



# 300 километров на лыжах – за три дня

**Спортсменка из Арамилы Лилиана Юнусова вновь покорила «URAL IRON 100k»**

«Уральская железная сотня» – уникальный камерный проект, аналогов которому нет в России. Ультрамарафон прошел на Уральской земле уже в восьмой раз. В этот раз – на территории гольф курорта «Pine Creek Resort» в селе Кашино Сысертского района.

Арамилская спортсменка Лилиана Юнусова, учитель физкультуры школы №4, в прошлом

году стала его золотой чемпионкой, в одиночку преодолев маршрут в 100 километров. В этот раз она вышла на старт вместе со своим учеником – Александром Омельченко из города Екатеринбурга, только уже на другое расстояние – больше в три раза!

Вместе они в течение трех дней преодолели на лыжах расстояние в 303 километра – именно столько лет исполняется столице Среднего Урала городу Екатеринбургу. В первый день они прошли на лыжах 9 часов, второй – 10 часов и 30

минут, а в третий – сам день соревнований – прошли сто километров ультрамарафона за 8 часов и 32 минуты.

– Все дни столбик термометра не поднялся выше -20 градусов, – рассказывает Лилиана. – «Миксовалось» все это снегопадами, а снег напрямую влияет на скольжение лыж – точнее, отсутствие этого скольжения. Второй день бороздили по заснеженной трассе 3 часа, потом начали готовить трассу, и нам стало легче.

По итогам гонки Лилиана Юнусова заняла

первое место. Тех, кто прошел 300 километров на лыжах, на церемонии награждения отмечали отдельно: ведь они были такими одни!

– Все эти три дня с нами были наши ангелы-хранители: Елена Владимировна Иванова, моя ученица, и Любовь Васильевна Давыдова, мама ученицы, – рассказывает Лилиана. – Они были постоянно с нами на связи по рации, кормили и были готовы во всем помочь и поддержать. Очень их за это благодарю!

**Фото:**  
Елена Иванова



## Уверенная победа

**Арамилские шахматисты завоевали золотую медаль на этапе Кубка России**

Соревнования проходили в городе Нижний Тагил, где состоялся Этап всероссийского шахматного фестиваля «Проходная пешка» «Мемориал первого уральского мастера Степана Михайловича Левитского» по классическим шахматам. Турнир являлся этапом детского Кубка России.

На соревнования прибыло более 130 участников из Пермского края, Республики Татарстан, ХМАО, Челябинской, Курганской и Свердловской области.

На данные соревнования шахматисты Спортивной школы «Дельфин» выезжают регулярно. Ребята сыграли 9 туров в категории мальчики до 13 лет (2014 – 2015 г.р.). Уверенную игру продемонстрировали большинство обучающихся. Именно в этой категории мы ждали попадания в призы от наших ребят. Девять обучающихся продемонстрировали свой шахматный талант в 4 категориях из 8.

В категории мальчики до 9 лет выступал Федор Гудимов, обучающийся в спортивной школе пер-

вый год. Он показал очень стабильную игру и сумел набрать 5 очков из 9. В итоговой таблице Федор занял 6 место из 16 участников, при этом удалось выполнить 3 юношеский разряд.

В категории мальчиков до 11 лет Роман Мельник ровно отыграл весь турнир и с результатом 4,5 очка застолбил место в середине турнирной таблицы.

Максим Казанцев на протяжении всего турнира показал блестящую и уверенную игру, в итоге обыграв шестерых соперников и с тремя сведя партию в ничью с результатом 7,5 очков из 9 финишировал на первом месте и стал обладателем кубка.

В категории юношей и девушек до 15 лет борьбу лидерам навязала Дарья Соколова, обыграв конкуренток и сведя несколько важных партий в ничью финишировала на 4 месте среди девушек до 15 лет.

– Впереди у ребят подготовка к следующему турниру. Пожелаем им плодотворной работы и следующих успешных выступлений!

**Текст и фото:**  
Федор Ладыгин, тренер-преподаватель СШ «Дельфин»

## Самые сильные, ловкие и сплоченные

**В Арамиле состоялся фестиваль ГТО среди трудовых коллективов**

С отличным настроением и боевым духом 8 трудовых коллективов прибыли на лыжную базу: четыре команды из детских садов, две команды от предприятия «ОДК-Сервис» г. Арамил, коллектив спортивной школы «Дельфин» и отряд пожарной части №113 г. Арамил.

Первое испытание фестиваля прошло в городском тире, где участники продемонстрировали свою меткость в стрельбе из пневматической винтовки. Судили эту дисциплину молодые кандидаты в мастера спорта Матвей Трифонов, член сборной России, многократный победитель и призер всероссийских соревнований и первенств по пулевой стрельбе, и Данил Кадников, член сборной Свердловской области, призер областных соревнований.

После стрельбы на лыжной базе состоялось торжественное открытие мероприятия. Специалист Управления культуры, спорта и молодежной политики Арамилского городского округа Елена Пашихина пожелала участникам победы, а главный судья фестиваля,

руководитель Центра тестирования Алексей Трифонов озвучил регламент фестиваля.

Несмотря на календарную весну, погода не порадовала. Мороз едва не сорвал испытание «бег на лыжах», поскольку при температуре ниже минус 20°C соревнования по лыжным гонкам проводить нельзя. Но все обошлось. Немного потеплело, судьи дали общий старт, и все 30 активистов комплекса ГТО помчались вдаль по снежной трассе.

Второй этап фестиваля прошел в здании бассейна. В зале сухого плавания мужчины выполнили упражнение «рывок гири 16 кг». Сила женщин была в отжиманиях. Строгие судьи у всех участников проверили гибкость. Необходимо было сделать «наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье». Завершающим видом фестиваля стало плавание. Альтернатива плаванию был пресс («поднимание туловища из положения лежа на спине»).

Спортивный этап фестиваля завершен. Судьи ушли подводить итоги и определять победителя, а участникам была предложена викторина на тему «Спорт». Необходимо было ответить на спортивные вопросы по типу игры «Что?



Где? Когда?», и на вопросы, связанные с историей Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Лучшей в образовательной программе фестиваля стала команда «ОДК-Сервис» г. Арамил. А победителем фестиваля среди трудовых коллективов стала команда детского сада «Светлячок». Коллектив пожарной части №113 г. Арамил стал серебряными призерами. Бронзовые медали завоевала команда детского сада №3 «Родничок».

Командам-призерам вручены кубки, медали и грамоты. Командам-участникам – сертификат. Подводились также итоги личного зачета. Призерам по возрастным ступеням и полу

вручались дипломы и медали. Всем участникам вручены памятные сувениры с символикой ГТО.

**Информация и фото:**  
Алексей Трифонов,  
«Центр тестирования норм ГТО в АГО»



## Трехдневные старты

**Арамилские пловцы вернулись с победой с очередных соревнований**

В городе Заречный состоялось первенство муниципального округа по плаванию, посвященное 60-летию СШ «Атом». На голубых дорожках 50-метрового бассейна выясняли отношения 450 пловцов Свердловской области.

СШ «Дельфин» представили воспитанники тренеров Е.Ф. Андрященко и Р.С. Усманова.

По итогам многоборья трехдневных стартов в возрастных категориях первое место заняла

Анна Томилова, второе – Ольга Мухина, а третье – Дарья Мухина. А также нашими юными спортсменами были заняты первые, вторые и третьи места в индивидуальных видах программы.

– Приятно отметить и поздравить Матвея Матвеева, покорившего норматив первого спортивного разряда, – отметили в спортивной школе. – Тренируемся в ожидании Кубка Свердловской области для подтверждения и присвоения. Удачи ребятам!

**Информация и фото:**  
Спортивная школа «Дельфин»

