ПРИМЕЧАНИЕ:

\* Для бесснежных районов страны

\*\* При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость

**1 ступень – Нормативы ГТО для школьников 6-8 лет**



**2 ступень – Нормативы ГТО для школьников 9-10 лет**



**3 ступень – Нормативы ГТО для школьников 11-12 лет**

****

**4 ступень – Нормативы ГТО для школьников 13-15 лет**



**5 ступень – Нормативы ГТО для школьников 16-17 лет**



**6 ступень – Нормативы ГТО для мужчин 18-29 лет**

****

**6 ступень – Нормативы ГТО для женщин 18-29 лет**

****

**7 ступень – Нормативы ГТО для мужчин 30-39 лет**

****

**7 ступень – Нормативы ГТО для женщин 30-39 лет**

****

**8 ступень – Нормативы ГТО для мужчин и женщин 40-49 лет**

****

**9 ступень – Нормативы ГТО для мужчин и женщин 50-59 лет**

****

**10 ступень – Нормативы ГТО для мужчин и женщин 60-69 лет**

****

**11 ступень – Нормативы ГТО для мужчин и женщин 70-79 лет**

****