Дорогу осилит идущий.

Несколько лет назад появление на улицах нашего села людей, бодро шагающих по лесной тропе или дорожке стадиона с «лыжными палками», у многих вызывало недоумение. Порой и шутливые реплики приходилось слышать: «Видимо пенсии нашим пенсионерам только на палки хватает». Но со временем скептиков поубавилось, а вот приверженцев «скандинавской ходьбы» - доступного и универсально полезного средства физической активности, становилось все больше и больше, особенно среди людей в возрасте 50 +.

Реальным подтверждением этого, стало прошедшее 17 февраля на стадионе районное первенство по северной ходьбе, собравшее около 30 участников. Примечательно, что соревнование прошло именно зимой. Ведь пословица «мороз невелик, но стоять не велит» имеет к ходокам самое прямое отношение. После финиша румяные и довольные спортсмены, вдоволь нафотографировались и радостно поприветствовали победителей и призеров состязаний. А ими стали: Надежда Маадыр, 1 место в категории женщин от 18 до 49 лет, Юдаков Андрей – 1 место среди мужчин 18-49 лет. В возрастной категории 50 лет и старше лучшими стали: 1 место - Мелешко Татьяна, 2 место – Ассаульянова Любовь, 3 место – Алахтаева Марина. Среди мужчин в возрастной категории 50 лет и старше победителем и призёрами стали: 1 место – Пашнев Александр, 2 место – Носов Александр, 3 место – Губарев Юрий.

На вопрос: «Так, где он этот непростой путь к здоровью и долголетию?»

Любители северной ходьбы отвечают вполне уверенно: «Дорогу осилит идущий!»

Инструктор по адаптивному спорту МБУ «ФСЦ «Саяны»

Олеся Игоревна Чернова