



20–21 мая Екатеринбург стал центром мирового дзюдо. Наш город впервые принимал турнир «Большой шлем». Для участия в нем в столицу Урала приехали сильнейшие борцы из 36 стран мира, олимпийские чемпионы, чемпионы мира и Европы. Российскую сборную представляли 54 дзюдоиста, на правах хозяев турнира она была самой многочисленной. У нас итоговое второе общекомандное место: 12 медалей, из которых 2 золотые, 5 серебряных и 5 бронзовых!

●●● Сегодня в номере:

Майская прогулка–2017

На 34-ю «Майскую прогулку–2017» вышло больше 9 тысяч человек. Дистанцию в 50 километров выбрали 1 345 человек.



Страница 2

Проверь свою силу и ловкость

Центр тестирования ГТО города Екатеринбурга приглашает проверить свою силу, ловкость и скорость.



Страница 3

Активное лето

Наши читатели не собираются проводить лето у компьютера или телевизора. У каждого – свои большие интересные планы. Мы уверены, они сбудутся!



Страницы 6-7

●●● Новости спортшкол

18 мая

В городе Екатеринбург состоялся межрегиональный этап Международного турнира Локобол-2017-РЖД по футболу среди команд девочек 2006–2008 г.р.

Команда ДЮСШ «Виктория» заняла 1 место и получила право на участие в финальном этапе турнира, который состоится в конце июня этого года в городе Нижний Новгород! Команда-победитель в составе: Тропина Екатерина, Гребенюкова Мария, Даровских Виталина, Шамшурина Варвара, Мальшева Варвара, Паутова Анастасия, Бормотова Доминика, Самойлова Анастасия, Пономарева Полина, Григорьева Алиса, Шубина Мария. Поздравляем команду и их тренера Сафонова Дениса Викторовича!

12–14 мая

В г. Омск состоялось Открытое первенство по художественной гимнастике «Надежды Сибири» имени заслуженного мастера спорта России Ирины Чащиной.

За награды соревнований вели борьбу гимнастки из Иркутска, Екатеринбурга, Нижнего Тагила, Омска, Красноярска, Тюмени, Перми, республик Тыва и Якутия.

В индивидуальной программе достойно выступили гимнастки СДЮСШОР №1. Среди гимнасток 2006 г.р. (программа 1 разряда) ЗОЛОТО завоевала Чернышева Лида! Среди гимнасток 2007 г.р. (программа 2 разряда) СЕРЕБРО завоевала Пантюхина Ульяна!

Обе гимнастки тренируются под руководством тренера-преподавателя высшей категории Кузнецовой Ларисы Анатольевны (хореографы: Мальцева Д.К., Симоненкова И.В., концертмейстер Далаткина И.А.)

13 мая

Снежана Филинкова вновь завоевала первое место на Первенстве Кипра по каратэ.

Третий год подряд воспитанница ДЮСШ «Динамо» по единоборствам Снежана Филинкова завоевывает медали на Открытом Первенстве Кипра по каратэ. В этом году в копилке нашей юной каратистки сразу две медали: золотая в кумитэ и бронзовая в ката. Поздравляем Снежану и ее тренера Е.Н.Разумова с победой!

Испытай себя

21 мая стартовала очередная, 34-ая «Майская прогулка». Это массовое физкультурное мероприятие, проводимое в Екатеринбурге каждое 3-е воскресенье мая. Оно проводится каждый год, начиная с 1984 года. В мероприятии участвуют тысячи людей (в 2008 году на прогулку вышли 7232 человека, в 2010 году – 8750 человек, в 2012 году – более 11 тысяч человек). А в 2017 году в прогулке приняло участие 9480 пешеходов, из них: на 18км пошли 4880 человек, на 27км – 3255 участников, а дистанцию 50км выбрали 1345 героев! На прогулку выходят семьями, пара-



ми, классами и группами. Впрочем, есть и одиночки – приятно прогуляться, отдохнув от коллектива. Малышей катят на колясках или несут на себе. «Когда «прогулка» создавалась, никто и предположить не мог, что эта акция станет такой востребованной. Оказалось, что она необходима всем. И ведь никто никого не принуждает. «Майская прогулка» стала одной из самых любимых среди горожан», – подводит итоги акции один из ее организаторов доцент Физико-технологического института Виктор Гроховский.

Задача участника заключается только в том, чтобы пройти выбранный им маршрут, никакого учёта времени не производится. На старте каждый участник регистрируется, получает карту с маршрутом и расположением контрольных пунктов (КП) и отправляется в путь. Проходя последовательно каждый КП, участник получает отметки на свою карту. На КП «прогульщиков» ждали чай с пряниками. На участках, помеченных восклицательным знаком, стояли по 2–3 волонтера, разъяснявших дальнейший путь.



Финишировать надо до захода солнца (до 21:00), или позвонить организаторам и сообщить о своем сходе с маршрута. На финише карта с отметками предъявляется организаторам и участнику вручается памятный значок.

В нынешнем году эта традиционная акция стартовала от главного корпуса Уральского федерального университета. Первыми вышли на старт свердловчане, решившиеся на самую длинную дистанцию – 50км. Они отправились в путь в 7 часов утра. С 8 часов утра начали своё путешествие

те участники, которые выбрали для себя дистанции 27км и 18км.

Маршруты «Майской прогулки-2017» проложены по северным и восточным окрестностям Екатеринбурга. Участники посетили гору Лиственная, технопарк «Университетский» и один из загородных клубов. Участников ждали оригинальные переправы через речки, одна по бревну, другая по лесенке.

Даже дождик не помешал получить удовольствие от этого мероприятия.

Фотоизображения <http://vk.com>

#Майскаяпрогулка2017



«Большой шлем» в Екатеринбурге

Турнир «Большого шлема» – третий по значимости после Олимпийских игр и чемпионата мира, именно поэтому на него приехало столько именитых спортсменов. Всего в Екатеринбург съехались 310 дзюдоистов из 36 стран мира. Такого количества национальных флагов Дворцу игровых видов спорта не приходилось видеть уже давно. Конечно, оба дня, что проходили соревнования, трибуны были полны, особенно на финальных схватках. Вход для всех желающих поболеть за наших спортсменов и посмотреть красивые схватки был свободным. Символом турнира выбрали ящера Дзюдана. Дзюдан – это десятый дан в дзюдо, самый высокий. Перед турниром живой талисман встречался с юными дзюдоистами Екатеринбурга, обучал приемам борьбы и приглашал их на соревнования.



Поединки «большого шлема» проходили в два дня. В 14 весовых категориях соревновались мужчины и женщины. Свердловскую область представляли Сахалат Гаджиев (до 60 кг), Ольга Титова (до 52 кг) и Наталья Голомидова (до 57 кг). К большому сожалению болельщиков, они не смогли пройти отборочный этап соревнований. При этом Ольга Титова проиграла свою схватку будущей победительнице турнира – чемпионке мира бразильянке Эрике Миранде.

В первый день российские спортсмены завоевали 1 золотую, 3 серебряные и 3 бронзовые медали.

В категории до 66 килограмм Абдула Абдужалилов из Дагестана выиграл в поединке за золото трижды чемпиона Панамерики и неоднократного победителя этапов «Большого шлема» бразильца Чарльза Чибана. Серебряными призерами стали: Сабина Гилязова, проигравшая в финале категории 48кг чемпионке мира, призеру Игр в Рио-2016 японке Ами Кондо; Алеся Кузнецова (до 52 кг), в дополнительном периоде финальной схватки пропустила бросок от вице-чемпионки мира бразильянки Эрики Миранды; Екатерина Валькова (до 63 кг), в финале попавшая на удержание чемпионке Европы из Германии Мартине Трайдос. В борьбе за бронзу Наталья Кузютина (до 52 кг) удержанием победила израильянку Джилли Коэн. У мужчин две бронзовые медали. Здесь отличились: Альберт Огузов (до 60 кг), в малом финале

одержавший красивую победу уже на 14-й секунде над призером чемпионата Европы испанцем Франциско Гарригосом, и Ислам Хаметов (до 66 кг), победивший другого россиянина Якуба Шамилова.



Во второй день все внимание было привлечено к поединкам Олимпийского чемпиона Рио Хасана Халмурзаева (до 81 кг). Хасан легко дошел до финала, при этом самым трудным был первый поединок с японским борцом, длившийся более 9 минут. А вот в финале с венгром Атиллой Унгвари россиянин великолепным подхватом заработал высшую оценку – «иппон» уже на 59-й секунде встречи. Серебро у Алены Прокопенко и Нияза Ильясова. Бронзовые медали у Андрея Волкова и Магомеда Магомедова.



Проверь свою силу и ловкость

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Он предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Фактически комплекс «Готов к труду и обороне» – это ряд спортивных испытаний, который позволяет оценить уровень физической подготовки населения. При этом сложно переоценить положительный эффект от сдачи данного норматива, который во времена СССР превратился в мощное общественное движение. Благодаря ему к спорту приобщались широкие массы людей, популяризировался здоровый образ жизни, особенно среди молодежи. И даже высокую боеспособность, которую продемонстрировали граждане

в годы Великой Отечественной войны, ряд исследователей связывает с тем, что благодаря нормативу ГТО уровень общей физической подготовки населения был на должном уровне.

24 марта 2014 года Президент Российской Федерации Владимир Путин издал указ № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне». В соответствии с документом началось возрождение комплекса ГТО на всей территории страны. Екатеринбург вошел в число пилотных площадок, которые с мая 2014 года по декабрь 2015 года приняли участие в первом, организационно-экспериментальном этапе. Тогда в рамках поэтапного внедрения Комплекса ГТО в уральской столице в 2015 году был осуществлен прием испытаний на базе общеобразовательных учреждений у школьников, а в 2016 году



испытания стали принимать и у студентов. Третий этап внедрения Комплекса ГТО, который стартовал с 2017 года, должен охватить все слои населения в возрасте от 6 до 70 лет и старше.

В декабре 2016 года свои двери распахнул Центр тестирования ГТО города Екатеринбурга, расположив-



ший на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «Кировский» (Высоцкого, 26). На данный момент в учреждении выполнили нормати-

Екатеринбурга может связаться со специалистами и получить необходимую информацию о том, как и когда он может выполнить нормативы. На официальном сайте <http://gto.ekaterinburg.ru> ежемесячно публикуется график приема испытаний для всех граждан.

Чтобы принять участие в выполнении испытаний, необходимо зарегистрироваться на официальном сайте <http://gto.ru>, получить медицинское разрешение и после этого позвонить в Центр тестирования города Екатеринбурга для определения даты выполнения испытаний.

Если ты хочешь проверить свою силу, ловкость, точность, выносливость и скорость, то комплекс ГТО позволит тебе это сделать.

вы комплекса более тысячи человек. В основном это выпускники одиннадцатых классов, и это вполне закономерно, ведь золотой знак ГТО дает от 1 до 10 дополнительных баллов к ЕГЭ при поступлении в высшие учебные заведения.

Центр ГТО работает ежедневно с 9:00 до 18:00. Каждый житель

По вопросам регистрации, подачи документов и выполнению испытаний комплекса ГТО обращайтесь по телефону 347-04-48 Центр ГТО или на электронную почту gto_fok@mail.ru



АКТИВНЫЕ ВЫХОДНЫЕ

Сегодня мы предлагаем вам интересные и доступные маршруты выходного дня. Их семь. Каждую неделю – новое путешествие, и вы сможете уверенно сказать, что теперь-то вы хоть немного знаете родной край. По этим маршрутам можно отправиться в пешие походы, можно на велосипедах. Кое-где придется скомбинировать: часть пути на автомобиле или электричке, часть – пешком. Главное – скучно не будет! Ждём от вас фотографий и рассказов, как прошло ваше путешествие. Авторы самых интересных отчетов получают призы от газеты «Физкульт-привет!»

1. Верх-Исетский пруд

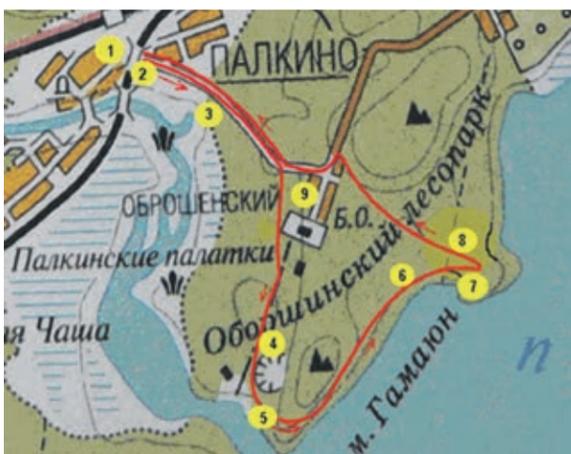


Самый большой водоем в городе – Верх-Исетский пруд. Это искусственное водохранилище. Он создан в 1725 году как резерв для нижней плотины Екатеринбургского железодельного завода. Длина его 12 километров, ширина – от 2 до 2,5 километров. Площадь водного зеркала 16 квадратных километров, средняя глубина – 2,5 метра, наибольшая – 4,5.

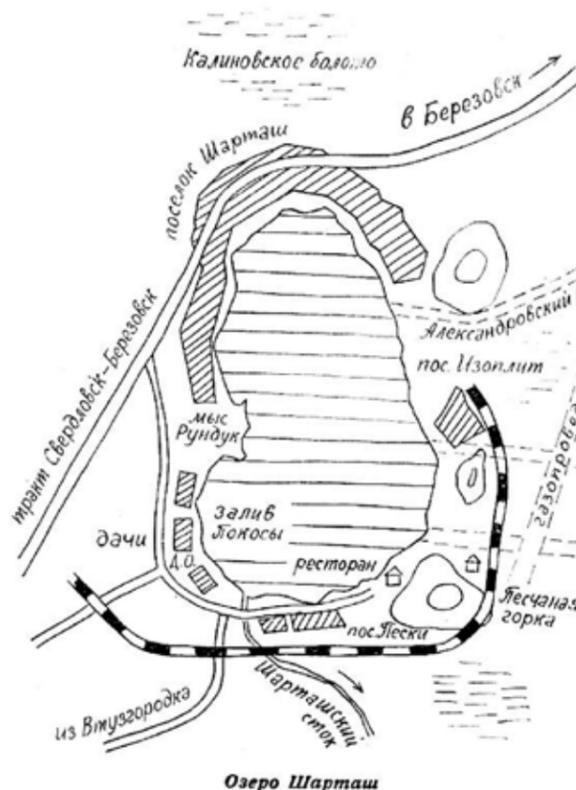
Остров Баран расположен в 2,5 километрах от водной станции – высокий, каменистый, с кустарниками на северном склоне. Против Барана – Большой Конный полуостров с построенной на нем в 1927 году городской электростанцией имени В.В.Куйбышева (сейчас не работает). Высокий, Шабур, Плоский, Каменный, Липовый, Веселко. Можно взять напрокат лодку и осмотреть островки.

Советуем посетить полуостров Гамаюн на западном берегу озера и берега пруда у станции Сортировочная. До него можно добраться пешком или на велосипедах.

На мысе Гамаюн красивые гранитные скалы. На берегу несколько родников с чистой ключевой водой. С мыса Гамаюн открывается отличный вид на весь пруд. Вблизи Гамаюна в лесу находится небольшой поселок Оброшино, а рядом – Оброшинский карьер, где много лет добывали мраморизованный известняк, используемый в качестве флюса. Здесь можно найти образцы серого, белого, полосчатого оброшинского мрамора для коллекции.



2. Озеро Шарташ и Каменные Палатки



Шарташ находится на окраине Екатеринбурга, это ближайший к городу естественный водоем. Озеро невелико, наибольшая длина 4 километра, ширина – 2,5, длина по окружности около 12 километров. Средняя глубина водоема – 2,5–3 метра, наибольшая – 4,5 метра.

Озеро Шарташ образовалось около 1 млн лет назад. В котловине озера находится большое количество отложений сапропеля, который в значительной степени загрязнен тяжелыми металлами, попавшими сюда с водами, откачивавшимися из гранитного карьера.

На берегах сохранились следы присутствия человека, начиная с эпохи позднего неолита.

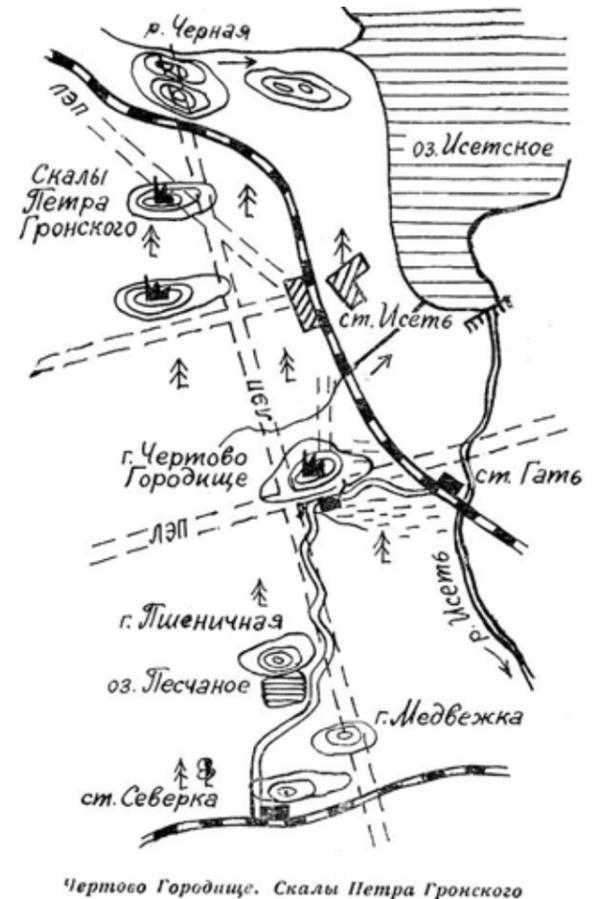
Шарташ лежит в зоне гранитных пород. Особенно интересны выходы гранита на восточном и юго-западном берегах – большие гряды валунов.

А в километре от озера находятся гранитные скалы высотой около 12 метров, Каменные Палатки. Их отличает матрацевидная форма, возникшая в результате действия ветра, воды, температуры. Каменные Палатки являются природным памятником областного значения.

До Великой Октябрьской революции тут проводились нелегальные рабочие собрания, мавки.

О том, что здесь «царство гранита», говорят установленные перед Каменными Палатками две огромные глыбы серого уральского гранита, добытого в Шарташском карьере.

3. Чертово городище



Чертово Городище. Скалы Петра Гронского

25–30 километров от Екатеринбурга, и перед вами оригинальные нагромождения камней, образующие с одной стороны ступени некоей лестницы, с другой стороны – стену, прозваны народом «Чертовым Городищем». Как будто какая-то противоестественная сила выстроила свои сооружения. Происхождение «каменных городов» относится к далекому прошлому Уральских гор. Граниты, которыми сложены скалы, имеют вулканическое происхождение и образовались около 300 млн лет назад. За это солидное время гора подверглась сильному разрушению под действием перепадов температур, воды и ветра. В результате появилось такое причудливое природное образование.

Южная часть Городища интенсивно разрушается. Об этом свидетельствуют каменные россыпи по южному склону горы. Это обусловлено резкими температурными колебаниями на хорошо освещаемом солнцем южном склоне. На самую верхнюю точку скалы помогает подняться установленная там деревянная лестница. С вершины видна широкая панорама окрестных гор, лесов, и озер. Городище имеет матрацевидную структуру, создающую ложное впечатление, что оно сложено из плоских плит.

Чертово городище – самый посещаемый скальный массив (347 м над уровнем моря) в окрестностях Екатеринбурга, одно из любимых мест туристов-горников, отличный тренировочный лагерь для скалолазов и парк для всех, кто хочет подышать свежим сосновым воздухом.

4. Волчиха



Волчихинское водохранилище

В 40км от Екатеринбурга находится гора Волчиха. Название горы появилось с тех времен, когда существовали Демидовские заводы. Через эту гору «волочили» срубленный лес до завода.

Еще по преданию в позапрошлом веке на этой территории обитала большая стая волков, вот и прозвали место волчьим. Через гору Волчиха проходит граница «Европа-Азия» по хребту Уральских гор, которая отмечена обелисками «Европа-Азия». У подножия горы Волчиха течет река Чусовая, которая прорезает Уральские горы и с восточных склонов уходит на западные. С вершины горы видны сразу три города Свердловской области: Ревда, Первоуральск, Екатеринбург. Отправляясь на Волчиху, вы не минуете обелиск «Европа-Азия».



В 30км от Екатеринбурга, возле поселка Северка, находятся Северские скалы. Скалы Южной (или Малой) гряды начинаются сразу же за станцией и переходят в более возвышенную Северную (Большую) гряду. Высота Малых Северских гряд достигает 12–15м, Больших гряд – 20–25м. Среди скал протекает русло реки Решетки. Гигантские каменные глыбы нависают над водой. Скалы на юго-западе похожи на столбы и башни.

Если пойти в обход Северских Палаток к озеру Песчаному, а через два километра повернуть влево по широкой лесной дороге, что проходит по левому берегу речки Северки, то вы доберетесь до Соколиного Камня. Это гранитная пирамида из огромных, хаотично наваленных валунов общей высотой несколько десятков метров. На вершине – отличная обзорная площадка.

6. Тальков камень



В 58км от Екатеринбурга находится одно из красивейших уральских озер с прозрачной водой и сверкающими на солнце скалистыми берегами. Озеро возникло на месте карьера, в котором добывали тальк, откуда и получило своё название – Тальков камень. Работы в то время велись вручную, открытым способом, поэтому к началу XX века здесь образовался глубокий карьер. В ходе работ был задет водоносный слой и на дне карьера стали просачиваться грунтовые воды. После прекращения добычи талька затопленный карьер и его окрестности стали пользоваться среди окрестных жителей дурной славой. Появились легенды о возникающей здесь ниоткуда женщине в белом. Так что до поры до времени сюда осмеливались ходить разве что единицы.

Озеро до 60–70 метров в поперечнике. Глубина озера 20–32 м.

Идти к озеру нужно будет по красивому парку. Вход платный.

А добравшись до места, обязательно совершите «кругосветку» по высоким живописным берегам вокруг озера. На озере проводятся тренировки аквалангистов. Именно они рассказывают, что у восточной стены водоема находится сохранившаяся до сих пор старинная деревянная крепь рудника. На глубине же шести метров начинается завал из упавших стволов и веток деревьев, так что дальнейшее погружение становится весьма опасным и рискованным предприятием.

7. Азов-гора



Азов-гора, Белый и Соколий камни, Глубоченский пруд

В 60км от Екатеринбурга располагается Азов-гора – одно из тех мест, где происходит действие сказов П.П.Бажова, место таинственное и красивое. Рядом гора Весёлая, на которую тоже интересно подняться. Где-то здесь и обитает Хозяйка медной горы. Тут находится Синюшкин колодец... Правда, вскоре бажовские места могут исчезнуть, уже сейчас в Зюзелке начинается добыча камня, лес вырубает. Местные власти не позаботились о том, чтобы сделать здесь парк местного значения. Быстрее можно получить прибыль, выгребая из земли всё, что можно, чем сохраняя естественный ландшафт, места, где можно собирать грибы, ягоды и отдыхать. Так что торопитесь посетить Азов-гору, пока все окрестности не превратились в карьеры. Загляните и в краеведческий музей г. Полевского, чтобы узнать побольше интересно об этих сказочных местах.



При работе над материалом использованы карты с сайтов: <http://gotoural.com/tourist>, http://www.skitalets.ru/books/sverdl_masl_attractions/302

5. Северские скалы



ЮМОР В ПОХОДЕ

Идет группа туристов. Новичок думает:

– Сейчас сдохну.

Разрядник:

– Сейчас дойду до камня и сдохну.

КМС:

– Сейчас дойду до поворота за камнем и там сдохну.

Инструктор идет и думает:

– Если сейчас кто-нибудь из них не сдохнет, то я сдохну...

Сорвался турист в пропасть. Его товарищи подбежали к краю, заглядывают вниз:

– Петров! Ты жив?

– Жи-и-ив!

– Ноги целы?

– Це-е-ель!

– Руки целы?

– Це-е-ель!

– А что ты делаешь?

– Лечу-у-у!

Сидят туристы, варят кашку. Только каша сварилась, выбегает бородатый мужик из леса, все съедает и убегает обратно. Переглянулись туристы – делать нечего, давай опять варить. Только сварили, опять выбежал мужик и все съел. Удивились туристы – делать нечего, давай опять варить, опять выбежал мужик, все сожрал и ломится обратно в лес. «Мужик,

тебя как звать-то?». «А зачем меня звать, я сам приду!»

Два туриста спрашивают у пастуха:

– Дедушка, сколько километров до ближайшей турбазы?

– Три километра с гаком, – отвечает пастух.

– А что такое гак?

– А гак это еще полтора километра, – отвечает пастух.

Спортивные каникулы

Летние каникулы – самое счастливое время для любого школьника. Все, что целый год приходилось откладывать из-за нехватки времени, наконец осуществится! Мы спросили у наших читателей, как они проведут свои каникулы, и вот что услышали...

**Валентин Фомин, 15 лет, суворовец 8 класса
Екатеринбургского суворовского военного училища**



Спорт для меня – это частица моего сердца, ведь я пловец. Я без воды как без воздуха, вода – моя стихия. Я не могу жить без воды. Везде, где бы я ни был, мне нужно искупаться в местном водоёме, реке или в любом другом месте, где есть вода. Я занимаюсь плаванием с 6 лет, и поэтому мне кажется, что я состою из воды не на 80%, как другие, а на все 100! Да, можно сказать, что плавание, да и вообще вода – это моя любовь. А на лето у меня в планах, кроме всего прочего, заниматься спортом. Собираюсь ходить в тренажерный зал, заниматься кроссфитом и, конечно же, буду продолжать плавать, где это возможно.

В будущем хочу стать мастером спорта. На данный момент я дважды завоевал звание чемпиона России по плаванию на открытой воде и трижды становился чемпионом области. Служу России! И спорту!



Данил Прохоров, 8 лет, 1 класс, город Нью-Дели



Я живу в Индии, а на каникулы приехал к бабушке. Каникулы в индийской школе маленькие, в июле уже в школу, поэтому мне многое надо успеть. Я этим летом хочу научиться подтягиваться. У меня получается, но только с поддержкой, а нужно, чтобы сам. Еще буду бегать. Хорошо, что у бабушки стадион прямо рядом с домом. В позапрошлом году я мог уже пробежать 10 кругов без остановки – это 2,5 км. В этом году, думаю, по 3 км буду бегать. Велосипед у меня есть, буду кататься. Люблю футбол! На стадионе играют ребята постарше, но иногда и меня зовут. А с мамой мы играем в бадминтон. И, конечно, в поход пойду обязательно.

Километров на 20–25. Надеюсь, погода будет хорошая, и можно будет покататься. Плавать я в этом году научился в бассейне, теперь надо попробовать в речке.

Егор Мусихин, 10 лет, 4 класс, лицей №135, Екатеринбург



Я занимаюсь плаванием в ДЮСШ «Кристалл» у тренера Александра Федоровича Куликова. Плаваю с 2 лет и очень это люблю! Я был «брассистом», «кролистом», а сейчас – «спинист»: спина получается у меня даже быстрее кроля. У меня первый юношеский разряд. До третьего взрослого не хватает 3 секунд. Ставлю себе цель – получить его на сборах, которые пройдут с 29 мая по 4 июня в городе Новотроицке Оренбургской области. Там большой олимпийский 50-метровый бассейн. Мы будем ежедневно тренироваться – 2 часа на воде, 1 час – сухая тренировка, затем – обед, снова тренировки, вечером свободное время и ровно в 22.00 по строгому режиму – спать.

Спорт занимает у меня все свободное от школы время. Иногда приходится пропускать уроки из-за сборов и тренировок. Но я учусь хорошо – за год выходит только четыре «четверки», остальные – «пятерки». На лето у меня большие планы. Я буду отдыхать у бабушки в Каменск-Уральском и там плавать в озере. А еще мы всей семьей поедem на море. Там папа будет каждый день давать мне спортивные задания, желательно сложные. А я уж постараюсь с ними справиться!

Тимофей Кулешов, 10 лет, 3 класс, школа №36, город Озерск



Я в Екатеринбург приехал на праздник «Читай, Екатеринбург!», поучаствовал в квесте. Я люблю путешествовать. Летом мы всей семьей куда-нибудь ездим. И на море, и по Уралу. В этом году мы поедem в Казань. А в остальное время в планах городской лагерь. До лагеря – 40 минут, буду ездить на велосипеде! Конечно, купаться в озере буду. Я два года назад начал ходить в бассейн, научился там плавать, теперь на озере могу доплыть до буйков. А еще мы с дедушкой на даче обязательно будем что-нибудь мастерить – в школе я хожу в кружок робототехники. И, конечно, читать! Это я тоже люблю. Я недавно был в Березовском, на встрече с поэтом Михаилом Ясновым. Мы с ним даже чай вместе пили, мне понравились его книги.

Ваня Кузнецов, 11 лет, 4 класс, лицей №135, Екатеринбург



Этим летом сбудется одна моя мечта. Шестого июня я улетаю в Испанию, где меня ждет знаменитый парк Порт-Авентура и Феррари-парк! В течение года я занимаюсь плаванием, а летом к тренировкам в бассейне добавляется школа картинга. На ближайших каникулах я, наконец, прокачусь на настоящем спорт-каре!



Илья Колпаков, 7 класс, 13 лет, школа №32, Екатеринбург



Я раньше занимался карате, а в прошлом году -- фехтованием. Но пришлось оставить спортивные секции, потому что к художественной и музыкальной школам добавились математические курсы. Но со спортом я не завязал. В этом году от школы два раза участвовал в спортивных соревнованиях -- в осеннем общешкольном кроссе и в эстафете на 9 мая. На эстафете наша команда заняла 3-е место. На лето у меня тоже есть спортивные планы. Во-первых, хочу к концу лета подтягиваться не 10 раз, как сейчас, а 20-25. И закрепить свой рекорд в беге

(прошлым летом максимальная дистанция, которую я пробежал, -- 10 километров, а в среднем пробежки каждый день делаю по 2-3 километра, это, конечно, маловато). Не думаю, что мне будет легко, но папа, который тоже занимается бегом, не даст сдаться. Да и дедушка, к которому я поеду на каникулы, потренирует, он у меня бывший учитель физкультуры, имеет разряд по легкой атлетике.



Аня Деева, 10 лет, 4 класс, лицей №135, Екатеринбург



Я уже два года занимаюсь синхронным фигурным катанием. Это очень красивый вид спорта! В мае наши тренировки заканчиваются, и все девочки разъезжаются кто куда на каникулы. Я поеду в деревню к бабушке и дедушке. А в июле мы вновь всей командой встретимся на сборах. У нас будут проводиться усиленные тренировки перед новым сезоном -- ежедневные занятия общей физической подготовкой, хореографией. Мы будем оттачивать мастерство скольжения на льду. И конечно же, учить новую программу для будущего старта!



Полина Фетисова, 11 лет, лицей №135, г. Екатеринбург



Я занимаюсь в хореографическом коллективе «МИКС». Весь год у нас много тренировок -- мы танцуем почти каждый день, участвуем (и побеждаем!) в городских и международных конкурсах и даже путешествуем. Побывали с выступлениями в Омске, Казани и в Турции. Со мной в «МИКСе» танцуют еще шесть моих одноклассников. Летом у нас будет танцевальный лагерь и даже специальный семинар по хип-хопу. Я очень его жду!



Паша Захаров, 4 класс, 10 лет, лицей №135



В нашей семье радость -- каждому купили по профессиональному горному велосипеду! Я занимаюсь плаванием с рождения, хорошо плаваю кролем, но велоспорт -- это мое новое увлечение. Мы каждую неделю исследуем новый парк нашего города и соседних городов, дорожки на даче. А вечером после уроков катаемся в парке на Химмаше. Из последних прогулок мне понравилось кататься в парке имени Лесоводов Екатеринбурга и на тропе здоровья в парке города Березовского. В Березовском есть интересные статуи из «Книги джунглей».

Отправляясь в велопогулки, мы берем с собой термосы и вкусняшки и в конце путешествия все вместе пьем чай. В планах на лето -- озера, море, ролики, игры с мячом во дворе с ребятами, теннис на даче. Но прямо сейчас наши прогулки на великах -- это очень круто, такого у нас еще не было! Самые большие мои впечатления: когда мы с папой поднимались на двухкилометровые горы без остановки, а потом спускались. Я себе ставил цель ни разу не наступить на землю и доехать до конца! Иногда у меня получалось, а у папы -- нет. Зато мой папа умеет ездить на одном колесе, а мне это пока не удается.




 Я выбираю спорт

ДЮСШ «АВТОМОБИЛИСТ»



Тел.: (343) 289-91-90

ДЮСШ «КРИСТАЛЛ»

Тел.: (343) 258-90-35,
258-90-93ДЮСШ БОКСА
«МАЛАХИТОВЫЙ ГОНГ»Тел.: (343) 371-30-20,
371-27-78ДЮСШ С ОТДЕЛЕНИЕМ
АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
«РОСТОК»

Тел.: (343) 261-39-75

ДЮСШ «ЮНОСТЬ»

Тел.: (343) 251-21-55,
257-46-83

ДЮСШ «БУРЕВЕСТНИК»



Тел.: (343) 317-93-95

ДЮСШ №8 «ЛОКОМОТИВ»



Тел.: (343) 234-65-45

ДЮСШ ПО БАСКЕТБОЛУ
ИМЕНИ А.Е.КАНДЕЛЯ

Тел.: (343) 366-36-04

ДЮСШ «ФАКЕЛ»



Тел.: (343) 261-83-05

СДЮСШОР ГОРНЫХ
ВИДОВ СПОРТА

Тел.: (343) 212-76-77

ДЮСШ «ВИКТОРИЯ»

Тел.: (343) 375-79-72,
374-95-21, 374-92-37

ДЮСШ «РОДОНИТ»



Тел.: (343) 256-79-17

ДЮСШ ПО КОННОМУ
СПОРТУТел.: (343) 252-74-71,
252-72-80

ДЮСШ №16



Тел.: (343) 331-83-30

СДЮСШОР ПО ГРЕКО-
РИМСКОЙ БОРЬБЕ

Тел.: (343) 367-44-10

ДЮСШ «ДИНАМО»

Тел.: (343) 287-16-03,
287-16-04ДЮСШ «СПОРТИВНО-ТЕХ-
НИЧЕСКИЙ КЛУБ «РАДУГА»Тел.: (343) 261-89-29,
261-89-27ДЮСШ ПО ТЕХНИЧЕ-
СКИМ ВИДАМ СПОРТА

Тел.: (343) 298-27-78

ДЮСШ №3

Тел.: (343) 262-69-85,
262-62-59СДЮСШОР
ПО ФУТБОЛУ «ВИЗ»Тел.: (343) 380-53-34,
380-37-01ДЮСШ «ДИНАМО»
ПО ЕДИНОБОРСТВАМТел.: (343) 388-30-78,
388-30-72ДЮСШ 19
«ДЕТСКИЙ СТАДИОН»

Тел.: (343) 338-37-49

ДЮСШ ПО ТХЭКВОНДО



Тел.: (343) 322-93-73

СДЮСШОР «ЛОКОМОТИВ-
ИЗУМРУД»

Тел.: (343) 333-57-71

СДЮСШОР №1



Тел.: (343) 350-45-45

ДЮСШ «ИНТЕЛЛЕКТ»

Тел.: (343) 371-60-49,
371-97-32ДЮСШ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО
РАЙОНАТел.: (343) 380-80-87,
380-80-86ДЮСШ ПО ФУТБОЛУ
«УРАЛ»

Тел.: (343) 366-36-57

СДЮСШОР «УРАЛОЧКА»
ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Тел.: (343) 380-01-53

СДЮСШОР №18 ПО ХОК-
КЕЮ С МЯЧОМ НА ТРАВЕ

Тел.: (343) 256-47-10



Газета «Физкульт-привет» зарегистрирована в
Управлении Федеральной службы по надзору в
сфере связи, информационных технологий и мас-
совых коммуникаций по Свердловской области 12
апреля 2011 года
Свидетельство ПИ №ТУ66-00658

Учредитель и издатель:
ИП Семенов Михаил Геннадьевич
Адрес редакции и издателя:
620086, Екатеринбург, ул. Белореченская, 7-213
тел.(343)213-47-78, факс (343)235-81-06, 8-91224-81459
e-mail: mir@k96.ru, doroga@ural.ru
Сайт: www.uralucheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г.
Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург»,
г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.
Заказ № 2030
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 20-00, фактически в 20-00 25.05.2017
Выход в свет 26.05.2017.
Распространяется бесплатно.

6+