

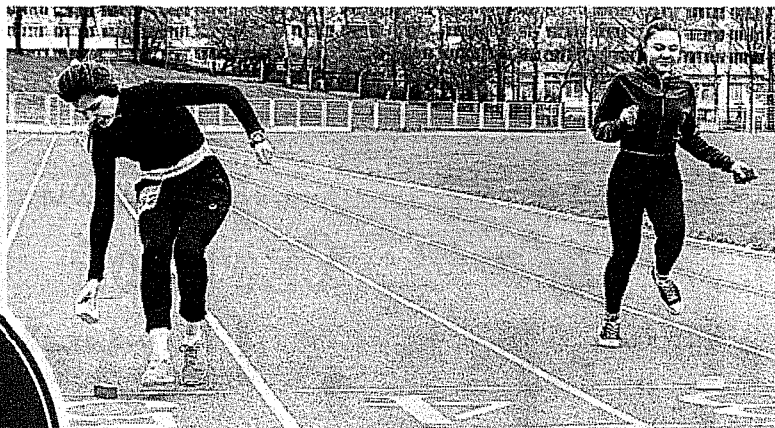
Новополочане – за ЗОЖ!

На протяжении двух дней, 23 и 24 апреля, участники, среди которых были как учащиеся НГПК, студенты Полоцкого государственного университета имени Евфросинии Полоцкой, так и представители организаций и предприятий города, проходили испытания в различных дисциплинах. Спортсменам предлагались челночный бег, бег 30 и 1500 метров, подтягивания, наклоны вперед, прыжки в длину, поднимание туловища. Каждый мог проверить свои силы и получить золотой, серебряный или бронзовый знак отличия комплекса ГТО.

– В этом году у нас принимали участие около 150 новополочан. Мы рады видеть такое количество приверженцев здорового образа жизни, – отметила инструктор-методист по туризму ФСК Ангелина Войтенко. – Сдача норм ГТО способствует формированию массового спорта и духа соперничества. Мы надеемся, что в следующем году желающих станет еще больше.

Своими впечатлениями с корреспондентом «НС» поделился работник ООО «ЭддиТек» Глеб Парчинский: «По результатам выступлений я заработал серебряный значок. Признаюсь, перед соревнованиями испы-

В Новополоцке завершились соревнования по выполнению нормативов физкультурно-оздоровительной программы Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь «Готов к труду и обороне».



Тренируй тело, укрепляй дух!



Сила в каждом отжимании



Прыжок к новым высотам

разъясняли интересующие меня и других участников моменты.

Физически тяжелее было на второй день соревнований, когда мы сдавали бег на короткие и длинные дистанции – такие дисциплины всегда отнимают много сил. Мне все очень понравилось, я испытал много положительных эмоций и жалею, что ранее не заявлялся. В следующем году по возможности обязательно вернусь уже за золотым значком».