



24 июня, в День Республики, в парке культуры и отдыха им. 500-летия г. Чебоксары состоялась массовая оздоровительная акция «Зарядка со звездой». На данное мероприятие пришли именитые спортсмены Валентина Егорова, Алина Иванова, Владимир Андреев, Анатолий Васильев, Александра Деверинская, Олеся Игнатьева и другие, депутаты Чебоксарского городского Собрания депутатов Владимир Викторов, Валерий Антонов, Елена Турханова, Юрий Симунов, председатели ТОС Московского района г. Чебоксары, представители дошкольных образовательных учреждений, вузы, ссузы, учреждения здравоохранения, люди старшего возраста, жители столицы и юные горожане.

Под ритмичную музыку приверженцы здорового образа жизни выполняли различные

упражнения.

К примеру, депутат Чебоксарского городского Собрания депутатов Елена Турханова призналась: «Не зря говорят, что в здоровом теле – здоровый дух. Чем больше человек занимается зарядкой, тем больше организм человека укреплен».

О пользе подобных оздоровительных акций говорят и именитые спортсмены. К слову, за заслуги в спорте награжденный орденом «За заслуги перед Отечеством» мастер спорта страны, Олимпийская чемпионка Валентина Егорова поделилась: «В столице Чувашии зародилась добрая традиция – ежегодно проводить зарядку. Считаю, что это подбадривает окружающих. Люди всё больше дружат с физической культурой и спортом». В свою очередь, бронзовый призёр летних Олимпийских игр в Сиднее Владимир Андреев подчеркивает, что Чувашия – спортивный регион. «Мы призываем заниматься спортом: кто-то пусть проявляет свои таланты в профессиональном спорте, а кто-то пусть занимается физической культурой. Пусть у каждого спортсмена будет мечта – победа на Олимпийских играх».

Активисты микрорайонов, председатели ТОС Юго-запад» и «Мирный» Людмила Чернова и Роза Сидорова говорят, что для них такие массовые оздоровительные и спортивные акции полезны, поскольку это общение, знакомство с новыми людьми, мероприятия придают бодрое настроение, заряд позитива на целый год, и к тому же укрепляют организм. Вместе с ними и другими активные горожане, которые сделали выбор в пользу здорового образа жизни.

Заведующий кафедрой физической культуры и спорта Чувашского государственного университета им. И.Н. Ульянова Авенир Ермолаев: «В чем польза от таких акций? Во-первых, для тех, кто самостоятельно не привык заниматься физкультурой – это хороший толчок. Во-вторых, попробовав один-два раза, человек сам захочет заниматься физкультурой, выполнять различные упражнения. На сегодняшнем мероприятии более 200 студентов и преподавателей одного из ведущих вузов нашей республики».

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 14 «Солнышко» г. Чебоксары Галина Шиброва говорит, что спортивный праздник объединяет людей, оздоравливает организм. И, кстати, в этой акции коллектив детского сада принимает участие не в первый раз.

Воспитанница Федерации по спортивной аэробике Чувашской Республики Ирина Захарова является приверженцем здорового образа жизни: «Мы на свежем воздухе занимаемся физкультурой. Чувашия – спортивная республика. Да здравствует физическая культура, спорт и здоровая нация!».

{gallery}novosty/2014/6/250614{/gallery}

Фото Олеси ГЕРАСИМОВОЙ и Надежды АРТАМОНОВОЙ.

[Московский район г.Чебоксары](#)