

## Спартаниада

Заниматься спортом  
нужно в удовольствиеВетераны делятся секретами  
активного долголетия

● 142 ветерана в возрасте от 58 до 88 лет боролись за право попасть в сборную Самарской области.

Два дня, 6 и 7 августа, на базе отдыха «Волжанка» в Красноярском районе проходила областная спартакиада пенсионеров.

В 2017 году в Новой Зеландии прошли IX Всемирные ветеранские игры. Рекордсменом среди россиян по числу завоеванных на этих играх медалей стал 87-летний тольяттинский легкоатлет **Николай Михайлов**. На оклендском стадионе Trusts Arena он взял одну золотую и четыре серебряные медали.

«Спортом заниматься нужно в удовольствие, тогда спорт в твоей жизни надолго. Например, бежишь лыжный марафон – получаешь удовольствие, и не надо изображать мученика, падая на финише, – говорит Николай Иванович. – В Новой Зеландии среди участников были мужчины и женщины старше 100 лет. А я участвовал в группе 85-89 лет. После двух суток в дороге, перелета через Тихий океан, поезда и автобуса до Окленда еле успел на соревнования. И первый же старт на 5 км у австралийского чемпиона Ричарда Хьюгса выиграл! Потом на дистанциях 200, 400, 800 и 1500 м был вторым, потому что австралиец моложе. Мы с ним до этого в Турине соревновались, я тогда был четвертым, а он третьим. А вообще мы со своими соперниками дружим».

Уроженец села Малое Микушкино Иса克林ского района, ветеран Великой Отечественной войны и труда, ветеран «Куйбышевгидростроя», 73-кратный чемпион России по легкой атлетике среди ветеранов Николай Михайлов входит в число старейших бегунов планеты. Он участвовал в более чем 460 соревнованиях. Только в марафонах пробежал свыше 70 тысяч километров.

«Очень жалею, что сегодня на кросс не записался, – сетует ветеран. – Я всегда раньше

участвовал во всех стартах, а сегодня нас с супругой Лидией Яковлевной пригласили награждать победителей».

Каждый день, зимой и летом, Николай Иванович тренируется вместе с супругой – 6 км утром (бег или ходьба) и 6 км вечером (скандинавская ходьба или лыжи). Каждое утро выполняет упражнения из комплекса тибетских йогов. Я попыталась под его руководством выполнить пару упражнений. Не справилась, но была признана годной к занятиям физкультурой.

«В войну мы в селе Большое Микушкино на фронт работали, хлеб выращивали, – вспоминает Михайлов. – Я об этом написал поэму «Дети войны». И спортом мы все с детства занимались, у нас в районе было общество «Урожай»: футбол, бег и лыжи. После войны поднимали со взвоз «Коммунар» там же, в Иса克林ском районе. Потом строили Жигулевскую ГЭС, об этом моя поэма «Исполнение желаний», потому что мы с огромным энтузиазмом работали, и по ночам, и без выходных. Мы молодые были, все выдержали. Потом в чистом поле возводили Тольятти, автозавод, химзавод и много еще что. Всю жизнь бегом и лыжами занимался, а когда вышел на пенсию, полностью перешел на марафон: на асфальте 42 км 195 м, на лыжах – 50 км. Последний лыжный марафон я пробежал в Тольятти в возрасте 77 лет за 4 ч. 16 мин.»

Свою любовь к легкой атлетике и лыжам Николай Иванович выразил в поэме «Ода спорту».

«Моя задача – на моем примере и моих друзей-спортсменов призывать молодых людей и людей старшего возраста вести здоровый образ жизни», – говорит он.

www.vkonline.ru

В Безенчуке появится  
Аллея любви

1 начало >>

А чтобы елочка быстрее прижилась, Елена полила ее из лейки. После чего супруги установили рядом с ней сердца, которые отныне стали символом их любви друг к другу. Специалист Центра социальных проектов и молодежных инициатив **Я.А. Шатковская** попросила молодую семью заботиться о своем первом семейном дереве.

Глава Безенчукского района **В.В. Аникин** пожелал молодоженам крепкой семейной жизни, любви и благополучия (на снимке).

Супруги были очень рады такому вниманию и попросили сделать с руководителем муниципалитета фото на память.

Руководитель Центра социальных проектов и молодежных инициатив **А.П. Жуплатова** уверена, что с каждым днем эта ель будет набирать силу корневой системы, как и жизнь молодоженов, которая будет с каждым днем все крепче и крепче: «Посаженное сегодня, в день свадьбы, деревце, нежное, полное живой энергии, стало символом только что рожденной семьи».

Алла Петровна пригласила всех желающих, готовых посадить своё семейное дерево в центральном парке и заложить начало Аллеи любви. Поводом для этого может стать торжественная церемония бракосочетания, годовщина свадьбы, рождение ребенка или другое событие: «Мы обеспечим вам торжественное мероприятие, прекрасное настроение, а главное – память об этом событии на долгие годы».

Сообщить о своём желании в участии в проекте можно по тел: **8(84676) 2-12-03**.

Целью проекта является возрождение интереса к красивой древней традиции и привлечение внимания молодого поколения к семейным ценностям; напоминание жителям района об экологической культуре поведения и чувстве личной ответственности за состояние окружающей среды; создание условий для воспитания в детях любви к природе и эстетического восприятия окружающей среды; научить внимательному и бережному отношению к природе и ее объектам.

## Короткой строкой

## Отметят праздник

**19 августа** в военном городке п. Безенчук состоится торжественное мероприятие, посвященное Дню Военно-воздушных сил и Воздушного флота России.

В программе: построение ветеранов Вооруженных сил, вынос знамени 851-го Учебно-вертолетного полка, награждение активистов, выставка стрелкового оружия, полевая кухня, детская игровая площадка.

Начало в 10.00.

Фестиваль  
с авиашоу

**18 августа**, с 10.00 до 15.00, на аэродроме «Бобровка» (пос. Октябрьский Кинельского района) состоится VIII региональный фестиваль авиационных, технических и военно-прикладных видов спорта, посвященный Дню военно-воздушных сил России и 100-летию Вооруженных Сил России.

В программе фестиваля: выступление авиамodelистов и группы фитнес-аэробики, показательные наземные выступления спецназа, кинологов, клуба восточных единоборств и клуба славянской культуры, молодежно-патриотического движения, ракетомodelистов, мотогонщиков, а также концертная программа, авиашоу (десантирование парашютистов, пилотаж, имитация воздушного боя и др.), выставки авиационной техники, ретро-автомобилей, оружия и боеприпасов, судо-, авто- и авиамodelей.

Будут работать площадки: стрелковый тир, лазертаг, метание ножей, автомобильного спорта, мини-автодром, страйкбол и др.

ГАРАНТИЯ  
МИНИМАЛЬНОЙ СТАВКИ

ЛЮДИ ВАЖНЕЕ

от 10,9%  
годовых

Ставка доступна при подключении услуги «Гарантия минимальной ставки» и соблюдении условий. Условия: оформление ДК «Автолюбителям», наличие фин. защиты, отсутствие просрочек и досрочного погашения кредита. Пересчет процентов – при закрытии договора, разница уплаченных и рассчитанных процентов возвращается на счет ДК «Автолюбителям»: сумма 100 000 – 299 999 руб. Срок от 12, 18, 24, 36 мес. Клиентам 20-85 лет. Док-ты: паспорт, второй документ, ПТС. При подключении услуги «Гарантия минимальной ставки» ставка – 10,9/14,9% за 6,9/3,9% от суммы кредита соответственно. Без услуги – 19,4% (безнал. расходование более 80% суммы кредита), в остальных случаях – 29,4%. ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия ЦБ РФ № 963. На правах рекламы.

звонок по России бесплатный  
**8 800 350 60 60**  
www.sovcombank.ru

СОВКОМБАНК