

ФИТНЕС | За Кубок мэра боролись любители и профессионалы

Танцевальная феерия



ДАРЬЯ ДОЛИНИНА

Завершился известный на всю область спортивный форум – пятый Кубок главы города по фитнесу. Ежегодно праздник собирает любителей танцев, аэробики и различных спортивных направлений. Среди участников – как любители, так и профессионалы.

В этот раз желающих блеснуть на сцене Дворца культуры имени С. Орджоникидзе было около трёхсот человек. Соревновались в пяти номинациях: этно-dance, step-аэробика, dance-class, MTV-dance. Открытием года стала номинация mortal combat, в которой сочетаются танцевальная пластика и различные единоборства. Сейчас эти виды фитнеса привлекают всё больше поклонников здорового образа жизни.

Танцевальная феерия продолжалась около четырёх часов. За это время зрители увидели 27 номеров, каждый из которых достоин высших баллов. Скажу без преувеличения – команды со всей серьёзностью подошли и к костюмам, и к хореографии. Особенный восторг вызывали детские группы – малыши с такой непосредственностью и задором выступали, что зал буквально взрывался аплодисментами.



Что касается взрослых – то многие команды показали настоящий профессионализм. Ни за что не подумаешь, что большинство танцующих – любители, которые занимаются фитнесом исключительно для себя. Зрители увидели танцы на пилоне, восточную экзотику, даже новомодное направление – контемпорари, которое отличается оригинальностью и драйвом. В этом стиле сейчас танцуют звёзды западного шоу-бизнеса. И наверняка многие из сидящих в зале загорелись идеей научиться так же красиво двигаться. Как уверяет директор школы танцев «Квадрат» Валерия Бречкова, это возможно в любом возрасте.

– У нас занимаются дети от двух с половиной лет, – говорит Валерия. – Есть даже группа для людей пенсионного возраста «Танцуй, пока молодой». Умеренная нагрузка, позитив, общение – вот что привносит танец в жизнь человека. Танец – это нагрузка, полностью заменяющая спортивную. Некоторые ходят в тренажёрный зал нехотя, потому что скучно. А здесь занятия под красивую музыку и всегда разнообразные. Физическая нагрузка не ощущается, но результаты отличные: походка, осанка, линии тела. Для женщины это незаменимо.

Новая номинация mortal combat сразу собрала немало участников.

Школа «Шотокан» магнитогорской федерации боевых искусств представила публике интересный номер, в котором хрупкая и тонкая девушка мастерски отбивалась от уличных хулиганов. Женственность это хорошо, но постоять за себя тоже нужно уметь.

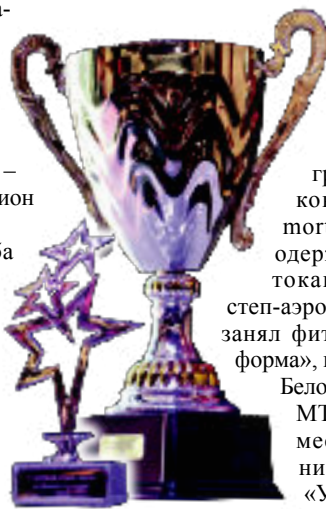
– Традиционное боевое карате актуально не только на татами, но и в повседневной жизни, – говорит преподаватель Леонид Чумаров. – Помогает поддерживать тело в отличной форме, уметь ориентироваться в экстренных ситуациях. Много времени уделяем растяжке и гибкости. Есть комплекс упражнений для восстановления после травм. Любой желающий может заниматься этим. Самому младшему ученику пять лет, самому старшему – 58. А наш наставник Сергей Сизов в свои 57 лет – действующий чемпион мира по карате.

Участники клуба «Чёрный дракон», воспитанники тренера Санда Каримова, исполнили показательный танец по тайскому боксу – очень грациозно и впечатляюще.

Поединки в тайском боксе ведутся в полном контакте и по очень жёстким правилам.

– Это классический тайский бой, – говорит участник клуба Али Ашуров. – Бойцы должны двигаться и биться словно в танце. Он считается самым жестоким видом спорта – такие удары смертоносны. Разрешены удары коленями и локтями, что запрещено правилами других боевых искусств. Бойцы ведут ближний бой.

По итогам соревнований жюри присудило право обладать пятым кубком главы города преподавателю школы танцев «Квадрат» Ирине Шороховой. В номинации этно-dance первой стала школа танцев «Квадрат» – жюри покорило номер с танцем живота, который поставила хореограф Валерия Бречкова. В номинации mortal combat победу одержала школа «Шотокан». В номинации степ-аэробика первое место занял фитнес-центр «Платформа», второе – у гостей из Белорецка. В номинации MTV-dance на первое место вышли участники фитнес-центра «Универсал».



МАСТЕРА Клинок Розенбаума

Златоустовские мастера выпустят ограниченную серию ножей с названием «Александр» – в честь певца, поэта, народного артиста России Александра Розенбаума.

– Такая идея появилась, когда мы узнали, что Александр Розенбаум приезжает к нам в город с концертом. Мы знали, что он охотник, рыбак и испытывает интерес к рабочим ножам. Поэтому пригласили его на экскурсию на наше производство, – рассказывает Владимир Герасимов, заместитель гендиректора златоустовского оружейного предприятия «АиР». – Этот год как раз был богат на новинки. Нами было выпущено четыре-пять новых моделей оружия. Александр Яковлевич с радостью оценил их. Также он ознакомился с чертежами клинка, который конструкторы разработали специально для рыбаков и охотников. Розенбауму оружие так понравилось, что он дал согласие на соавторство нового изделия. Как только мы его изготовим, Александр Яковлевич оценит функциональные возможности ножа и качество материала, из которого он сделан. Если певца всё устроит, то мы запустим номерную серию «Александр».

Планируется, что на каждом клинке будет выгравирован автограф народного артиста. Кроме того, они будут иметь свой номер и паспорт. Для начала планируется выпустить 100–150 ножей. Первые десять для своих друзей уже забронировал Александр Розенбаум.

– Дальше мы их запустим в постоянное производство. Каждый южноуралец сможет заказать себе своего «Александра», – добавил Владимир Герасимов.

ПРЕОДОЛЕНИЕ Открытый конкур

ТАТЬЯНА БОРОДИНА

Открытое первенство по конкурсу прошло в конно-спортивном клубе «Наше будущее». В нём приняли участие около 50 представителей Челябинской и Свердловской областей. В том числе и магнитогорцы.

Состязания проходили в посёлке Санаторный недалеко от Екатеринбурга. Участникам предлагалось преодолеть препятствия высотой от 40 до 110 сантиметров.

Мария Паукова из магнитогорского клуба «Белая лошадь» успела за время соревнований получить сначала третий разряд и на следующий день – второй, на маршруте на 110 сантиметров. В общем зачёте Мария, кстати, заняла второе место. Маше Пауковой 16 лет. Конным спортом она занимается четыре года. В будущем планирует стать архитектором. Отметим, что 110 сантиметров – весьма серьёзное препятствие. На этот маршрут подали заявки меньше половины участников соревнований.

В зачёте «дети» с препятствиями отличилась Дарья Попова из магнитогорского клуба «Белая лошадь». Она заняла второе место. Даша занимается в клубе пять лет, а учится в лицее при МГТУ.

В соревнованиях также приняли участие Эльвира Мамаева и Регина Гайнуллина. Они хорошо прошли все маршруты, но отстали от лидеров по времени.

Хозяйка и тренер клуба «Белая лошадь» – Оксана Борзило. Та самая, что провезла олимпийский огонь в конце прошлого года на красавице Хронографии. «Теперь девчонок ждут турниры на открытых боевых полях, – отметила Оксана Александровна, – что потребует от них большего мастерства».