

Соревнования проводятся **26 сентября 2020 года** на базе ФОКа ж/д-ст. Шентала.

Приезд участников соревнований к 9.30 час.

Начало соревнований в 10.00 час.

К участию в спартакиаде допускаются спортсмены инвалиды и лица пожилого возраста муниципального района Шенталинский всех категорий, имеющие разрешение лечащего врача на участие в соревновании.

Соревнования лично - командные. Участвуют команды сельских поселений, организаций, предприятий. Состав команды не менее 5 человек (независимо от пола). Разрешается выставлять неограниченное количество участников. Соревнования проводятся на базе сельских поселений по графику:

21.09.2020 г. в 10-00 с.п. Салейкино, в 13-40 с.п. Четырла,
22.09.2020 г. в 10-00 с.п. Денискино, в 13-40 с.п. Каменка,
23.09.2020 г в 10-00 с.п. Канаш, в 13-30 в с.п. Артюшкино,
24.09.2020 г в 10-00 с.п. Старая Шентала, в 13-40 с.п. Васильевка,
25.09.2020 г. с.п. Шентала в 10-00.

Программа соревнований:

- Скандинавская ходьба: муж. 3 км, жен – 1,5 км
- Дартс
- Наклон на гибкость
- Сгибание и разгибание рук
- Подъем туловища из положения лежа.