

Гиря поднялась в воздух 64 раза

14.01.2016

Таков лучший результат соревнований по жиму гири стоя, которые прошли 11 января в спортивном клубе «Атлетика» при раменском досуговом центре «Ровесник»

Гиря кладется на плечо. Спортсмен стоит – и поднимает гирю вверх. Сколько сможет. Одной рукой.

11 января вес гири был 16 кг. Победитель соревнований, 34-летний Иван Федяев, поднял ее 64 раза!

- Это были внутриклубные соревнования, - рассказывает руководитель «Атлетики», тренер Алексей Сергеевич Субочев. - Пришли десять человек, каждый попробовал свои силы.

Например, 47-летний Расим Зейналов поднял гирю 51 раз. 44-летний Алексей Шмелев - 47 раз.

- В «Атлетике» занимаются люди самого разного возраста – от 17 до 60-65 лет, - говорит Алексей Субочев. - Приходят когда кому удобно. Занимаются для души. Опытные спортсмены сами знают, что им нужно, в контроле не нуждаются, а молодых контролирую, направляю...

По словам Алексея Сергеевича, встречи в «Атлетике» - это не только поддержание физической формы, это, в первую очередь, радость общения. Соревнования проходят часто, но результаты не имеют для участников большого значения. Главное – сами встречи, удовольствие быть среди друзей и заниматься тем, что нравится.

Адрес страницы: <http://zao.mos.ru/presscenter/news/detail/2435949.html>

[Префектура ЗАО](#)