ЖИВЕТ азартом состязаний

Боец СВО с позывным Кувалда с супругой стал участником фестиваля «СВОя спортивная семья» в Уфе, посвященного Дню физкультурника. В программе помимо прочего были и соревнования по пауэрлифтингу. С турнира бирянин привез кубок и медаль за первое место.

Александр МИХАЙЛОВ
shurickatarsis2019@gmail,com

Боец с позывным Кувалда уверенно пополнил команду победителей и призеров соревнований по пауэрлифтингу.

Фото из архива бойца

Состязания по силовому троеборью среди ветеранов и действующих военнослужащих специальной военной операции состоялись в центре спортивной подготовки Республики Башкортостан имени Римы Баталовой. Наш земляк соревновался в весовой категории свыше 110 кг. Работая со штангой весом 55 кг, выполнял упражнение на силовую выносливость. Совершил 67 подъемов. Посредством математических подсчетов вывели индекс, который определил его лидирующую позицию. Масса штанги для всех спортсменов была единой.

—Встреча прошла на высоком уровне,—рассказывает боец.—Отличная организация и доброжелательное отношение к гостям оставили приятные впечатления. Многие из участников получили удостоверения мастеров спорта России. Молодцы! Очень за них рад!

Помимо усердных тренировок и неиссякаемой силы воли защитнику удалось одержать победу и благодаря моральной поддержке супруги, которая оказалась рядом. В этот день она также участвовала в мероприятии, проверяя свои силы в турнире по настольному теннису.

—Очень переживали друг за друга,—признается боец.—Подбадривали и всячески поддерживали. Жена довольна. Ей, конечно, не удалось войти в тройку лидеров, но она не огорчается. Говорит, что это отличная мотивация для работы над собой. Поставила себе цель в следующем году на этих же соревнованиях показать результат гораздо лучше. Верю в нее!

На церемонии награждения заместитель премьер-министра правительства Башкирии—министр спорта Руслан Хабибов от имени главы республики поздравил участников с праздником и пожелал всем крепкого здоровья и блистательных побед.

Профессионально пауэрлифтингом наш земляк стал заниматься с 2017 года. Тогда пришли и первые победы. Ранее увлекался гиревым спортом. На начальном этапе нарабатывал опыт с наставником, позже стал тренироваться сам. Благо профильное образование, полученное в Башкирском институте физической культуры, позволяло рационально выстраивать систему занятий. Имеет внушительное количество наград за призовые места в различных соревнованиях регионального и федерального уровней.

—Спорт для меня—норма, и мне это нравится,—делится защитник.—Живу азартом соревнований. На выездах можно и свои умения показать, и перенять опыт у более квалифицированных спортсменов. К тому же это и настоящий экзамен, показывающий плоды твоих тренировок и ошибки, на которые в дальнейшем следует обратить внимание. Для меня просто так ходить в зал, не имея конкретной цели,—недопустимо. Каждую минуту провожу с пользой. Время—главный ограничивающий фактор.

Сейчас боец готовится к турниру по новогоднему жиму от Федерации пауэрлифтинга Республики Башкортостан. Нацелен не повторять ошибок прошлых встреч и побить рекорд соревнований.

Кстати, на соревнованиях к Дню физкультурника в 2018 году наш земляк также поднялся на первую ступень пьедестала и пополнил свою коллекцию еще одним кубком и медалью.