

Спорт — это круто, но большинство из нас физкультурники. Занятия физическими упражнениями для некоторых носят системный характер, но, к сожалению, у подавляющей части физкультурников они начинаются с понедельника и длятся месяц-другой со значительным перерывом до следующего озарения.

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Ни для кого не секрет, что в кризисные времена покупательная способность населения падает. Приоритетными статьями семейных расходов, конечно, являются питание, товары первой необходимости — одежда, обувь, коммунальные услуги, топливо для автотранспорта. Расходы, попадающие в категорию отдых, стоят не на первом месте. Но по истечении некоторого времени с момента перехода на режим экономии мы начинаем осознавать, что от повседневной рабочей суеты и нервозности нужно как-то защищаться. Кризис когда-нибудь пройдет, а психическое и физическое здоровье надо беречь сейчас. И статья расходов отдых/досуг оказывается в ряду жизненно необходимых.

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ — ЖИЗНЕННАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ

Социологи отмечают, что в период экономических трудностей население, подсознательно оптимизируя семейные бюджеты, начинает отдавать предпочтение здоровым видам отдыха, а процент застольных посиделок в питейных заведениях падает. Установка на выживание актуализирует заботу о здоровье.

Есть разные виды физической активности, и мотивация к занятиям бывает разной.

Людей, целенаправленно занимающихся спортом, относительно немного. Их интересует самосовершенствование, а также комплекс переживаемых ими ощущений на тренировках или во время состязаний. Спорт для спортсмена — образ жизни, смысловое наполнение.

Спорт — это круто, но большинство из нас физкультурники. Занятия физическими упражнениями для некоторых носят системный характер, но, к сожалению, у подавляющей части физкультурников они начинаются с понедельника и длятся месяц-другой со значительным перерывом до следующего озарения.

Возьмем, например, фитнес в его различных производных. Мотивация занятий фитнесом в большинстве случаев — сексуальная привлекательность. Причем и для женщин, и для мужчин. С возрастом мотив меняется в сторону как мож-

но дольше и активнее прожить свой срок. Некоторых особенно эмоциональных личностей фитнес утомляет цикличностью повторений, предсказуемостью процесса, недостаточной интеллектуальной нагрузкой.





Приглядитесь внимательнее к стрелковым видам спорта. В Новокузнецке находятся штаб-квартиры Федераций Стендовой и Практической стрельбы Кемеровской области. Даже одна тренировка в этих видах стрельбы удивит вас выбросом адреналина, необходимостью мыслить нестандартно и развивать координацию, комплексом азартных ощущений. Кстати, координация, глазомер и самоконтроль в некоторых жизненных ситуациях важнее красоты или силы. Стрельба очень демократичный вид спорта. Ею можно заниматься в почтенном возрасте и добиться значительных результатов. Результативность в стрельбе представительниц прекрасного пола часто бывает выше мужских показателей.

Охотники долго и упорно передвигаются на местности в надежде добыть дичь, но зачастую дело обходится парой-тройкой выстрелов, не всегда удачных. Охота больше поиск добычи, чем стрельба по ней. Хочешь настреляться досыта? Надо идти в стрелковый клуб. Спортивно-стрелковый клуб «Кузнецкий» существует почти десять лет и до сих пор остается одним из самых совершенных по уровню и наличию мишенного оборудования, организации процесса спортивно-охотничьей стрельбы в нашем регионе. Помимо стрелковой тренировки можно просто приятно провести время в компании друзей в уютных домиках, рассчитанных на большую компанию. Можно совместить стрельбу с корпоративом, семейным праздником и даже со свадьбой. А можно остановить свой выбор на чем-то одном.

Не исключено, что вы захотите научиться квалифицированному обращению с оружием по различным

направлениям стрелкового спорта. Тогда следует воспользоваться услугами тренера, инструктора.

Спортинг — спортивно-охотничья стрельба, разновидность стендовой стрельбы. В спортинге применяются мишени, имитирующие траектории передвижений и полетов дичи. Охотники, как известно, любят рассказывать о своих достижениях. Здесь можно наглядно продемонстрировать свою меткость, подготовиться к охотничьему сезону, поучаствовать в соревнованиях и выполнить норматив спортивного разряда, звания. Используемое оружие в основном классическая двустволка-переломка, предпочтительнее с вертикальным расположением стволов. Правила также допускают и полуавтомат.

Для практической стрельбы используются три вида оружия: пистолет, ружье, карабин. Стрельба ведется скоростная, на время, в высоком темпе, с разнообразной мишенной обстановкой. Спортивно-стрелковые клубы «Кузнецкий» и «Тактика» культивируют практическую стрель-

бу и обучают стрелков безопасному, квалифицированному обращению с оружием. Пистолеты только крупного калибра. Патрон 9 x 19. Люгер мощнее, чем пистолет Макарова (9 x 18). Хотя можно и из Макарова пострелять. Пистолеты предоставляются в аренду. Методики практической стрельбы — скорость, точность, безопасность. Во время выполнения упражнений стрелок активно передвигается, стреляя с места и на ходу по различным мишеням. В практической стрельбе из ружья применяются полуавтоматические системы, в том числе со съемными магазинами типа Сайга, Вепрь и им подобные, а также помповики. На Чемпионате Кемеровской области по практической стрельбе из ружья в 2015 г. второе место заняла девушка, владелица ружья Вепрь 12 к.

Для разнообразия можно попробовать себя в стрельбе из лука. Из традиционного лука. Без разных «примочек» и прицелов. В том виде, в каком его применяли наши предки. Точный выстрел из такого лука — удивительный процесс, больше интуитивный, чем сознательно рассчитанный.

Занятия стрельбой — это активный отдых на природе, интересный, познавательный процесс, раскрытие своих новых возможностей, физическое совершенствование. Магия оружия — мистический процесс воздействия на предметы на расстоянии.

Спортивно-стрелковый клуб «Кузнецкий». Стендовая, практическая стрельба. Тел.: +7-905-071-7777, +7-906-987-7777. www.sporting42.ru

Спортивно-стрелковый клуб «Тактика». Практическая стрельба. Стрельба из лука. Тел.: +7 (3843) 975-555, 798-999. www.ssktactics.ru ■



Занятия стрельбой — это активный отдых на природе, интересный, познавательный процесс, раскрытие своих новых возможностей, физическое совершенствование. Магия оружия — мистический процесс воздействия на предметы на расстоянии.