

**ГТО**

Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»

## Подтянись к движению! Стань участником комплекса «Готов к труду и обороне»!

### Твои 5 шагов до знака отличия ГТО:

1. Зарегистрироваться на сайте **www.gto.ru** в качестве участника, получить, записать и сохранить личный ID-номер (УИН) который придет на Вашу электронную почту после регистрации.
2. Получить медицинскую справку-допуск на выполнение норм ВФСК «ГТО» в поликлинике у терапевта, педиатра (на ребенка) или в отделении спортивной медицины.
3. Заполнить заявку на прохождение тестов (испытаний) ГТО в муниципальном центре тестирования ВФСК «ГТО» расположенном по адресу: г.Советский, ул. Кирова, 17, строение 1 (здание Ледового Дворца), 2 этаж, каб. 17., приложить к заявке:
  - Для ребенка - копию свидетельства о рождении + копия паспорта одного из родителей (1 страница + прописка)
  - Для взрослых - копия паспорта (первая страница + прописка)и записаться на тестирование по тел. 3-26-25
4. Выполнить нормативы ГТО в соответствии со своей возрастной ступенью.
5. В торжественной обстановке получить удостоверение и знак отличия ГТО.

**Муниципальный центр тестирования ВФСК «ГТО» в Советском районе расположен по адресу: г.Советский, ул. Кирова, 17, строение 1 (здание Ледового Дворца), 2 этаж, каб. 17.**

**Телефон: 3-26-25, e-mail: sov-gto@mail.ru**

**Инстаграм: ГТО Советский ХМАО gtosovhmao86**

**Группа в социальной сети ВКонтакте: ГТО Советский район ХМАО [https://vk.com/sov\\_gto](https://vk.com/sov_gto)**

