУ «Детский сад № 9 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
136.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Авиационная, д. 25	МДОУ «Детский сад № 10 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
137.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Авиационная, д. 25	МДОУ «Детский сад № 10 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
138.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 62	МДОУ «Детский сад № 11»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
139.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 62	МДОУ «Детский сад № 11»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
140.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Трудовая, д. 4	МДОУ «Детский сад № 12»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						Челночный бег 3х10 м
141.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Трудовая, д. 4	МДОУ «Детский сад № 12»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
142.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Гоголя, д. 8	МДОУ «Детский сад № 14 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м) - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
143.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Гоголя, д. 8	МДОУ «Детский сад № 14 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
144.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Севастопольская, д. 7 а	МДОУ «Детский сад № 15 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
145.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Севастопольская, д. 7 а	МДОУ «Детский сад № 15 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
146.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленина, д. 17а	МДОУ «Детский сад № 17 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
147.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 15 а	МДОУ «Детский сад № 18 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
148.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Водный, ул. Ленина, д. 15 а	МДОУ «Детский сад № 18 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
149.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Дежнева, д. 16	МДОУ «Детский сад № 19»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

150.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Дежнева, д. 16	МДОУ «Детский сад № 19»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
151.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Кольцевая, д. 10 б	МДОУ «Детский сад № 20»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
152.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленина, д. 61 а	МДОУ «Детский сад № 21 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
153.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Ленина, д. 61 а	МДОУ «Детский сад № 21 общеразвивающего	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег

			вида»			– Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
154.	Спортивный зал	г. Ухта, нпг Шудая, ул. Шахтинская, д. 28 а	МДОУ «Детский сад № 22 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из иоложения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
155.	Спортивная илошадка	г. Ухта, пгт Шудая, ул. Шахтинская, д. 28 а	МДОУ «Детский сад № 22 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м

156.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Сидорова, д. 5 а	МДОУ «Детский сад № 24 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
157.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Совхозная, д. 61 а	МДОУ «Детский сад № 25»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
158.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Тихоновича, д. 1	МДОУ «Детский сад № 26 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
159.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Тихоновича,	МДОУ «Детский сад № 26 общеразвивающего	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег

		д. 1	вида»			– Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
160.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Космонавтов, д. 1 а.	МДОУ «Детский сад № 28»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
161.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Космонавтов, д. 1 а.	МДОУ «Детский сад № 28»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

162.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Сеникова, д. 51	МДОУ «Детский сад № 31 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
163.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Октябрьская, д. 49 а	МДОУ «Детский сад № 32 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
164.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Октябрьская, д. 49 а	МДОУ «Детский сад № 32 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
165.	Спортивный зал	г. Ухта, пст Кэмдин, д. 66	МДОУ «Детский сад № 36»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
166.	Спортивная площадка	г. Ухта, пст Кэмдин, д. 66	МДОУ «Детский сад № 36»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
167.	Спортивный зал	г. Ухта, п. Селью, ул. Целинная, д. 8	МДОУ «Детский сад № 38»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

168.	Спортивная площадка	г. Ухта, п. Селью, ул. Целиная, д. 8	МДОУ «Детский сад № 38»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
169.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 20 а	МДОУ «Детский сад № 40 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
170.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 20 а	МДОУ «Детский сад № 40 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
171.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленна, д. 53 а	МДОУ «Детский сад № 55»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
172.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Ленна, д. 53 а	МДОУ «Детский сад № 55»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
173.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Клубная, д. 12	МДОУ «Детский сад № 59 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

174.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Клубная, д. 12	МДОУ «Детский сад № 59 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
175.	Спортивный зал	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 15	МДОУ «Детский сад № 60 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
176.	Спортивная площадка	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 15	МДОУ «Детский сад № 60 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
177.	Спортивный зал	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 10 а	МДОУ «Детский сад № 65 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
178.	Спортивная площадка	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 10 а	МДОУ «Детский сад № 65 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
179.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Ленина, д. 41 а	МДОУ «Детский сад № 66»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

180.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Лепина, д. 41 а	МДОУ «Детский сад № 66»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
181.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 37	МДОУ «Детский сад № 69 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
182.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Сенокова, д. 37	МДОУ «Детский сад № 69 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						– Челночный бег 3х10 м
183.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Мира, д. 3	МДОУ «Детский сад № 81»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
184.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Шудаяг, ул. Тимирязева, д. 8 а	МДОУ «Детский сад № 91 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
185.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Шудаяг, ул. Тимирязева, д. 8 а	МДОУ «Детский сад № 91 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
186.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. 30 лет Октября, д. 8 а	МДОУ «Детский сад № 93 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
187.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. 30 лет Октября, д. 8 а	МДОУ «Детский сад № 93 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
188.	Спортивный зал	г. Ухта, проспект Космонавтов, д. 32 а	МДОУ «Детский сад № 94»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

						Челночный бег 3х10 м
189.	Спортивная площадка	г. Ухта, проспект Космонавтов, д. 32 а	МДОУ «Детский сад № 94»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
190.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Водный, ул. Гагарина, д. 16	МДОУ «Детский сад № 95»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м) - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
191.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Водный, ул. Гагарина, д. 16	МДОУ «Детский сад № 95»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
192.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Загородная, д. 6 б	МДОУ «Детский сад № 102»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
193.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Загородная, д. 6 б	МДОУ «Детский сад № 102»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
194.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Семяшкина, д. 8 б	МДОУ «Детский сад № 103 компенсирующего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель

					– Челночный бег 3х10 м
195.	Спортивный зал	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 7	МДОУ «Детский сад № 105 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию
					– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
196.	Спортивная площадка	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 7	МДОУ «Детский сад № 105 комбинированного вида»	По согласованию	По согласованию
					– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
197.	Спортивный зал	Республика Коми, г. Ухта, нпг Волный, ул. Гагарина, д. 14	МДОУ «Детский сад № 107»	По согласованию	По согласованию
					– Бег на короткие дистанции (10м) – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м

198.	Спортивная площадка	Республика Коми, г. Ухта, пгт Водный, ул. Гагарина, д. 14	МДОУ «Детский сад № 107»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
199.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Ярега, ул. Советская, д. 27 а	МДОУ «Детский сад № 110 общеразвивающего вида»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
200.	Спортивный зал в учебном корпусе	г. Ухта, ул. Дзержинского, д. 26	ГОУ «Школа-интернат № 2 для детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей», г. Ухта	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд

						– Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
201.	Площадка для игры в мини-футбол	г. Ухта, ул. Дзержинского, д. 26	ГОО «Школа-интернат № 2 для детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей», г. Ухта	По согласованию	По согласованию	– Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
202.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 2	ГОО РК «Специальная (коррекционная) школа № 45»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м) – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на

						спине	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
203.	Игровая площадка	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 2	ГОО РК «Специальная (коррекционная) школа № 45»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
204.	Спортивный зал 1	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
205.	Спортивный зал 2	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

206.	Спортивный зал 3	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперед – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
207.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперед – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
208.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперед – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
209.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук

						– Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
210.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Загородная, д. 34а	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
211.	Площадка для игры в мини-футбол с искусственным покрытием	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
212.	Футбольное поле	г. Ухта, ул. Юбилейная, д. 22	ФГБОУ ВО «УГТУ»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
213.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Первомайская, д. 44	Индустриальный институт (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук

						– Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
214.	Лыжная база	г. Ухта, ул. Дзержинского, 17	Индустриальный институт (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
215.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Советская, д.2	Ухтинский горно-нефтяной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
216.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Советская, д.2	Ухтинский горно-нефтяной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

						спине	
217.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Советская, д.2	Ухтинский горно- нефтяной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
218.	Тир	г. Ухта, ул. Первомайская, д.44	Ухтинский горно- нефтяной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Стрельба из пневматической винтовки	
219.	Футбольное поле	г. Ухта, ул. Первомайская, д.44	Ухтинский горно- нефтяной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
220.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Держинского, д.17	Ухтинский промышленно- экономический лесной колледж (СПО УГТУ)	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине	
221.	Стрелковый объект	г. Ухта,	НОЧУ ДПО «УЦ	По согласованию	По согласованию	– Стрельба из пневматической винтовки	

		ул. Мира, д. 1 а	«Безопасность»			
222.	Зал мини-футбола	г. Ухта, ул. Тиманская, д. 6	Федерация футбола г. Ухты	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперед – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
223.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Тиманская, д. 6	Федерация футбола г. Ухты	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперед – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
224.	Фитнес зал	г. Ухта, ул. Тиманская, д. 6	Федерация футбола г. Ухты	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперед – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
225.	Лыжно-спортивная база «Сияние севера»	г. Ухта, пгт Шудаяг	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине

						- Сгибание и разгибание рук - Наклон вперёд - Челночный бег 3x10 м - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Метание мяча или спортивного снаряда - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Стрельба из пневматической винтовки - Бег (передвижение) на лыжах - Кросс (смешанное передвижение) по пересеченной местности
226.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Шудаяг	Лыжно-спортивная база «Сияние севера»	По согласованию	По согласованию	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Сгибание и разгибание рук - Наклон вперёд - Челночный бег 3x10 м - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Поднимание туловища из положения лёжа на спине
227.	Спортивный зал	г. Ухта, пгт Шудаяг	Лыжно-спортивная база «Сияние севера»	По согласованию	По согласованию	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Сгибание и разгибание рук - Наклон вперёд - Челночный бег 3x10 м - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Поднимание туловища из положения лёжа на спине
228.	Универсальный спортивный зал	г. Ухта, Набережная Газовиков, д. 10/1	ООО «Газпром трансгаз Ухта	По согласованию	По согласованию	- Подтягивание из виса на высокой перекладине - Подтягивание из виса на низкой перекладине - Сгибание и разгибание рук - Наклон вперёд - Челночный бег 3x10 м

						– Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
229.	Тренажёрный зал	г. Ухта, Набережная Газовиков, д. 10/1	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
230.	Гимнастический зал	г. Ухта, Набережная Газовиков, д. 10/1	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
231.	Стрелковый тир	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 72	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Стрельба из пневматической винтовки
232.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 72	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
233.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 72	ООО «Газпром трансгаз Ухта»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу

						– Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
234.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Октябрьская, д. 21	ООО «Фитнес Хаус»	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
235.	Универсальная спортивная площадка	г. Ухта, ул. Первомайская, д. 18 а	МУП «Ухтаспецавтодор»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Смешанное передвижение – Скандинавская ходьба – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание мяча или спортивного снаряда – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Бег (передвижение) на лыжах – Кросс (смешанное передвижение) по пересеченной местности
236.	Тренажёрный зал	г. Ухта, ул. Космонавтов, д. 21	Ухтинская городская организация КРО ВОИ	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу

					- Наклон вперёд - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Метание теннисного мяча в цель - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжки на месте (количество раз) - Бег на месте (мин, с) - Метание теннисного мяча из положения сидя в коляске (м) - Метание теннисного мяча из положения сидя (м) - Метание теннисного мяча из положения стоя на протезе (протезах) (м) - Бросок теннисного мяча из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (м) - Бросок теннисного мяча в корзину на полу, дистанция 1 м (количество попаданий из 5 бросков) - Бросок теннисного мяча (количество бросков за 30 с) - Приседание на двух ногах (количество раз) - Сгибание и разгибание рук из положения сидя в коляске при травме шейного отдела позвоночника (количество раз) - Удержание медицинбола 1 кг на вытянутых руках (с) - Удержание медицинбола 0,5 кг на вытянутых руках (с) - Удержание волейбольного мяча обеими руками - Наклон вперед из положения сидя на полу - Выкрут в плечевых суставах (расстояние между кистями, см)
					- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности
237.	Спортивная площадка	г. Ухта, проезд Дружбы, д. 21	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию

					– Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
238.	Футбольная площадка	г. Ухта, пр. Ленина, д. 53	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Бег на длинные дистанции – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
239.	Волейбольная площадка	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 29	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
240.	Снуртовая игровая площадка	г. Ухта, пр. Зерюнова, д. 6	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками

						- из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
241.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 19	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м
242.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, ул. Октябрьская, д. 36	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	- Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) - Шестиминутный бег - Смешанное передвижение по пересеченной местности - Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу - Поднимание туловища из положения лёжа на спине - Прыжок в длину с места толчком двумя ногами - Наклон вперёд - Метание теннисного мяча в цель - Челночный бег 3х10 м

243.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, пер. Чибьский, д.6	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
244.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, пер. Чибьский, д.7	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
245.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, пер. Чибьский, д. 9	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

						– Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
246.	Площадка для футбола	г. Ухта, ул. Чибьюская, д. 7	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
247.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 23	ООО «Керки»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
248.	Площадка для игры в мини-футбол	г. Ухта, Дежнево	ООО «Ухтажилфонд»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу

						– Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
249.	Спортивная площадка	г. Ухта, пст Седью, ул. Центральная, д. 2	МУ «Управление жилищно- коммунального хозяйства»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
250.	Спортивная площадка	г. Ухта, пгт Шудаят, ул. Шахтинская, д. 1	МУ «Управление жилищно- коммунального хозяйства»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
251.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Авиационная, д. 23	МУ «Управление жилищно- коммунального	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной

				хозяйства»			местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
252.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Озерная, д. 10	МУ «Управление жилищно-коммунального хозяйства»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
253.	Тренажерный зал	г. Ухта, м. Крохаль	Лыжная база «Крохаль»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
254.	Спортивный зал	г. Ухта, м. Крохаль	Лыжная база «Крохаль»	По согласованию	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине

						– Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
255.	Лыжная база	г. Ухта, м. Крохаль	Лыжная база «Крохаль»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
256.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Первомайская, д. 20	ГУ 2 отряд ФПС по РК	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3х10 м
257.	Спортивная площадка	г. Ухта, ул. Интернациональная, д. 40	ГУ 2 отряд ФПС по РК	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции (10м, 30 м) – Шестиминутный бег – Смешанное передвижение по пересеченной

						местности – Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу – Поднимание туловища из положения лёжа на спине – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Наклон вперёд – Метание теннисного мяча в цель – Челночный бег 3x10 м
258.	Спортивный зал	г. Ухта, пр-зд Строителей, д. 27А	ГБУ «Специализированный приют для детей и подростков»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
259.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Заводская, д. 3	ОАО «Ухтинский механический завод»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3x10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
260.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Октябрьская, д. 11	ОАО «ЛУКОЙЛ ПечорНИПИнефть»	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук

						– Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
261.	Спортивный зал	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 27б строение 5	УФСИН по РК	По согласованию	По согласованию	– Бег на короткие дистанции – Подтягивание из виса на высокой перекладине – Подтягивание из виса на низкой перекладине – Сгибание и разгибание рук – Наклон вперёд – Челночный бег 3х10 м – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
262.	Тренажерный зал	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 27б строение 5	УФСИН по РК	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Метание теннисного мяча в цель – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
263.	Зал борьбы	г. Ухта, ул. Бушуева, д. 27б строение 5	УФСИН по РК	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине
264.	Баскетбольная площадка	г. Ухта, территория "Набережная Газовиков"	МКП «Горзеленхо»	По согласованию	По согласованию	– Сгибание и разгибание рук – Рывок гири – Наклон вперёд – Прыжок в длину с места толчком двумя ногами – Поднимание туловища из положения лёжа на спине

спине							