Первая ласточка пауэрлифтинга.

Пауэрлифтинг – силовой вид спорта, но не олимпийский , упражнения в пауэрлифтинге следующие : приседания со штангой, жим штанги лежа и становая тяга.

4 ноября в Улётовском районе впервые прошел турнир по становой тяге, в котором приняли участие ребята из с. Улёты и п.г.т. Дровяная. Что это за упражнение — становая тяга? Если говорить коротко, то это подъем штанги (или другого отягощения) с пола. На помост выходит спортсмен и начинает подъём штанги с заявленным весом. Подъём осуществляется приблизительно до пояса, спина должна быть прямой, плечи слегка раздвинуты. Далее судья засчитывает попытку, либо нет.

Нужно отдать должное, что кроме молодых участников в данном упражнении принимали участие и их тренера. Ошибочно думать, что такого рода турниры скучные и не зрелищные, наоборот на всем этапе соревнований присутствовала интрига и добрая конкуренция. Вот имена победителей и призёров: в категории 45 кг.- 1 место Михаил Корсаков, 2 место Иван Саранин и 3 место Андрей Саттаров; в категории 52 кг.- 1 место Александр Тимофеев, 2 место Пётр Новиков, 3 место Виталий Насимов; в категории 60 кг.- 1 место Станислав Страмилов, 2 место Дмитрий Иванов, 3 место Александр Казицин; в категории 60+ первое место у Алексея Днепровского, второе у Валерия Моисейчева, третье у Кирилла Савина; в категории 75 кг. – 1 место Денис Баляшкин, 2 место Данил Калиничев; в категории свыше 75 кг.-1 место Вадим Ломовцев, 2 место Алексей Днепровский, 3 место Данил Костин. Среди взрослых в категории 75 кг.- 1 место Артём Иванов, 2 место Алексей Просянников, 3 место Иван Андропов; в самой тяжелой категории свыше 90 кг.- 1 место у Василия Горяшнова, 2 место у Евгения Чипизубова и 3 стал Артём Жилкин.

Пока подводились итоги у всех была возможность попробовать свои силы еще в одном силовом виде спорта – масс-рестлинге (вне зачета). Ребята с удовольствием осваивали новую для себя дисциплину и будем надеется, что она закрепится у нас в районе.

В завершении хотелось бы пожелать всем участникам спортивного роста, тренерам талантливых воспитанников. Надеюсь, что такого рода соревнования станут доброй традицией в Улётовском районе.