

СПОРТ

№ 3 (2018)

АСТРАХАНСКАЯ ОБЛАСТЬ

12+

ГОТОВИМ ВМЕСТЕ

*с трехкратной
чемпионкой мира
по гандболу
Эмилией Турей*

**КУДА ОТДАТЬ
РЕБЕНКА В СПОРТ?**

*байдарка и каноэ
VS академическая
гребля*

Валерия ИВАНОВА

*«Мне пока только 9,
но скоро я буду чемпионом!»*



ГОСУДАРСТВЕННАЯ
ТЕЛЕРАДИОКОМПАНИЯ
"ЛОТОС"



АСТРАХАНЬ СПОРТИВНАЯ

ВАШ ПУТЕВОДИТЕЛЬ
ПО МИРУ СПОРТА



www.lotosgtrk.ru

телефон коммерческой службы
28-17-62



СОДЕРЖАНИЕ

2 ГОТОВИМ ВМЕСТЕ...

С трехкратной чемпионкой мира Эмилией Турей

4 ДЕТИ-ЧЕМПИОНЫ!

7 АГУ вещает

8 ОДИН ДЕНЬ ИЗ ЖИЗНИ СПОРТСМЕНА

Большое интервью с Валерией Ивановой

10 НА СТАРТ! ВНИМАНИЕ! ВЕЛОПАРАД!

12 КУДА ОТДАТЬ РЕБЕНКА В СПОРТ?

Гребной спорт – спорт сильных духом и телом

14 РОССВИК

Проведи уикенд с пользой

16 ДИНАМО

17 АСТРАХАНОЧКА

18 ДИНАМО – водное поло

19 ВОЛГАРЬ

20 РЦСП

Надежный помощник в развитии спорта
Астраханской области

22 ДЕТИ – ЭТО НАШЕ БУДУЩЕЕ!

23 РЕГИОНАЛЬНЫЕ НОВОСТИ

24 ПРОСТО ИНТЕРЕСНО



ГОТОВИМ ВМЕСТЕ

С ЭМИЛИЕЙ ТУРЕЙ

Эмилия Турей – заслуженный мастер спорта (2005, гандбол). Чемпионка мира (2005, 2007, 2009). Серебряный призер Олимпийских игр (2008). Серебряный (2006) и бронзовый (2008) призер чемпионатов Европы. Серебряный призер чемпионата России (2012). Чемпионка Дании (2007). Победительница Лиги чемпионов (2007). Обладательница Кубка обладателей кубков европейских стран (2009). Награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени (2 августа 2009).



Быстро, а главное – сытно можно приготовить самый обычный ФРУКТОВЫЙ САЛАТ

В нашем случае это были – бананы, апельсин и яблоки.



Фрукты и овощи – это лучшие помощники для поддержания красоты и здоровья.



Их польза заключается в способности предотвращать болезни. Они являются ценным источником витаминов, клетчатки и минеральных веществ, таких как антиоксиданты – бета-каротин (витамин А) и витамин С, которые защищают клетки от старения и болезней.



– Тщательно моем фрукты и очищаем их от кожуры.

– Нарезаем и помещаем все в блюдо, по желанию можно добавить орехи, чернослив или ягоды.

– Заправляем все йогуртом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



► Эмилия, расскажите, какую кухню вы предпочитаете?

– Я люблю средиземноморскую пищу, мне очень нравятся морепродукты. Рыба дорадо, сибас – это то, что мне нужно.

► Существенно ли отличается рацион

гандболиста от рациона обычных людей и отличается ли чем-либо от рациона других спортсменов?

– Рацион гандболистки существенно отличается от рациона синхронистки и гимнастки: он у нас побольше, порции побогаче, мы

можем себе чуточку больше позволить.

► Самое сложное, когда заканчиваешь спортивную карьеру, – это остаться в той же физической форме, в которой ты был во время многочисленных тренировок, сборов и т.д. Как вам удается сохранять фигуру?

– Хорошее было выражение у Майи Плисецкой, но я ее чуточку перефразирую: «Нужно просто не кушать и спортом немного заниматься». Все вкупе, пятьдесят на пятьдесят: питание и занятия спортом – не профессиональный спорт, а именно легкие физические нагрузки.

► Из чего сегодня состоит ваш рацион? Готовите ли вы сама или прибегаете к внешней помощи? Доставки еды, например, или покупаете полуфабрикаты, а может быть, любите фаст-фуд?

— Нет, фаст-фудом я не грешу, готовлю сама, конечно, кто-то готовит мне, но бургерами я не грешу. Вообще я совершенно непряхотливый в еде человек, очень люблю каши, например, гречневая — это может быть и завтраком, и обедом, и ужином.

► На ваш взгляд, какое блюдо в нашем регионе может быть визитной карточкой? Чем вы угощаете своих друзей из других городов и стран?

— Астраханская вобла и наши арбузы — очень люблю. Как по мне — это настоящая гордость нашего региона. А своих друзей после насыщенной прогулки я угощаю ухой.

► Как вы подходите к процессу готовки? Делаете это по рецептам или любите импровизировать?

— Да, конечно, бывает, экспериментирую, особенно когда хочется удивить, побаловать своих близких, но, признаюсь честно, обычно получается это не с первого раза, а где-то со второго или третьего раза.

► Поиграв в разных странах, объездив полмира, скажите, что



из еды запомнилось больше всего?

— Самым странным и неординарным для меня было то, когда в скандинавских странах я попробовала сладкую селедку. Я прожила 5 лет в Дании, но к этому блюду так и не привыкла, вот не мое это. На вкус это что-то непонятно склизкое и гадкое (Эмилия смеется).

► Эмилия, почему вы не занимаетесь тренерской деятельностью? Есть ли мечта стать тренером, или даже в перспективе таких планов нет?

— Судьба сложилась более творчески, но все равно я в спорте, только у меня сейчас больше административная работа. Так вот получается, что у меня много различных спортивных дисциплин,

которыми я занимаюсь, но гандбола там нет. Но я очень рада, что меня приглашают, что я могу посетить матчи «Астраханочки» и порадоваться, и поностальгировать о том, как я вроде бы неплохо играла в свое время. Могу честно сказать, как таковой мечты стать тренером нет, до тренера все-таки нужно дорасти. Это должно быть прежде всего внутреннее понимание, а не просто «я хочу быть тренером». Ты должен к этому подготовиться, быть не только физически, но и теоретически хорошо подкован.

► Помните ли вы свой первый день в гандболе? Кто вас привел?

— Как обычно это и происходит, мой первый тренер по ручному

мячу пришла в общеобразовательную школу, зашла к нам в класс и поинтересовалась: «Кто хочет заняться гандболом?» Для меня, в свою очередь, это было что-то новенькое, я не знала вообще, что такое гандбол, и вот на следующий день я зашла на тренировку посмотреть и через 18 лет вышла.

► Эмилия, что бы вы пожелали нашим читателям?

— Конечно же вести активный образ жизни, всесторонне развиваться, быть позитивным и дарить этот позитив всем окружающим людям! И читать журнал «Физрук».

*А. Обычайко
Фото: А. Вереина
Готовили в СЗК
«Звездный».*

ЧЕМПИОНЫ!

ДЕТИ

Спортивная школа
олимпийского резерва №1

**ДАНИЛА
КАСИМОВ**

13 лет.

Член юношеского состава сборной команды России, кандидат в мастера спорта по прыжкам на батуте, бронзовый призер первенства Мира 2017 года, серебряный призер России 2018 года. Спортсмен начал заниматься в ГБУ АО «СШОР № 1» с 6 лет.

Тренер —
Фатхуллина Г.Р.



Спортивная школа
водных видов спорта
им. В.В. Тихонова

**ВИКТОРИЯ
МОСТОВАЯ**

12 лет. Кандидат в мастера спорта, серебряный призер Всероссийских соревнований по плаванию, победитель Международных соревнований MAD WAVE CHALLENGE, многократный победитель и призер Чемпионатов и первенств Астраханской области и всех областных соревнований.

Тренер —
Игнатуша Н. Ю.



Спортивная школа им.
Олимпийского
чемпиона Б.Г. Кузнецова

**АЛЕКСАНДР
МУРАШКИН**

12 лет. 2 юношеский разряд по боксу, неоднократный победитель Всероссийских и областных турниров, многократный победитель товарищеских встреч.

Тренер —
Мурашкин В.А.



Спортивная школа
олимпийского резерва
им. В.В. Тихонова

**ВИОЛЕТТА
ДЕНИСОВА**

14 лет. В 2014 году стала заниматься греблей на байдарках и каноэ в ГБУ АО «СШОР им. В.В. Тихонова». 2 место на II Всероссийской летней Спартакиаде спортивных школ 2016 г. (г. Ангельс). В 2017 году завоевала 2 золотые медали и 1 бронзовую на Всероссийских соревнованиях среди юношей и девушек 13-14 лет (г. Воронеж).

Тренер — Бобровский А.А.
(отделение каноэ)



Спортивная школа
олимпийского резерва
им. В.А. Гладченко

ВИКТОРИЯ СИДЕЛЬНИКОВА

13 лет. Победитель 16-го детского фестиваля гандбола, победитель 2 этапа, призер 3 финального этапа «Всероссийской детской гандбольной лиги», бронзовый призер финального этапа Всероссийских соревнований «Юный гандболист».

Тренер —
Попова М.Ю.

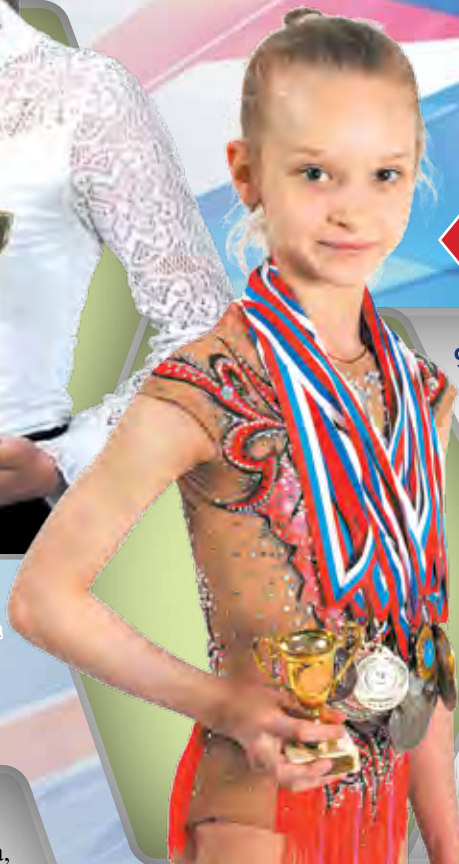


Спортивная школа
олимпийского резерва
им. Л.А. Тихомировой

АРИНА ГЛАЗУНОВА

9 лет. С 5 лет занимается художественной гимнастикой. Многократный победитель и призер первенств и турниров Астрахани, Волгограда, Пятигорска, Кисловодска, Ахтубинска.

Первый тренер —
Сокольская Н.М.



Спортивная школа
олимпийского резерва
им. В.А. Гладченко

ТИМУР АЙТИМОВ

13 лет. Победитель 16-го детского фестиваля гандбола, победитель 2 этапа, призер 3 финального этапа «Всероссийской детской гандбольной лиги», бронзовый призер финального этапа Всероссийских соревнований «Юный гандболист».

Тренер —
Вязовой А.Е.



Спортивная школа
олимпийского
резерва №1

ДАВИД ГУЛИЕВ

8 лет. Один из первых читателей нашего журнала. Имеет 1-й юношеский разряд по спортивной гимнастике, 1-й юношеский разряд по АКД, 3-й взрослый разряд по ДМТ. Неоднократный победитель региональных соревнований. Награжден медалью в межрегиональном турнире по спортивной гимнастике имени двукратного призера Олимпийских игр 2000 года Продуновой Е.С. 2-й юношеский разряд.

Тренеры —
Абрамова Г.В.
и Гулиев Р.Д.



Спортивная школа водных видов спорта им. В.В. Тихонова

ГАНБАРИ ТОРКАМАНИ МИНЕ



12 лет. 1 спортивный разряд, серебряный призер Всероссийских соревнований по плаванию «Веселый дельфин», победитель Международных соревнований MAD WAVE CHALLENGE. Неоднократный победитель и призер Чемпионатов и первенств Астраханской области и всех областных соревнований

Тренер —
Игнатуша Н.Ю.



Спортивная школа им. Олимпийского чемпиона Б.Г. Кузнецова

ГАСАН ПАШАЕВ



13 лет. Имеет 1 юношеский разряд по вольной борьбе, входит в сборную команды школы. Неоднократно защищал честь Астраханской области и спортивной школы на соревнованиях различного ранга. Победитель первенства области, победитель и призер Всероссийских соревнований, победитель международного турнира.

Тренер —
Джахпаров Ш.М.



Спортивная школа олимпийского резерва им. Л.А. Тихомировой

СБОРНАЯ КОМАНДА АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Сборная команда Астраханской области по художественной гимнастике. Виолетта Костенко – 11 лет, Алиса Сувернева – 12 лет, Алина Рязанова – 12 лет, Дарья Педченко – 12 лет, Юлия Суркова – 12 лет. Призеры Всероссийских соревнований в городе Кисловодск, Москва, Первенства ЮФО.



ГРЕБЦЫ ПОБЕДЫ НЕ УПУСТЯТ: ПЕРЕХОДЯЩИЙ КУБОК ИДЕТ В АГУ

Команда Астраханского государственного университета победила в областном чемпионате среди студентов. Соревнования проводятся по инициативе гребного клуба «Каспий» и при поддержке министерства физической культуры и спорта Астраханской области.

В этом году спортивные состязания проходили под лозунгом «Не уппусти свой шанс реализовать себя в большом спорте!». В них приняли участие шесть вузов. Каждая из команд защищала честь своего учебного заведения в двух этапах чемпионата. В индивидуальном заезде второе место занял студент исторического факультета АГУ Игорь Чмерук, а в командной эстафете Астраханский госуниверситет стал победителем и получил переходящий кубок.



В Астрахани состоялись региональные Первенство и Чемпионат по кикбоксингу.



НА ВЕЛОСИПЕДЕ – К ПОБЕДЕ

На традиционном восьмом велопарade, посвященном Победе в Великой Отечественной войне студенты и сотрудники Астраханского государственного университета проехали вместе с четырехтысячной колонной участников по улицам города мимо памятников воинской доблести – Морского сада и Братского сада к Петровскому фонтану.

ПРИХОДИТЕ К НАМ ПОПЛАВАТЬ

Плавание – этот тот вид спорта, который позволяет оставаться всегда в форме и вести здоровый образ жизни.

С 2017 года в Астраханском госуниверситете работает один из самых новых и современных бассейнов в нашем регионе.

Итальянский бассейн современного дизайна, соответствующий всем мировым стандартам, имеет тройную систему очистки. Плавательный бассейн АГУ идеально подходит как для профессиональных тренировок спортсменов, так и для оздоровительных занятий плаванием самого широкого круга людей – от теплолюбивых детей старше семи лет до не терпящих переохлаждения пенсионеров.

В бассейне работают квалифицированные спортивные инструкторы, имеющие высшее спортивное образование и большой опыт тренерской работы.

Режим работы:

с 8.00 до 21.00 ежедневно.

Адрес:

г. Астрахань, ул. Татищева 20а, литер Б.

Телефон для справок:

8 (8512) 61-06-79.

ФУТБОЛ ОБЪЕДИ- НИЛ НАРОДЫ

На спортивной площадке Астраханского государственного университета прошел турнир по мини-футболу «Кубок Дружбы народов». Организатором мероприятия выступила Ассоциация иностранных студентов.



В ходе турнира студенты АГУ продемонстрировали хорошую спортивную подготовку, а также сплоченную игру в команде. По словам болельщиков, состязания были яркими и запоминающимися.

В турнире приняли участие около ста иностранных студентов АГУ. Победу одержала команда обучающихся из Африки и Туркменистана «Черная пантера».



ОДИН ДЕНЬ ИЗ ЖИЗНИ СПОРТСМЕНА

Валерия Иванова – 2008 г.р., 9 лет.

Неоднократный призер региональных соревнований по прыжкам в воду, на Всероссийских соревнованиях имени двукратного Олимпийского чемпиона Д. Саутина, посвященных Заслуженному тренеру Стародубцевой (20-24 ноября) в г. Воронеж среди девочек группы «Е» на вышке становится серебряным призером. Бронзовый призер

Первенства России (г. Пенза) среди девочек группы «Д» на трамплине 3 метра. На первых открытых соревнованиях по прыжкам в воду «Астраханский лотос» Лера среди девочек группы «Д+Е» на трамплине в синхронных прыжках занимает 3 место, на трамплине 1 метр среди девочек группы «Д» занимает 1 место.

– Расскажите, какой он – идеальный тренер для ребенка?

– Для нас идеальный тренер это Любовь Сергеевна, человек который переживает за свое дело и детей. Она всегда поддерживает своих подопечных и вкладывает в них частичку самой себя. Любовь Сергеевна при своей доброте строга, но по-тренерски, профессионально. Всегда держит детей в тонусе, а без этого нельзя. Мы благодарны ей за это. Нельзя не сказать еще про одного профессионала своего дела – Берман Ефим Михайлович, заслуженный тренер России, который обучает наших детей на сухих тренировках (акробатика, батуты). С ним они оттачивают каждый элемент, уделяя большое внимание физической подготовке. За все это ему большое спасибо.

– Насколько прыжки в воду дорогой вид спорта?

– Наша дочка обучается в ГПУ АО «ДЮСШ водных видов спорта им. Б. Н. Скокова» на бюджетной основе. Для поступления на бюджет необходимо сдать нормативы. Самое главное не пропускать занятия и ответственно относиться к ним.

– Лера, расскажи, советовались ли с тобой родители при выборе вида спорта?



Родители Валерии – Наталья и Александр Ивановы отдали дочку в спорт, когда ей было 5 лет, для поддержания общего физического развития. «Занятия спортом укрепляют моральное и духовное состояние. Спорт учит детей правильно ставить цели и развивает выдержку, преодолевать самого себя, а также для нас важно, что наш ребенок бодрый и жизнерадостный.

Прыжки в воду – это такой спорт, который сочетает в себе акробатику, прыжки на батуте, ну и собственно, прыжки в воду. Так приятно смотреть на неё, когда она приходит с тренировки счастливая после выполнения очередного нового прыжка».

— Сначала я занималась плаванием, родители привели, а мне понравилось, но когда увидела ребят, которые прыгали с вышки, трамплина, мне так сильно захотелось уметь так же!

— **Что тебе нравится в тренировках?**

— Выполнять сами прыжки в воду, готовиться к выполнению новых, более сложных. Сейчас мы прыгаем максимально с высоты 5 метров, используя легкие акробатически формы, но уже к концу июня я планирую еще больше отточить свое мастерство, чтобы выиграть кубок Поволжья.

— **Тяжело ли сочетать занятия спортом с учебой в школе?**

Какие у тебя оценки?

— Занятие спортом не мешают моей учебе в школе. Учусь я хорошо — на пятерки.

— **Сколько времени в день/неделю ты тратишь на тренировки?**

— Занимаемся мы в бассейне пять дней в неделю, сухая тренировка (акробатика, батут) три дня и по субботам — хореография.

— **Что ты испытываешь, когда получаешь медаль?**

— Гордость за то, что у меня получилось, я



смогла сделать то, чему меня научила тренер, и я оправдала ее труд и терпение, вложенные в тренировки.

— **Есть ли у тебя кумиры среди коллег по спорту?**

— Конечно, есть, это Дмитрий Саутин — олимпийский чемпион, Юлия Колтунова — Серебряный призер Олимпийских игр, Илья Захаров — олимпийский чемпион, и конечно, Лобова Любовь Сергеевна.

— **Прыжки в воду — индивидуальный вид спорта, но, наверное, у тебя есть друзья среди таких же «прыгунов»?**

— Татаркина Кристина, Вяткина Яна и многие другие, мы все занимаемся вместе. На соревнованиях мы всегда переживаем друг за друга и радуемся вместе за победы. А также я люблю знакомиться на выездах с ребятами из других городов, мы обмениваемся телефонами.

— **Лера, расскажи, читаешь ли ты наш журнал и что бы ты пожелала нашим читателям?**

— Да, конечно, читаю, у меня дома уже есть 3 выпуска. Желаю всем не бояться никаких трудностей и стремиться к своей цели. С любовью относитесь к своему делу и у вас обязательно все получится.

*Беседовала:
А.Обычайко.*

13 МАЯ ПРОШЕЛ БОЛЬШОЙ ВЕЛОПАРАД, ПОСВЯЩЕННЫЙ 73-ЛЕТИЮ ПОБЕДЫ В ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЕ

В этот раз Астраханский велопарад собрал более 4000 горожан. На час Астрахань превратилась в велостолицу.

Астраханцы по-разному подошли к своим нарядам: кто-то просто ограничился пилоткой и георгиевской лентой, кто-то полностью облачился в военную форму времен Великой Отечественной войны. Были на параде и необычные персонажи: сказочная бабочка, шершень и т.д.

**НА СТАРТ!
ВНИМАНИЕ!**

ВЕЛОПАРАД!



КОНКУРС



Instagram

На праздничном старте велопарада редакция журнала «Физрук» наградила своих победителей за участие в нашем первом инстаграм-конкурсе!



Халима Магдиева
За самое креативное фото с журналом «Физрук»



Виктория Родионова
За самое спортивное фото с журналом «Физрук»



Полина Попова
В номинации «Самый юный участник конкурса»



Маршрут для велопарада был выбран не случайно – астраханцы проехали мимо памятников воинской доблести: от монумента «Летающие журавли», мимо Морского садика и Братского сада, к Петровскому фонтану. Протяженность пути составила 3 километра.

На набережной реки Волги всех ждали праздничный концерт и, конечно же, награждение победителей. Самых необычных велосипедистов наградили в следующих номинациях: «Самое оригинальное средство передвижения», «Лучший костюмированный командный заезд», «Мама,

папа, я – велосипедная семья», «Лучший военный костюм» и «Самый юный участник велопарада».

В номинации «Самое оригинальное средство передвижения» победу одержал **Владимир Горбачёв**, который стал обладателем велотренажера.

В номинации «Лучший костюмированный командный заезд» победу одержала команда «Флаг Победы», которая стала обладателем сертификата в New Quest и билетов в Цирк на воде.

В номинации «Мама, папа, я – велосипедная семья»

победу одержала **семья Журавлёвых**, которая стала обладателем велосипеда, самоката и возможности принять участие в передаче «Астрахань спортивная» на ГТРК «Лотос».

В номинации «Лучший военный костюм» победу одержал **Ильяс Ишеев**, который стал обладателем гироскутера и сертификата в веломаг.

В номинации «Самый юный участник велопарада» победу одержал **Давыденко Иван**, который стал обладателем сертификата от «Планеты детства».

А. Байрамова

Около 50 лет «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА Имени В.В. ТИХОНОВА» культивирует

два олимпийских вида спорта: академическую греблю и греблю на байдарках и каноэ, являющиеся для нашего региона базовыми видами спорта. Руководство школы ведет серьезные работы по формированию коллектива единомышленников и воспитанию спортивных резервов.



При поддержке Губернатора АО в 2013 году был создан КЛУБ ВЫСШЕГО МАСТЕРСТВА

для укрепления позиций и престижа отечественного гребного спорта на международной арене. За пять лет спортсменами клуба было завоевано более 120 медалей на всероссийских регатах и около 20 – на международных аренах.

КУДА ОТДАТЬ РЕБЕНКА В СПОРТ? ГРЕБНОЙ СПОРТ – СПОРТ СИЛЬНЫХ ДУХОМ И ТЕЛОМ

ГРЕБЛЯ В ЦИФРАХ

5 тренерам

за историю гребли в Астраханской области было присвоено звание «**ЗАСЛУЖЕННЫЙ ТРЕНЕР РОССИИ**»

6 спортсменам

присвоено звание «**МАСТЕР СПОРТА МЕЖДУНАРОДНОГО КЛАССА**» по двум олимпийским видам спорта

За пять лет астраханскими спортсменами было завоевано более **50 золотых медалей** по гребным видам спорта на всероссийских и международных стартах.



Признайтесь, кто из вас сможет отличить академическую греблю от гребли на байдарках и каноэ? К сожалению, 8 из 10 человек не смогут ответить на вопрос и здесь нет ничего удивительного. Гребля на байдарках и каноэ и академическая гребля – это родственные виды, однако различий больше, чем совпадений.



НА ОДНОМ КОЛЕНЕ – КАНОЭ

Гребля на каноэ осуществляется стоя на одном колене. С той стороны, где ты стоишь коленом, осуществляется работа веслом с одной лопастью.



ДВЕ ЛОПАСТИ ВЕСЛА – КАЯК

У весла байдарки с двух сторон есть лопасти. Гребля осуществляется сидя, ногами упираешься в подножку, где имеется так называемый руль, которым можно подруливать вправо или влево – это отличие от каноэ.



СПОСОБ ДВИЖЕНИЯ

Спортсмены по гребле на байдарках и каноэ проходят свои дистанции лицом вперед, полностью контролируя ход движения, а вот для гребцов-академистов характерно движение спиной вперед, причем коррекция движения лодки осуществляется по специальным дорожкам. Отсюда различия в инвентаре, технике гребли и физическом развитии спортсменов.



ДЛИНА ДИСТАНЦИЙ

Длина прохождения дистанции в академической гребле варьируется от 500 до 2000 метров, заезд более 2 километров считается марафоном. В гребле на байдарках и каноэ – от 200 до 5000 метров. Все что выше – марафонская дистанция.

Ольга Владимировна БУРЛАКОВА,
тренер высшей квалификационной категории
по гребле на байдарках и каноэ:



– Насколько гребля на байдарках и каноэ популярна на данный момент и много ли желающих?

Гребля на байдарках и каноэ в регионе – распространенный вид спорта, но, конечно, нам тяжело тягаться с игровыми видами. Гребля достаточно тяжелый вид спорта, не каждый способен выдержать нагрузки... На данный момент в школе занимаются около 250 юношей и девушек. Мы принимаем будущих чемпионов с 10-11 лет.

– Как происходит отбор, какие требования предъявляются кандидату?

Обязательное условие для начинающего спортсмена – должен уметь плавать, не иметь никаких отклонений по здоровью, при зачислении сдаются вступительные нормативы по общей физической подготовке.

– А в зимнее время года как готовятся спортсмены?

В зависимости от уровня подготовки спортсмена: те, которые имеют разряды кандидата в мастера спорта или 1 спортивный разряд, вывозятся на учебно-тренировочные сборы, т. е. подготовка производится круглогодично, а юные спортсмены, имеющие юношеские, массовые разряды, вторые, третьи готовятся в залах по общей физической подготовке.



ОЛИМПИЙСКИЕ ВИДЫ СПОРТА

Гребные виды спорта являются олимпийскими видами, а постановлением Правительства РФ они включены в список базовых видов спорта для региона.



БЕСПЛАТНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Чтобы начать заниматься, необходимо иметь только желание. Плата за занятия греблей не взимается – это является колоссальным преимуществом.



НАБОР КРУГЛЫЙ ГОД

Прием и зачисление в спортивную школу происходит в начале года (с января по февраль).

*При освобождении вакантных мест возможно дополнительное зачисление юных дарований в течение года.

Арина ХОЖАИНОВА,
мастер спорта по гребле на каноэ:



«Греблю на каноэ я открыла для себя в 11 лет. Это был мой первый опыт занятий спортом. До этого я его всячески избегала. Я буквально влюбилась в этот вид спорта, когда папа привел меня на соревнования, приуроченные к Дню физкультурника. Меня поразила способность людей сохранять равновесие в узкой лодке и при этом быстро грести. Тогда я и захотела ощутить это на себе. Так, с 2011 года началась моя спортивная карьера.

Я искренне рекомендую ребятам попробовать себя в гребле на байдарках и каноэ, так как

это спорт на воде и свежем воздухе, а бонусом станет разнообразие тренировочного процесса и всестороннее развитие. В ходе подготовки гребцы занимаются игровыми видами спорта, бегом, а зимой – плаванием и лыжами».

Проводится набор в группу спортивной подготовки СШОР им. В.В. Тихонова. Тел.: (8512) 24-25-56, сайт: www.rowing-school.ru

Владислав Алексеевич ДАВЫДЕНКО,
Заслуженный тренер России
по академической гребле:



– Почему стоит заниматься гребным спортом?

Академическая гребля – циклический вид спорта, где дистанция в 2000 метров стандартная протяженность. В процессе работы задействованы все группы мышц: ноги, руки, спина, поэтому спортсмен развивается очень гармонично. Также в нашем виде гребли необходимо уметь

чувствовать ход лодки, направления течения и ветра, а главное уметь анализировать весь процесс работы для достижения хороших результатов. А если говорить в общем, то спортсмены по академической гребле умеют плавать, бегать, ходить на лыжах, а также осваивают игровые виды спорта.

– С какого возраста ведется прием спортсменов?

Греблей можно заниматься в любом возрасте. Однако в академическую греблю прием юношей и девушек ведется с 12 лет.

– Рост имеет значение?

Для отделения по академической гребле принимаются юные дарования ростом от 170 см.

Юлия КАЛИНОВСКАЯ,
мастер спорта международного класса
по академической гребле:



«Гребля – прекрасный вид

спорта, свежий воздух, вода.

В нашем регионе есть все условия, чтобы стать профессионалом. Гребля дает возможность стать не только красивым, атлетичным, но и сильным духом человеком, умеющим работать

в коллективе, знающим цену своему труду. Спорт позволил мне

реализовать себя, увидеть мир, познакомиться с потрясающими, уникальными людьми, встретить свою любовь. Конечно, это тяжелый труд и жизнь профессионального спортсмена – это жесткое соблюдение режима, полноценный сон, правильное питание, контроль здоровья, дисциплина, отказ от многих слабостей, что позволяют себе другие. Но победы, признание и успех того стоят. Ставьте главную цель и идите к ней через маленькие победы. Занимайтесь греблей и будьте победителями не только в спорте, но и в жизни!»



М. Фатеева

ПРОВЕДИ **УИКЕНД** С ПОЛЬЗОЙ!



ROSSVIK™



Спортивный клуб «Россвик» единственный в Астрахани загородный клуб в черте города. Вдали от шума центральных улиц, в уютной атмосфере здесь можно не только привести свое тело в полную боевую готовность к лету, но и приятно провести время в кругу своей семьи, компании друзей или коллектива. С наступлением тепла в «Россвике» заработала летняя инфраструктура, а она здесь, к слову, очень разнообразная и каждому найдется занятие по душе.

В «РОССВИК» ВСЕЙ СЕМЬЕЙ

Пока детям преподают мастер-класс по игре в теннис, мама с папой могут поиграть в волейбол. А затем поменяться занятиями. Устали от активных игр? Можно отдохнуть, а заодно вкусно отобедать в летнем кафе-веранде. Здесь вам предложат прохладительные коктейли, смузи, а также разнообразные блюда. Благодаря специальной системе охлаждения, здесь не бывает жарко даже в 40-градусный зной.

ЛЕТОМ ДЕЙСТВУЕТ СПЕЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ: С 12 ДО 16 ЧАСОВ ЧАС АРЕНДЫ КОРТА СТОИТ 300 РУБЛЕЙ ВМЕСТО 500.

Профессиональный инструктор все покажет и расскажет, научит элементарным умениям игры. Инвентарь (мячи и ракетки) также можно взять напрокат.





А ЧТО ЕЩЕ ■

- Две открытые волейбольные площадки прекрасно подойдут для игры в пляжный волейбол. Также рядом оборудованы несколько душевых.
- Многофункциональная зона воркаута
- Летняя детская площадка – большим преимуществом «Россвика» является наличие детского клуба, где родители могут оставить детей под присмотром надежной няни. Летом ребята проводят время на воздухе, больше внимания уделяя подвижным играм
- Организация детских дней рождения на свежем воздухе



🌐 www.rossvik-club.ru
☎ +7 (8512) 266-707 , +7 927-2823686



«ДИНАМО»

Образован в 1978 году

Серебряный призер
Чемпионата СССР – 1989, 1991

Чемпион СССР – 1990

Бронзовый призер Чемпионата РФ –
1992, 1995 и 2000

Серебряный призер Чемпионата
РФ – 1999, 2001, 2002, 2003, 2004,
2005, 2006, 2007, 2008

Обладатель Кубка РФ – 2008

Главный тренер – Александр Горбатов

6 побед в 22 матчах предварительного этапа оставили динамовцев вне
серии игр плей-офф

За весь сезон «Динамо»:

- Количество игроков – 24
- Провел 34 игры Чемпионата России и еще
две в Кубке
- Всего побед – 15 в 36 матчах

- Поражений – 20
- Ничья – 1
- Заброшено – 1050 голов
- Пропущено – 1023 мячей



- Лучший бомбардир – Евгений Кохан, № 3 –
Забросил 175 мячей в 33 матчах
- Лучший вратарь – Андрей Верещагин, № 22 –
Отбил 335 мячей из 1121
- Самый жесткий защитник – Александр Ермаков, №5 –
22 желтые карточки, 39 двухминутных удаления и 2
прямые дисквалификации

**Завершил выступление в Чемпионате
России на 10 месте**



«АСТРАХАНОЧКА»

Основана в 1993 году

Количество игроков: 31

Главный тренер: Георгий Заикин

Является Чемпионом России 2015/16, серебряным призером Кубка России 2016, серебряным призером Суперкубка России 2016, бронзовым призером чемпионата России 2014/15, бронзовым призером Кубка России 2017.

ЗАНЯЛИ 3 МЕСТО

(в предыдущем сезоне – 6),
в 27 играх забили 877 мячей, пропустили 677.

Одержали 21 победу,
сыграли 2 раза
вничью, уступили
4 раза.

Количество
набранных очков
за сезон – 36

Лучший бомбардир сезона:

Дарья Самохина – забила 131 мяч

Лучший вратарь:

Кира Трусова

Итоговый результат: 3 место в
Чемпионате России по гандболу среди
женских команд Суперлиги сезона
2017/2018 гг., 3 место на Кубке России
сезона 2017/2018 гг.

Фото: Дмитрий Марочкин

«Динамо»

Основан в 2012 году.

Является бронзовым призером
Чемпионата России 2014/2015 гг.,
бронзовым призером Кубка России 2015/2016 гг.



Главный тренер:
ДМИТРИЙ СТРАТАН

- **ЗАНЯЛИ 5 МЕСТО** (в предыдущем сезоне – 5), в 33 играх забили 277 мячей, пропустили 318.
- **ОДЕРЖАЛИ 11 ПОБЕД**, сыграли 1 раз вничью, уступили 21 раз
- **ЛУЧШИЙ БОМБАРДИР СЕЗОНА:**
Михаил Краснов – забил 64 мяча
- **ЛУЧШИЙ ВРАТАРЬ:** Кирилл Корнеев
- Количество набранных очков за сезон - 27



Итоговый результат:

5 место в Чемпионате России
по водному поло среди мужских команд
Суперлиги сезона 2017/2018 гг.

«ВОЛГАРЬ»

Основан в 1960 году

Является обладателем
Кубка ФНЛ 2015 года

Дебютировал в Кубке СССР
в 1938 году, в первенстве
СССР в 1946 году

Главный тренер:
Андраник Бабалян

Количество игроков: 28

Заняли 10 место (в предыдущем сезоне – 12), в 38 матчах забили 40 мячей (39), пропустили – 46 (49)

Одержали 12 побед,
сыграли 9 раз вничью,
уступили 17 раз

Первое место в команде по
количеству минут на поле
занял Олег Шалаев – 2306 минут

Лучший вратарь:

По цифрам – Станислав Бучнев в среднем за матч пропустил 1,17 гола.

Объективно – Дмитрий Арапов. Пришел зимой, сыграл 8 матчей, пропустил 12.

Лучшие бомбардиры:

1. вообще – Алексей Сутормин. Забил 9 голов (3 с пенальти).
2. Александр Болонин забил 4 (1 - с пенальти).

Из тех, кто провел полный сезон – Александр Болонин забил 4 (1 с пенальти).

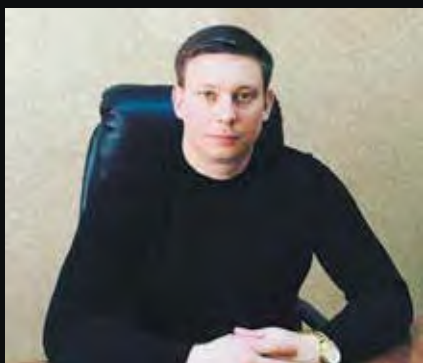
Астраханцы в нынешнем сезоне провели на поле 1605 минут. В тренерском штабе 75% - это бывшие игроки Волгара – Андраник Бабалян, Андрей Коваленко, Наиль Магжанов.

Итоговый результат: 10 место в ФОНБЕТ-ПЕРВЕНСТВЕ РОССИИ ПО ФУТБОЛУ СРЕДИ КОМАНД КЛУБОВ ФУТБОЛЬНОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ЛИГИ СЕЗОНА 2017-2018.

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ –

надежный помощник в развитии спорта Астраханской области

Государственное бюджетное учреждение Астраханской области «Региональный центр спортивной подготовки» было создано в 2017 году для взаимодействия с аккредитованными спортивными федерациями региона и учреждениями, подведомственными министерству физической культуры и спорта области.



АЛЕКСЕЙ КАЛАМАЛОВ –
руководитель регионального центра спортивной подготовки.

История Регионального центра спортивной подготовки неразрывно связана со славной историей астраханского спорта высших достижений и берет начало со «Спортивной школы молодежи», открытой в городе в августе 1949 года. СШМ создавалась с целью подготовки спортсменов высших разрядов и мастеров спорта. За годы существования спортшколы ее тренеры обучили огромное количество спортсменов, которые становились лучшими на турнирах не только в России, СССР, но и в мире.

Сегодня задача подготовки резерва для спортивных сборных страны стоит перед РЦСП. Поэтому центр играет немаловажную роль в развитии спорта в Астраханской области. Одна из функций РЦСП – обеспечение участия спортивных



сборных команд региона в международных, всероссийских и иных спортивных

мероприятиях. Центр спортподготовки избавил спортсменов и их тренеров от необходимости самостоятельно искать финансирование для выездов на турниры. Особенно остро этот вопрос стоял для жителей районов области. Конечно, за счет бюджетных средств командировались спортсмены, которые могут достойно выступить и имеют хорошие шансы на победу.



В 2018 году РЦСП обеспечил командирование на соревнования по видам спорта разного уровня 54 спортсменам





С НАИБОЛЕЕ ПЕРСПЕКТИВНЫМИ СПОРТСМЕНАМИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ СРОЧНЫЙ ТРУДОВОЙ ДОГОВОР. При отборе комиссия учитывает результаты выступлений спортсменов за два последних года и статус самого вида спорта (входит ли в программу Олимпийских игр, является ли базовым для региона). В дальнейшем РЦСП строго контролирует выполнение спортсменами индивидуальных планов.

39 спортсменов, представляющих различные виды спорта, являются сотрудниками РЦСП

7 из них — несовершеннолетние спортсмены

8 спортсменов представляют инвалидный спорт (спорт глухих)

Министерство физической культуры и спорта Астраханской области совместно с сотрудниками РЦСП разрабатывают методический материал по которому в дальнейшем проводятся семинары для спортивных школ и аккредитованных спортивных федераций. В ходе семинаров рассматриваются вопросы, по отбору спортсменов, планированию тренировочного процесса, организации спортивной подготовки детей в летний период.

СПОРТСМЕНЫ – ПРЕДСТАВИТЕЛИ РЦСП В 2018 ГОДУ УЖЕ ПРИНЕСЛИ МЕДАЛИ В КОПИЛКУ РОССИИ И ПОКАЗАЛИ ХОРОШИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ НА НАЦИОНАЛЬНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ.

Мастер спорта международного класса **Александр Одинцов** в составе сборной России завоевал «золото» на чемпионате Европы по прыжкам на батуте в дисциплине двойной минитрамп.

Мастер спорта международного класса **Сергей Ельцов** стал абсолютным победителем этапа Кубка мира по спортивной гимнастике.

Победитель Первенства мира, игрок сборной России по водному поло **Дарья Герзанич** стала бронзовым призером Кубка России.

Победителем международных соревнований по

тхэквондо стал мастер спорта международного класса **Ерлан Иргалиев**.

Чемпионкой России стала заслуженный мастер спорта, семикратная чемпионка сурдлимпийских игр, рекордсменка мира, пловчиха **Виктория Терентьева** (спорт глухих).

Ксения Тихонова завоевала «серебро» в Чемпионате России по плаванию (спорт глухих).

Мастер спорта по кикбоксингу **Зинаида Кочемасова** стала бронзовым призером чемпионата России.

А. Колямина

**РЦСП
В ЦИФРАХ
В ПЕРИОД
2017-2018**

**ЗОЛОТЫХ
МЕДАЛЕЙ 48**

**СЕРЕБРЯНЫХ
МЕДАЛЕЙ 29**

**БРОНЗОВЫХ
МЕДАЛЕЙ 37**

**Мастеров спорта
международного
класса 4**

**Заслуженных
мастеров спорта
России 3**

**Мастеров
спорта России 15**

Чемпионов мира 5

**Чемпионов
Европы 3**



**29 АПРЕЛЯ
В СЗК «ЗВЕЗДНЫЙ»
СОСТОЯЛСЯ КУБОК ЧАСТ-
НОЙ ОХРАННОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ «РУСИЧ-Б»
ПО ВОДНОМУ ПОЛО.
В ТУРНИРЕ ПОБЕДУ ОДЕР-
ЖАЛА КОМАНДА «КОМЕ-
ТА», 2 МЕСТО ВЗЯЛА
КОМАНДА «АДРЕНА-
ЛИН», 3 МЕСТО ДОСТА-
ЛОСЬ КОМАНДЕ «ТАЙ-
ФУН».**

Д ЕТИ – ЭТО НАШЕ БУДУЩЕЕ!

АЛЕКСАНДР БУКРЕЕВ,
руководитель охрannого агентства «Русич-Б»



«Астрахань – каспийская столица России и, естественно, что поддержка и развитие именно водного спорта очень важны и приоритетны для региона. Дети – это наше будущее, и им, на мой взгляд, необходимо помогать делать это будущее здоровым, смелым и сильным! Учитывая свой личный спортивный опыт и видя потенциал и старания нашей команды, я уверен, что ребята смогут покорить все желаемые вершины спортивных достижений. Я с большим удовольствием и гордостью наблюдаю за тренировками команды, за спортивным азартом детей, за их трудолюбием и силой воли! Именно поэтому, я и моя команда будем стараться и дальше проводить периодически турниры и ежегодные кубки организации! Ведь, как сказал Ювенал, «В здоровом теле – здоровый дух!», а это очень ценно в наше непростое, но очень интересное время!

ГЕОРГИЙ НАУМОВ, 12 лет

«Водным поло я занимаюсь уже 4 года. Сюда меня перевели из «Динамо», потому что я быстрый. Мама рассказала мне о том, какой это хороший вид спорта я в свою очередь с ней согласился и вот с 8 лет занимаюсь. Моя мечта – это попасть в высшую лигу. Я слежу за спортивной карьерой наших спортсменов и стараюсь равняться на Аксионова. Я – центральный нападающий. Мы очень любим соревноваться, мне кажется, что такие мероприятия особенно развивают сплоченность команды и усиливают спортивный дух».



Охрannое агентство «Русич-Б» существует на рынке уже более 5 лет. Располагает обученными сотрудниками, прошедшими строгий отбор и специальную подготовку, которые окажут услуги по охране любого вида имущества, правильно организуют и обеспечат Вам физическую, техническую охрану, сопровождение материальных ценностей. Мы любим наш город! Мы – за безопасный город! Охрана массовых предприятий в Астрахани – еще одно направление деятельности ЧОП «Русич-Б». Эта услуга по ДОГОВОРУ ОХРАНЫ стала популярна в наши дни, когда участились случаи проявления экстремизма, терактов и угрозы безопасности. Наше ОХРАННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ готово ОБЕСПЕЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТЬ при проведении любого мероприятия в городе Астрахани. При охране массовых мероприятий готовы сотрудничать с правоохранительными органами.



РЕГИОНАЛЬНЫЕ НОВОСТИ

1. ЮНЫЕ АСТРАХАНЦЫ ПРОБИВАЮТ ВОРОТА ИНОСТРАННЫХ ФУТБОЛИСТОВ

В конце мая на Центральном стадионе состоялся большой полуфинал спортивно-развлекательной акции «Забей не нашим», в котором приняли участие лучшие из лучших, прошедшие предварительные этапы. Акция стартовала в нашем регионе с 11 мая, и охватила более 2000 жителей нашей области. В полуфинале приняли участие порядка 600 детей, из которых шестеро смогли выйти в финал. Организаторами мероприятия является министерство физической культуры и спорта Астраханской области и ООО «Лукойл-Нижневожскнефть», партнерами – футбольный клуб «Волгарь», информационные партнеры – первый спортивный журнал «Физрук». В полуфинале участников в воротах встречали 6 известных и титулованных вратарей – Джанлуиджи Буффон, Мануэль Нойер, Джо Харт, Джек Батленд, Марк-Андре тер Штеген, Давид де Хеа. Участникам необходимо было забить два гола из двух в ворота лучших вратарей современности. В роли известных футболистов выступали игроки ФК «Волгарь» и ФК «Астрахань». Те ребята, которые смогли забить 2 из 2 проходили на трибуны и ждали следующего этапа. Порядка 30 детей из 600 испытали удачу, забив голы и получив билет в следующий этап, где необходимо было пробить как можно больше мячей из 5 возможных попыток. Среди участников в полуфинале были также дети из муниципальных образований Астраханской области, которые показали хороший уровень игры, а двое детей из Володарского района смогли пройти в финал акции. Финал акции состоится 14 июня, в день, когда стартует Чемпионат мира 2018 по футболу, прошли шестеро юных футболистов, сумевших забить 4 из 5 мячей в ворота лучших вратарей современности.



2. БРОНЗА НАША: ВАТЕРПОЛИСТЫ СШОР ОДЕРЖАЛИ ПОБЕДУ НАД ПИТЕРОМ

В бассейне спорткомплекса «Звездный» в мае проходил финальный этап Первенства России по водному поло среди юношей до 17 лет. В турнире принимали участие представители 8 команд из Москвы, Санкт-Петербурга, Астрахани, Волгоградской и Московской областей и Республики Татарстан.

Юные ватерполисты астраханского «СШОР» в соревнованиях уступили лишь сборной Республики Татарстан, которая заняла первое место, одержав победу в финале над соперниками из Москвы.

Подопечные Игоря Аникина, Екатерины Герзанич и Евгения Ванюшина в упорной борьбе за бронзу Первенства России вырвали победу у соперников из Санкт-Петербурга со счетом 10:9.



.....НОВОСТНОЙ ДАЙДЖЕСТ.....

- **Сергей Ельцов** на Всероссийских соревнованиях «Кубок олимпийского чемпиона А. Дитятина» по спортивной гимнастике завоевал золото в упражнениях на брусьях.
- **Мадина Закарьяева и Кирилл Волюнкин** в командном Чемпионате России по спортивной акробатике завоевали две золотые медали.
- **Фарит Утепбергенов** в Чемпионате ЦС ФСО профсоюзов «Россия» по боксу стал серебряным призером в весовой категории до 52 кг.
- **Яна Коровина** на Первенстве России по шахматам завоевала золото.
- **Вугар Мамедов** на Всероссийских соревнованиях по самбо завоевал золото в весовой категории до 50 кг.
- **Арина Хожанинова** на Первенстве России по гребле на байдарках и каноэ завоевала две серебряные и одну бронзовую медали.

ПРОСТО ИНТЕРЕСНО!



В Лиге Чемпионов Дзюба оказался первым россиянином, который забил в пяти матчах своего клуба подряд, а за национальную сборную, в которой сменился тренер, не видевший Артема в основном составе, он и вовсе отметился четырьмя мячами в одной игре, по итогам отборочного турнира Евро-2016 став одним из лучших бомбардиров. По этому показателю он опередил стомиллионных Криштиану Роналду и Гарета Бейла, уступив лишь Томасу Мюллеру, Златану Ибрагимовичу и Роберту Левандовски.

Что символизируют пять олимпийских колец?

Они символизируют единство пяти континентов, хотя ни одно из них не является символом какого-то конкретного континента. Цвета колец — синий, красный, желтый, зеленый, черный, — были выбраны, как наиболее часто встречающиеся на флагах государств мира.



В далеком 1932 году стометровый забег покорил спортсменка из Польши — Станислава Валасевич. Тогда она установила мировой рекорд. И только в 1980 году после ее смерти при вскрытии обнаружилось, что Станислава Валасевич была мужчиной. Это выяснилось по гениалиям, хотя хромосомный набор у данного человека был как женский, так и мужской.



СТАНИСЛАВА ВАЛАСЕВИЧ



Александр Медведь, советский спортсмен, выиграл десять чемпионатов мира по вольной борьбе — он признан лучшим борцом вольного стиля в истории спорта.



В истории профессионального футбола самый быстрый гол был забит в чемпионате России во втором дивизионе. 35-летний Михаил Осинев 11 сентября 2011 года, выступая за «МИТОС» из Новочеркасска, забил мяч в ворота «Олимпии» из Геленджика через 2,68 секунды после старта матча.



СПОРТИВНЫЙ ИЮНЬ

08-09.06

Кубок «Столица Каспия» по боксу под
эгидой Городской Думы Астрахани
Центр развития спортивной инфраструктуры

09.06

I Этап Открытого Чемпионата
Астраханской области по Джигитриалу
«Весенний марафон»
Астраханская область, Приволжский район,
с. Три Протока

11-12.06

Областные соревнования по гребному
спорту, посвященные Дню России
Гребная база СШОР им. В.В. Тихонова

12.06

Городская парусная регата,
посвященная дню Независимости
России «Паруса России 2018»
Акватория городского рукава реки Волга

14.06

Финал
спортивно-развлекательной акции
«Забей не нашим» по футболу
Парк Аркадия

17.06

Открытое первенство Астраханской
области по синхронному плаванию
Бассейн СК «Звездный»

20-26.06

Первенство ЮФО по водному поло
Бассейн СК «Звездный»

23.06

Фестиваль Экстрим Сообществ 2018
по автоспорту
Аэродром АСК ДОССААФ

24.06

Открытое первенство Астраханской
области по прыжкам в воду
Бассейн СК «Звездный»

25-29.06

Первенство
Астраханской области по шахматам
Астраханский государственный
театр Оперы и Балета

25.06-01.07

Первенство Астраханской области по
теннису
ФОК «Россвик»

26-29.06

Чемпионат и Первенство Астраханской
области по плаванию, посвященные
памяти ветеранов
Бассейн СК «Звездный»

30-24.06

Всероссийский Олимпийский день бега
Центральный стадион

30.06-01.07

Областные соревнования по гребному
спорту «Регата памяти Г.П.
Нетеребского» и Первенство
Астраханской области
Гребная база СШОР им. В.В. Тихонова

30.06-01.07

Первенство Астраханской области
по гребле на байдарках и каноэ
Набережная Приволжского затона



ДРУЗЬЯ!
СЛЕДИТЕ ЗА НАМИ В ИНСТАГРАМ
@fizruk_journal

Редакция журнала
«Физрук»

По вопросам сотрудничества и рекламы
mob: +7(999)-724-9-678, e-mail: fizruk.zh@yandex.ru

