

Забег

«Забег обещаний» – открытый спортивный праздник для всех, кто стремится достигнуть поставленной цели. Кроме России, на старт в первый день года выходят жители Черногории, Беларуси, Казахстана, Молдавии, Киргизии. Но только в нашей стране забег организуют в десятках городов – от Мурманска до Краснодара, от Пскова до Красноярска. В Магнитогорске забег проводят второй раз, и если в 2021-м акцию поддержали 50 человек, то в наступившем году – 130.

ЗОЖ – не модная тенденция, а новая нормальность. Праздничные застолья, когда «надо» наесться и напиться, продержаться до рассвета и проснуться первого января ближе к сумеркам, всё чаще воспринимаются как пережиток. Современный челлендж заключается вовсе не в том, чтобы не просыхать десять дней. Наоборот, праздник должен запомниться яркими событиями, которые человек сознательно спланировал и осуществил, а не влип в них по чистой случайности.

Вот и в Магнитогорске первое утро года перестаёт быть временем пустынных улиц. Теперь спозаранку семьями отправляются в парки и скверы, катаются на коньках, лепят снеговиков. Конечно, и «шатко-валки» граждане встречаются, но всё-таки тех, кто перемещается в пространстве твёрдым шагом, гораздо больше. А на подступах к Экологическому парку, и тем более среди его аллей и на спортивных площадках, их стопроцентное численное превосходство.

Городская общественная организация «Союз молодых металлургов» второй год проводит в Экопарке акцию

«В новом году я обещаю...»

Утром 1 января магнитогорцы поучаствовали в международной акции, которая мотивирует исполнять задуманное

«Забег обещаний». Пришедшим горожанам активисты выдавали нагрудные номера, на которых те указывали заветные цели на 12 месяцев.

– В январе 2021-го мы пообещали, что этот забег станет традиционным, и вот держим слово, – рассказал председатель СММ Олег Ежов. – Во всех городах акция стартует ровно в 12.00, и участники бегут дистанцию, равную наступившему году, – то есть сейчас это 2022 метра. Интересно посмотреть, сколько магнитогорцев болеют спортом, обходятся без спиртного в новогоднюю ночь. Здесь есть ребята, которые хотят завязать с вредными привычками, они приложили усилия, чтобы накануне держать себя в руках, пришли в парк и записали пожелания. Забег поможет измениться в лучшую сторону. Однако большинство участников давно ведут здоровый образ жизни и ставят перед собой более сложные задачи, связанные со спортом или в каких-то других направлениях.

«Пробежать марафон», «Преодолеть триатлон», «Закончить магистратуру», «Купить квартиру», «Съездить в Канаду» – примерно такие цели предстоит реализовать магнитогорцам.

– Это очень мотивационный забег. В прошлом году решил бегать каждый день, и мне это удалось, – поделился сотрудник Магнитогорского Дома печати Александр Лучевников. – А сейчас записал на своём номере: «Не останавливаться на достигнутом и продолжать движение».

Работница агроцеха ПАО «ММК» Соня Гилязова тоже участвовала второй раз. Не стала говорить, о чём загадала желание в прошлом году, хотя поделилась радостью – всё получилось. Теперь записать оказалась такой: «Быть здоровой, любимой, счастливой».

– Чем дома сидеть, доедать салаты, лучше пробежать дистанцию в парке. Вчера только немножко покушала, но не считаю, что это какое-то ограничение, потому хотела сюда прийти. Ведь здесь так замечательно, на позитиве! Ещё поражает, что с каждым годом всё больше людей отказываются от традиционного празднования, стремятся к здоровому образу жизни – это замечательно.

Бегуны не старались продемонстрировать лучшее время. Главное – преодолеть 2022 метра, и если сможешь, то справишься и с другими препятствиями на пути к мечте. Кто уставал – шёл, но не останавливался. А подготовленные спортсмены не просто бежали, но и волкли за собой тюбинги с восторженно визжавшими детьми.

Даже Дед Мороз, которому и надо было только поздравить собравшихся с Новым годом да создать настроение во время разминки, в итоге сам побежал с посохом и мешком, только борода развевалась по ветру.

Что мог загадать Дедушка? Наверно, чтобы однажды на «Забег обещаний» вышел весь город. Финишную черту он, кстати, пересёк.

Максим Юлин



М Наше новое мобильное приложение
 МАГНИТОГОРСКИЙ МЕТАЛЛ
 GET IT ON Google Play Available on the App Store

kiosk.magmetall.ru
 Электронный сервис
КИОСК
 Приём рекламы, объявлений, поздравлений и соболезнований в газету «Магнитогорский металл»

16 января
 Дворец спорта с 9.00 до 18.00
 им. И. Х. Ромазана, пр. Ленина, 97а
СКИДКИ до 50%
ТУРЕЦКАЯ МЕХОВАЯ ВЫСТАВКА
СКИДКИ ВСЕМ ПЕНСИОНЕРАМ!
 Огромный выбор шуб из меха норки, мутона, бобра, кёрли, астрагана.
 Женские и мужские дублёнки.
 Головные уборы. Пр-во (Турция, Греция, Россия)
 Кредит по одному документу, без первого взноса (паспорт), терминал.
АКЦИЯ! МЕНЯЕМ СТАРОЕ НА НОВОЕ. СДАЙ СТАРОЕ И ПОЛУЧИ СКИДКУ НА НОВОЕ ДО 35000 РУБ.
 **АО «ОТП Банк», № 2766 от 27.11.2014 г. **АО «АЛЬФА-БАНК», № 1326 от 16.01.2015 г.

Кроссворд

По горизонтали: 4. Польский кинорежиссёр, чей отец был расстрелян в Катыни. 7. Житель страны ближнего зарубежья. 9. Кто стал героем романа в письмах Иоганна Гёте? 10. Культовый музыкант. 11. Великий режиссёр, упомянутый в комедии «Подарок на Рождество». 12. Ревнивое отношение к чужому успеху. 13. Кто не сгибается под ударами судьбы? 15. Фильм «... летучей рыбы» с легендарным Дугласом Фэрбенксом в главной роли. 19. «Наш ... машину думать наловчил, и мысли в ней густеют что ни час». 20. Меньше и меньше. 23. Кто получил «Оскар» за ленту «Из Африки»? 25. Приключенческий. 26. Металл в банковском хранилище. 27. Какие папиросы курил Сергей Есенин? 28. «Воспитанные ... не говорят о деньгах в их отсутствии». 29. Подарок героя Адриана из романтической комедии «Полночь в Париже».

По вертикали: 1. Птица, чей голос многие годы служил позывным сигналом австралийского радиовещания на зарубежные страны. 2. «Слышимость» концертного зала. 3. Кто предсказывает научные законы? 5. «Актриса криминального театра». 6. Кого нанимают следить за неверным мужем? 8. На чём стрелки наглаживают? 14. Первый президент-католик в истории США. 15. Событие на космодроме. 16. Фасон штанов, придуманный кавалеристом. 17. Что играет герой драмы «Зелёная книга»? 18. Пилот высшей категории. 21. «Осызая с обожанием ... питейного стекла». 22. Голливудская звезда и посол доброй воли ООН. 24. Напиток из кантаты Баха.

Культовый музыкант

	1	2	3	4	5	6	
7							8
				9			
10							
				11			
12							
				13			14
15	16	17	18			19	
			20	21		22	
23			24			25	
			26				
27						28	
			29				

По горизонтали: 4. Вайда. 7. Туркмен. 9. Вертер. 10. Мазетро. 11. Хичкок. 12. Зависть. 13. Стоик. 15. Загадка. 19. Век. 20. Галифе. 17. Джоз. 18. Ас. 21. Плоть. 22. Джоз. 24. Кофе.
По вертикали: 1. Кукабарра. 2. Акустика. 3. Теоретик. 5. Аферистка. 6. Детектив. 8. Брюки. 14. Кеннеди. 15. Запуск. 16. Спад. 23. Поллак. 25. Жанр. 26. Золото. 27. «Саф». 28. Люди. 29. Сербия.

Ответы на кроссворд