

Всем привет, в приложении смотрите протоколы 1) гонки памяти ЗТР В.Ш.Табризова, г.Красноурьинск, 16.12.23. 2) гонки памяти Г.С.Морозова. скиатлон, г.Серов, 17.12.23, и положение о проведении Новогодней лыжной шоу-гонки, 24.12.23, г. Серов.

Смотрите ниже также реплики, которыми откликнулись пользователи сайта Skifed.ru по случаю внезапного юбилея сайта и с той целью, чтобы следующий годичный круг с непоколебимостью кнопки Delete не стер бы вдруг, быть может, отдельные чувствительные данные прошлого периода с карты памяти большого лыжного дела города Красноурьинска и, безусловно, соседних городов, которые являются полноценными фракталами и зеркальной голографией всего того, что происходило в городе Красноурьинске на протяжении уже многих лет. Сегодня в выпуске со своими репликами выступают Станислав Колупаев, Константин Ловков, Валерий Пенигжанин, Екатерина Бурмистрова. В следующем выпуске, чтобы не перегружать буквами данный текст, будут опубликованы реплики Сергея Путрова и Сергея Аликина. Всем спасибо и до встречи – ал

Станислав Колупаев:

1. Итоги КСГ: За годы проведения КСГ приобрели: четкий стабильный календарь, что позволяет организаторам эффективно готовиться, а участникам планомерно тренироваться. Потеряли длину дистанций, не осталось не то чтобы 50 км, но и 30. Жалко. Ну и, на мой взгляд, тают ряды ветеранов, массовость поддерживается в основном за счет школьного возраста. Хотя статистику я досконально не изучал, может, это субъективно.

2. Юмор: взаимосвязано очень тесно, практически неразрывно. Нельзя без здорового юмора подходить к вопросу о необходимости ежедневного выхода на тренировку.

3. Вопросы бытия: любая форма циклического спорта помогает осмыслять вопросы бытия однозначно, и за счет наличия времени для интенсивной мозговой деятельности, и за счет возбуждения во время занятий спортом внутренних нейронных импульсов для осмысления, уточнения и познания.

4. Питание: десять не наберу, но три точно: углеводы, белки и жиры в разных вариациях для разных сезонов и видов активности.

5. Ошибки: излишнее возбуждение и отсюда перетренированность, мандраж, плохая готовность инвентаря, отсутствие юмора. Больше не знаю.

6. Мотивация: стремление к идеалу, который сотворен в собственной голове.

7. Методика: наличие собственного опыта, способность воспринимать опыт чужой и способность непредвзято всё это переосмыслить и выдать самому себе рекомендации.

8. Урал и характер: напрямую влияет - на Кубани, тем более в Крыму, не может ведь вырасти такой лыжник как на Северном Урале.

9. Самое сложное - это длинная классическая гонка, будь то Серов или Краснотурьинск. А самое веселое это «скиатлон» в Карпинске со сменой стиля передвижения

10. Труженики: их, конечно, много и в т.ч. Лаптев А.

11. Самые яркие впечатления: награждение с просмотром киношедевров и чаем с печеньками

Справка: Станислав Колупаев – энтузиаст и популяризатор лыжного спорта, мастер спорта по лыжным гонкам, выбегал 800м из 2х минут, автор и реализатор идеи возрождения Кубка Северных городов с 2010 года.

Константин Ловков:

13 лет сайту не совсем удачное число! Можно как-нибудь округлить до 14 лет, никто не заметит...

1. Итоги КСГ: Интернет дал возможность изучить методику тренировок советской, зарубежной школы. Пришло понимание, что всю жизнь занимался спортом неправильно! В спорте получаешь вкус жизни за счёт физических возможностей: легче учиться, работать, беречь здоровье, чувствовать себя самодостаточным, иметь большой круг друзей!

2. Юмор: смотришь на товарищей спортсменов КСГ в бане, и пальцем показываешь на их недостатки ... Всё без обид!

3. Вопросы бытия: смотришь на количество участников этапов КСГ, городских, областных стартов, российских - население в России занимается добычей пропитания! Лыжи и велосипед не по карману...

4. Питание: лосятина, нельма (щука, окунь...), капуста, свекла, творог, абрикос, вишня, овсянка, смузи, рябчик, лесные ягоды, морс, вода с деревни Антипка!

5. Ошибки: не принимать участие хотя бы в 10 этапах КСГ!

6. Мотивация :встреча с друзьями по спорту, общение с увлеченными людьми!

7. Методика: быть молодым всю жизнь! Молодость - скорость. В зрелости - баланс! В пенсионном возрасте ощущение скорости на уровне лишь 5 км/час ...

8. Урал и характер: есть особи в КСГ, которые не признают климат Урала - значит не влияет!

9. Самое сложное: Осенний детектив! Всегда вопрос – доеду ли до финиша и всегда загадка -сколько будет соперников?

10. Труженики КСГ – их, конечно, много, можно выделить, например, Лаптева А.Н., который, я подозреваю, совсем не спит от слова вообще...

11. Самые яркие впечатления: вечер награждения в кино у Э.Гахария. Поедание торта!

Справка: Ловков Константин - энтузиаст спортивного движения, мультиспортсмен, исследователь и путешественник по родному краю, выбегал 800м из 2х минут, чемпион России на велотреке 2017г. г. Омск. в категории "Мастерс" 60+. Победитель Всероссийской шоссейной многодневки 2019г. г.Оренбург. неоднократный призер чемпионатов России по велоспорту в категории "Мастерс".

Валерий Пенигжанин:

В этом году получит истинное удовольствие от Осеннего детектива, и от самой гонки, но больше всего от призов, того праздника, который устроил Георгий Балабанов, став спонсором арбузной церемонии. Конечно, купить арбуз может себе позволить каждый, но получить его в качестве приза - это впечатление на весь год. Спасибо!

Екатерина Бурмистрова

Поздравляю с 13-летием сайт КСГ и его создателей. Время летит, за это период было много интересного, нового, сложного. У меня лично вызывает большое уважение администратор сайта, который в наше сложное время не побоялся, взвалил на себя такую сложную, неопределимую и важную для всего лыжного сообщества Северного куста работу на добровольных, общественных началах. Это по истине героический поступок. Совмещать основную рабочую деятельность и еще находить силы и время, если так можно сказать, для любимого с детства хобби, идущего с ним всю его жизнь - лыжные

гонки. Если честно, этот человек мне символически напоминает, героя рассказа М. Горького "Старуха Изергиль", который во имя великой цели не пожалел своего сердца. Так вот и администратор сайта не боится никаких трудностей, а может и боится, и не охота ему все это, но он берет и делает такое непростое, но нужное для развития лыжных гонок в нашем регионе дело. Взвалил на себя все тяготы по организации КСГ и, можно сказать, в одиночку везет это дело. У него наверное, девиз такой по жизни: "Взялся за гуж, не говори, что не дюж". Многие, наверное, знают и понимают, что работать с людьми порой очень сложно. Найдутся такие, кто всегда чем-то недоволен. Но спортивная Семья - это как настоящая семья. Всяко бывает, но в спортивной семье всегда можно найти поддержку, когда что-то одному не под силу или что-то не получается. Что касается сайта ФЛГ Краснотурьинска, то все публикуется информативно и вовремя. Все старты КСГ проводятся строго по расписанию, проводятся хорошо, а порой и просто отлично, благодаря, конечно, слаженной работе всех спорткомитетов, ответственных лиц, прежде всего, тренеров по лыжным гонкам городов Северного округа, где проводятся соревнования. Куда бы мы с ребятами не приехали поучаствовать в соревнованиях, везде встречаем теплый прием. Спасибо всем за гостеприимство, за добросовестное отношение к делу. Ведь лыжные гонки, как и любое любимое дело, приносит радость, и только положительные эмоции и остаются с тобою навсегда. Что еще радует, так это то, что в КСГ участвует и стар, и млад. А это хороший пример для молодежи как вести здоровый образ жизни, оставаться молодым и духовно, и физически на долгие годы. И это здорово. Единственное, что, может быть, огорчает - участников, что возрастных, что молодых, становится как-то меньше. Много причин, нюансов в этой проблеме, но тенденция на данный момент именно такая. Что очень огорчает. Я даже не знаю, как ее решать, но виноваты, по-видимому, в первую очередь, электронные устройства. Дальше то, что лыжные гонки – это всё-таки дорогостоящий вид спорта, а основная масса людей привыкла к цивилизационным благам, к теплу, с наименьшими затратами труда. А лыжный спорт - это и мороз, и холод, и дождь, и зной, и все это не всем под силу преодолеть. А еще, лыжный спорт - это пахота, нагрузки, адский труд. И остаются в нем, только самые, самые. Но "Кто лыжи полюбил, тот значит крут". Так что спасибо Кубку Северных городов за стабильную площадку, за то, что каждый и любой в любом возрасте и с разным уровнем подготовки может реализовать свое стремление к спорту.

Справка: Бурмистрова Екатерина Анатольевна - заслуженный тренер России по лыжным гонкам, член сборной Свердловской области, первый тренер Милениной (Бурмистровой) Анны, 7-кратной параолимпийской чемпионки, и собственных дочерей: Бурмистровой Анастасии (МС) и Турышевой (Бурмистровой) Елены – участницы Олимпийских игр в Ванкувере (2010).