

Богатыри!



6 января в клубе Учебного центра подготовки младших специалистов ОУЦ ВМФ России состоялись соревнования по гиревому спорту, организованные отделом физической культуры Беломорской военно-морской базы.

К участию в состязаниях были приглашены моряки-срочники, офицеры базы, юнармейцы Северодвинска, а также старшеклассники города.

Чсть своих общеобразовательных организаций защищали ученики школы № 13, Морской кадетской школы, Ягринской гимназии и Северодвинской гимназии № 14.

Наше учреждение представили: Карпов Михаил (10 А класс), Репный Влад (10 Б класс), Бурлаков Андрей (11 В класс).

Для выполнения испытания использовалась гиря весом 16 кг. Засчитывалось суммарное количество правильно выполненных рывков гири правой и левой рукой. Участники по команде судьи должны были, оторвав гирю от помоста, непрерывным движением поднять её вверх до полного выпрямления руки и зафиксировать в верхнем положении не менее чем на 0,5 секунды. Рывок гири выполнялся в один приём, сначала одной рукой, затем, без перерыва, другой. Переход к выполнению упражнения другой рукой мог быть сделан только один раз и без касания помоста с допустимым временем на отдых не более 5 секунд.



В возрастной группе 16-18 лет максимальное количество рывков сделали два старшеклассника Ягринской и Северодвинской гимназий (по 60 раз). Однако, судейство оказалось настолько строгим, что был произведён замер веса гимназистов, и... Репный Влад оказался на втором месте, а замкнул призовую тройку Бурлаков Андрей с результатом - 59 рывков. Для сравнения напомним, что нормативное испытание ГТО на золотой значок для этого возраста - 33 раза. Спасибо богатырям гимназии!