

# Гонка с препятствиями

600 спортсменов от 18 лет, 25 препятствий на трассе в 7,5 км: Гонка ГТО прошла на базе «Лесной» 2 октября. Участниками соревнований стали команды вузов Москвы и Московской области, а также спортивные сообщества. Троицк представляли две сборные базы «Лесной».



Команды стартуют каждые 1,5 минуты

Это уже 29-я Гонка ГТО по счёту, а в Троицке она проходит в третий раз. В забеге две номинации: студенты вузов и колледжей и просто команды единомышленников. «Это могут быть участники спортивного сообщества или одноклассники, – поясняет координатор проекта «Гонка ГТО» и сотрудник АНО «Дирекция спортивных мероприятий в спорте» Евгения Феоктистова. – У нас много выпускников вузов, которые прежде были в студенческой номинации. Есть команды различных организаций».

Участуют 120 команд по пять человек, старт – каждые полторы минуты. Капитану выдают электронный чип. На точках работают инструкторы и волонтеры: объяс-

няют правила и считают чип. Не прошли испытание – получите три штрафные минуты. «Мы готовились месяц, и препятствия (их 25) очень разные, – говорит начальник трассы Алексей Пивоваров. – На руки, ноги, баланс, страх высоты: заборы, рукоходы, равновесие, колокольчики, канаты, рампа, призма, пирамида... А сегодня добавилось 26-е препятствие – дождь. Гонка не самая сложная, но физическая подготовка точно должна быть даже для того, чтобы просто пробежать семь с половиной километров».

Первой на старт вышла команда Всероссийской академии внешней торговли. Из пяти человек два мастера спорта, по плаванию и по ушу. «Мы все с третьего курса, но

с разных факультетов, – сообщают студенты. – Здесь мы второй раз. Институт нам дал автобус, мы ехали час с небольшим. Танцевали на сцене, разминались. В лес не ходили – и деревья, и ежей увидим впервые. Настрой – боевой!»

Препятствия идут вдоль лыжной трассы, некоторые «местные», другие привезены специально для гонки. Сетка высотой в несколько метров – самая первая преграда, чтобы её преодолеть, надо победить страх высоты. А вот следующие локации, деревянные лабиринт и зигзаг, больше для «разогрева». Ничего сложного, максимум можно испачкаться. Команды из Академии МЧС, а их сегодня четыре, серьёзно настроены на победу: и темп бега не снижают, и препятствия проходят крайне сосредоточенно. «Давайте, прыгаем!» «Дышим-дышим-дышим! Побежали!»

Среди деревьев натянута каната. «Я паучелло, это паутина, – встречает очередную команду волонтер. – Паутину проходим, не касаясь. На той стороне жду. Проще всего по низу».

Дальше – испытание «Равновесие». Пройти по мокрому скользкому бревну нелегко. Не всем удаётся с первого раза. «Так, лацаны, главное – медленно!» – «Какие же они скользкие!» – «Всё, пройдено! Побежали!»

Слышен свисток. А потом к нему присоединяется громкий голос волонтера Татьяны. С одинаковым радушием здесь приветствуют каждую команду: «Давай-давай, ребята! Молодцы, хорошо идёте! Догоняем! За призы боремся! Ныряем!» Это препятствие «Туннель», после которого все, кто ещё не успел испачкаться,

навёрстывают упущенное: нырять предлагается в большую брезентовую трубу, расстеленную на мокрой земле.

«Рукоход» нужно преодолеть, не касаясь земли, с помощью перекладины, колец и канатов. А в конце дотронуться до высоко подвешенного колокольчика. «Достанешь!» – «Ещё!» – «Раскачайся!» – «Колокольчик бей!» – «Молодчик, Джеки Чан!» Хохот, подсказки, подбадривания слышны со всех сторон, сзади напевают игроки прибывающих команд.

Но это всё цветочки. Самое сложное испытание ждёт участников почти в самом конце дистанции: огромная рампа, на неё забираются на руках с помощью каната. Дождь размочил фанерные листы, на которые в сухую погоду хоть как-то можно опереться.

Ещё три препятствия – и финиш! Здесь уже можно расслабиться и обменяться впечатлениями. Студенты Университета прокуратуры только вернулись с дистанции. В команде есть спортсмены, ребята-футболисты и девушка с бальных танцев. «Мы отлично провели время, – смеются все вместе. – Просто бомба! Было грязно, мокро и весело. Нам очень понравилось, нереальный драйв, круто!»

Промежуточный результат можно узнать тут же, считав QR-код: таблица меняется в реальном времени. Окончательные итоги стали известны после финала. Так, первые два места в номинации вузов заняли команды МЧС. Троицчане приняли участие в общекомандной номинации (43 команды) и заняли 8 и 31 места.

Наталья МАЙ,  
фото Кирилла ШАШКОВА

## НОВОСТИ

### ■ Робот-победитель

Робот для диагностики и ремонта нефтепроводов стартапа Tubot из «ТехноСпарка» победил в конкурсе «Лучшие цифровые решения для нефтегазовой отрасли» в номинации «Лучшее решение в области робототехники». Награждение прошло 29 сентября на ИТ-форуме Smart Oil & Gas в Санкт-Петербурге. Робот разработан по заказу «Транснефти» для диагностики и ремонта трубопроводов сложной конфигурации под водой, дорогами и в других труднодоступных местах. Он поможет сэкономить до 80% на капремонте труб и вдвое снизить их аварийность.

### ■ Хорошее убежище

Одно из лучших убежищ вместимостью 150–600 человек на территории ТиНАО находится в троицком Институте спектроскопии РАН. Об этом говорят результаты окружного смотр-конкурса «Лучшее содержание защитных сооружений гражданской обороны II группы». По его итогам ИСАН занял почётное II место.

### ■ Волонтерские советы

30 сентября в «Байтике» прошла вторая встреча в рамках курсов проектного мышления для школьников. Любовь Ершова, автор волонтерского проекта «Дед Мороз приходит в дом», рассказала, как довести небольшую районную инициативу до масштаба всероссийской. Среди главных советов, которыми поделилась гостья: надо быть коммуникабельным; не бояться заходить в администрации и управы; помогать друг другу; участвовать в конкурсах, чтобы набрать опыт и связи; «гореть» своим делом; опираться на помощь семьи.

### ■ Грант для Гимназии

Троицкая Гимназия получила 1 октября грант мэра Москвы в сфере образования по итогам 2021–2022 года. Он был присуждён за создание развивающей среды для обучающихся, обеспечивающей возможности их социализации и творческого развития.

### ■ Не уступить чемпиону

В 23-м туре чемпионата Москвы по футболу (дивизион «А») троичский клуб «Летний дождик» совершил спортивный подвиг, отняв на выезде очки у многократного чемпиона лиги, «Росича» из Московского. «Дожди» прервали победную серию, которая длилась с мая. В бескомпромиссном (два удаления!) матче «Росич» выигрывал всухую 3:0, но гости проявили характер и сравняли счёт, под конец «Росич» снова вышел вперёд, реализовав пенальти, но ФКЛД смогли ответить на 89-й (!) минуте. 4:4, голы на счету Дениса Имедадзе (дубль), Александра Кужова и Андрея Котова. «Летний дождик» остаётся на пятом месте таблицы.

### ■ Нестареющие душой

Накануне Международного дня пожилого человека СОКИ «Движение» провёл в ЦМД «Троицкий» мастер-классы по играм кульбутто и жульбак. Энтузиазм участников был таким, что определили победителей смогли дополнительные раунды. В жульбаке первой стала Зинаида Волосникова, за ней Мария Хайкина (обе – Московский), за ними троичанка Галина Журавлёва. В кульбутто на золото претендовали три игрока, в основном туре завоевавшие поровну – 470 очков. В очном противостоянии большее хладнокровие проявила капитан троичской команды Надежда Рукавцева, за ней Зинаида Волосникова, III место занял Александр Субботин (Троицк).

# Рекордная эстафета

«...И с огромным отрывом бежит спортсменка Софья Прибиль», – звучит голос за кадром. Идёт финал первенства России по эстафетному бегу. «Чёткое преодоление барьеров... Не отгрызаются такие отрывы! Думаю, это и есть чемпионы!»

Комментатор не ошибся. Троицкая Софья Прибиль, ученица 10 «Г» Гимназии Троицка, на счету которой уже немало побед в прыжках и беге с барьерами, победила в возрастной группе до 18 лет в новом для себя формате – барьерной эстафете 4x100 м. И не просто победила, но и поставила в составе четверки российский рекорд – 58,33 секунды.

Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу проходили с 9 по 12 сентября в Адлере. Команда Подмосковья, в которой участвует Соня (она тренируется в СШОР Московской области и в СК «Подолье»), была претендентом на победу. Вместе с Прибиль в четверке девушки из разных спортшкол области: Юлия Савина, Виктория Алексеевич и Ксения Кожадей. Самые ответственные этапы эстафеты – первый и завершающий. По результатам внутренних соревнований на эти роли выбрали Юлию и Софью.

«Давно не была на соревнованиях, не тренировалась, из-за школьных экзаменов слегка выпала

из своего привычного ритма, – говорит она. – Было интересно вернуться в эту атмосферу соперничества, лёгкого адреналина на беговой дорожке и дружбы – за её пределами».

К победам российского масштаба Софье Прибиль не привыкать. Например, в 2018 году она взяла золото на первенстве России по лёгкой атлетике в прыжках в длину с результатом 5,22 м. Но решила оставить прыжки и сосредоточиться на беге. И в команде выступала впервые. «Для меня эстафета, особенно барьерная, – это нечто необычное, в какой-то степени неизведанное, – говорит Соня. – Соревнования были нестандартные: четыре забега по две команды, когда двое бегут в одну сторону, потом двое – в другую, как дорожное движение. Мы были в третьем забеге и всё время лидировали, но в четвёртом участвовали тоже сильные команды...» Однако соперникам не удалось побить рекорд, только что поставленный её командой. Что помогло победить? «Видимо, в Московской области лучшая ба-



Софья Прибиль на вершине пьедестала

рьерная школа, хорошие тренеры, все вкладывают в занятия часть себя, часть души», – отвечает Прибиль. Совсем недавно ей пришлось сменить наставника – Владимира Згарбова, с которым занималась много лет, на Светлану Арабаджеву. «Не получалось успевать к четырём часам на занятия», – объясняет спортсменка.

Прошедший год был трудным из-за подготовки к ОГЭ. Пришлось отложить соревнования и поднажать на учёбу. Кроме базовых предметов, Соня сдала на отлично обществознание и английский. Окончила девятый класс с красным аттестатом и пошла, как и хотела, в гуманитарный профиль. Человек творческий, она

занимается пением у Оксаны Легостаевой (ОЦ «Успех»), выступает на городских мероприятиях. А ещё раньше танцевала в студиях «Фаворит» и В.Е.А.Т. Dance.

А что дальше? Станет ли спорт основным занятием? «Профессий много, какую выбрать, пока не знаю. Может быть, что-то связанное с английским, который я давно изучаю, – отвечает Соня. – Сейчас я всё так же усердно тренируюсь, всё так же стараюсь успевать в школе. Хочу уделять одинаковое внимание и спорту, и учёбе, потому что и то, и другое помогает в жизни и важно для дальнейшей самореализации».

Владимир МИЛОВИДОВ,  
фото из архива