

Спортивная благотворительная акция против насилия в семье, прошедшая 25 ноября 2012 года

Основанной в сентябре 2012 года Ассоциации гиревого спорта Швейцарии удалось организовать свою первую успешную благотворительную акцию. Об этом сообщалось даже в средствах массовой информации: в газете «Le Matin», представляющей валлийскую часть Швейцарии, в газете «Aargauer Zeitung» и местной газете «Zürich-Nord», представляющих немецкую части Швейцарии, и даже в итальянской «La Sesia».

Насилие в семье вызывает обеспокоенность не только в Швейцарии. Это подтвердило широкое участие в мероприятии представителей гиревого спорта (или гиревиков) из разных стран, среди которых были спортсмены от 28 до 65 лет. Приложив для этого максимум усилий, они приехали из Ниццы, Лиона, Парижа, Милана, Цюриха и Лозанны.

В течение 10 минут гиревики поднимали гири с использованием техники «рывка» при лишь одной смене рук (как гласят официальные правила МФГС по проведению соревнований). Гири были весом 24 кг, 16 кг, 12 кг и 8 кг. И все это в знак солидарности в борьбе с насилием в семье. Зрители в спортивном зале были явно в восторге от нового лица «старого» вида спорта, от его мощной энергетики и положительных эмоций! Они громко приветствовали спортсменов, что подталкивало последних к рекордным достижениям. Чистойшей воды адреналин заполнял как трибуны, так и ряды спортсмены. Вот это было зрелище!

14 спортсменов в течение 10 минут продемонстрировали впечатляющий результат, **толкнув на борьбу с насилием в семье 30,74 тонны!** Bravo! Сердечно благодарим всех вас за вашу спортивную солидарность! Ниже представлены личные результаты по общему весу:

	Занимается с	Возраст	Страна	Имя	Квалификация	Общий вес
	12.1989 г.	42	Италия	Олег И.	МСМК	6,480 т
	09.2010 г.	28	Франция	Кристоф С.	КМС	3,384 т
	02.2012 г.	29	Швейцария	Рафаэль П.		3,264 т
	09.2009 г.	35	Италия	Андреа Б.		2,656 т
	07.2012 г.	38	Швейцария	Соня Х.	КМС (новый)	2,352 т
	09.2011 г.	29	Италия	Маттео С.		1,920 т
	09.2012 г.	38	Швейцария	Каталин В.	II	1,760 т
	11.2011 г.	65	Франция	Мишель В.	КМС	1,632 т
	08.2012 г.	28	Швейцария	Анита М.		1,376 т
	08.2012 г.	31	Швейцария	Ангела П.		1,360 т
	08.2012 г.	42	Швейцария	Полин М.		1,320 т
	04.2012 г.	41	Италия	Марина Б.		1,284 т
	01.2011 г.	29	Франция	София А.		1,064 т
	09.2012 г.	44	Франция	Кристоф Б.		0,888 т

Как показывают перечисленные выше результаты, большинство спортсменов начали тренироваться совсем недавно, но за весьма непродолжительное время достигли поразительного уровня мастерства. Идет ли речь о снижении собственного веса, о наращивании силы или о реабилитации, занятия гиревым спортом подходят для всех, независимо от возраста, массы тела и пола.

Как гиревой спорт (с участием в спортивных соревнованиях), так и занятия с использованием гирь (при занятии фитнесом) предусматривают чрезвычайно эффективный целостный комплекс упражнений на силу и выносливость, при выполнении которых укрепляется торс, уравнивается масса тела и повышается подвижность суставов, укрепляются сухожилия и связки, а также улучшается координация движений.



Во время тренировок в первую очередь заново учатся активно стабилизировать позвоночник и правильно двигать телом. Это два основных момента, которые очень быстро и очень положительно отражаются на повседневной жизни.

Несмотря на то, что в гиревом спорте доминируют мужчины, в нем себя проявляют все больше женщин. **Сильный в спорте силен во всех других жизненных вопросах!**

Ассоциация гиревого спорта Швейцарии горда тем, что, благодаря огромной солидарности, господствующей в международной среде гиревиков, у нее есть возможность перечислить Цюрихской информационно-консультационной службе для женщин финансовую помощь в размере **3 877,30 швейцарских франков**.

Мы надеемся, что проведенной 25 ноября 2012 года благотворительной акцией мы внесли свой спортивный вклад в просветительскую работу, направленную на раскрытие имеющихся возможностей для женщин, страдающих от насилия в семье. От имени ассоциации гиревого спорта Швейцарии хочу пожелать Цюрихской информационно-консультационной службе для женщин дальнейших успехов в оказании столь ценной поддержки этим женщинам, благодаря которой они могут выбраться из порочного круга насилия и начать новую жизнь.

Вместе с тем я выражаю нашу благодарность также всем тем, чья помощь позволила нам довести нынешнюю благотворительную акцию до многонационального успешного завершения:

Эрве, прибывшему из Лиона, чтобы подготовить посвященный нашей акции фоторепортаж. **Рафаэлю**, написавшему две статьи в газету «Le Matin» и принявшему активное участие в этом благотворительном мероприятии в качестве представителя франкоязычных участников. **Карин**, посетившей акцию как зритель и опубликовавшей в местной газете «Zürich Nord» заметку о ней. **Накиджа и Димо**, двум начинающим рэп-звездам Швейцарии, предоставившим все профессиональное музыкальное оборудование и обеспечившим живое музыкальное сопровождение данного спортивного мероприятия. **Кристофу**, прибывшему из Парижа, дабы продемонстрировать во время благотворительной акции свое искусство жонглирования гирями. **Олегу**, нашему почетному гостю, предоставившему в наше распоряжение мониторы и гири для соревнования по рывку. **Конни и Лукасу**, двум независимым помощникам, обеспечивавшим нас в течение всего дня продуктами питания. **Полин, Ангелу, Аниту, Алину, Хеди и Рольфа**, наших друзей спортсменов, проявивших себя в искусстве выпечки и порадовавших нас различными лакомствами. **Петера**, доброжелательного и предупредительного зрителя клуба, оказывавшего нам все необходимые услуги. **Мясную лавку «Feuerer»**, что в **Оберглатте**, еще раз сердечно поблагодарив при этом пару Хайди и Готфрида за их хот-доги и булочки. **Футбольный клуб «Oberglatt»**, еще раз сердечно поблагодарив при этом его правление за предоставленный им в наше распоряжение аппарат для приготовления хот-догов. **Томасу, Кирстину, Филиппу, агентству по организации мероприятий «Gervilla» и компании «Spring to Life GmbH»**, еще раз сердечно поблагодарив при этом наших основных спонсоров за их щедрую поддержку в покрытии расходов. Благодаря им, мы смогли передать Цюрихской информационно-консультационной службе для женщин все спонсорские взносы в полном объеме и без каких-либо вычетов. Клубу **«Pulse 5»**, еще раз сердечно поблагодарив его при этом за то, что в сентябре 2012 года он приютил нас под своей крышей, пока мы не нашли себе постоянное место для тренировок, где бы можно было подготовиться к этой благотворительной акции наших новичков-гиревиков. **Отделу образования Цюриха**, еще раз сердечно поблагодарив его при этом за содействие в прохождении процедуры выдачи разрешения на использование спортзала в школе Кольбенакера. **Кристину, Соню и компанию «Lawtank GmbH»**, еще раз сердечно поблагодарив их при этом за щедрые уступки, на которые они пошли в услугах перевода. **Ассоциацию гиревого спорта Швейцарии**, еще раз сердечно поблагодарив ее при этом за планирование и осуществление этого благотворительного мероприятия, за размещение девяти французских и итальянских спортсменов и их помощников, за обеспечение многоязычного перевода и общения, за спортивную и психологическую подготовку наших швейцарских новичков-гиревиков, за предоставленные в наше распоряжение гири и различное дополнительное снаряжение, необходимое для проведения соревнования по рывку. **СПАСИБО ВАМ!** Вместе мы сила, и 25 ноября 2012 года в Цюрихе мы это доказали!



BE STRONG! - БУДЬТЕ СИЛЬНЫМИ!


Соня Хервилья
Президент

ЗАПОМНИТЕ ЭТУ ДАТУ: 24.11.2013 г.

В следующем году мы организуем официальные соревнования по гиревому спорту в форме благотворительной акции, чтобы снова оказать поддержку какой-либо благотворительной организации.

