

ВЫПУСК 2

КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

КЕМГМУ



СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «МЕДИК»



СПОРТИВНОЕ  
ОБОЗРЕНИЕ

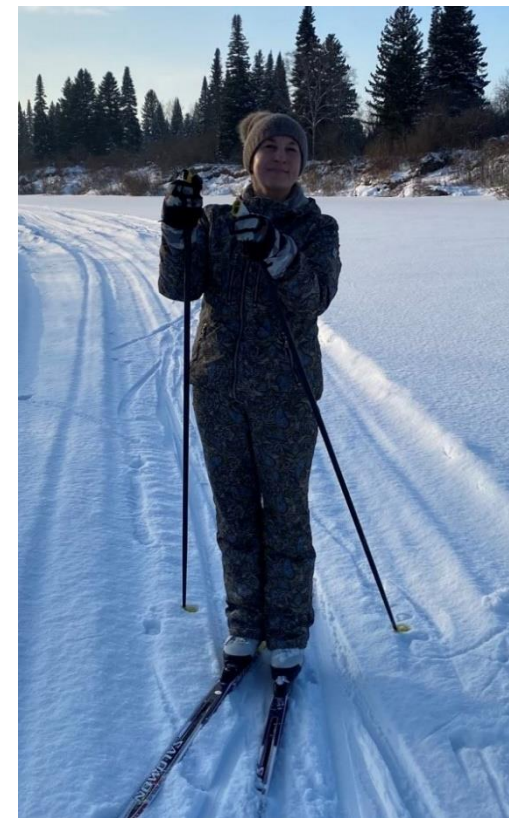


## Слово Редактора

Здравствуй, дорогой читатель!

Как обычно это бывает, с наступлением холодной погоды и зимы мотивация к занятиям физической культурой у студентов падает: не хочется покидать уютный манеж/зал, одевать на себя массу теплой одежды и отправляться на урок на лыжах, неприятно мерзнуть под колючим ветром. Но, тем не менее, императив «Жизнь и здоровье – в движении!» остается все же неизменным и в это время года. Как же полюбить физическую культуру в зимний сезон? Может быть наполнить его яркими и незабываемыми моментами?

В этом номере мы предложим подборку интересных пост-осенних мероприятий, которые, возможно, помогут наполнить зимний физкультурно-оздоровительный и спортивный сезон приятными и тёплыми воспоминаниями. И тогда наш обычный легкоатлетический стадион с нарезанной на нем лыжнёй, небольшими горками и сугробами даст возможность вспомнить «вкус школьной молодости», получить радость от зимних забав, как это было в детстве, и провести



занятия на лыжах, как говорится, приятно и с ветерком!

*Всем мира, здоровья, добра и отличного настроения!*



**Выпускающий редактор:**

Ольга Заплатаина

**Дизайн и верстка:**

Ольга Заплатаина  
Анастасия Семёнова

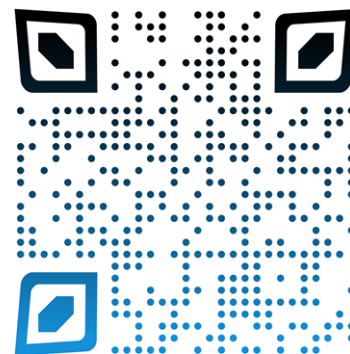
*Подписывайтесь и будьте с нами в соцсетях!*

**Редактор:**

Анастасия Семёнова

**Фото:**

Ольга Заплатаина  
Александр Брюхачев  
Владимир Николаев  
Мария Головки  
Ольга Головки  
Наталья Ростова  
Евгения Антипина  
Максим Щербаков



**Бильд-редактор:**

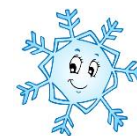
Ольга Заплатаина

**Компьютерная графика:**

Анастасия Семёнова

**Векторная/растровая графика:**

Анастасия Семёнова



**Корректоры:**

Ольга Заплатаина  
Анастасия Семёнова



**Авторы:**

Ольга Заплатаина  
Евгения Антипина  
Александр Брюхачев  
Владимир Николаев

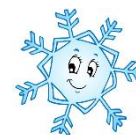
**Приобщайтесь к спорту! Больше двигайтесь!  
Стремитесь узнавать что-то новое!**

**Адрес редакции:**

КемГМУ, кафедра физической культуры,  
ул. Ворошилова, 22А; ул. Назарова, 1  
Тираж 100 экз. Ноябрь, 2023. № 2.



*Напишите нам (zaplatinaoa@mail.ru), о чем вам хотелось бы прочитать!*





# САГА О ЛЫЖАХ



Б. Кустодиев.  
Лыжники. Морозный день. 1919



А. Дейнека.  
Лыжники. 1934

Лыжный спорт издавна считают одним из наиболее престижных видов. Недаром его популярность запечатлена многими художниками и скульпторами, а в конце девятнадцатого века закрепилась полной вовлеченностью аристократии в занятия катанием на лыжах вплоть до того, что барышни даже просили мастеров изготавливать маленькие лыжики для своих собачек.

Изначально наши предки охотились на лыжах, но потом стали использовать лыжную езду во время праздников и забав, катаясь наперегонки с горок, склонов.

В 1617 году Монс Пальм, дипломат из Швеции, увидев русские лыжи, был весьма удивлен. Как выяснилось, русские лыжи катились гораздо быстрее европейских и в Российском государстве на лыжах умели стоять даже маленькие дети.

Первые лыжники-спортсмены, конечно же, катались, используя более сложное оборудование. Беговые лыжи достигали 2-х метров в длину.

Интересно, что первые соревнования по лыжному спорту в России состоялись в 1894-м году.

Лыжная трасса этих соревнования пролегла прямо по застывшей Неве. Пройдет всего 15 лет, и Чемпионаты по лыжным гонкам станут регулярными в нашей стране.

В СССР лыжный спорт приобрел статус самого популярного, массового и результативного/успешного. Так, например, советский лыжник В. Кузин в 1954-м году выиграл соревнования в Швеции в гонке на 30 км и 50 км и стал обладателем титула «Король лыж». Через два года после этого события началась российская история олимпийского лыжного спорта. Первой чемпионкой-лыжницей стала Л. Козырева-Баранова, выиграв на Олимпийских играх в Италии гонку на 10 км.

По сей день российские лыжники радуют нас своими достижениями. Сегодня, наверное, уже

## Лыжнику дайте дорогу...

всем известны имена знаменитых лыжников Кузбасса.

В 1980-х Григорий Корнев входил в состав сборной команды СССР по лыжным гонкам и участвовал в этапах кубка мира.

На рубеже веков тоже были громкие имена: мастера международного класса, участники олимпийских игр Максим Пичугин и Владимир Вилисов, Наталья и Вера Зятиковы, а также участница чемпионата мира Екатерина Лиханова.

В числе сегодняшних знаменитостей в лыжном спорте: Артем Жмурко, Александр Бессмертных, Андрей Кальсин, Анна Поволяева.

Александр Бессмертных и Андрей Кальсин в 2009 году на молодежных и юниорских первенствах мира завоевали по две медали каждый. В том числе и медаль высшей пробы. Золото юниорской сборной России в эстафете во многом заслуга Андрея Кальсина.

Звездным часом Артема Жмурко стала победа на Всемирной универсиаде 2009 года. Золотая медаль на 30 км в дуатлоне принесла ему звание мастера спорта международного класса.

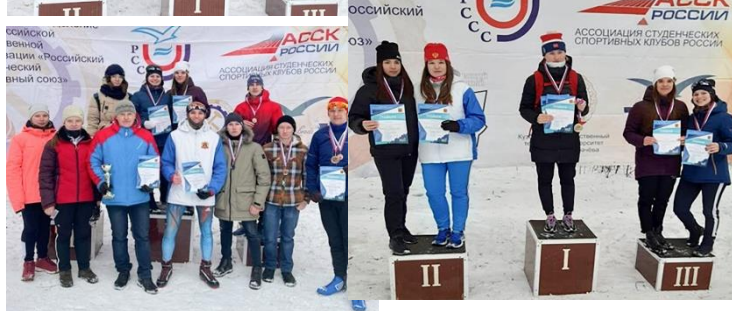
2014 г. – на сочинской Олимпиаде Александр Бессмертных выигрывает серебряную медаль в эстафете.

В КемГМУ лыжный спорт также является популярным, массовым и зрелищным. Достаточно посмотреть на лыжные старты факультетов, чтобы проникнуться атмосферой зимних соревнований.



Подготовка лыжников в КемГМУ – задача не из простых, ведь, как ни у кого другого, тренировочный период в условиях естественного снежного покрова достаточно короток (по сравнению с другими видами спорта) и в бесснежное время приходится уделять пристальное внимание использованию действенных альтернативных методов спортивной тренировки. Тренеру лыжной сборной КемГМУ приходится решать следующие задачи:

- существенно увеличить эффективность скольжения в разнообразных внешних условиях как во время учебно-тренировочного процесса, так и во время соревнований;
- сэкономить время, отводимое на подготовку лыжной поверхности, и увеличить «чистое» время, а также высвободить время для совершенствования психологической и тактической подготовки студентов-лыжников КемГМУ;
- обеспечить прирост спортивных результатов в условиях дефицита времени, отводимого на обучение в вузе.



Сборная КемГМУ по лыжным гонкам привнесла в спортивную жизнь вуза огромный опыт борьбы за статус призеров областных и российских соревнований. Эта борьба отличает наш вуз тем, что нашим студентам-лыжникам приходится постоянно соперничать с высшими учебными заведениями, имеющими в своей структуре факультеты физической культуры и спорта (КемГУ, СибГИУ и др.).

Тем не менее, наши лыжники ежегодно проявляют стремление улучшить свои результаты и подняться выше достижений прошлого года. Так, например, на областной Универсиаде вузов Кузбасса в 2021-2022 учебном году женская сборная по лыжным гонкам впервые в истории КемГМУ стала серебряным призером этих соревнований.



Александра Чеплеева на  
Областной Универсиаде вузов  
Кузбасса, 2021-2022 уч. год

Мигушова Екатерина, Дмитриенко Лиза  
Передача эстафеты

Желание спортсменов принести победу вузу на значимых стартах, которые формируют спортивный статус КемГМУ, всегда неотделимо от стремления показать уважение и любовь к своему тренеру. А успешный старт и самоотдача наилучшим образом подтверждают это!



# ПОГОВОРИМ О НАШИХ ТРЕНЕРАХ

## БРЮХАЧЕВ АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ

### ТРЕНЕР СБОРНОЙ КЕМГМУ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ



Александр Николаевич Брюхачев возглавляет секцию по лыжным гонкам с 2013 года. Александр Николаевич пришел работать в КемГМУ из кадетской школы полиции и сразу стал тренером спортивного отделения лыжных гонок в нашем вузе. Любовь к спорту привил Александру Николаевичу его школьный учитель Евменов Михаил Егорович. Это педагог, который не просто выдавал школьную программу, а старался воспитать разносторонне развитого спортсмена, в связи с чем Александр Николаевич, помимо мастерского катания на лыжах, имеет отличные навыки игры в баскетбол, волейбол, футбол, а также прекрасно играет в шахматы и шашки.

В школьные годы Александр Николаевич был победителем и призером районных и областных соревнований по лыжным гонкам и шахматам. Такое необычное сочетание избранных видов лишь помогало его становлению как спортсмена.

В студенческие годы Александр Николаевич успешно проявлял себя на марафонских дистанциях 30 и 50 км, что требовало проявления выносливости и упорства, большого объема тренировочных нагрузок.

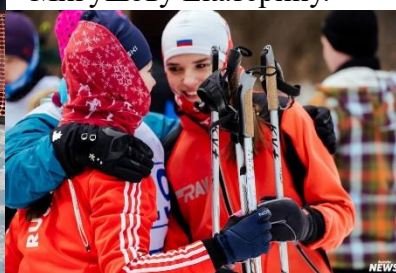
Также ежегодно с 2012 г. Александр Николаевич является победителем и призером троеборья Всекузбасских сельских игр в номинации «Механизатор». Является победителем соревнований профессорско-преподавательского состава Кузбасса по лыжным гонкам.



Мужская и женская сборные команды КемГМУ по лыжным гонкам под руководством Брюхачева Александра Николаевича не раз становились призерами и победителями городских, областных и зональных соревнований, а также Первенства России среди медицинских и фармацевтических вузов.

В числе «звездочек», воспитанных молодым тренером в КемГМУ, необходимо отметить пятикратного чемпиона Первенства России среди медицинских и фармацевтических вузов Щеголихина Евгения, призера Елизавету, призеров Первенства

этого первенства Дмитриенко России среди медицинских и фармацевтических вузов в составе эстафеты Симанова Романа и Мигушову Екатерину.



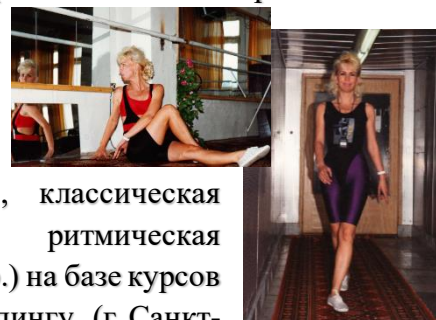


# ЗНАКОМИМСЯ С СЕКЦИЕЙ ЙОГИ



Дорогой читатель! На этой страничке мы хотим рассказать о том, что нетрадиционные средства физической культуры и спорта, а именно средства йоги, все более уверенно входят не только в повседневную жизнь обычного человека, но и все чаще используются в программах по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях. Как говорит Евгения Гавриловна Антипина, тренер секции йоги КемГМУ, *«...Совершенствование в практике йоги безгранично! А главный эффект от занятий йогой – это крепкое здоровье, высокий уровень владения собственным телом (сюда входит и гибкость, и координация, и возможности правильного дыхания и многое другое), гармония души и тела, стабильный умиротворенный гибкий ум...»*.

Евгения Гавриловна практикует йогу с 2012 года, является сертифицированным специалистом-практиком, объездившим чуть ли не полмира в поисках теоретических и практических знаний о йоге и методах ее преподавания. Закончив с отличием Омский государственный институт физической культуры, Евгения Гавриловна долгое время обучалась методике проведения занятий в группах здоровья (фитнес, классическая аэробика, степ-аэробика, ритмическая гимнастика, шейпинг и мн.др.) на базе курсов Федерации России по шейпингу (г. Санкт-Петербург). Работала в ведущих спортивных клубах России, Греции.



2011 год в жизни Евгении Гавриловны стал годом обучения в Институте практической йоги, в котором педагог получила диплом по специальности «Учитель йоги и йогатерапии». Так и начался для Евгении Гавриловны путь обучения и преподавания йоги.



Является счастьем, что такой педагог, который любит свое дело и с удовольствием делится своими знаниями и опытом со студентами, работает в нашем вузе. Год от года спрос на занятия йогой в группах Евгении Гавриловны растет, и порой девушкам приходится ждать освободившегося места, чтобы попасть на занятия. Поколения студентов сменяются, их любовь к йоге остается, и, даже окончив вуз, бывшие студенты с удовольствием приходят на занятия.

Является счастьем, что такой педагог, который любит свое дело и с удовольствием делится своими знаниями и опытом со студентами, работает в нашем вузе. Год от года спрос на занятия йогой в группах Евгении Гавриловны растет, и порой девушкам приходится ждать освободившегося места, чтобы попасть на занятия.



«Изначально я пришла на йогу, – делится с нами одна из студенток, занимающихся в секции, – просто как на дисциплину, которая заменила занятия физической культурой. Но, спустя всего лишь несколько занятий, я поняла, что йога – это гораздо больше, чем просто физическая нагрузка и растяжка, как я до этого думала. Это, действительно, колоссальная работа над собой, и я имею ввиду не только работу над телом, но также и формирование навыков духовного контроля над собой, своими мыслями и эмоциями. Теперь для меня йога – это умиротворение, путь к самосовершенствованию и познанию себя».

«Изначально я пришла на йогу, – делится с нами одна из студенток, занимающихся в секции, – просто как на дисциплину, которая заменила занятия физической культурой. Но, спустя всего лишь несколько занятий, я поняла, что йога – это гораздо больше, чем просто физическая нагрузка и растяжка, как я до этого думала. Это, действительно, колоссальная работа над собой, и я имею ввиду не только работу над телом, но также и формирование навыков духовного контроля над собой, своими мыслями и эмоциями. Теперь для меня йога – это умиротворение, путь к самосовершенствованию и познанию себя».



## А знаете ли вы что?...



Кафедра физической культуры и спортивный клуб «Медик» ежегодно готовят студентов к четырем видам Спартакиад: к Спартакиаде «Первокурсник», где новоиспечённые студенты демонстрируют свои спортивные навыки и затем проявляют желание заниматься каким-либо видом спорта в вузе, где также ведется спортивный отбор в сборные команды; к Межфакультетской Спартакиаде, в которой принимают участие студенты всех курсов и факультетов КемГМУ; к Областной Спартакиаде вузов Кузбасса, где уже выступают студенты, имеющие достаточно высокий уровень спортивной подготовки или сразу проявившие себя в каком-либо виде



спорта, имеющие спортивную квалификацию; к Спартакиаде студентов медицинских и фармацевтических вузов России, куда отправляются, конечно же, только лучшие спортсмены, уделяющие серьезное внимание учебно-тренировочному процессу, ведь защищать честь вуза на Российском уровне – это почетная и важная задача!



В этом году к студенческим спартакиадам присоединилась еще и Спартакиада преподавателей и сотрудников, ведь есть короткий зимний промежуток времени, когда сотрудники всех вузов Кузбасса тоже соревнуются между собой, чувствуя свой вуз на Областной арене. В этом году в конце января-начале февраля, когда у сотрудников и преподавателей вуза появилось немного времени для проверки своих «спортивных сил», кафедра физической культуры и спортивный клуб «Медик» организовали и провели I Спартакиаду сотрудников и профессорско-преподавательского состава КемГМУ. Эта первая внутренняя Спартакиада включала 3 вида: шахматы, дартс и стрельбу из пневматической винтовки. И, также, как и студенты, преподаватели награждались грамотами, медалями, кубками. Параллельно шло формирование сборных команд преподавателей и сотрудников для участия в Областной Спартакиаде профессорско-преподавательского состава вузов Кузбасса, ежегодно посвящаемой Дню Российской науки. Если в прошлом году преподаватели-спортсмены нашего вуза смогли «закрыть» только три вида и завоевали бронзу в плавании, то уже в этом году сформировали команды для участия во всех – пяти – видах программы (волейбол, бадминтон, настольный теннис, шахматы, дартс), принесли вузу «серебро» в дартсе и максимально приблизились к пьедесталу почета в других видах соревнований. Награждают преподавателей торжественно, также, как и студентов: медали и грамоты вручают министры, деятели науки, ректоры проводящих организаций, глава Областного профсоюзного комитета. И преподаватели тоже волнуются, ведь так же, как и студенты, они защищают честь КемГМУ и хотят его прославить...



сотрудников и профессорско-преподавательского состава КемГМУ. Эта первая внутренняя Спартакиада включала 3 вида: шахматы, дартс и стрельбу из пневматической винтовки. И, также, как и студенты, преподаватели награждались грамотами, медалями, кубками. Параллельно шло формирование сборных команд преподавателей и сотрудников для участия в Областной Спартакиаде профессорско-преподавательского состава вузов Кузбасса, ежегодно посвящаемой Дню Российской науки. Если в прошлом году преподаватели-спортсмены нашего вуза смогли «закрыть» только три вида и завоевали бронзу в плавании, то уже в этом году сформировали команды для участия во всех – пяти – видах программы (волейбол, бадминтон, настольный теннис, шахматы, дартс), принесли вузу «серебро» в дартсе и максимально приблизились к пьедесталу почета в других видах соревнований. Награждают преподавателей торжественно, также, как и студентов: медали и грамоты вручают министры, деятели науки, ректоры проводящих организаций, глава Областного профсоюзного комитета. И преподаватели тоже волнуются, ведь так же, как и студенты, они защищают честь КемГМУ и хотят его прославить...



сотрудников и профессорско-преподавательского состава КемГМУ. Эта первая внутренняя Спартакиада включала 3 вида: шахматы, дартс и стрельбу из пневматической винтовки. И, также, как и студенты, преподаватели награждались грамотами, медалями, кубками. Параллельно шло формирование сборных команд преподавателей и сотрудников для участия в Областной Спартакиаде профессорско-преподавательского состава вузов Кузбасса, ежегодно посвящаемой Дню Российской науки. Если в прошлом году преподаватели-спортсмены нашего вуза смогли «закрыть» только три вида и завоевали бронзу в плавании, то уже в этом году сформировали команды для участия во всех – пяти – видах программы (волейбол, бадминтон, настольный теннис, шахматы, дартс), принесли вузу «серебро» в дартсе и максимально приблизились к пьедесталу почета в других видах соревнований. Награждают преподавателей торжественно, также, как и студентов: медали и грамоты вручают министры, деятели науки, ректоры проводящих организаций, глава Областного профсоюзного комитета. И преподаватели тоже волнуются, ведь так же, как и студенты, они защищают честь КемГМУ и хотят его прославить...



формирование сборных команд преподавателей и сотрудников для участия в Областной Спартакиаде профессорско-преподавательского состава вузов Кузбасса, ежегодно посвящаемой Дню Российской науки. Если в прошлом году преподаватели-спортсмены нашего вуза смогли «закрыть» только три вида и завоевали бронзу в плавании, то уже в этом году сформировали команды для участия во всех – пяти – видах программы (волейбол, бадминтон, настольный теннис, шахматы, дартс), принесли вузу «серебро» в дартсе и максимально приблизились к пьедесталу почета в других видах соревнований. Награждают преподавателей торжественно, также, как и студентов: медали и грамоты вручают министры, деятели науки, ректоры проводящих организаций, глава Областного профсоюзного комитета. И преподаватели тоже волнуются, ведь так же, как и студенты, они защищают честь КемГМУ и хотят его прославить...

# ЗВЁЗДОЧКИ СПОРТА СРЕДИ НАС

Наверняка, мало кому придет в голову мысль о том, что хрупкая девочка, занимающаяся рядом с тобой на уроках, мастер спорта России! И как же приятно будет нам, если после прочтения нашего журнала ты, дорогой читатель, будешь знать, что это нежное и хрупкое создание – **ЧЕМПИОНКА РОССИИ** нынешнего года!

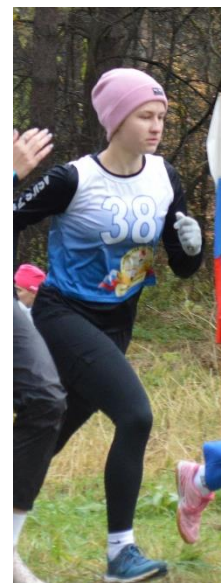
Знакомьтесь, дорогие друзья! Маша Головки – студентка первого курса лечебного факультета, которую отличает не только ее спортивное мастерство, но и отличная учеба! С самого начала занятий по физической культуре в вузе Маша проявила себя как скромный, покладистый, ответственный человек: надо пробежать кросс – пробежит, необходимо выступить в команде по легкой атлетике на Областной Универсиаде вузов Кузбасса – выступит, да и не просто так, а принесет вузу медаль или диплом. Однажды на тренировке по легкой атлетике Маша подошла к тренеру Николаю Ивановичу Фетищеву и отпросилась на несколько дней, но не так, чтобы пропустить тренировки без причины, а чтобы съездить и поучаствовать в соревнованиях, о чем, по словам Маши, попросил ее бывший тренер. Николаем Ивановичем, конечно же, отпустил и благословил, пожелал Маше удачи на соревнованиях.

И представляете, Маша вернулась уже Чемпионкой России по карате киокусинкай! Каково же было удивление всех! Но она еще, оказывается и призёр Европы! И на Первенстве Мира участвовала!

– Маша, расскажи, как так случилось, как ты смогла и где взять столько сил и тепрения, чтобы выдержать параллельно с хорошей учебой два тренировочных процесса (ведь Маша почти с самого первого месяца в вузе входит в сборную по легкой атлетике, а тренировочный режим там жесткий)?

– На карате я пришла в октябре 2012 года, во втором классе. Секция была близко к дому, занятия проходили в той же школе, где я училась. Пойти мне предложили родители, я согласилась, особых целей никто из нас не ставил. Первую тренировку я помню до сих пор, в особенности, я запомнила как мой тренер учил меня удару «уширо гери», это удар ногой с разворота. На вопрос родителей после тренировки: «Пойдёшь ещё»? я ответила: «Конечно». Буквально через полгода я выступила на первых соревнованиях, затем сдала на свой первый цветной пояс – оранжевый.

Мой первый тренер – Вячеслав Валентинович Литвинов. Он был и остаётся моим наставником на протяжении десяти лет. Под его руководством я становилась чемпионкой России, СФО, разных Всероссийских, международных соревнований, призёром Первенства Европы, выступала на первенстве Мира, в августе 2022 года сдала на чёрный пояс 1 дан (золотая нашивка). Несмотря на серьёзную подготовку, учёба всегда была для меня на первом месте. Порой приходится тяжело: тренировка, учёба, снова тренировка. Но настрой на успех и любовь к своему делу дают о себе знать.







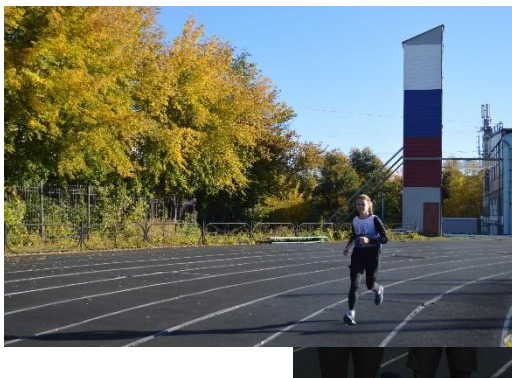
Неоценима поддержка семьи. Родители всегда заинтересованы в моём успехе. В периоды серьезной подготовки к соревнованиям кажется, что все ресурсы семьи и эмоциональные, и физические направлены на достижение результата.

С сентября я учусь и живу в Кемерово, тренируюсь под руководством Исаева Романа Борисовича. Уже выступила на чемпионате и Кубке России.

В связи с непостоянной ситуацией в мире и в стране:

карантин, закрытие границ многих стран для въезда россиян из-за спецоперации на Украине – мы не ставим цели выступления на определённых соревнованиях. Сейчас главная цель для меня – это получить достойное образование, стать хорошим специалистом и поддерживать свою физическую форму.

Сегодня Маша не просто успешно учится, она намерена стать высококвалифицированным специалистом, хорошим врачом. Помимо учебы Маша занимается в секции легкой атлетики – ну как не выручить родной КемГМУ, если ты отлично бегаешь и любишь спорт! На счету у Маши



Диплом I степени в студенческом Патриотическом забеге,

посвященном Победе русского народа в Великой Отечественной войне, бронзовая медаль на Областной Универсиаде вузов Кузбасса в легкоатлетическом кроссе (командный зачет).

Тренер секции по легкой атлетике Фетищев Николай Иванович, возлагает на Машу

большие надежды, ведь впереди у нашего вуза Традиционная эстафета, посвященная Дню Победы 9 мая, соревнования Сибирского Федерального округа по легкой атлетике в г. Барнауле и Чемпионат России по легкой атлетике



среди медицинских и фармацевтических вузов России в г. Ярославле!

Какая же ты умница, Маша! Удачи тебе, побед и успехов во всем, замечательный будущий врач!

Дорогие наши ребята, любите спорт, приходите заниматься, ведь даже в нашем вузе у вас есть возможность выступить на соревнованиях высокого уровня, если вы приложите к этому терпение и силы!

# САМОЕ СЕРДЦЕ «АЛМАЗА»

Но вернемся с тобой, дорогой читатель, к зиме, зимним видам спорта и зимним мероприятиям нашего вуза, ведь, пока я пишу эти строки, наши лыжники и лыжницы защищают честь КемГМУ на Открытом Чемпионате России по лыжным гонкам среди медицинских и фармацевтических вузов России! И происходит это в самом сердце «Алмаза» – на знаменитой биатлонной базе



России в местечке Варские (г. Рязань), где проводятся соревнования самого высокого уровня и который принимает в этом году I Спартакиаду студентов медицинских и фармацевтических вузов России «Физическая культура и спорт – вторая профессия врача»!

Сейчас на часах 14:03, сегодня пятница 17 февраля, соревнования еще не закончены, но у нас уже есть серебряная медаль в лыжной гонке вольным стилем на 5 км у мужчин. Обладатель этой медали Евгений Щеголихин –



воспитанник Александра Николаевича Брюхачева, тренера секции по лыжным гонкам КемГМУ. Обе наши сборные (мужская и женская) уверенно выступают.

И вот оно, долгожданное феноменальное выступление наших ребят в эстафете 3x5 км!!! Долгожданное серебро на Чемпионате России во второй раз!!!



Поистине наши лыжники прославили КемГМУ на Открытом Чемпионате России по лыжным гонкам среди медицинских и фармацевтических вузов! Сегодня наши студенты принесли в копилку нашего вуза еще 3 серебряные награды в эстафете и оставили позади себя восемь российских вузов! В общем командном зачете наши лыжники и лыжницы завоевали 4 место из 10-ти, уступив бронзовым призерам всего лишь 2 очка. Это невероятное выступление наших ребят!!!

Поздравляем и благодарим наших спортсменов:

-женская сборная по лыжным гонкам

в составе: Мигушова Екатерина и Вальвач Элина (педиатрический факультет), Лукьяненко Ангелина (медико-профилактический факультет), Чеплеева Александра и Кисвянцева Лада (лечебный факультет), Прушинская Полина (стоматологический факультет);

-мужская сборная по лыжным гонкам в составе: Симанов Роман и

Гаюров Ислонмуддин (стоматологический факультет), Щеголихин Евгений, Власиевский Никита и Жуков Артем (лечебный факультет), Черкасов Максим (педиатрический факультет).

Поздравляем наших тренеров: Александра Брюхачева и Владимира Николаева!



**Вот так интересно и активно складывается зимний сезон в нашем вузе!  
Присоединяйся, получай отличные впечатления и эмоции от физической культуры и спорта!**

А для этого мы разработали для тебя, дорогой читатель, спортивный чек-лист. Скачивай чек-лист в нашей группе «Спортивный клуб КемГМУ «Медик» вконтакте, попробуй следовать простым советам! Все, что выполнишь, обведи, раскрась, отметь и т.п., и не заметишь, как повседневные будни наполнятся новым смыслом, хорошим настроением!



**Желаем тебе, дорогой читатель, отличного настроения, прекрасных эмоций от занятий физической культурой, а также крепкого здоровья и физического совершенствования!**



HAPPY STUDENTS