

30Ж



На лыжах – вся Россия

На массовые старты в Экологическом парке вышли сотни магнитогорцев

Окончание. Начало на стр. 1
Сегодня никто не оспаривает тезис, что занятия спортом – залог здоровья и долголетия.

Кто-то предпочитает спортивный зал, кто-то бассейн, кто-то пробежки в парке. Лыжные гонки и катание на горных лыжах – виды спорта специфические. Во-первых, они благотворно влияют на организм, поскольку задействуют большую группу мышц. Во-вторых, развивают силу, ловкость, внимание, выносливость, реакцию. Благотворно влияют на дыхательную, сердечно-сосудистую, нервную систему. Ну и, конечно, закаляют организм, насыщая его кислородом, повышая иммунитет.

Председатель городского Собрания депутатов Александр Морозов – постоянный участник массовых забегов. И каждый раз его поздравления и обращения к горожанам оригинальны и своеобразны. На этот раз Александр Олегович себе не изменил:

– Уже десятый год подряд/бежит на лыжах стар и млад./ Стартует вся моя семья./ заметьте – без мелодии!

Сергей Бердников и Александр Морозов наградили лучших в забегах на Кубок главы города. Победителями среди женщин стали: Анжелика Воропаева (девочки 2005 года и младше, дистанция два километра), Полина Арзамасцева (2002–2004 год рождения, три километра), Анна Карпова (1999–2001 год рождения, пять километров), мастер спорта Елена Мицан (1998 год рождения и старше, пять километров). Среди мужчин самым юным победителем стал Григорий Брюхов (2005 год и младше, два километра). В других возрастных категориях верхнюю

ступень пьедестала заняли: Сергей Ковалёв (2002–2004 год рождения, три километра), Сергей Кудрявцев (1999–2001 год рождения, десять километров) и Пётр Тихонов (1998 год рождения и старше, десять километров). Победителям и призёрам вручили кубки, грамоты и памятные призы администрации Орджоникидзевского района и спонсоров.

В рамках Кубка главы города проходила сдача нормативов комплекса ГТО на дистанциях два, три и пять километров

После полудня наступает время «Лыжни России». Старты начинаются всегда с VIP-забега. На лыжи встают руководители и специалисты подразделений администрации города, Магнитогорского металлургического комбината. Рядом со многими – супруги и дети. Не нужно быть специалистом, чтобы понять, что многие из стартующих – частые гости на лыжне, поскольку налицо уверенность, техника ходьбы. Далее забеги следуют один за другим: девушки, юноши до восемнадцати лет – представители районов города, семейный забег, спортсмены с ограниченными возможностями, взрослые. Победители и призёры каждого забега всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России-2017» получили грамоты управления по физической культуре, спорту и туризму администрации города. И все без исключения участники – фирменную шапку, памятный нагрудный знак и, конечно, огромный заряд бодрости и массу положительных впечатлений.

✍ Ольга Балабанова

