**Юные спортсмены и их родители выполнили нормативы комплекса ВФСК ГТО**

Юные спортсмены и их родители Семилукская ДЮСШ и Землянский СОК приняли участие в мероприятии «Мы вместе!» в рамках выполнения нормативов комплекса ГТО, приуроченного ко Дню народного единства. В тестировании участвовали спортсмены секции "баскетбол" и "настольный теннис". Все участники мероприятия выполнили нормативы комплекса «ГТО». Родители то же справились успешно: поднимали гирю, отжимались, прыгали в длину, поднимали туловище, выполняли наклоны вперед из положения стоя. Совместные мероприятия по ГТО дают заряд бодрости, повышают настроение, развивают упорство и физические качества.