

Лыжня

Для спортсменов-разрядников это возможность проверить силы перед серьёзными стартами, для любителей – получить заряд бодрости и удовольствия в компании единомышленников. «Фишка» гонок – проходят они в вечернее время. Три километра свободным стилем по трассе, освещаемой только светом прожекторов. В этом году «Ночные гонки-2023» состоялись в последний день зимы – 28 февраля.

– «Ночные гонки» организуем уже несколько лет, правда, в этот раз в связи с погодными условиями старты пришлось несколько раз переносить, – рассказала начальник спортивно-методического отдела СК «Металлург-Магнитогорск» Анастасия Ахметшина. – Участие принимают воспитанники спортклуба «Металлург-Магнитогорск», ветераны, любители. Соревнований для поклонников лыжного спорта в городе проходит не так много. Поэтому и решили организовать такие старты.

В «Ночных гонках-2023» приняли участие 25 спортсменов, в их числе работники ПАО «ММК», члены Магнитогорского лыжного клуба, ветераны, тренеры, биатлонисты спортивной школы СК «Металлург-Магнитогорск» и даже гости из Абзелиловского района.

Спортсмены стартовали в семь часов вечера возле «Чудо-склона» с разницей в 15 секунд.

Трасса шла по парку отдыха «Лукоморье», вдоль Урала до парка у Вечного огня. Финиш – также у «Чудо-склона»

Награждение проходило в трёх возрастных категориях: 18–29 лет, 30–49 лет и 50 и старше. Призёров и победителей ждали медали, грамоты и полезные призы.

– Увидел информацию о гонках в группе спортивного клуба «Металлург-Магнитогорск», – рас-

По «Чудо-склону» в свете фонарей



«Ночные гонки» для любителей лыжного спорта, организуемые спортклубом «Металлург-Магнитогорск», стали традиционными

сказал представитель Абзелиловского района Ильгам Каримов. – Лыжами увлекаюсь со студенчества, решил проверить свои силы.

Проверка оказалась удачной – Ильгам занял третье место в возрастной категории 18–29 лет среди мужчин. Вторым стал воспитанник спортивного клуба «Металлург-Магнитогорск», биатлонист, кандидат в мастера спорта Илья Шлапак. А победу праздновал 18-летний биатлонист-перворазрядник Евгений Розенберг. Оба тренируются под руководством мастера спорта России, старшего тренера по биатлону СК «Металлург-Магнитогорск» Василия Хвастунова.

– Хорошая гонка, приятная атмосфера. Выложился по полной, работал до конца, – рассказал Евгений. – До кандидата в мастера спорта мне пока далеко, но тренируюсь. В марте первенство области, нужно побеждать.

К слову, осенью 2022 года Евгений уже выигрывал золотую медаль областного первенства по биатлону среди юношей 2006–2007 года рождения.

Среди женщин в возрастной категории 18–29 лет пьедестал разделили юные биатлонистки – воспитанницы спортивного клуба «Металлург-Магнитогорск». Третьей стала Дарья Кожевникова, второй – Мария Арзамасцева, победу праздновала Анастасия Михайлова.

Среди мужчин 30–49 лет «золото» выиграл мастер спорта по биатлону Пётр Тихонов. Он также показал лучшее время гонки – 6.58, став абсолютным победителем старта. Второе место занял тренер по гребному спорту спортивной школы № 1, мастер спорта России Александр Григорьев, третье – лыжник-любитель Валентин Тремасов.

Среди женщин 30–49 лет абсолютную победу праздновала Елена Мицан. Второе место завоевала тренер по биатлону спортивной школы № 2, мастер спорта России Ирина Сидорова, третье – её коллега Евгения Сердюк.

– Это интересно, необычно, и надо поддерживать наши местные начинания, потому что лыжных гонок в Магнитогорске на самом деле не очень много, – рассказала доцент кафедры дошкольного и специального образования МГТУ Елена Мицан. – Благодарна организаторам за то, что они это делают. Поддержать их – вот основная задача. «Ночная гонка» – это здорово. Чем больше лыжных трасс, тем больше жители будут понимать, что есть трассы для лыжников, а есть дорожки для пешеходов.

В городе Елену Мицан знают как постоянного участника спортивных

соревнований – от лыжных стартов до горных забегов. Три километра для неё – не расстояние, она регулярно выступает на марафонских дистанциях. Имеет разряд мастера спорта по биатлону.

– С биатлона у меня всё начиналось, – объяснила Елена. – Поэтому лыжи – «моё всё», а остальное – для удовольствия, для адреналина, для драйва, для внутреннего преодоления себя, для выхода из зоны комфорта. Потому что только выход из зоны комфорта открывает человека: если лежать на диване и ничего не делать, то, во-первых, не будешь совершенствоваться, а во-вторых, так и не познаешь, на что способен. А так как я преподаватель вуза, одна из моих задач – рассказывать студентам, что они могут намного больше, чем думают. Поэтому надо это самой всё пережить, открыть для себя. И потом им об этом рассказать. Для меня три километра – короткая дистанция, использовала её для того, чтобы сделать скоростную работу.

В возрастной категории «50+» выступали только мужчины. Первое место занял ветеран ПАО «ММК» Андрей Иванов, второе – работник ОСК Олег Шикун, третье – представитель Абзелиловского района Риф Карагужин.

Андрей Иванов – спортсмен-любитель, всю жизнь проработал на комбинате. Трудился в ЛПЦ-8, сейчас на заслуженном отдыхе.

– Спортом заниматься надо всегда, регулярно и ежедневно, и не только на таких гонках, а причастность с юности, – подчеркнул победитель. – И вести здоровый образ жизни. Чтобы такие соревнования не были шоком для организма, а проходили в радость. Отличная гонка, нужно почаще проводить такие старты, будем участвовать.

✍ Мария Митлина

Лёгкая атлетика

Праздник скорости и бодрости



Больше фото на сайте magmetall.ru (16+)



Барьерный бег, прыжки в длину и высоту, встречная эстафета и многое другое – второго и третьего марта легкоатлетический манеж ЧФСУ «СК Металлург-Магнитогорск» собрал юных спортсменов со всей Челябинской области на первенство региона по лёгкой атлетике. В соревнованиях принимали участие мальчики и девочки в возрасте до четырнадцати лет.

Мероприятие проводят третий год, и если сначала ребята соревновались исключительно в классических направлениях лёгкой атлетики, то с прошлого года организаторы добавили в программу двоеборье.

– Например, бег на шестьдесят метров плюс прыжки в длину. Или бросок набивного мяча плюс бег на восьмьсот метров, – рассказывает главный секретарь соревнований Оксана Новикова. – Такой подход помогает участникам стать разносторонними и определиться с дальнейшей специализацией. Кто-то выберет многоборье, другие спринт, третьи бег на длинные дистанции и так далее.

Состязания проходят одновременно в нескольких дисциплинах. Вот звучит выстрел, и четвёрка ребят устремляется вперёд, преодолевая барьеры. Вот девушки пробуют взять высоту сто тридцать сантиметров. Вот другая группа юных спортсменов соревнуется в прыжках в длину. Не менее оживлённо и за пределами соревновательной зоны. Там участники проводят разминку – растяжка, всевозможные беговые упражнения, или кучкуются у стены, где на трёх десятках листов

вывешены результаты тех, кому уже посчастливилось выступить. Ну и, разумеется, почти каждый находит минутку, чтобы сделать селфи с друзьями или тренером.

Количество участников – триста пятьдесят человек, почти в два раза больше, чем в прошлом году. Это говорит об одном: первенство набирает популярность.

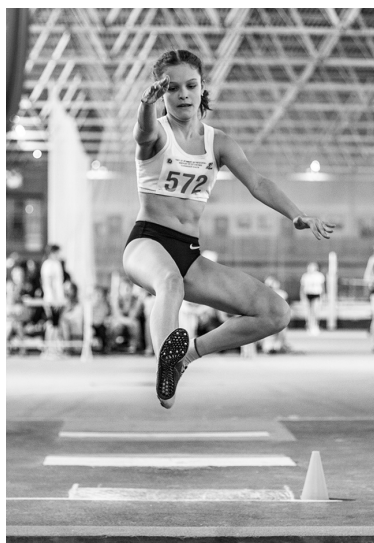
– Сейчас здесь собрались легкоатлеты из Магнитогорска, Челябинска, Пласта, Миасса, Коркина, Копейска, Еманжелинска, Сатки, Варнинского, Красноармейского, Верхнеуральского районов, – перечисляет Оксана Новикова. – Также вне конкурса выступает Сибай.

По её словам, для многих ребят в радость просто приехать сюда и показать мастерство. Не везде есть такие оснащённые легкоатлетические манежи, как в Магнитке, поэтому бегают и прыгают юные спортсмены с большим удовольствием.

– Лёгкой атлетикой начинают заниматься с девяти лет, – продолжает Оксана Владимировна. – Поэтому кое-кто из участников уже имеет неплохой опыт. Впрочем, те, кто пришёл в этот спорт год-полтора назад, тоже соревнуются и показывают хорошие результаты.

Всего юные легкоатлеты проходят испытания в десяти дисциплинах. При этом каждый из них преодолел ещё одно – морально-волевой марафон. Как ни крути, а два дня подряд, наполненных волнением за себя, товарищей по команде и ожиданием заветного момента, когда приходит пора выступать, являются серьёзной проверкой даже для взрослого закалённого спортсмена. А тут дети среднего школьного возраста. Однако держались они более чем достойно, излучая бодрость, демонстрируя мужество и волю к победе.

✍ Кирилл Смородин



✍ Евгений Рухматёв