

**ИСТОРИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА (СИЛОВОГО ТРОЕБОРЬЯ)
В КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ
(с конца 1980-х гг. до наших дней)**

1. Ваши ФИО, дата рождения, звание, вес, место жительства.
2. Предыдущий вид спорта, Ваш стаж в нем и достижения.
3. Что такое пауэрлифтинг?
4. Почему и когда Вы начали заниматься пауэрлифтингом.
5. Ваш стаж в этом виде спорта.
6. Ваши цели в пауэрлифтинге, Ваша мечта.
7. Стимулы для занятий.
8. Расскажите об участии в первых соревнованиях.
9. В скольких соревнованиях Вы приняли участие, что это были за соревнования.
10. Ваши лучшие достижения, рекорды.
11. Ваша методика тренировок.
12. Ваш кумир.
13. Что дал Вам пауэрлифтинг.
14. Ваши материальные и моральные затраты на пауэрлифтинг.
15. Отношение к допингу.
16. Ваши ошибки, курьезы.
17. Что Вам мешает заниматься.
18. Что Вам не нравится в этом виде спорта, в организации и т.п.
19. Что Вы можете посоветовать тем, кто только что начал заниматься пауэрлифтингом.
20. Какие документы, фото Вы можете предоставить для данного исследования
21. Какой еще интересной информацией Вы можете поделиться.

Севастьянов А.А.

- 1) Севастьянов Алексей Александрович, МС, 110 кг, г. Курган.
- 2) Бокс, плавание, футбол – общее время 5 лет.
- 3) Пауэрлифтинг – состязания в трех движениях: жим лежа, присед, тяга становая.
- 4) В 17 лет от безделья
- 5) 7 лет
- 6) Чемпионом мира
- 7) Жажда победы и славы, жажда соперничества.
- 8) Выбыл с соревнований с нулевой оценкой.
- 9) Областные, зональные, Кубок Югры, городские и т.д.
- 10) Сумма 880 кг. МС.
- 11) У меня их десятки
- 12) Арнольд Шварценеггер
- 13) Максимальные для моего социального положения
- 14) Силу духа, тела. Самоуважения.
- 15) Воздержусь от комментариев
- 16) В целом нет
- 17) Ничего.
- 18) Не нравится оборудование на городских и областных соревнованиях (штанги, временные периоды, рамки соревнований).
- 19) Слушать тренера, думать головой, не торопиться
- 20) –
- 21) –