

Вручили открытку от президента

В Арамили с 90-летием поздравили Евгению Ивановну Сибирцеву



В этот вторник, в День рождения юбиляра, поздравить ее пришли Антонина Владимировна Дерябина, заместитель директора Комплексного центра социального обеспечения населения Сысертского района и Светлана Николаевна Коленова, главный специалист Администрации АГО по социальным вопросам. Евгении Ивановне подарили цветы от Главы АГО, коробку конфет от депутата Госдумы Льва Ковпака и вручили памятную именную открытку от президента России.

«Сердечно поздравляем Вас с юбилеем! Мы искренне гордимся вашим поколением – мужественных, сильных духом людей, настоящих героев и созидателей. Вы никогда не боялись трудностей, верили в правое дело, в себя и своих товарищей, честно служили Отечеству. Желаю вам доброго здоровья и всего самого наилучшего», – значилось в ней.

«Администрация АГО поздравляет вас и желает, чтобы здоровье не подводило, жизнелюбие и оптимизм – никогда не иссякали, а близкие люди радовали своим вниманием и заботой. Здоровья вам и благополучия!», – обратилась к юбиляру

от имени городской власти Светланы Николаевны.

Поблагодарив гостей за внимание, заботу и подарки, Евгения Ивановны Сибирцева поделилась с ними своими воспоминаниями о детстве и юности.

«Конечно, нашему поколению досталось. Годы войны вспоминать страшно. Работали, невзирая ни на что. Казалось бы, что ребенок может, ученик 3-4 класса? А все делали. Я с 14 лет работала», – поделилась юбиляра.

Самые теплые ее воспоминания о месте своего труда – это Ирбитский мотоциклетный завод. Работала там, родилась в Заиково – поселке того же района. Потом направили в Арамиль – в строительной организации главным бухгалтером. У Евгении Ивановны есть дочь, две孙女 and two grandchildren.

«На пенсии много читают. Книг дома много, всяких разных, любую бери. В огороде нынче ни травиночки не вырвала – не могу уже», – рассказывает юбиляра. «Дочь во всем мне помогает, все условия создает для жизни. Спасибо ей за это огромное!».

Марьяна Марина,
фото автора

К нам приехали на час

Федерация Воздушно-силовой Атлетики Свердловской области провела в Арамили бесплатную открытую тренировку по воркауту

Его основой являются приседания, подтягивания и отжимания на горизонтальной и вертикальной поверхности. Выполнение упражнений проходит с использованием спортивных снарядов (в данном случае, турники и брусья) или без них. На один час арамильцы собрались в минувший четверг на стадионе в центре города, чтобы испытать и показать свою силу в данном деле. Участие в тренировке приняли и дети, и взрослые.

«Активные, не стесняются. Все примерно одного уровня и выполняют одинаковые задания, поэтому тяжело было всем. Четыре тренера работают одновременно с ними: по сути, к каждому человеку при этом осуществляется индивидуальный подход», – рассказал Александр, вице-президент



Федерации Воздушно-силовой Атлетики Свердловской области.

С ребятами провели разминку, тренировку на земле, а потом – тоже самое – на турниках. Там делали различные висы, передние и задние подтягивания, затем перешли непосредственно к самому воркауту – вращениям и упражнениям, в которых телом необходимо дер-

жать «горизонт» – то есть, быть на весу и при этом еще в параллели с землей. При занятиях воркаутом задействовано полностью все тело. Особенно включены в работу суставы, пресс, спина и плечи.

«Было здорово! – призналась нашему изданию Настя, одна из участниц тренировки, – интересно разнообразие, что-то новое попробовать. Не-

привычно, что тренера новые, подача иная. Сами приехали к нам, не нужно никуда ехать, чтобы позаниматься – это большой «плюс».

Всего – до конца этой недели – будет проведено 20 таких занятий – в 10-ти различных городах. Представители Федерации Воздушно-силовой Атлетики Свердловской области рассказали нашему изданию, что самое большое количество участников – 30-35 человек – собирались именно в тех муниципалитетах (Полевской, Екатеринбург, Нижний Тагил), в которых в день проведения тренировки лил дождь. Но непогода не помешала осуществить задуманное: занятия прошли отлично!

На трассе с крутыми поворотами и перепадами высот прошли зрелищные заезды в пяти классах. Принять участие мог любой желающий, пройдя предварительную регистрацию.

На территории проведения соревнований, конечно, обязательно придерживались действующих ограничений – таких, как соблюдение дистанции, использование масок и антисептика (их можно было получить в штабе и около онлайн-табло).

«Провели время в кайф в отличной компании единомышленников, – вспоминают в судейской коллегии. – На позитивной волне, с достойными результатами, мощной борьбой – спаси-

Марьяна
Марина,
фото автора

«Провели время в кайф в отличной компании единомышленников»

В минувшую субботу на «АСК Арамиль» прошли учебно-тренировочные заезды в формате дуэль «Уральский Грунт-2020»



На трассе с крутыми поворотами и перепадами высот прошли зрелищные заезды в пяти классах. Принять участие мог любой желающий, пройдя предварительную регистрацию.

На территории проведения соревнований, конечно, обязательно придерживались действующих ограничений – таких, как соблюдение дистанции, использование масок и антисептика (их можно было получить в штабе и около онлайн-табло).

«Провели время в кайф в отличной компании единомышленников, – вспоминают в судейской коллегии. – На позитивной волне, с достойными результатами, мощной борьбой – спаси-

бо всем за крутую гонку! Благодарим пилотов за участие, прессу – за отличные кадры, болельщиков за поддержку».

В день проведения гонок все авто проходили техническую инспекцию – с раннего утра. Затем до обеда пилоты могли потренироваться, а после полудня

Информация:
Яна Крупянко
Фото: Евгений Тюрин

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ КАМАЗ (САМОСВАЛ) 10 КУБОВ 15 ТОНН



- щебень
- песок
- земля
- вывоз мусора
- и другое

ТЕЛ: 8 (950) 643-95-87 СЕРГЕЙ