

«Курган и курганцы» - 04.04.2009. (№2815) с. 8.

# Самый сильный человек Кургана

ПОД ТАКИМ НАЗВАНИЕМ ВПЕРВЫЕ В НАШЕМ ГОРОДЕ ПРОШЛИ СОРЕВНОВАНИЯ ПО СИЛОВОМУ ЭКСТРИМУ



Фото Леонида Архипова

## СОБЫТИЕ

Такого Курган еще не видел! Наканунные, рельефные мужчины, словно сошедшие с обложки журнала, перетаскивали огромные колеса, поднимали тяжеленные гантели и канистры.

За «битвами» силачей пришлось наблюдать несколько сотен курганцев. Разочарованными они не остались. Многие говорили: «Не думали, что смотреть соревнования по силовому экстриму вживую настолько интересно». Ведь ранее этот вид спорта им доводилось видеть лишь на телеканале «Спорт». Но их восторги касались лишь непосредственно выступления атлетов. А вот организацию мероприятия все дружно критиковали. Впрочем, не будем забегать вперед.

Главным инициатором и организатором первых в Кургане соревнова-

ний по силовому экстриму выступил Николай Харрис из известного у нас силового спортклуба «Эллада». Всего участвовало 12 силачей, а в программе соревнований было 5 упражнений. В первом из них — «Кантовке колеса» — на скорость нужно было пять раз перевернуть тяжеленное колесо от грузовика. Затем, опять же, как можно быстрее преодолеть заданную дистанцию с двумя 60-килограммовыми железными канистрами в руках. Называлось это упражнение весьма оригинально — «Фермерская прогулка». В третьем упражнении спортсмены-силачи жали одной рукой 43-килограммовую гантелю. То же на время. За одну минуту нужно было поднять ее как можно большее количество раз. Дальше зрители, затаив дыхание, наблюдали, как участники поднимают на головой своеобразную штангу, сделанную из толстой трубы, по бокам которой

были прикреплены 70-килограммовые колеса. А на десерт стали свидетелями того, как «качки» отрывают от земли толстую железную трубу с прикрепленными на ней колесами от трактора общим весом 170 кг. Иной обычный человек не сможет даже разок ее приподнять, не говоря уже о том, чтобы оторвать от земли пару десятков раз, с чем спокойно справились атлеты.

Титул самого сильного человека Кургана 2009 года в итоге завоевал Алексей Севастьянов. Второе место досталось Денису Строганову. Третью ступень пьедестала почета разделили Алексей Лесовой и экс-курганец, а ныне екатеринбуржец Роман Калинин.

А теперь о той самой ложке дегтя, омрачившей этот в целом прекрасный праздник, — его организации. Она, уж извините, была ужасной. Во-первых, ведущий своими речами в струю праздника силового экстрима явно не попал и порой казалось, что он не очень-то и понимает, какова роль ведущего на подобных мероприятиях. Один из зрителей безапелляционно заявил: мал, косит под ведущего и «качки все! Руси» Владимира Турчинского. Вот только Турчинский — личность харизматичная и профессионально «закосить» под него у ведущего не получилось. Оттого и впечатление от его работы осталось неважное.

Зрители, по задумке организаторов, могли не только лицезреть выступления «профи», но и сами поучаствовать в специально приготовленных для них силовых конкурсах. Вот только не учли организаторы, что большинство зрителей не качает мышцы днями напролет в тренажерном зале. И гантеля весом более 40 кг, которую им было предложено поднимать (побеждал тот, кто делает это больше всех раз), для многих добровольцев в конкурсе

оказалась слишком тяжелой. Поучаствовала в этом конкурсе даже девушка — Мария Митрофанова. Впрочем, у нее-то как раз с силовой подготовкой все в порядке. Мария долгое время занималась пауэрлифтингом в «Трудовых резервах» у тренера Петра Фальковского.

Наконец, сами участники жаловались на то, что снаряды в силовых упражнениях были слишком легкими. Потому и поднимали ту же 170-килограммовую штангу кто по 20, а кто и по 30 раз.

По мнению серебряного призера соревнований Дениса Строганова, жим стоя можно увеличить до 100 кг, гантелю до 50 кг, а стантовую тягу, учитывая ее укороченную амплитуду, аж до 250 кг. Тогда лучшие результаты будут в районе 8-10 раз. А когда человек отрывает штангу от земли по 30 раз, поневоле у зрителя создается иллюзия, что она не очень-то и тяжелая.

Правда, при увеличении веса снаряда есть вероятность, что кто-то из атлетов может не справиться с упражнением. Но в этом нет ничего страшного. В конце концов, в тех профессиональных соревнованиях по силовому экстриму, что транслируются на канале «Спорт», такое тоже случается и выглядит вполне естественным.

Организаторы планируют в дальнейшем сделать соревнования по силовому экстриму в Кургане традиционными. И думается, в будущем исправят все организационные недочеты.

Кстати, в ближайшее время в Кургане ожидаются еще два турнира среди силачей. 19 июля на платном пляже Голубых озер пройдут соревнования по армрестлингу. Начало в 12 часов. А 29 июля там же состоится турнир по русскому жиму штанги лежа. Начало в 13 часов.

///АЛЕКСАНДР ТЕТЕРИН.

**Уважаемые курганцы,  
проживающие в центре города,  
поселке Энергетиков и Заозерном!**

**Оформите подписку на газету  
«Курган и курганцы»,  
не выходя из дома!**

