

## «Инструкция по выполнению нормативов ВФСК ГТО:

### 1 этап - регистрация:

Каждый желающий сдать нормативы ГТО должен пройти регистрацию на официальном сайте ВФСК ГТО <https://user.gto.ru/user/register>

Вам предлагают пройти регистрацию через почту. В окне ввода пишете свою электронную почту, на нее приходит код активации, вводите его в соответствующее окно.

На указанную почту вам приходит сообщение об активации аккаунта, и в этом же письме Вы увидите свой УИН: 00-00-0000000 (Уникальный Идентификационный Номер).

Далее в письме будет предложено перейти по ссылке. Переходите по ней, вводите логин и пароль, указанные при регистрации, и вот Вы на сайте ВФСК ГТО <https://www.gto.ru/>

**Важно! При регистрации не допускаются ошибки!**

### 2 этап - получение медицинского допуска к сдаче норм ГТО.

Кто выдает справку для ГТО?

- врач, принимающий в муниципальной поликлинике, к которой Вы прикреплены;

- доктор любой платной клиники, оказывающей подобные услуги.  
Допустимы формулировки:

- допущен к занятиям физкультурой и выполнению норм ГТО;
- относится к 1 группе здоровья.

### 3 этап - запись на тестирование.

Записаться к Центр тестирования ГТО на прохождение тестирования вы можете по адресу: УСК «Аполлон», ст. Динская, ул. Дружбы, 306 или по тел.: 6-22-30».