

«Богатырские забавы» прошли в Дмитровском районе

20.03.2012

В России официально нет праздника «День отца» — он отмечается в некоторых зарубежных странах, причем в разные дни, в том числе и 19-го марта. Но именно этой дате муниципалитет Дмитровского района и муниципальное учреждение «Радуга» ежегодно посвящают соревнования среди воспитанников секции силового многоборья под названием «Богатырские забавы». Основная дисциплина этих соревнований — классический жим штанги. Каждый атлет ложится на скамью и выжимает штангу, которая весит 80% от его собственной массы тела. Скамья специально узкая, что не позволяет использовать в упражнении мышцы спины, таким образом вся нагрузка ложится на грудные мышцы. После завершения упражнения, количество жимов умножается на вес штанги и делится на массу спортсмена. Получившийся коэффициент и является главным показателем силы атлета. Лучшим в этих соревнованиях стал Павел Скопцов, он выжал 55-ти килограммовую штангу 28 раз. Этот результат молодой спортсмен смог добиться всего за год занятий в секции силового многоборья. На вопрос, почему он занялся таким непростым видом спорта, Павел отвечает очень лаконично: «Нужно заниматься спортом, а не просто так проживать. Ну, в общем, здоровый образ жизни я выбрал». В этих соревнованиях приняли участие 23 воспитанника секции. Всего сюда приходят около сорока школьников Дмитровского района. Занятия проводятся пять дней в неделю, причем абсолютно бесплатно. «Сила, выносливость, мужественность — все, что здесь воспитывается, в этом тренажерном зале, конечно, как будущим защитникам Родины и будущим отцам очень-очень пригодится», — считает заведующая сектором спортивной и досуговой работы муниципалитета ВМО «Дмитровский» Алла Котова. После основного конкурса некоторые участники соревнований померились силами еще и в толкании гирь. Ведь буквально через неделю в спортивном зале муниципального учреждения «Радуга» состоятся новые соревнования, уже в этой силовой дисциплине. Евгений Кудряков, телевидение Северного округа

Адрес страницы: <http://sao.mos.ru/news/news/detail/660818.html>

[Префектура САО города Москвы](#)