

МИР ФИТНЕСА

В настоящее время спортивная аэробика не является новым видом физической культуры, появившимся в наши дни. Термин «аэробика» был еще введен в 1960 году К.Купером. Происхождение его идет от слова «аэробный», то есть идущий с участием кислорода. Именно аэробный характер физических упражнений придает им особую оздоровительную ценность.

В нашем университете уже на протяжении многих лет проводятся учебные занятия по специализации ритмическая гимнастика. Они проводятся такими опытными специалистами, как Голубева Ольга Владимировна, Дундукова Галина Алексеевна, Костюнина Любовь Ивановна. Каждый семестр среди девушек этой специализации проводятся соревнования, по результатам которых определяются лучшие из лучших, а у них, в свою очередь, есть огромный шанс попасть в сборную команду по спортивной аэробике УлГТУ. Но, к сожалению, в настоящее время сборная не принимает участие в областных соревнованиях, тренировки же в основном имеют оздоровительную направленность. Со сборной командой университета по спортивной аэробике работает КМС по художественной гимнастике Маркелова Людмила Александровна.

Основными задачами ритмической гимнастики являются: развитие силы, выносливости, гибкости, координации движений, воспитание искусства движений в



ной походки и добьетесь пластичности движений.

Зиязетдинова Аля, СОд-21

форме танца. Кроме того, высокий эмоциональный фон занятий, благодаря музыкальному сопровождению, позволяет аэробике удерживать высокий рейтинг среди других видов оздоровительной физической культуры. Программа аэробных танцев включает в себя: ритмичный бег, прыжки, наклоны, махи, а также множество танцевальных шагов и движений, что делает занятия разнообразными и интересными. Поэтому в настоящее время эта специализация пользуется особой популярностью в нашем университете, и является самой многочисленной, в ней занимается около 800 человек.

ВНИМАНИЕ!

Любители танцевать, в нашем университете вы сможете реализовать себя на специализации ритмической гимнастики, где не только укрепите свое здоровье, но и позабываетесь о красоте: станете обладательницами королевской осанки, грациоз-



Гиревой спорт

Какой современный молодой человек не мечтает улучшить рельеф бицепса и трицепса?! А потом похвастаться друзьям, что у него этот самый рельеф на порядок лучше, чем у них всех вместе взятых?! А какие молодые люди нравятся современным девушкам? Правильно, мускулистые и накаченные!!! А если у вас проблемы с этим делом, в смысле с мышцами и рельефами? Ну, тогда вам прямая дорога в специализацию тяжелой атлетики, в которую входят армреслинг, пауэрлифтинг и гиревой спорт.

Там из вас сделают настоящих «качков»! Уже к третьему курсу вы будете выполнять 3-ий спортивный разряд по гиревому двоеборью (толчок, рывок). Впечатляет?! А вы как думали, если вас будет тренировать мастер спорта СССР, судья международной категории, какой еще результат можно ожидать!

Конечно, чтобы попасть в специализацию, нужно иметь хотя бы какие-нибудь зачатки мышц, потому что вступительное испытание все-таки есть, как и везде впрочем. Отбор будет состоять из подтягивания (не менее 12 раз), силового упражнения – жим гири 24 кг одной рукой (чем больше, тем лучше), упражнение на пресс

(не менее 15 раз от скамейки). Ничего сложного и сверхъестественного! Зато потом результат занятий превзойдет все ваши ожидания. Не подумайте, что это просто реклама. Специализация тяжелой атлетики накопила богатые традиции. Люди, прошедшие через нее, становились в последствии мастерами спорта: **Безручкин Александр**, **Гилязетдинов Радик** – мастер спорта по тяжелой атлетике, **Кутменев Дмитрий** – мастер спорта по бодибалдингу и тяжелой атлетике, **Гончаров Лев** – Чемпион России, мастер спорта по бодибалдингу. В этой специализации занималась так же удивительная девушка **Сальникова Наталья** – мастер спорта междуна-

ного класса по пауэрлифтингу, чемпионка России среди юниоров, призер чемпионата России среди взрослых. Так что, девушки, не проходите мимо специализации тяжелой атлетики! Опережая ваши мысли, скажу, что эта девушка весит всего 52 кг, а поднять может в сумме 450 килограммов.

И в заключении слова тренера **Кондрашкина Евгения Николаевича**: «Мы с радостью ждем всех, а особенно первокурсников, в нашем спортивном зале для занятий силовыми видами спорта!».

Гаранина Анастасия, СОд-21

О ФУТБОЛЕ...

В УлГТУ вот уже несколько лет студентам предлагаются такие «командные» виды физической культуры, как волейбол, баскетбол, и, конечно же, ФУТБОЛ.

Специализация ФУТБОЛ одна из самых многочисленных: в ней занимаются около 400 человек, учебные занятия по этому виду физической культуры проводятся на всех факультетах и на всех курсах (I-III). Ежегодно проводятся различные состязания среди футболистов: Кубок университета, Чемпионат университета, спартакиада первокурсников, а также первенство специализации, где принимают участие около 24 команд. Ведет занятия по специализации футбол **Зайцев Александр Евгеньевич**.

Информационный вестник «Спорт-Содружество»
Редактор - Царева Ирина,
Дизайн и верстка - Аглиуллова Алсу.
Периодичность - 1 раз в месяц.
УлГТУ, кафедра «Физвоспитание»,
Тел.: 43-02-63, 43-90-54.
Тираж 600 экз., Заказ 1058.
2006 г.

Кроме того, в университете существует сборная футбольная команда, которая представляет университет на крупных соревнованиях. Наша футбольная сборная становилась победителем областной универсиады, была бронзовым при-

зером Всероссийских соревнований среди студентов в Чебоксарах в 1997 году. Тренируют команду мастер спорта международного класса по футболу **Николаев Дмитрий Сергеевич**.

Но не только победы, награды, былые или быть может грядущие, поднимают рейтинг специализации, в футболе есть как минимум три плюса. Первый – это возможность стать более ловким и выносливым, второй – это время, проведенное с пользой для здоровья, третий – это участие в захватывающем действии, а возможно, и лавры победителя. И потом, футбол приучает к дисциплине, воспитывает чувство коллективизма, развивает не только ловкость, но и быстроту реакции, мышцы (прежде всего, ноги).

Но неправильно было бы думать, что футбол – это только игра для ног. Здесь должна работать и голова.

Футбол – для тех, кто умеет думать!

Зиязетдинова Аля, СОд-21



СПОРТ

О спорт, ты - мир!

УлГТУ
Кафедра «ФИЗВОСПИТАНИЕ»

№4 сентябрь 2006

СОДРУЖЕСТВО

Напутствие первокурснику



Ты прикоснулся к небу... Лес. Тишина. Только тихо-тихо поют птицы, да шелестят листья на высоких деревьях. Закрываешь глаза и вдыхаешь ни с чем не сравнимый запах природы, чистый, без примесей. Открываешь глаза, поднимаешь голову, а там - прозрачно-голубое небо, манящее, зовущее в свои объятия. Думаешь: «Подняться бы! Вверх! Улететь! Жаль, только крыльев нет...». Но они есть! Только сейчас еще не время.

И вот старт... Напряжены все мышцы. Мысли где-то далеко, однако собираешь всю волю в кулак и заставляешь себя сосредоточиться. Проверяешь, все ли на месте. На левой руке – компас. Хорошо. К ней прикреплена карточка. Легенду успел переписать! Вроде все обозначения знаю: вот обрыв, сухая канава на 35 КП, яма на 40, всего 12 контрольных пунктов. Нормально! Фамилия. Имя. Стартовая минута. Смотришь дальше. На спине – номер. Знаешь: самый счастливый, потому что твой. Здорово, что есть друзья – одолжили пару булавок. Ага! Руки. Ноги. Голова. Ну, все! Я готов! И ты бежишь... В руках - карта. По компасу моментально определяешь север. Ты в правильном направлении. Пересечение тропинки, выбегаешь на небольшую поляну, и там, в южной ее части, красуется долгожданный контрольный пункт. Компостер или цветной карандаш?! Подбегаешь и молниеносно оставляешь несколько

Дорогой первокурсник!!! Ты поступил в наш университет. Немало трудностей тебе пришлось преодолеть, чтобы достичь своей цели, чтобы доказать себе и другим, что ты лучший! Теперь ты учишься в «УниТехе», где есть все для развития и совершенствования тебя как личности, здесь столько возможностей реализовать свои мечты... Спорт - одна

дырочка на своей карточке. Первый взял! Уже не страшно. И так в течение часа (или даже больше) носишься по лесу в поисках заветного бело-красного товарища, который прячется очень умело. Постоянно работает мозг, контролирует, в правильном ли ты направлении. Бежишь, но чувствуешь, что больше не можешь. Просто больше не можешь бежать! Хочется остановиться и отдохнуть. Но ноги даже и не думают прекращать бег, они уже не подвластны тебе. Летит. Мимо проносятся другие спортсмены, мелькают деревья, тропинки, поляны, а ты знаешь только одно: бежать, несмотря ни на что. Полет. И нет больше ничего, кроме тебя.

Лес. Тишина. Учащенное дыхание. Слышишь, как барабанит сердце. Осталось совсем немного. Последний рывок. 12-ый КП. И вот ты забываешь, что ноют ноги, что сил практически не осталось, что так тяжело тебе еще не было. Переступаешь финишную линию. Время останавливается... Поднимаешь голову... и видишь... небо, то, что перед стартом казалось таким прекрасным, но далеким, а теперь... Ты прибежал... Ты выиграл... ТЫ ПРИКОСНУЛСЯ К НЕБУ...

Все это посвящается **спортивному ориентированию на местности** – одному из самых увлекательных видов спорта. Оно удачно сочетает в себе физические и умственные нагрузки, помогает спортсмену быстро и точно оценивать сложившуюся ситуацию. В результате у ориентировщика вырабатывается наблюдательность, сила воли, выносливость. А общение с природой подарит только положительные эмоции. Если ты, дорогой первокурсник, решишь заняться спортивным ориентированием, ты не пожалеешь. С картой и компасом ты побываешь в Винновской роще, Репищах, в парке 40летия Победы... всего и не перечислять. Тренировать тебя будет **Ключикова Наталья Николаевна**, а если пожелаешь, то можно отправиться на соревнования и в другой город. Все в твоих руках. И напоследок приведу цитату Кузнецовой Марии (ИДРд-22), которая точно подметила, что спортивное ориентирование – «... это возможность перевоспитания в себе упрямого скептика, который нахально шепчет: «Ты не сможешь. Это не для тебя!». Причем для этого совершенно не обязательно с тоской нарезать круги по стадиону. Вдыхая ароматы леса, как-то не особо задумываешься, «сколько же еще осталось?!?» Умение сделать над собой усилие (а кто рождался чемпионом?), пара ног и карта – вот и все, чтобы, оглянувшись назад и сравнив «до» и «после», сказать: «Я молодец!».

Хорева Дарья, СОд-22

И вот СТАРТ...

День сильных, здоровых, спортивных

В нашей стране много людей занимается спортом и не меньше тех, которые выбирают его как свою профессию. Недавно прошел их профессиональный праздник «День физкультурника». Но мало кто знает, откуда он берет начало, как его отмечают, какие существуют традиции. Мы решили обо всем этом узнать у преподавателя физкультуры УлГТУ **Ахмедова Вадима Рустамовича**.

- 12 августа прошел день физкультурника. А расскажите, пожалуйста, откуда берет корни этот праздник, как давно он отмечается?

- 49 лет назад в Москве прошел первый «День работника физкультуры и спорта». Этот праздник задумывался как массовое мероприятие, которое бы привлекало людей разных полов и возрастов.

- А как именно отмечается «День физкультурника», может быть, есть какие-то обычаи, традиции?

- Обычно устраивается шоу, в котором принимают участие спортсмены из различных видов спорта.

- А как этот праздник отмечают у нас в вузе?

- В этом году у нас прошли соревнования по футболу. В них приняли участие 3 команды: УВАУГА, «Юность» (студенты УлГТУ) и спортклуб «Викинг». Лучше всех подготовилась и победила команда УВАУГА. II место заняла



сборная студентов «Юность», а III – «Викинг». Так же проходили соревнования по баскетболу и настольному теннису для любителей, а профессионалы последнего вида спорта соперничали в спортзале. Соревнования проходили по шуточной схеме: сильные давали фору слабым: I место занял Григорьев Юрий, II – Кирышин Анатолий, а III – досталось Кузнецову Александру.

- Всем известно, что данный праздник проводится только в России. Стоит ли его выводить на международный уровень?

- В этот день в разные уголки нашей страны приезжают праздновать вместе с россиянами и наши коллеги из зарубежья. Но я считаю, что это только российский праздник.

- А почему именно российский?

- Потому что так широко и красиво могут отмечать только в нашей стране! (улыбается)

- А как вы относитесь к этому празднику?

- Так как это мой профессиональный праздник, то отношусь я к нему только с теплыми чувствами и отдаю дань уважения своим учителям и тренерам.

P.S. Надеемся, что число людей, любящих спорт и выбирающих его как свою будущую профессию, будет постоянно увеличиваться.

Лебедева Юлия, СОд-22.

IV научная конференция – с гуманитарным уклоном

Спорт – это наука. Только на первый взгляд кажется, что пробежать стометровку – ничего не стоит, что забить в кольцо баскетболисту – проще простого. А ведь многое зависит не только от самого спортсмена, но и от выбранной им техники. А кто поможет ему достичь результатов, как не тренер? И вот преподаватели «Физвоспитания» раз-



рабатывают методические пособия, ищут научные труды, участвуют в конференциях, и все для того, чтобы спортсмен стал чемпионом.

24-25 июня 2006 г. на базе спортивно-оздоровительного лагеря «Садовка» прошла одна из таких конференций, идея создания которой зародилась в стенах УлГТУ.

продолжился обмен мнениями по обсуждаемой теме и в конце – подведение итогов.

После проведения конференции мы решили побеседовать с **В.Н. Буяновым**, который рассказал нам об интересных особенностях: «Новизна проводимого такого рода мероприятия заключается в том, что, во-первых, оно проводится в летний период за пределами города, в неформальной обстановке, во-вторых, были привлечены кафедры гуманитарных направлений». Действительно, всех очень заинтересовали доклады **Вязмитинова М.Н., Волкова М.П., Петухова В.В., Петуховой Т.В., Перчуна А.А.**

Владимир Николаевич также высказал желание расширить круг участвующих лиц, например, пригласить математиков, которые могут с легкостью рассчитать траекторию полета мяча, что позволит спортсменам улучшить свои результаты. Таким образом, получится некий симбиоз спорта и других специальностей. А это способствует развитию как спортивного комплекса, так и гуманитарных наук. Ведь физическая культура будет рассмотрена с разных сторон, а другие специальности найдут в этом огромный интерес, что и продемонстрировала проведенная конференция.

ненную позицию. Те, кто занимается физической культурой, стремятся к здоровому образу жизни и к гармоничному сочетанию культуры тела и мысли.

После пленарного заседания участники разошлись на секционные заседания (устные и стендовые сообщения) по направлениям:

- Студенческий спорт и современные технологии спортивной тренировки;
- Массовое физкультурно-оздоровительное движение и эффективные формы организации досуга студентов;
- Спорт и личность;
- Физическая культура и спорт как средство воспитания морально-волевых качеств будущих руководителей;
- Физическая культура и спорт в истории и культуре России;
- Формирование культуры здоровья студентов, в том числе психофизического.

На второй день, 25 июня, в рамках конференции состоялся круглый стол, на котором

Спортивная палитра УлГТУ

Из года в год условия жизни человека все больше и больше лишают его необходимости двигаться, применять физические усилия. Вот почему занятия физкультурой и спортом стали сейчас жизненной необходимостью для каждого человека. А в нашем университете созданы все необходимые условия для занятия самыми различными видами спорта.

Меткость, точность, ловкость, быстроту движений помогут приобрести занятия в секции **настольного тенниса**. А некоторые спортсмены настолько сумели развить в себе эти качества, что теперь с успехом выступают на престижных соревнованиях Ульяновской области и России. Сборная команда университета – победитель, призер практически всех соревнований Ульяновской области, 6 лет она является участницей чемпионата России среди студентов, а в прошлом году теннисист **Роман Киреев** в составе команды «Дозовец-УлГТУ» на этом чемпионате завоевал золотую медаль клубного чемпионата России в высшей лиге. От него не отстают и другие спортсмены: **Бибич Д., Смильский И., Прокофьева Н., Кашеева О., Григорьев М., Губоров А.** Руководит секцией настольного тенниса заведующий кафедрой «Физвоспитание» **Буянов Владимир Николаевич**.

Настольный теннис – интересный, доступный каждому вид спорта. Не случайно эта игра является самой распространенной спортивной дисциплиной в мире. Постоянными членами международной федерации настольного тенниса (ITTF) являются около 160 стран, представители всех пяти континентов.



Где настоящая игра? Конечно, в «УниТехе»!

Все мы каждое утро чистим зубы, умываемся, причесываемся, завтракаем, то есть ухаживаем за собой, «обслуживаем» себя. А что мы делаем для тренировки своего тела? Ведь поговорка «В здоровом теле – здоровый дух» не устарела и не устареет никогда.

Те из нас, кто не относится к разряду ленивых и понимает, как необходимы регулярные физические нагрузки, стараются ежедневно делать зарядку. Но даже очень упорным людям могут надоесть одинаковые упражнения. Разнообразить занятия спортом помогут различные подвижные игры. Одна из самых распространенных игр во всем мире – это баскетбол.

Баскетбол был «изобретен» еще в 1891 году в США. Чтобы оживить уроки по гимнастике, молодой преподаватель, доктор Джеймс Нейсмит придумал новую игру, в которую и по сей день с удовольствием играют во всех уголках земного шара, в том числе и в нашем университете.

К сожалению, специализация «баскетбол» существует не на всех факультетах, но в баскетбольной секции может заниматься каждый желающий. Тренирует наших спортсменов **Носов В.В.**, под чьим руководством сборная команда УлГТУ стала победителем областной универсиады, а это очень высокий результат. Ведущие спортсмены университета: **Слепухин В., Косенко И., Терентьев С., Егорова Н., Юртаева Е., Кузнецова С.** – помогут начинающим баскетболистам достичь больших успехов в спорте.

Так что, дорогие первокурсники, если вы хотите стать сильными, ловкими, быстрыми, то добро пожаловать в баскетбольную секцию. Кроме того, баскетбол – игра командная, а потому интересная, динамичная, в ней проявляются сила, скорость, грация. Игра в команде помогает развивать не только физические качества, но и моральные: взаимовыручка, ответственность, взаимопонимание пригодятся в любых жизненных ситуациях.

Барабошина Елена, СОд-21.

ВОЛЕЙБОЛ

В далеком 1963 году в нашем институте, который тогда назывался еще УлПИ, появилась кафедра «Физвоспитание», тогда же одной из первых открылась и специализация волейбол. Конечно, в то время она была совсем другой: не было ни современного спортивного зала, ни обширной материально-технической базы, но традиции побеждать в межвузовских соревнованиях была заложена еще 40 лет назад. Еще в 70-х годах мужская сборная УлПИ по волейболу на региональных играх первенства России заняла первое место. Во многом это заслуга бессменного тренера **Вячеслава Николаевича Гласнова**, который начал работать в «УниТехе» еще в 1963 году.

Сейчас специализация волейбол одна из самых популярных и успешных во всем университете. На протяжении 10 лет наши ребята были в числе первых в городских универсиадах, не уступая профессиональным игрокам из Пединститута и УлГУ, где есть факультеты физвоспитания. В прошлом году на этих соревнованиях сборная команда девушек заняла 1 место, а команда юношей 2-ое, уступив в тяжелой борьбе лишь команде УВАУГА. Остается добавить лишь то, что основу сборной по волейболу УлГТУ составляют ребята, выбравшие специализацию волейбол.

Сейчас в голове у первокурсников возник вопрос, и как же нам пробиться в этот успешный коллектив? А попасть очень просто. Конечно, для начала нужно хотя бы примерно представлять что за игра такая волейбол и хоть раз подержать в руках мяч. Но по большому счету, все зависит от величины вашего желания научиться играть в эту зрелищную игру. А тем, кто уже обладают навыками, прямая дорога к тренеру Гласнову, он сделает из вас настоящих профессионалов. Конечно, небольшую проверку на прочность все-таки придется пройти. Продемонстрируете прием, подачу и передачу мяча. Согласитесь, в этом нет ничего сложного!



Наша команда была длиной стадиона – 192,27 м (такова была длина стадиона). В 8 веке атлеты мерились силами в пятиборье, эстафете, передавали друг другу горящий факел. Легкая атлетика была очень популярна в разных странах и является таковой и по сей день.

Вперед, спецмедгруппа!

Позди вступительные экзамены, волнения, тревоги. Сейчас первокурсники привыкают к студенческой жизни, каждый ищет, в чем реализовать свои возможности. Кто-то планирует проявить себя в учебе, науке, творчестве, а кто-то в спорте. Но если здоровье не позволяет заниматься баскетболом, волейболом, спортивным ориентированием, легкой атлетикой, то кафедра «Физвоспитание» приглашает первокурсников в специальную медицинскую группу, где проводятся занятия по программе настольного тенниса и ритмической гимнастике. Занятия ведут преподаватели: **Рыжжина Л. А., Габбазова А. Я., Чекулаева Л. В., Ахмедов В. Р.**

Спецмедгруппа существует уже очень давно и является, к сожалению, одной из самых многочисленных (сейчас насчитывается более 800 человек). В этой группе, как и во всех других, проводятся свои соревнования: первенство специализаций (в котором участвуют все), личное первенство по настольному теннису, спартакиада здоровья (соревнования по настольному теннису, ритмической гимнастике, шахматам, силовое двоеборье). К тому же студенты, занимающиеся в спецмедгруппе, участвуют в судействе на турнирах по футболу, волейболу, легкой атлетике и т. д.

А в чем же отличительные особенности спецмедгруппы? Здесь студенты выполняют упражнения, которые подобраны с учетом их безвредности для людей с различными хроническими заболеваниями; выбрана самая оптимальная нагрузка, которая помогает подготовить людей физически к работе по самым разнообразным профессиям. Не случайно основным видом спорта в этой группе выбран настольный теннис, ведь этот вид спорта помогает развивать внимание, точность и быстроту движений, что очень важно для будущих инженеров, строителей, редакторов.

А что же делать людям, которые освобождены от практических занятий спортом по различным причинам, ведь каждый студент, согласно нормативным документам об образовании, должен получить зачет по физкультуре? Таким студентам предоставля-

ется возможность овладеть теоретическими знаниями и сдать зачет в письменном или устном виде. Специально для этого существует сборник методических указаний «Физическая культура. Теоретический раздел». Также такие студенты получают навыки судейства в соревнованиях по легкой атлетике, баскетболу и помогают преподавателям проводить различные турниры как внутри университета, так и за его пределами.

Таким образом, в нашем университете созданы все условия для того, чтобы любой студент мог прибегнуть к спорту. Но настораживает тот факт, что в последнее время увеличивается количество молодых людей, не только занимающихся в спецмедгруппе, но и полностью освобожденных от практических занятий. Немного статистики: студенты, посещающие спецмедгруппу, составляют около трети от общего количества занимающихся физкультурой; а люди, сдающие теоретический зачет – это 10% от всего потока! Эти цифры заставляют задуматься об отношении молодежи к своему здоровью...

Зато это дает пропуск в мир волейбола. Хочется еще добавить, что волейбол – это командная игра, и атмосфера в коллективе сильно влияет на всю выступление в целом. На тренировках у Вячеслава Николаевича с этим обстоит просто замечательно, ведь на каждой тренировке царит дружественная и теплая атмосфера, и часто все остаются поиграть еще после окончания занятий.

Напутствие тренера: «Ребята, дерзайте! Все приходит к нам новичками, а уходят настоящими волейболистами!»

Мнения студентов, занимающихся на специализации волейбол: «Попробуйте пойти в волейбол. Если стараться, то все получится. Я попал в сборную именно со специализации волейбол» (Нагорнов Игорь, 4 курс).

«Я поиграл в Садовке и понял, что это очень круто! И вам советую! Если выбирать специализацию, то только волейбол!» (Солков Александр, 1 курс).

«Почему я пошел на волейбол? Здесь хороший коллектив, позитивная атмосфера. И, конечно, тренер, который всегда и во всем поможет» (Шибалов Лев, 2 курс).

«На тренировках отдыхаешь от всего. И тренер очень хороший! Просто клево!» (Мамаева Лариса, 2 курс).

Гаранина Анастасия, СОд-21

Легкая атлетика

Наш университет не является исключением. На данный момент насчитывается около 50 спортсменов, разрядников, которые защищают спортивную честь университета на различных соревнованиях. Основными из них являются Областной кросс (уже который год подряд наши спортсмены являются лидерами), Областная эстафета, Спартакиада вузов, а также множество других соревнований. Готовят спортсменов тренеры **Павлова Р.А., Шнейдер М.Г.** и тренеры-преподаватели **Чернышева А.В., Ломаккина И.А. и Дундукова Г.А.** Попасть на специализацию легкой атлетика совсем не сложно. В начале года первокурсники должны выполнить

норматив, девушки должны пробежать 500 и 100 м, юноши – 1000 и 100. Они должны преодолеть дистанцию выше указанного времени. Данный результат не высок, поэтому все желающие попадают к нам на специализацию. И не ошибаются! Наш университет имеет стадион с современным покрытием «мондо». И кому не захочется пробежаться по такой резине!? А если вы проявите упорство, то сможете попасть в сборную нашего университета легкой атлетике и выступать на соревнованиях.

Так что дерзайте, будем рады всем желающим!

Мусина Гузель, СОд-21



Барабошина Елена, СОд-21
Косьяненко Анастасия, ИДРд-22