

# Выполнение нормативов

## 4 и 5 ступени

### Подтягивание



# Выполнение нормативов 4 и 5 ступени

## Наклон вперед



Выполнение нормативов  
4 и 5 ступени

Поднимание туловища



# Выполнение нормативов 4 и 5 степени

## Поднимание туловища



**Выполнение нормативов**  
**4 и 5 ступени**

**Метание снаряда**

