22 декабря на занятиях в ШСК "Высота" прошло спортивное мероприятие по силовому троеборью «Готов к труду и обороне»  в котором приняли участие обучающиеся 5-9 классов.

Школьники проверяли свои силы в 3 видах испытаний:

# 1. Подтягивание из виса на высокой перекладине(юноши)/ Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (девушки)

2. Поднимание туловища из положения лежа на спине (юноши, девушки)

3. Сгибание разгибание рук в упоре лежа (юноши, девушки).







