

НЕ СТАРЕЮТ ХОДЬБОЙ ВЕТЕРАНЫ!

Очередные 150 комплектов палок для занятий скандинавской ходьбой были вручены на стадионе «Шахтёр» 17 июля 2018 года. Их обладателями стали киселевские ветераны и пенсионеры.

Церемония вручения так называемых «скандинавок» получилась красочной и запоминающейся. Атмосферу спортивного праздника украсили вокальные номера артистов ДК «Юбилейный». Для удобства пожилых людей организаторы – комитет по спорту и молодёжной политике Ктселевского городского округа – позаботились о том, чтобы на беговой дорожке были установлены специальные скамейки, и награждённые смогли наблюдать за программой сидя.

Участников мероприятия приветствовала заместитель главы Киселевского городского округа Валентина Давыдовна Катасонова. В своей речи она выразила собравшимся благодарность за активную жизненную позицию, пожелала всем крепкого здоровья, благополучия и долголетия, особо отметив, что сейчас заниматься Скандинавской ходьбой можно во всех районах города. Для этого существуют аллеи и скверы, стадионы при школах и спортивных учреждениях, пешеходные зоны и, конечно же, городской сад. После вручения «скандинавок» своеобразный мастер-класс для всех провели представительницы группы «Здоровье» спортивного комплекса «Родник». За 4 года проведения областной акции «Кузбасс – за здоровый образ жизни» число обладателей комплектов палок для занятий Скандинавской ходьбой в Киселевске давно определяется четырёхзначной цифрой. И останавливаться на достигнутом никто не собирается.

Напомним, что занятия скандинавской ходьбой положительно влияют на весь организм, снижают уровень холестерина в крови, укрепляют сердечно-сосудистую систему, стимулируют работу внутренних органов, а также восстанавливают душевное равновесие и повышают настроение.

Настроение на стадионе «Шахтёр» подымала и молодёжь. Причём не только своим участием в церемонии награждения, но и тёплыми словами в адрес ветеранов, которые в свою очередь ответили не менее запоминающимися речами.

Общую атмосферу ярким примером выразила Елена Григорьевна Ешкова. Отложив в авоську свой костыль, взяв в руки «скандинавки», 83 летняя пенсионерка, проработавшая на производстве 47 лет, покидала стадион с улыбкой на лице, пританцовывая, остановившись лишь на минутку, чтобы сказать: «В поход за здоровьем отправляться никогда не поздно. Несмотря на возраст, мы молоды душой. Так что берите с нас пример!»

Родион ТИТАРЕНКО.