

■ ЗОЖ

Вместо зала - в парк!

Открыта площадка современных кардиотренажеров

И теперь совсем необязательно ходить в зал в установленные часы. Площадка открыта круглосуточно и главное - бесплатно. Автор проекта - Магаданская региональная общественная организация здорового образа жизни «Начни с себя», ее проект «Доступный спорт» в прошлом году выиграл грант президента на развитие идеи - 500 тыс. рублей.

- Такого у нас в городе еще не было, хотя в России много где практикуется установка уличных тренажеров, - рассказал «МП» член организации Денис Клинов. - Пока это только часть большого проекта, у нас в планах - установить подобные площадки во всех микрорайонах города.

У многих ведь нет возможности ходить в спортзал: или средств не хватает, или времени, да и шаговая доступность тоже много значит. Если на следующий год мы не выиграем грант президента, то будем искать спонсоров. Хочу от всей души выразить благо-

дарность мэру Юрию Гришану за активное содействие, предоставление земли и управлению архитектуры и градостроительства области.

5 тренажеров установили на территории за театром кукол - там, где раньше стояли турники. А выбирали авторы идеи специально такие снаряды, на которых можно заниматься вдвоем. Это уличный тренажер для жима от груди, он же вертикальная тяга (можно делать одновременно); степпер - тренажер для опорно-двигательной системы, на нем можно делать и скручивания, как на советских «блинах», и прыгать. Затем «Двойной велосипед», гребной (для спины) и «Твист» (для позвоночника). Эти тренажеры рассчитаны на кардионагрузки, чтобы улучшить общую выносливость человека и укрепить сердечно-сосудистую систему. По мнению Дениса Клинова, осилит их любой, даже неподготовленный человек, который никогда в жизни не занимался спортом.

Анна СЕРГЕЕВА.

Фото из архива организации.



Новую площадку уже опробовали первые спортсмены.

■ В ТЕМУ

Медведи-соседи

...скоро появятся у скульптуры белоплечего орлана, установленной у городского стадиона

Дружное медвежье семейство, мама с медвежатами, причем в натуральную величину. Новый деревянный арт-объект установят в честь двойного юбилея Магадана этим летом.

По задумке автора композиции Владимира Похилиюка фигуры мишек, расположившись по соседству с пернатыми товарищами, дополнят общую картину фауны Магаданской области.

- Идея установки принадлежит мэру г. Магадана Юрию Гришану, - говорит автор. - Сама форма композиции пришла не сразу: после долгих поисков

в моем фотоархиве нашелся снимок. На нем запечатлена медведица, которая, чувствуя опасность, поднялась на задние лапы, а рядом медвежата. После этого началась обычная работа: рисование и лепка макетов, подбор материала и резьба. С материалом возникли сложности - несмотря на то что мы проживаем в регионе, который

изобилует растительностью, подходящую по размерам заготовку найти оказалось сложно. Необходимое бревно мы обнаружили возле переправы через р. Яна. Транспортировать его до мастерской нам помог депутат Михаил Котов.

Сейчас скульптуры находятся в мастерской художника, осталось всего ничего - покрасить, пропитать и обработать специальным составом для невосприимчивости к капризам колымской погоды.

Ольга КОЛОТОВА.

■ ТУРИЗМ

В поход - куда и как?

Об этом - в новой книге Рудольфа Седого «Хочу ходить по земле», посвященной путешествиям по Колыме

Завтра в 17.00 в муниципальном Центре культуры путешественник, мастер спорта по туризму международного класса, писатель и журналист Рудольф Седов представит новый путеводитель.

Как сообщил арт-директор магаданского книжного издательства «Охотник» (оно выпустило путеводитель) Андрей Осипов на странице Facebook, в книге 95 пеших, лыжных, водных, автомобильных, велосипедных маршрутов по окрестностям Магадана, территории Ольского, Хасынского и Тенькинского городских округов.

Книга будет полезна как для бывалых туристов, так и для тех, кто готовится к первому в своей жизни походу. Она вышла по заказу комитета по физической культуре, спорту и туризму мэрии г. Магадана при поддержке

спортивно-оздоровительного комплекса «Снежный» и регионального отделения Русского географического общества.

Это издание - переработанная версия выходивших путеводителей: в 1978 году - «Отличное занятие ходить по земле» и в 1996-м - «По окрестностям Магадана». Оно дополнено современной информацией, проиллюстрировано большим количеством фотографий, оригинальной картой основных достопримечательностей города и схемами маршрутов. Также в книге имеется огромная (60 x 90 см) топографическая

карта масштаба 1 : 200000, подготовленная Дальневосточным аэрогеодезическим предприятием специально для этого проекта.

Антон ЖДАНОВ.



■ НАДО СХОДИТЬ!

Ее открытие стало возможным благодаря гранту, полученному в рамках национального проекта «Культура». Над созданием выставки работала группа сотрудников краеведческого музея во главе с историком Сергеем Ефимовым и главным художником Ярославом Стельмахом.



Метаморфозы

Как менялась столица Колымы, расскажет выставка «Магадан. Время, события, люди», начавшая работу в областном краеведческом музее

На новой выставке посетители музея могут узнать или вспомнить, каким был облик Магадана в давнем или не столь отдаленном прошлом, почувствовать атмосферу ушедших эпох, увидеть знаковые для города вещи, которые стали его символами, например, настоящие шестигранные плиты тротуаров и фигурные чугунные ограды центральных улиц, макеты архитектурных памятников. Выставка показывает, как рос, менялся и развивался наш город. Здесь представлены редкие фотографии, в том числе основателя Магадана Эдуарда Берзина, интересные предметы фалеристики и нумизматики из фондов краеведческого музея, подлинники решений городских органов власти разных времен о строительстве зданий, переименовании площадей и улиц.

Например, ул. Парковая раньше называлась Транзитной, а Соборная площадь сначала площадью Главного управления Дальстроя, а потом пл. Ленина.

Выставку высоко оценил мэр Магадана.

- Мы сейчас широко отмечаем наш юбилей, и в городе очень много приглашенных со всей России. Эта замечательная выставка непременно привлечет их внимание. Гости и жители Магадана обязательно должны здесь побывать, - сказал Юрий Гришан.

Посмотреть новую выставку (6+) и другие экспозиции Магаданского областного краеведческого музея можно с 10 до 18 часов в любой день, кроме понедельника и вторника.

Денис САБЛИН.

Фото Расула МЕСЯГУТОВА.

■ БРАССОМ

Взяли Кубок России

Наши спортсмены стали победителями в финале всероссийских соревнований по плаванию в третьей группе команд

Финал Кубка России прошел в городе Обнинске с 27 по 29 июня. За победу боролись 650 спортсменов из более чем 50 регионов страны.

В числе участников - призеры Олимпийских игр, чемпионы мира, Европы и России. Представили Магаданскую область воспитанники спортивной школы № 3 Иван Кожакин, Данил Салаев, Павел Таруц, Александр Плешаков и Данил Панкеев.

В восьмерке лучших пловцов Иван Кожакин: на каждой из трех дистанций он попал в финал. На 50 м брассом в утренней части он стал третьим, а в финале проиграл призерам всего лишь 0,3 сек. и занял 5-е место. На дистанциях 100 м брассом и 400 м комплекс Иван взял 7-е и 8-е места.

Данил Салаев одолел 1500 м вольным стилем, заняв 8-е место, и 10-е - на 800-метровой дистанции. Павел Таруц на 11-м месте (100 м вольным стилем). К слову, эта номинация была самой конкурентной - за победу боролись около 200 пловцов.

21-е место на дистанции 200 м баттерфляем занял Александр Плешаков. А самый молодой участник команды Данил Панкеев, дебютируя на Кубке России, в свои 14 лет осилил 1500 м вольным стилем и вошел в десятку лучших на этой дистанции.

Помимо личного первенства, на финале Кубка России проходил и командный зачет по группам. Сборная Магаданской области находилась до этого в третьей группе команд. По итогам занятых ребятами мест в личном зачете за каждое место начислялись очки. В итоге наша сборная набрала 284 очка и впервые за всю историю школы стала победителем финала Кубка России в третьей группе команд. Эта победа открыла ребятам дверь во вторую группу на соревнованиях Всероссийской федерации плавания.

Яна МИТИНА.