

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

ЧТОБЫ ТЕЛО И ДУША БЫЛИ МОЛОДЫ

БЕШТАУГОРСКИЙ КРЕСТ

6 – 7 АПРЕЛЯ В ОКРЕСТНОСТЯХ ГОРОДА ЛЕРМОНТОВА
ПРОШЕЛ ФЕСТИВАЛЬ ТРЕЙЛРАННИНГА
«БЕШТАУГОРСКИЙ КРЕСТ»



На дистанции. Фото А.Чирякина

«Трейлраннинг» – слово новое для русского языка и означает оно не что иное, как «бег по пересеченной местности». Трейлраннинг как вид спорта официально признан несколько лет назад, хотя любители бега по пересеченной местности были всегда. А почему «Бештаугорский крест»? Дело в том, что линии спусков и подъемов между вершинами Бештау образуют крест – так и родилось название для спортивного фестиваля.

– Популярность трейлраннинга в нашей стране и во всем мире очень быстро растет. Причина этому – возможность не только выйти на пробежку или принять участие в интересном беговом мероприятии, но и выйти за пределы города, в интересное место, где можно полюбоваться пейзажами, насладиться чистотой воздуха и ненадолго оставить цивилизацию со всей загазованностью, асфальтом и личными проблемами, – рассказал директор фестиваля «Бештаугорский Крест» Валентин Крутиков – марафонец, трейлраннер, директор Школы правильного спорта «I Love Supersport KMV». – Совсем скоро в нашей стране вырастет новое, молодое поколение трейлраннеров – ребята и девочки, которые сменят нынешних лидеров и будут достойно бороться

за победу на самых престижных международных соревнованиях. Это одна из причин, почему мы решили в этом году к трем существующим в рамках фестиваля забегам добавить четвертый – детский.

На этот раз самая красивая вершина Кавказских Минеральных Вод собрала около 300 спортсменов из разных уголков России – от Хабаровска до Кандалякши, из ближнего и дальнего зарубежья. Высота Бештау в 1400 метров позволяет сделать соревнования более массовыми, участникам нет необходимости проходить специальную акклиматизацию.

В ранге фестиваля соревнования проходили в этом году во второй раз. Программа включала четыре забега разных уровней сложности и экологическую акцию «Чистые Игры». В первый день состоялось два забега – «Бештау Детский» и «Бештаугорский Ночной Трейл». В первом, протяженностью около 300 метров с относительно небольшим перепадом высот до 30 метров, участвовало более 20 детей в возрасте от пяти лет. Дистанцию «Бештаугорского Ночного Трейла» участники проходили в темное время суток с налобными фонарями. Это был забег протяженностью 13,5 километра с перепадом высот 400 ме-

тров по кольцевой грунтовой дороге вокруг горы.

Второй день знаменовался стратом самого фестиваля «Бештаугорский Крест». В главном забеге спортсмены преодолели все пять вершин горы, при этом после прохождения каждой восторженной вершины они должны были вернуться на главную Тау. Общая протяженность «Бештаугорского Креста» невелика – 16 с половиной километров, но общий перепад высот в 2000 метров делает ее очень непростой. Среднее время прохождения трассы – пять с половиной часов, то есть больше, чем среднее прохождение марафонской трассы в 42,2 км.

В тот же день стартовал забег «Бештаугорский Лайт». Это сокращенный вариант «Бештаугорского Креста» протяженностью 8,5 километра с общим набором высоты 840 метров.

Помимо спортивной части, в рамках фестиваля прошла экологическая акция «Чистые Игры» – командная игра по скоростному разделению мусора. Те, кто собрал максимальное количество мусора и правильно его разделил по видам, получили призы от спонсоров фестиваля. Благодаря проведению «Чистых Игр» в прошлом году со склонов Бештау было вывезено 243 мешка мусора – это более трех тонн экологических отходов, оставленных туристами. В этот раз удалось собрать почти 300 мешков мусора.

– Мы очень рады, что можем обеспечить не только спортивную часть, но и помочь поддержать чистоту на самой любимой и самой красивой достопримечательности Кавказских Минеральных Вод, – сказал Валентин Крутиков. – А благодаря поддержке наших мероприятий МЧС и большому количеству волонтеров, готовых помогать спортсменам на трассе и в стартово-финишном городке, мы можем обеспечить высокий уровень безопасности участников.

Татьяна БУРЬЯНОВА

ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ

В Лермонтовском комплексе социального обслуживания населения в отделении реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья была организована мини-спартакиада «Веселые старты», приуроченная к Всемирному дню здоровья. Программа спартакиады была насыщенной. И какие старты могут быть веселее тех, которые проходят при непосредственном участии наших самых добрых друзей – волонтеров «серебряного возраста»!

Всего в «Веселых стартах» приняло участие 20 ребят и 5 «серебряных волонтеров». Командам были предложены занимательные конкур-

сы с бегом, прыжками на мячах, метанием дротиков. Каждый участник смог проявить спортивные навыки. Нешуточная борьба до конца оставляла всех в напряжении: вперед вырывалась то одна команда, то другая. На всех этапах волонтеры учитывали ошибки и ста-

вили оценку за выполнение задания. Победила дружба!

Обе команды были награждены сертификатами участников мини-спартакиады и сладкими призами. Юные спортсмены получили отличный заряд бодрости и море положительных эмоций.

Татьяна КУРБАЦКАЯ
директор КЦСОН

Победила дружба. Фото Н.Николенко

ЗАРЯДКА СО ЗВЕЗДОЙ

Олимпийские чемпионы и обладатели кубков Мира провели всероссийскую акцию «Зарядка со звездой» в рамках волонтерского движения ДаДобро, реализуемой при содействии Центра Поддержки Гражданских Инициатив. Известные спортсмены встретились с воспитанниками детских домов, школ-интернатов и социальных центров одновременно в 17 регионах страны. Самая многочисленная акция прошла на Ставрополье.

Активным ее участником стала молодежь города Лермонтова. Студенты Лермонтовского регионального многопрофильного колледжа пятого апреля, в преддверии Всемирного дня здоровья, укрепили тело и дух вместе с об-

ладателем черного пояса по айкидо и тхэквондо Евгением Парамоновым. Упражнения в стиле восточной гимнастики цигун и показательные выступления учеников Парамонова превратили «Зарядку...» в настоящий праздник здоровья.

Участвовавший в акции депутат Ставропольской краевой Думы Алексей Раздобудько, подводя итоги дня, сказал:

– У нас сегодня было очень много детей, очень много людей, а самое главное – хорошее настроение. Поэтому я желаю всем, чтобы такое хорошее настроение присутствовало у нас в жизни всегда, а самое главное – чтобы мы все были здоровы, благодаря «Зарядке со звездой».

Ольга ОВЧАРЕНКО



Волонтеры впереди. Фото В.Иванова

БОЛЕЕ ЗА НАШИХ!



Атака. Фото О.Овчаренко

В минувшие выходные началось Первенство Ставропольского края среди детских юношеских спортивных школ по футболу. В сезоне 2019 года от ДЮСШ города Лермонтова в пятигорской зоне заявлены две команды: дети 2007-2008 годов рождения (тренер Иван Кушнир) и 2005-2006 годов рождения (тренер Михаил Бакуменко). Младшим ребятам предстоит пройти путь из четырнадцати, старшим – из двадцати туров.

С прошлого года развитие футбола в городе получило новый импульс. Тренировки проводятся в ежедневном режиме по самым современным методикам. Ребята регулярно участвуют в турнирах и проводят товарищеские встречи.

7 апреля, во Всемирный день здоровья, коллектив 2007-2008 годов рождения принимал команду из Кисловодска. Результат – боевая такая ничья: 4:4

Затем ребята 2005-2006 годов

рождения сыграли с ровесниками из Пятигорска. К сожалению, наши юноши проиграли. Но все еще впереди. Главное – не терять оптимизма.

Организатор турниров Рафик Сюбаев – инструктор по физической культуре ДЮСШ города Лермонтова, руководитель отделения футбола – обрисовал ближайшие перспективы.

– У нас сейчас всё для футбола! Только играй, старайся и свой город прославляй! Наша команда «Казачок» всегда в лидерах. Ребята ездили в Москву на соревнования Детской футбольной лиги (ДФЛ), где показали очень неплохой результат. Они играли с командой ЦСКА, московским «Локомотивом». В начале мая будет большой турнир. К нам приедут команды со всей России. Хочу пригласить всех на праздник спорта: приходите, болейте, смотрите. И ведите своих детей к нам на футбол.

Ольга ОВЧАРЕНКО