Всем привет, в приложении смотрите протоколы открытия зимнего лыжного соревновательного сезона в городе Краснотурьинске, эти выходные располагают к борьбе за годовой абонемент на Областную газету на двух площадках: в Североуральске и Новой Ляле (в приложении смотрите Положение по Новой Ляле), выходные также располагают к неторопливым, но функциональным прогулкам в сторону реки Каквы. Усилиями энтузиастов нарезана лыжня до примерно 11 км, а далее до Каквинской поляны просто след бурана, по которому можно и в ручном режиме натоптать лыжню. Традиционный спуск к Синим скалам и часть поляны будут использованы для технологической площадки нового водозабора, так что к Синим скалам нужно будет искать новый подход. В формате рубрики «Не могу не поделиться» сообщаю, что с большим удовольствием и своевременной пользой прочитал книжку Джесси Итцлера «Living with a SEAL/Месяц жизни с Морским котиком» (она немножко на английском). Джесси Итцлер – сам спортсмен-любитель - почувствовал, что его засосала рутина, и он попросил действующего морского котика Дэвида Гоггинса (чемпиона мира по суточному подтягиванию) пожить с ним в течение месяца, в течение которого Джесси подписался исполнять все спортивные задания Котика. Книга очень веселая, занимательная, со многими свежими предметными мировоззренческими и мотивационными мыслями (например, правило 40%, которое означает, что когда вы думаете, что вам уже конец и вы достигли своего предела, вы на самом деле достигли лишь 40% своих возможностей). Книга будет весьма полезна тем, кто понимает, что может большего, но не знает как, или не имеет достаточной крепости духа, чтобы это сделать. Вот еще фраза от тов. Морского котика: The tougher the conditions the more I like my odds, по нижеуказанным ссылкам можно почитать чуть больше, всем спасибо - ал

https://geektimes.ru/post/278632/

https://www.amazon.com/Living-SEAL-Training-Toughest-Planet-ebook/dp/B00U6DNZB2