

# Долой таблетки — иди к здоровью метко!

• образ жизни

В краевом центре около 2 тыс. любителей скандинавской ходьбы вышли на «Пермскую прогулку»

Несмотря на прохладное утро, в прошедшую субботу, 30 марта, на площадке спортивного комплекса им. Сухарева собрались многочисленные любители активного образа жизни самых различных возрастов, чтобы принять участие во втором фестивале скандинавской ходьбы «Пермская прогулка».

**В** Перми собрались ходоки из Перми и Пермского края, Челябинской, Саратовской, Воронежской областей, Удмуртской Республики, а также из Китая, Италии и Кот-д'Ивуара. По проложенной в лесном массиве трассе участники преодолели дистанции 3 км, 5 км и 10 км.

## С радостью и задором

В торжественном открытии спортивного праздника приняли участие заместитель главы администрации Перми Людмила Гаджиева, управляющий Отделением Пенсионного фонда России по Пермскому краю Станислав Аврончук и многие другие известные жители города, которые своим личным примером ратуют за здоровый образ жизни и активное долголетие.

«Я приветствую вас от лица главы Перми Дмитрия Самойлова и благодарю всех горожан, которые поддерживают наши инициативы. Сегодня вы пришли на фестиваль скандинавской ходьбы, регистрируйтесь на Пермский марафон, участвуйте в лыжном спринте. Мы вместе делаем наш город с каждым годом всё более спортивным, и это здорово», — отметила идеяный организатор пермского фестиваля скандинавской ходьбы Людмила Гаджиева.

Напомним, впервые городской фестиваль скандинавской ходьбы «Пермская прогулка» состоялся 13 октября 2018 года. Тогда в нём приняли участие порядка 1,5 тыс. жителей Перми и Пермского края, Удмуртской Республики, Тюмени, а также граждане Германии и Индии. Самым маленьким



участником прошлогоднего фестиваля стала семимесячная девочка, которая в переноске с папой преодолела 3 км, а самым опытным — 88-летняя пермячка.

В этом году организаторы фестиваля увеличили количество слотов, самому старшему зарегистрировавшемуся участнику 89 лет, а самому маленькому — два года. Стоит отметить, что многие физкультурники, и не только пенсионного возраста, серьёзно подошли к предстоящим соревнованиям — в течение нескольких месяцев они посещали бесплатные тренировки, организованные на базе 24 общественных центров и ТОСов.

## Победа всех и каждого

Старт фестивалю дал мастер спорта международного класса, участник двух летних Олимпийских игр Юрий Великородных. Местом старта стала лесная поляна. Отсюда трасса последовала в сторону ул. Встречной, затем участники совершили разворот по указателям и возвратились в зону старта-финиша. Малый круг составил 3 км, большой — 5 км, дистанции 10 км включала два больших круга.

Проигравших в этот день не было, на финише всех участников ждали эксклюзивные медали. Кроме того, при предъявлении старто-



вого номера можно было совершенно бесплатно выпить кружку ароматного чая и перекусить бутербродом, а также съесть суп-пюре с гренками или гречневую кашу с тушёнкой. Пока участники проходили дистанцию, гостям фестиваля была представлена культурно-спортивная программа: на специально установленной сцене выступили различные творческие и спортивные коллективы города.

Помимо этого, в течение всего фестиваля работала зона «ЭКСПО», где все желающие могли приобрести качественные спортивные товары. Очень много пермяков от мала до велика собралось на площадке ГТО, где они пробовали свои силы в сдаче нормативов спортивного комплекса.

Завершилась вторая «Пермская прогулка» церемонией награждения. Абсолют-

ными победителями на дистанции 10 км стали Андрей Батурин и Асса Шаркунова, второе место на этой дистанции у Алексея Зырянова и Леси Юхимец, третье — у Василия Пушкина и Юлии Бородиной. На дистанции 5 км не оказалось равных Халиту Мухтасарову и Веронике Сурановой, второе место досталось Виктору Спирину и Елене Сурановой, третье — Вячеславу Ермакову и Наталии Макеевой. Первое место на дистанции 3 км заняли Сергей Терентьев и Галина Свешникова, второе — Рашит Мухтасаров и Нина Терентьева, третье — Александр Шардаков и Екатерина Ежова. Что интересно, 70-летняя Галина Свешникова на «трёхкилометровке» показала абсолютно лучший результат — 18 минут 32 секунды.

Победители и призёры в абсолютном зачёте на всех трёх дистанциях получили кубки и дипломы. Победителей в возрастных группах наградили дипломами, а также призами от партнёров фестиваля. Среди награждённых оказались 62 участника! Также в рамках церемонии награждения организаторы провели лотерею среди всех ходоков «Пермской прогулки», победители получили подарочные сертификаты на сумму 1 тыс. руб. от магазина «АВТ-спорт».

Организатором фестиваля скандинавской ходьбы «Пермская прогулка» выступила администрация Перми при поддержке Министерства физической культуры и спорта Пермского края.

Мария Розанова



## Афиша избранное

Рузанна Баталина

5–12 апреля

Неделя будет насыщенной и разнообразной. Пермяков ждут многочисленные выставки, в том числе «прощальная» выставка Натальи Корчёминой и Инны Роговой, научно-популярная вечеринка *Yuri's Night* и гастроли Национального молодёжного театра Республики Башкортостан им. Мустая Карима. Главным событием станет фестиваль классической музыки «Камерата».

Фестиваль классической музыки «Камерата» состоит из трёх разноформатных событий. В рамках камерного концерта «Камерата KIDS» (0+) дети и взрослые познакомятся с шедеврами мировой классики.

Конференция «Камерата Spring fest. ART» (6+) посвящена теме коммерциализации проектов в сфере искусства. Участников ждут дискуссии и выступления спикеров и экспертов, аукцион и выставка детской картины от благотворительного фонда «Берегиня».

В заключение фестиваля состоится «Камерата Spring fest. NETWORK» (16+) — новый формат в рамках концертов проекта пианиста Овика Григоряна.

Частная филармония «Триумф», 6 апреля, 12:00, 16:00, 20:00

«Пер Гюнт, или Ветер странствий» (6+) — интерактивная программа для детей и взрослых. Квартет «Чёрный квадрат» приглашает отправиться в увлекательное музыкальное путешествие по странам, временам года, жанрам, стилям и эпохам вместе с героем драмы Генрика Ибсена.

Органный концертный зал, 6 апреля, 12:00

Орган, сопрано и стеклянная арфа (игра на бокалах) — такое необычное сочетание предлагает концертная программа «Мир без границ» (6+). В программе концертного вечера — наследие европейских классиков: Джованни Баттисты Перголези, Жан-Батиста Люлли, Георга Фридриха Генделя, Иоганна Себастьяна Баха, Луи Вьера, Франца Шуберта, Винченцо Беллини, Антонина Дворжака и других.

Органный концертный зал, 10 апреля, 19:00

В программу гастролей Национального молодёжного театра Республики Башкортостан помимо детских спектаклей включён один взрослый — «Оскар» (16+), французская комедия положений Клода Манье с курьёзными ситуациями, нелепыми событиями и абсолютно комичными персонажами.

Пермский театр юного зрителя, 11 апреля, 19:00



Традиционная научно-популярная вечеринка *Yuri's Night* (6+), посвящённая Дню космонавтики, начнётся с презентации фотографа Руслана Ильинского «Астрофотография: как увидеть невидимое». Культуролог Анна Суторова проведёт лекцию «Космос аутсайдеров». Хедлайнером научно-популярной вечеринки станет Александр Шаенко. В своём публичном интервью «Красота космоса и космонавтики» он расскажет о том, что снимают марсоходы, как выглядит погружение Солнца в Юпитер, и о многом другом.

Частная филармония «Триумф», 12 апреля, 16:30

Начало популярных советских телепрограмм «В мире животных» или «Кинопанорама» можно было узнать даже с закрытыми глазами. Эти и многие другие незабываемые мелодии в исполнении Гранд-оркестра (6+) под руководством Жан-Жака Жюстафре зазвучат в Перми.

Большой зал филармонии, 12 апреля, 19:00

«Шкафландия» (0+) — последний проект в Перми, которым художники-керамисты Наталья Корчёмина и Инна Рогова говорят «До свидания!» всем поклонникам своего творчества.

Галерея частных коллекций «Уникум», до 2 июня



В Доме Мешкова открылась выставка «Художник и музей» (0+), посвящённая творчеству и жизни Юрия Новиньского. Более 40 лет он отдал изобразительному искусству и музейной работе, участвовал в экспедициях и создавал художественные решения экспозиций для разных музеев Перми и Пермского края.

Дом Мешкова, до 30 апреля