

Военизированный кросс категория юноши 15-16 лет/17лет/18лет

Включает в себя дистанцию с двумя огневыми рубежами:

- Кросс км 1/**3**/**3**.
- Стрельба «ВП-1/**ВП-1**/**АК-1**».
- Метание гранаты «ГД» 350/**450**/**600**.



ПОЛОСА ОКУ



Метание гранаты



Плавание с автоматом в форме



Военное троеборье ВТ-3

Включает в себя:

- Полоса ОКУ.
- Стрельба.
- Метание гранаты «ГД».



Военное четырехборье ВТ-4

Включает в себя:

- Кросс.
- Спринт.
- Стрельба.
- Подтягивания.



Перетягивание каната в форме



Офицерское четырехборье

Включает в себя:

- Кросс.
- Стрельба ПМ.
- Плавание.
- Подтягивания.

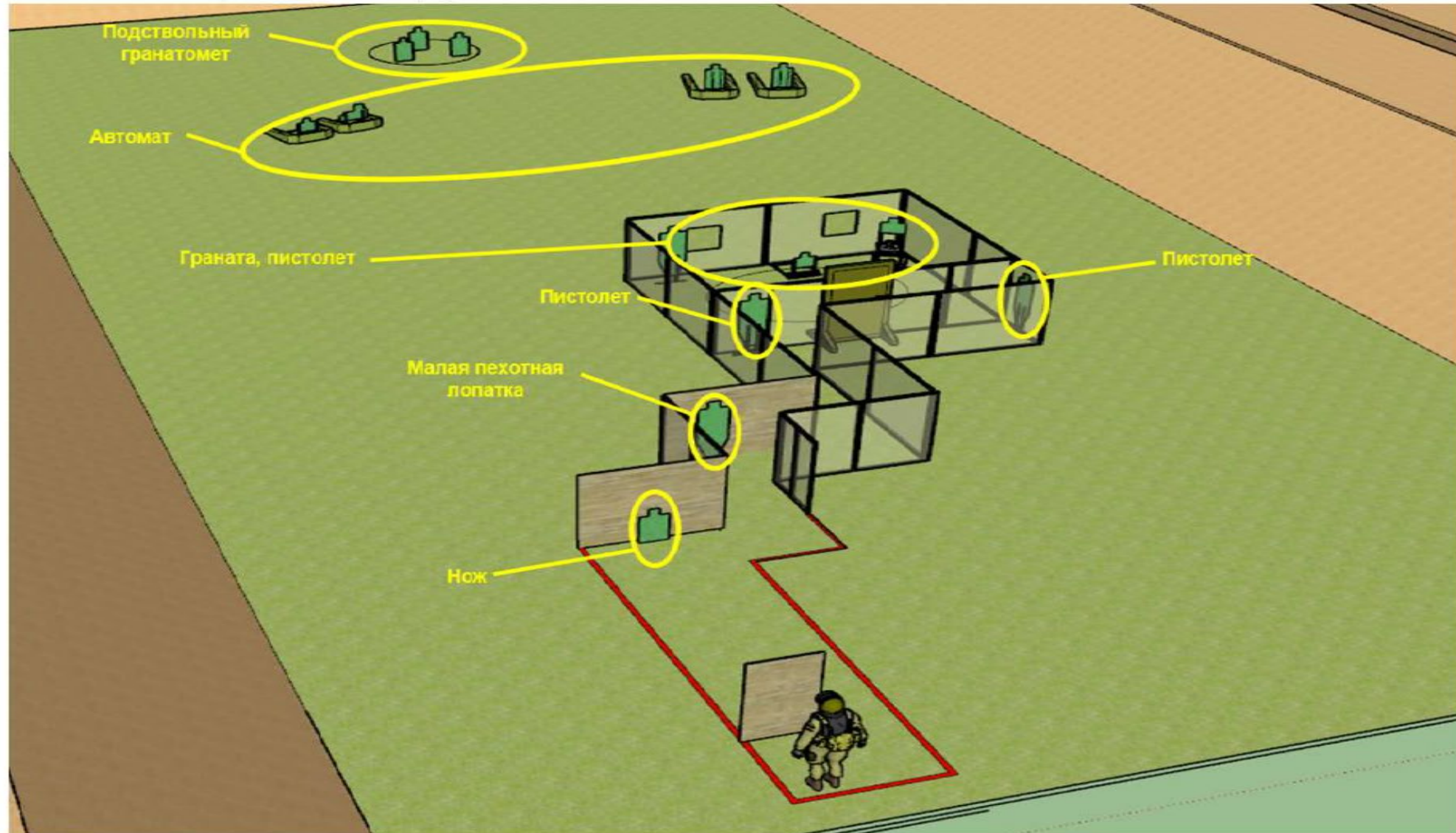


АРМЕЙСКОЕ ТАКТИКО-СТРЕЛКОВОЕ МНОГОБОРЬЕ

Приложение 13

Типовое соревновательное упражнение

Схема типового соревновательного упражнения:



АРМЕЙСКОЕ ТАКТИКО-СТРЕЛКОВОЕ МНОГОБОРЬЕ



Тренировка по Дрон-рейсингу видео

Школа 4



Стрельба в Абагуре
автомат Калашникова
4 школа видео

