

II межрегиональный фестиваль и Чемпионат по скандинавской ходьбе «Тюмень-2013»

АВГУСТ 2013 ПРЕСС-РЕЛИЗ

С 9 по 11 августа 2013 года в г.Тюмени впервые прошёл II межрегиональный Фестиваль «Скандинавская ходьба в России - МЛАД – Тюмень-2013» и открытый чемпионат Русского Клуба Скандинавской Ходьбы в России. Фестиваль проводился на базе ГАУ ДООД Тюменской области «Областной детско-юношеский центр «Аванпост» по ул.Широтная, 21б.

Организаторы Фестиваля и Чемпионата СХ:

Некоммерческое партнёрство «Тюменский Центр здорового образа жизни»,

Русский Клуб Скандинавской Ходьбы «НОРДиК-Тюмень»,

Клуб активного долголетия «120»

Департамент по спорту и молодёжной политике г.Тюмени,

Региональное общественное движение «Тюменцы – за здоровый образ жизни!»,

Региональное отделение Союза пенсионеров России по Тюменской области,

Областной детско-юношеский центр «Аванпост»,

Основные цели Фестиваля: 1. Пропаганда здорового образа жизни, активного долголетия, активного досуга, физкультуры и спорта, как важных факторов повышения качества жизни человека и широкое привлечение населения г.Тюмени, Тюменской области и других регионов Российской Федерации, независимо от их возраста, пола, национальности, состояния здоровья к эффективным физкультурно-оздоровительным методикам, здоровому образу жизни и активному долголетию.

2. Популяризация скандинавской ходьбы как способа психофизической реабилитации, фитнеса и спорта, обучение новичков и инструкторов технике СХ и методике проведения занятий среди различных категорий населения, в том числе молодёжи, третьего возраста и инвалидов, обмен опытом по организации физкультурно-оздоровительной деятельности Русского Клуба Скандинавской Ходьбы в России. Распространение новых форм массовых стартов для самостоятельных и общественных организаций, региональных Русских Клубов Скандинавской Ходьбы.

В мероприятиях Фестиваля: Скандинавской ходьбы и МЛАД приняло участие более 300 человек

Российская Федерация была представлена командами и представителями клубов из Санкт-Петербурга, Екатеринбурга, Омска, Томска, Красноярска, Тюменской области.

Тюменскую область представляли, Тюмень, Тобольск, Ялуторовск, Заводоуковск, Ишим.

Тюмень представляли РКСХ «НОРДиК-Тюмень», клуб активного долголетия «120», некоммерческое партнёрство «Тюменский Центр здорового образа жизни», региональное отделение Союза пенсионеров России по Тюменской области, ГУ – Отделение Пенсионного фонда РФ по Тюменской области, областной детско-юношеский центр «Аванпост», департамент по спорту и молодёжной политике города Тюмени, СДЮСШОР №2, ЦРТДиЮ «Контакт», ЦРТДиЮ «Ровесник», ДЮЦ «Гайдаровец», ДЮСШ «Олимпиец», ДЮСШ «Алькор», ЦРТДиЮ «Грант», ДЮСШ «Тура», ДЮСШ «Старт 21 век», ДЮЦ «Пламя», ЦРТДиЮ «Бригантина», ДЮЦ «Авангард», ДЮЦ «Старт».





На протяжении трех дней проводилась насыщенная программа, включающая в себя спортивные, информационные, обучающие, культурно-массовые и экскурсионные мероприятия.

3. Формирование положительного имиджа Русского Клуба Скандинавской Ходьбы «НОРДиК-Тюмень», как регионального Центра по обучению и развитию уникальной по эффективности и доступности скандинавской ходьбы, реализации проектов «Парки Тюмени – парки скандинавской ходьбы», «Тропа здоровья», «МЛАД – Межрегиональный Лагерь Активного Долголетия» и др., привлечение к нему внимания региональных и муниципальных органов власти, бизнеса, общественных организаций, СМИ и населения, как Тюменской области, Ямало-Ненецкого и Ханты-Мансийского АО, так и всего Уральского федерального округа и входящих в него субъектов Федерации.

В открытом чемпионате Русского Клуба Скандинавской Ходьбы в России «Тюмень-2013» приняло участие более 70 спортсменов. Соревнования проводились на лесной трассе протяженностью 2 километра. Желающие участники МЛАД прошли эту дистанцию без учёта времени. Захватывающая спортивная борьба завязалась на 3 дистанциях 4, 6 и 8 километров. В личном зачёте призёрами стали:

- На дистанции 4 километра:

- среди женщин: Глазунова -26мин. 18 сек. Тюмень СДЮСШОР№2, Карпова -27мин.00сек. Санкт-Петербург, Воронцова – 28мин.05сек., Тюмень РКСХ «НОРДиК-Тюмень»,

- среди мужчин: Кокс Кристиан – 26мин.17сек. клуб «Алькор»Тюмень (гражданин Великобритании), Симонов – 26мин.20сек. Тюмень СДЮСШОР№2.



- На дистанции 6 километров:

- среди женщин: Сенько -40мин.40сек., Санкт-Петербург, Глазунова – 42мин.02сек. Тюмень СДЮСШОР№2, Верова – 42мин.04сек. Тюмень РКСХ «НОРДиК-Тюмень»,

- среди мужчин: Патрушев – 42мин.44сек. Тюмень клуб «Алькор», Рыжкин – 43мин.04сек., Екатеринбург.

- На дистанции 8 километров:

- среди женщин: Шустрова- 54мин.58сек.-Санкт-Петербург, Сильченко – 55мин.06сек. Омск, Ворохова – 55мин.24сек.Красноярск.

- среди мужчин: Толстолес Павел – 54мин.56сек. Томск, Шишкин Анатолий – 55мин.18сек.РКСХ «НОРДиК-Тюмень», Лутцев – 55мин.37сек.СДЮСШОР №2 Тюмень.

В командном зачёте места распределились следующим образом:

1 место – Санкт-Петербург Русская Школа Скандинавской Ходьбы- 8 баллов (большее количество 1 мест)

2 место – Тюмень СДЮСШОР №2 – 8 баллов

3 место – Тюмень клуб «Алькор» - 6 баллов

4 место – Тюмень РКСХ «НОРДиК-Тюмень» - 4 балла

5 место – Томск -3 балла

6-7 места поделили Екатеринбург и Омск - по 2 балла

8 место – Красноярск – 1 балл.

1 место достойно заняла наиболее опытная и титулованная команда Русской Школы Скандинавской Ходьбы из Санкт-Петербурга под руководством её директора - Карповой Ирины.

В число призёров вошли многие тюменцы из разных клубов. Это показывает, что популярность скандинавской ходьбы в Тюмени быстро растёт, вместе с лицами старшего возраста с палками ходит и молодёжь, растёт уровень обучения, подготовки и тренированности спортсменов и инструкторов.

Команде РКСХ «НОРДиК-Тюмень», которая вошла на предыдущем чемпионате в Санкт-Петербурге 7-9 июня 2013 года в тройку сильнейших команд России, не пришлось показать свои лучшие результаты. Лидер клуба - Воронцов Борис выполнял обязанности главного судьи чемпионата. Сильнейшая среди женщин - Пахорукова Любовь лидировала на протяжении 4 км, но неожиданно сошла с дистанции по состоянию здоровья. К счастью, всё обошлось благополучно, медицинской помощи не потребовалось, врач - Вера Михайловна проверила пульс и давление.

Победители и призёры награждены ценными призами, ручными часами и электробытовой техникой, которые обеспечили организаторы Фестиваля совместно с тюменским региональным отделением СПР, депутатами Тюменской областной Думы и региональным отделением Единой России.

Специальный оригинальный приз президента НП «Тюменский Центр здорового образа жизни» Воронцова Б.М. за 1 командное место достался команде Санкт-Петербурга, но смогли попробовать его все участники чемпионата. Всеобщий восторг участников вызвал большой торт, на котором были изображены логотипы НП «Центр ЗОЖ Тюмень», РКСХ «НОРДиК-Тюмень», МЛАД.

Спортивные награды – медали, дипломы, кубки победителям и призёрам были вручены на второй день 10 августа во время празднования Дня физкультурника, которому был посвящён городской фитнес-фестиваль, проведённый департаментом по спорту и молодёжной политике Тюмени совместно с фитнес-клубами.



Кроме призёров памятные грамоты получили все участники Фестиваля СХ и МЛАД «Тюмень-2013».

В течение 3-х дней фестиваля проводилось обучение новичков и инструкторов по скандинавской ходьбе и активному долголетию. Интересные семинары и практические занятия проводили квалифицированные специалисты: врачи, физиотерапевты, тренеры, здравологи:

Кмн генеральный директор ЛДЦ «Апимед» Столбов Валерий Михайлович,

Директор Русской школы скандинавской ходьбы, старший тренер Карпова Ирина Брониславовна,

Президент НП «Тюменский Центр здорового образа жизни», основатель Русского Клуба Скандинавской Ходьбы «НОРДиК-Тюмень» Воронцов Борис Михайлович,

Врач-травматолог санатория «Сибирь», основатель клуба скандинавской ходьбы «Сибирь» Сергей Олегович Аверин,

Главный внештатный специалист по физиотерапии МЗ Свердловской области, основатель направления лечебной реабилитации с применением скандинавской ходьбы г.Екатеринбург Рыжкин Владимир Михайлович.

Программа обучающего семинара для участников и инструкторов была совмещена с программой бесплатного информационного семинара (презентацией)

Преимущества скандинавской ходьбы по сравнению с другими видами физической активности

Теория правильной техники ходьбы. Фильм «Первые три шага».

Современные палки для финской ходьбы.

Практические занятия на улице.

Применение скандинавской ходьбы для реабилитации различных заболеваний и восстановления утраченного здоровья.

Медицинский контроль и самоконтроль переносимости дозированной физической нагрузки при ходьбе с палками.

Типичные технические ошибки, способы обнаружения и методы исправления.

Определение темпа и скорости ходьбы с палками.

Методы и формы развития скандинавской ходьбы в санатории, базе отдыха, ФОК, в школе, в социальной и спортивной организации.

Формы сотрудничества с Русским клубом скандинавской ходьбы.

Организация активного отдыха с использованием скандинавской ходьбы

В рамках фитнес-фестиваля РКСХ «НОРДиК-Тюмень» провёл марш здоровья, в котором приняло участие более 200 человек. Атмосфера праздника усилила впечатление от наград, которые вручали руководители департамента по спорту и молодёжной политики города Тюмени и президент РКСХ «НОРДиК-Тюмень» Воронцов Б.М.

По окончании презентации приглашенные гости приобрели методические материалы и палки по специальным клубным ценам. Большой интерес и внимание вызвали встречи, лекции, мастер-классы:

«От здорового образа жизни к активному долголетию» - лекция к.м.н. апитерапевта Столбова Валерия Михайловича.

«Подари себе здоровье» - о роли правильного питания и биологически активных добавок при занятиях физкультурой – лекция директора ЛДЦ «Апимед» Столбовой Светланы Васильевны.

«Закаляйся, если хочешь быть здоров!» - выступление Президента Федерации зимнего плавания г.Тюмени, руководителя клуба «Кристалл» Сидорова Сергея Владимировича.

Лекарственные травы Сибири – лекция кандидата биологических наук народной целительницы Суриной Лидии Несторовны.

Физкультурно-оздоровительный комплекс для тренировки с применением скандинавской ходьбы, дыхательной и суставной гимнастик, восточных практик и психофизической реабилитации - мастер-класс президента НП «Центр ЗОЖ Тюмень», РКСХ «НОРДиК-Тюмень» Воронцова Бориса Михайловича.



Для участников МЛАДа были организованы экскурсионные и культурно-массовые мероприятия. Во время вечерней автобусной экскурсии по Тюмени гости города познакомились с его достопримечательностями, историей и памятниками. Участники фестиваля продемонстрировали свои творческие способности, работы по вышивке, национальные костюмы и пр.

Поездка в дер. Речкина и посещение пасеки, дегустация различных мёдов и мёдовых напитков, чаепитие и сеансы биорезонансной ультратерапии надолго останутся в памяти тех, кто принял в этом участие.

С участниками была проведена и дополнительная экскурсионная поездка в древнюю столицу Сибири – Тобольск, посещение Кремля, Абалакского монастыря. По пути заезжали в село Покровское, известное как родина Григория Распутина.

Все участники фестиваля дали высокую оценку проведённым мероприятиям и выразили глубокую благодарность его организаторам и спонсорам.





Первый Тюменский межрегиональный Фестиваль «Скандинавская ходьба в России - МЛАД - Тюмень-2013» и открытый чемпионат Русского Клуба Скандинавской Ходьбы в России завершился новым гимном здорового образа жизни и тёплыми прощаниями старых и новых друзей. Фестиваль показал, что скандинавская ходьба становится всё более популярней в Тюмени. РКСХ «НОРДиК-Тюмень» является хорошей региональной школой и базой для дальнейшего развития СХ в Тюменской области. НП «Тюменский Центр здорового образа жизни» и региональное отделение Союза пенсионеров России активно включились в общероссийский проект МЛАД.РФ по созданию и проведению межрегиональных лагерей активного долголетия в Тюменской области как оздоровительных лагерей для пенсионеров. Полученный опыт проведённых мероприятий целесообразно применить для дальнейшей деятельности по развитию проекта МЛАД.РФ в Тюменской области.

Прощаемся ненадолго, так как следующий межрегиональный Фестиваль МЛАД состоится уже в октябре этого года в г. Анапа Краснодарского края. До новых встреч!!!

Президент НП «Тюменский Центр ЗОЖ»
Б.М.Воронцов



СПРАВКИ И ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

+7 904 888 30 64, +7 922 004 90 57



ТЮМЕНСКИЙ ЦЕНТР ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Адрес : 625048, г. Тюмень, ул. Холодильная д. 71а

Тел +7 904 888 30 64, +7 922 004 90 57

Веб сайт: www.центрзожтюмень.рф

Эл. почта info@центрзожтюмень.рф