

Петербург вновь собирает силачей

Под силу ли поднять штангу женщине? Может ли человек на пенсии поднять вес вдвое больше собственного, имея при этом нарушения опорно-двигательного аппарата? Ответы на эти вопросы получают все, кто придет 9 июня в Культурный центр «Троицкий» (пр. Обуховской Обороны, д.223), где состоится Третий Открытый Петербургский Турнир по пауэрлифтингу (жим лежа) среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА).

Обычные спортсмены-пауэрлифтеры на соревнованиях выполняют три упражнения: приседания со штангой на спине, жим штанги лежа на горизонтальной скамье и тяга штанги из положения стоя.

Спортсмены с ПОДА, среди которых могут быть и ампутанты, и лица с ДЦП или травмой позвоночника, выполняют только жим штанги лежа, однако при этом, в отличие от обычных спортсменов, их задача существенно усложняется. Дело в том, что в классическом пауэрлифтинге спортсмен при жиме опирается ногами в пол, что облегчает подъем штанги. А у паралимпийцев упор запрещен и ноги спортсменов могут быть лишь зафиксированы специальными ремнями. Поэтому подъем веса требует гораздо больших усилий.

Пауэрлифтинг (англ. powerlifting; power – «сила» + lift – «поднимать») или силовое троеборье – силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении веса максимально тяжелого отягощения.



Татьяна Смирнова

Впервые Открытый Петербургский Турнир по пауэрлифтингу (жим лежа) лиц с ПОДА прошел в Петербурге в 2011 году. Сегодня можно смело говорить о том, что его проведение в нашем городе становится доброй традицией. Каждый год соревнования собирают все боль-

шее количество участников и болельщиков.

В этом году на Турнире выступят участники Паралимпийских игр, в том числе петербуржцы и герои предыдущих выпусков нашей газеты – участница Паралимпиады-2012 в Лондоне, обладательница 10-ти рекордов России Татьяна Смирнова и чемпион мира, двукратный участник Паралимпийских игр Владимир Ларионов. И Татьяна и Владимир уже несколько лет назад отметили свой 50-летний юбилей, однако большой спорт оставлять не собираются и готовятся к Паралимпиаде 2016 г. в Бразилии.

В соревнованиях примут участие спортсмены из Санкт-Петербурга, Ленобласти и других регионов России.



Владимир Ларионов

Турнир будет проходить при поддержке Благотворительного Фонда «ТОЧКА ОПОРЫ» (www.fondopora.ru), ООО «ШТАДА Маркетинг» и оператора мобильной связи Tele2, который предоставил призы для победителей турнира.

Приходите поддержать наших героев!

Справочная информация по тел. (812) 9837221 или на сайте www.fondopora.ru