

STREET WORK OUT: ТЕРРИТОРИЯ СИЛЬНЫХ

На территории спортивного комплекса Костанайской академии МВД РК имени Шрақбека Кабылбаева состоялась встреча спортивной делегации Street Work Out с руководством и курсантами академии.



Камила ГАРЕЕВА, Дана БЕЛЯЛОВА,
Костанайская академия МВД РК
им Ш. КАБЫЛБАЕВА

Street Work Out, или по-другому уличный фитнес, – это трендовое направление в уличной субкультуре и спорте, которое активно развивается в Казахстане. Основные упражнения предполагают использование только собственной массы тела. Главные преимущества этого вида спорта – независимость спортсмена от тренера, спортзалов и уровня дохода. Спортивным снарядом может стать любой городской объект – от специ-

альных площадок и городских парков до скамеек и поручней.

Движение Street Work Out возникло в 2009 году, после того, как Антон Кучумов и Сергей Иванов увидели в Интернете видео с необычными тренировками на уличных спортивных площадках и решили использовать их, чтобы привлечь молодежь к занятиям спортом.

Как отмечает главный представитель Казахстанской федерации по Street Work Out Айтым Жакупов, данное направление спорта развивается в ускоренном темпе, Казахстан уже вошел в тройку лидеров по уличному

фитнесу. Спорт в первую очередь воспитывает сильный характер, выносливость и силу воли, поэтому спортивный образ жизни культивируется среди курсантов академии. Воркаут преследует целью создание красивого, сильного тела и воспитание силы духа у спортсмена.

Спортивная делегация, прибывшая в академию, является сборной республики Казахстан по Street Work Out. Они продемонстрировали мастер-класс по выполнению базовых и сложных упражнений. В ответ на это выступление курсанты 2-го курса показали свои умения в этом виде спорта. По словам гостей, подготовка наших курсантов в этом направлении их приятно удивила.

В завершение данной встречи Айтым Жакупов пожелал курсантам добиться поставленных целей, дальнейшего продвижения в спорте, крепкого здоровья и будущих побед.

Напомним, что Костанайская академия принимала участие в челлендже, который проводился в этом году по всему Казахстану. Для участия в этом состязании подали заявки 167 организаций. По результатам челленджа Костанайская академия МВД РК имени Шрақбека Кабылбаева завоевала почетное первое место.

