

Праздник для любителей железа

Соревнования — это настоящий праздник для всех участников, незабываемые впечатления для болельщиков и важное событие в жизни любого спортсмена, которое останется с ним надолго. Кроме того, это опыт, тренинг на концентрацию, работу с эмоциями, умение показать свои лучшие возможности. И, конечно, получить заслуженную награду.

6 мая в спортивном зале «Автомобилист» состоялось первенство города по жиму штанги лежа, посвященное Дню Победы. Спортивный праздник для любителей железа организовала общественная организация «Комитет развития физической культуры и спорта».

Состязания проходили в двух видах — классический и русский жим. Участники первенства были распределены по возрастным категориям после контрольного взвешивания.

Борьба была по настоящему зрелищной, каждый спортсмен выложился по максимуму и боролся до конца.

Следили за правильностью выполнения упражнений судьи соревнований: главный судья на помосте Алексей Захарченко, боковые судьи Андрей Агапов и Анатолий Сысоев. Результаты фиксировали секретари Лиана Парфененко и Александра Матвеева.

Среди участников — спортсмены разных возрастов и весовых категорий. Многие из них всегда гатаи тренажёрных залов города, они давно



занимаются жимом лежа и пауэрлифтингом. К слову, самому юному атлету 16 лет, а самому взрослому участнику соревнований 44 года.

Итоги состязаний таковы. В младшей возрастной группе (14-18 лет) в весовой категории 59 кг победителем по классическому жиму штанги лежа стал Дмитрий Мурадян. Он взял штангу весом больше собственной массы тела, показав высокий коэффициент Уилкса — 75,9.

В возрастной категории 14-18 лет в весовой категории 59 кг победителем по русскому жиму штанги лежа стал Андрей Лапардин. Атлет смог 60 раз поднять штангу, весом 27,5 килограммов.

Среди юношей этой же возрастной группы в весе 66 кг победителем стал Аскар Маизнер, он сумел взять штангу весом больше собственного. Также Аскар взял «золото» в русском жиме, под-

няв штангу весом 32,5 кг 61 раз.

В весе 74 кг среди юношей 14-18 лет уверенную победу в классическом жиме одержал Иван Быргин. Он взял штангу весом 107,5 кг, получив высокий коэффициент 80,8. Также Иван завоевал «золото» в русском жиме штанги лежа. 35-килограммовую штангу он поднял 71 раз.

В весе 83 кг среди юношей 100-килограммовую штангу в классическом жиме взял Герман Магамедказиев, став победителем. Также Герман завоевал «золото» в русском жиме, выполнив 41 повторение поднятия штанги весом 40 килограммов.

Среди юношей в весе 93 кг в классическом жиме победу одержал Никита Маркелов. Он взял штангу весом 125 кг. Его коэффициент составил 80,6. Вторая награда Никиты — «золото» в русском жиме штанге лежа. Спортсмен смог 51 раз

поднять 45-килограммовую штангу.

Среди юниоров в возрасте 19-23 лет в весе 83 кг победителем в русском жиме стал Кирилл Шестаков. Он поднял 37 раз штангу весом 40 килограммов.

Среди мужчин старше 23 лет в весе 105 кг победителем в классическом жиме стал Сергей Уколов. Он взял штангу весом 145 кг, показав высокий коэффициент Уилкса — 88,7. Также Сергей завоевал «золото» в русском жиме, подняв 50-килограммовую штангу 108 раз.

Среди мужчин старше 23 лет в весовой категории 83 кг в русском жиме победу одержал Артем Носков. Атлет поднял 50 раз штангу весом 40 кг.

В весовой категории 120 кг среди мужчин Евгений Саченко без труда выжал 155-килограммовую штангу, став победителем в своей категории. Вторая награда Евгения — «золото» в русском жиме

штанги лежа. Он выполнил 57 повторений поднятия штанги весом 60 кг.

В первенстве приняли участие женщины старше 23 лет в двух возрастных категориях. В весе 57 килограммов в классическом жиме победу одержала Ксения Уколова. Спортсменка взяла штангу весом практически равным собственной массе тела, показав высокий коэффициент Уилкса – 64,2. Также Ксения завоевала победу в русском жиме, подняв 38 раз штангу весом 30 кг.

В весе 72 кг в русском жиме победителем стала Александра Гончарова. Ее результат 24 подъема штанги весом 35 кг.

Титул абсолютного чемпиона первенства в классическом жиме среди мужчин завоевал Евгений Саченко – 90,0. Среди женщин абсолютной чемпионкой в классическом жиме стала Ксения Уколова – 64,2.



В русском жиме абсолютным чемпионом среди мужчин стал Сергей Уколов с результатом 108 повторений. Среди женщин – Ксения Уколова – 38 повторений.

Победителям и участникам первенства г. Бодайбо по жиму штанги вручены дипломы и ме-

дали, абсолютным чемпионам – памятные статуэтки от спонсора мероприятия ИП А. Литвякова.

Соревнования прошли в теплой, дружественной атмосфере: атлеты поддерживали и подбадривали друг друга перед подходами. Кроме того, все участники смогли не

только продемонстрировать уровень подготовки, но и просто пообщаться друг с другом и немного отвлечься от своих насыщенных будней.

Алексей МАРКИН,
фото автора

Мы за чистый город!

Проведение субботника весной как нельзя кстати. Сошедший снег открывают настолько неприглядную картину, что все социальные сети взорвались от состояния дворов и улиц города. Необходимость приведения в порядок города стала очевидной.

В пятницу, 5 мая, Администрация г.Бодайбо и района объявила общегородской субботник. Во второй половине дня предприятия и учреждения города вышли «умыть» лицо нашего города. По сложившейся традиции за бюджетными организациями закреплены объекты городской инфраструктуры. Так Управление культуры приводит в порядок территорию городского парка и прилегающую территорию вокруг. Очистку парка вокруг Камня,

