



антов

да Назарово со-
двух выставок.
й Альбины Павлов-
ый дар", на которой
врах изобразитель-
етила свой юбилей.
еский цикл, посвя-
работы отражают
исаны душой и сер-
Павловна занимает



скими мастерами
ретки, скатерти и
мастериц крючка,
Потехина, Н. Алек-
ева, Т. Леднева и
адующее душу! И

1. Фото автора



«Свобода движения»

В г. Красноярске впервые прошёл Всероссийский фестиваль «Свобода движения». На острове Татышев собрались сотни любителей скандинавской ходьбы, среди них были активные участники клуба скандинавской ходьбы «Сделай шаг» народного университета «Активное долголетие» и сотрудники Комплексного центра социального обслуживания населения г. Назарово. Стоит отметить, что на базе этого учреждения движение скандинавской ходьбы в нашем городе началось еще в 2013 году.

На открытом воздухе опытные инструкторы читали лекции и проводили мастер-классы, участники фестиваля отвечали на вопросы викторины о скандинавской ходьбе, занимались гимнастикой «цигун», которая эффективно сочетается с ходьбой с палками.

Фестиваль вели Лариса Вербицкая, которая стала лицом кампании «Свобода движения», и Никита Белоголовцев.

Все тонкости по скандинавской ходьбе участникам соревнований рассказывал московский квалифицированный тренер Александр Мамонтов.

После мастер-классов состоялся пробный забег на 1 км., где все желающие смогли попробовать свои силы и отработать технику.

Уверенные в своих силах участники смогли по-

стояться друг с другом на дистанции в 4 километра в разных возрастных категориях: до 50 лет, от 51 до 60, от 61 до 70 и старше 71 года.

Кулямина Екатерина заняла 2-е место, а Черпакова Марина – 3-е место на дистанции 4 км в возрастной категории «до 50 лет» среди женщин. Их наградили ценными призами и грамотами. Поздравляем наших победителей!

Все участники фестиваля получили море позитива и хорошего настроения, а на память у каждого остался сувенирный магнит с фотографией. Самыми шумными и активными участниками фестиваля стали назаровцы, оказавшие бурную эмоциональную поддержку своей команде.

С.В. ВАЛЬТЕР., сотрудник Комплексного центра социального обслуживания населения