

МЫ – МОЛОДЫЕ

«Мы – молодые» - информационное приложение газеты «Здравствуйте, люди!».
«Мы – молодые» - газета о молодежи и для молодежи. В Нижегородской области более десяти тысяч молодых инвалидов. Наша цель – сделать информационное приложение верным помощником и ориентиром для молодого поколения! Дерзайте, и у вас все получится!

Месяц назад у меня появилась прекрасная возможность посетить один из красивейших городов России, старинный Суздаль. Поводом для поездки послужил, проходивший там Чемпионат России по пауэрлифтингу (жим штанги лежа) среди спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата. Отказаться от столь увлекательного зрелища я не смогла и с радостью приняла приглашение от выдающихся спортсменов Ольги Киселевой, Ильдара Беддердинова и заслуженного тренера России Сергея Александровича Шеина.

Сила приносит ПОБЕДУ!

И вот мы в пути. Трехчасовая поездка до пункта назначения была приятной и познавательной. Сергей Александрович вместе со своими воспитанниками поделились воспоминаниями о паралимпийских играх, которые прошли в Пекине осенью прошлого года: «Ильдар и Ольга в своих весовых категориях показали пятые результаты, а это достойно всяческой похвалы», - рассказывает С. А. Шеин. - Они сделали всё, что могли и даже чуточку больше, если учесть европейский рекорд, который установил Беддердинов, зафиксировав 165 килограммов. В наши планы это достижение не входило, поэтому я, конечно же, доволен. Все атлеты, опередившие Ильдара в категории до 52 кг, представляли сильную афро-азиатскую школу. Вне конкуренции был китайский штангист, который пожал 178 килограммов. Остальным же конкурентам Беддердинов уступил всего два килограмма. Он был очень близок к медали. Ольга тоже молодец. В Пекине она была на виду. Повторила свой лучший результат - 100 килограммов, хотя борьба в весе до 75 кг была очень острой. Потребовались большое мужество и выдержка, чтобы не дрогнуть перед натиском соперников. Радует, что пауэрлифтинг с каждым годом становится все популярней. Появляются новые спортсмены. Прибыло и в нашей команде. Полгода назад к нам в спортзал пришла Анастасия Макарова, конечно, еще рано говорить о каких-то результатах, было бы желание, все остальное приложится. А желание у нее есть и не малое».

За увлекательной беседой время пролетело незаметно, неожиданно среди бескрайних полей на берегу обмелевшей реки Каменки появился древний город Суздаль.

Такое впечатление, что мы попали в XVIII век. Удивительная гармония древнерусской архитектуры и передаваемый колорит старинного города завораживают...

На такой незначительный по размерам город приходится пять монастырей и один кремль. Когда идешь по Суздалью, то постоянно видишь, по крайней мере, один из них, да еще несколько отдельно стоящих церквей. Так что выражение «город-музей» более чем соответствует действительности. На самом деле, о Суздаль можно рассказывать долго и взахлеб, но лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. Одним словом, будет возможность, обязательно посетите этот город. Впечатлений и эмоций от увиденного хватит надолго.

Мы тем временем, разместились в туркомплексе «Суздаль». Судя по фотографиям, которые обильно украшают стены, это излюбленное место отдыха известных артистов и звезд эстрады. А герои предстоящего мероприятия потихоньку прибывали. Просторный холл не спеша заполнялся людьми. Спортсмены восторженно встречали друг друга, делились последними новостями и обсуждали предстоящий Чемпионат. И не удивительно, ведь большинство из них давние знакомые, можно сказать, друзья. Им было о чем поговорить и что вспомнить...

На следующий день начались приготовления к предстоящему состязанию. И хотя Чемпионат России еще не стартовал, спортсмены с самого утра были серьезны и собраны. По-моему, даже в воздухе чувствовалось напряжение и адреналин. А пока участники Чемпионата проходят необходимые перед стартом процедуры, такие, как осмотр формы и взвешивание, следует сказать пару слов о виде

спорта с красивым названием – пауэрлифтинг.

Отправной точкой развития данного паралимпийского вида спорта считается проведение в 1992 году Паралимпийских Игр в Барселоне. Тогда 25 стран представили свои спортивные делегации на тяжелоатлетические состязания. Их количество более чем удвоилось в 1996 году на Играх в Атланте. Начиная с 1996, количество стран-участников неуклонно росло, на сегодняшний день 109 стран на пяти континентах принимают участие в паралимпийской тяжелоатлетической программе, которая включает участие всех групп инвалидов. Спортсмены состязаются в 10 весовых категориях, как мужских, так и женских. Впервые женщины приняли участие в этих соревнованиях в 2000 году на Паралимпийских Играх в Сиднее. Тогда женщины представляли 48 стран мира.

Забегая вперед, скажу, что год от года увеличивается количество участников и на Чемпионате России. Так, в этом году в соревнованиях приняли участие 102 спортсмена (70 мужчин и 32 женщины) из 32 регионов России, а это на порядок



полнилось три года, она полностью посвятила себя спорту. За двадцать лет спортивной жизни Татьяна попробовала себя в легкой атлетике, плавании, стрельбе из лука, спортивном ориентировании, волейболе, настольном теннисе. Пауэрлифтингом занимается всего два года. «На соревнованиях, - говорит Татьяна, - думала лишь об одном, как бы не расстроить своих тренеров - Дениса Лещева и Дмитрия Бурмистрова, то есть я просто не могла не взять этот вес. Всю жизнь я посвятила спорту и никогда у меня не было настоящего тренера. Мне впервые повезло, это тренеры от Бога».

Тем временем спортивные состязания продолжили мужчины. Лучшим из лучших в весовой категории до 52 кг стал мастер спорта международного класса, гордость Держинска и всей Нижегородской области Ильдар Беддердинов. Его результат - 165 килограмм! Зрители прокомментировали выступление Беддердинова шквалом аплодисментов. Ильдар занимается пауэрлифтингом шесть лет. С 2004 года и по сей день является абсолютным Чемпионом и рекордсменом России. Спортивную жизнь разбавляет студенческой, учаю в университете имени Лобачевского на факультете «Финансы и кредит». Своим выступлением на Чемпионате остался доволен, но расслабляться не собирается, ведь не за горами Кубок России, а за ним и Чемпионат Европы.

Соревнования продолжались весь день и закончились поздним вечером. «Чемпионат прошел в упорной борьбе, которая подарила зрителям 10 рекордов России, - говорит Сергей Шеин. - Выступлением своих воспитанников я вполне доволен. Ну а если в целом о соревнованиях, то откровенно отметить, что в первый же год нового паралимпийского цикла спортсмены готовы покорять новые вершины на пути к Лондону. В 2012 году там пройдут очередные Паралимпийские игры. И если мы хотим добиться большего, чем в Пекине, надо начинать подготовку уже сейчас, ведь время пролетит незаметно».

На Чемпионате России побывала
Стася ПОЛОВИНКИНА
фото автора



больше по сравнению с предыдущими годами.

Наконец-то все формальности позади, и я уже сижу в зале, с нетерпением ожидая первого старта. Чемпионат открыли женщины. Казалось бы, штанга и прекрасная половина человечества - две вещи несовместимые, но на практике все выглядит иначе. Диву даешься, с какой легкостью им поддается, на первый взгляд, неприподъемный вес. Первой отстрелялась Анастасия Макарова: «Это был мой дебют. Я очень волновалась и переживала, даже немножко растерялась, но все-таки смогла собраться и взять себя в руки. Своим выступлением недовольна, пятое место - это не повод для восторга, хотя Сергей Александрович сказал, что я выполнила программу на девяносто процентов. Ну что же, надо было с чего-то начинать, посмотрим, как пойдут дела дальше».

Блестяще закончила свое выступление мастер спорта международного класса Ольга Киселева, она, как всегда, стала первой. Вся ее жизнь связана со спортом. Она пробовала себя и в метание копья, и в толкании ядра, и в метании диска, и даже в плавании, неоднократно становясь чемпионкой и призеркой СССР и России в этих

видах спорта. Девять лет назад всерьез увлеклась пауэрлифтингом, результаты не заставили себя долго ждать. Титулы посыпались на Киселеву, как из рога изобилия. Но награды и звания даются непросто, за ними стоят многолетние изнурительные тренировки. В своем плотном спортивном графике Ольга находит время и на творчество. Поэтесса, бард, автор и исполнитель песен, лауреат фестивалей творчества инвалидов, режиссер и постановщик в самодеятельном театре - все это тоже о ней. «Если я скажу: всё, устала и больше ничего не хочу, значит, я умерла», - подытожила Киселева.

А вообще, здесь что ни человек, то личность - многогранная, разносторонняя. Взять к примеру, спортсменку из Санкт-Петербурга Татьяну Смирнову. На Чемпионате Татьяна поднялась на первую ступень пьедестала почета, установив сразу 2 рекорда России в категории до 82,5 кг. Когда ей был годик, она переболела полиомиелитом, после тяжелой болезни начала ходить только в 6 лет. Закончила специализированную школу-интернат, а затем поступила в медицинское училище. Получив специальность фельдшера-лаборанта, устроилась на работу. В 25 лет родила замечательного сына, а когда Кариму ис-