



В зимнем велоезде приняли участие 23 человека.



Упражнение на координацию от Ивана Лузина.

# Солнце, снег, горы и спорт

В Ухте прошел горнолыжный фестиваль ООО «Газпром трансгаз Ухта»

11 марта под Ухтой в третий раз состоялся фестиваль горнолыжных видов спорта ООО «Газпром трансгаз Ухта». На лыжно-спортивной базе «Сияние Севера» собрались любители и профессионалы горных лыж и сноуборда, впервые к ним присоединились велосипедисты.

За последние годы любителей горных лыж, сноубордов, да и катания на тюбингах в Ухте прибавилось: с тех пор как в 2019 году на лыжно-спортивной базе «Сияние Севера» начали обустроить инфраструктуру, она стала одним из любимых мест активного отдыха горожан. А когда вместе собирается много единомышленников, то рано или поздно у них появляется «свой» праздник. Так и родился фестиваль горнолыжных видов спорта в Ухте.

Открыл фестиваль заместитель генерального директора по управлению персоналом ООО «Газпром трансгаз Ухта» Евгений Гусев, который поприветствовал и тех, кто лично приехал на фестиваль, и тех, кто предпочел наблюдать за горнолыжным праздником через прямую трансляцию в интернете:

— Сегодня небольшой морозец, но уже и солнышко хорошо греет, на горе довольно тепло — самые замечательные условия для отличного настроения, для того, чтобы провести весь день здесь. Рад за всех, кто приехал и с улыбками встречает горнолыжный фестиваль!

Праздник спорта стартовал феерическим массовым спуском горнолыжников и сноубордистов с разноцветными зажженными дымовыми шашками. Программа была насыщенная и многообразная.

На склонах прошли соревнования по слалому среди горнолыжников и сноубордистов. И не только красивыми спусками запомнился этот фестиваль, но и скоростными подъемами — для участников впервые состоялся лыжный забег «Гонка в гору».



А для новичков фестиваля — велосипедистов специально расчистили пятикилометровую лыжную трассу. Более 20 спортсменов из спортивных клубов «Тиман», «Легион», «ВелоУхта», а также другие участники (среди них всего одна девушка), испытали себя и своих двухколесных «коней» в заездах на 12 км (фэтбайки) и 8 км (горные велосипеды).

— В таком формате в Ухте соревнования прошли впервые. Сложность трассы была выше среднего: перепад высот 100 метров, постоянные спуски и подъемы, для передышки всего один отрезок по прямой в 400 метров. Ребятам надо было постоянно работать, это отличный опыт! — поделился организатор и судья соревнований Ярослав Бойчук.

Специальный гость фестиваля Иван Лузин, горнолыжный инструктор категории «А», специалист международного уровня в этой сфере, преподаватель курсов подготовки инструкторов, дал мастер-класс

в двух частях — для начинающих и опытных спортсменов.

Поначалу к инструктору на разминку подтянулись в основном юные горнолыжники, те, кто поопытнее, стояли несколько в стороне, сомневаясь, что узнают что-то совершенно новое для себя. Впрочем, через несколько минут заинтересовались, особенно когда правильную координацию, например, они могут сделать. Так что вскоре и дети, и взрослые выполняли команды инструктора и засыпали его вопросами.

— Я вижу, что на базе занимаются и новички, и достаточно опытные люди, — заметил Иван Лузин. — Для тех, кто катается давно, возможно, уже не так интересно, кажется, что слишком все просто, хочется, чтобы горы были побольше. Но здесь у вас хороший склон, разве что не очень длинный, хороший снег, и если освоить новые методы, какие-то новые фишки, то скучно не будет. И точно будет прогресс.

Иван Лузин считает, что объекты, подобные «Сиянию Севера», очень важны, в особенности для небольших городов, где не так много возможностей для досуга. А режим «дом — работа — дом» на самом деле очень опасен, поскольку ведет к эмоциональному и физическому выгоранию.

По примеру ухтинца Андрея Зеленского можно судить, что и понятия «поздно» в этом виде спорта практически не существует. И можно кататься с гор не один десяток лет, даже если впервые на горные лыжи ты встал не в детстве и даже не в юности.

Андрей Зеленский увлекся горными лыжами в 32 года, а сейчас ему 70. В настоящий момент, по его словам, из тех, кто занимается на «Сиянии Севера» этим видом спорта, он самый старший.

— Начинать я с добровольного горнолыжного общества «Труд» в Ухте. Привел на лыжи меня друг, которому я за это буду благодарен до самого конца жизни. Потому что это замечательный спорт, замечательный отдых, — сказал мужчина. — Хочу поблагодарить «Газпром трансгаз Ухта»: после того, как был сделан такой горнолыжный комплекс, сюда пришло много детей, молодежи, людей старшего возраста. И это замечательно для нашего небольшого города. Горнолыжная трасса — отличное место, чтобы заводить друзей. Здесь всегда очень хорошая, доброжелательная атмосфера, всегда подскажут, если что-то не так, помогут, если обратишься за помощью, посоветуют, где взять снаряжение.

После окончания соревнований и подведения итогов активный отдых можно было продолжить как на склонах горы, приняв участие в свободных катаниях, так и у ее подножия, где хорошее настроение создавал своей музыкой диджей.

**Анна ПОТЕХИНА**  
Фото автора и службы по связям с общественностью и СМИ ООО «Газпром трансгаз Ухта»

## Впервые в Ухте — всероссийский лыжный марафон «Сияние Севера»

157 профессионалов и любителей из четырех регионов страны 5 марта стартовали на лыжно-спортивной базе «Сияние Севера» и преодолели дистанции в 10, 20, 30 и 50 километров.



На лыжно-спортивной базе «Сияние Севера» созданы все условия для тренировок и регулярных занятий беговыми лыжами: ухоженные трассы, прокат инвентаря, удобные раздевалки с душевыми и туалетными комнатами. Одноименный марафон прошел именно здесь.

Организаторы мероприятия: ООО «Газпром трансгаз Ухта» и объединенная первичная профсоюзная организация «Газпром трансгаз Ухта профсоюз» в сотрудничестве с РСОУ «Вологда Марафон».

Спортивное событие объединило любителей и профессионалов лыжного спорта Коми, Вологодской, Архангельской и Ярославской областей. Специальным гостем выступила олимпийская чемпионка по лыжным гонкам, уроженка Сосногорска Юлия Ступак.

День выдался солнечным и морозным. Участники защищали лица специальными наклейками и приходили к финишу, покрытые

инеем. На самой длинной дистанции в 50 км соревновались только мужчины. Они провели на лыжне от двух с половиной до почти четырех часов. Наилучшее время и пример выносливости показал спортсмен из Сыктывкара Степан Дуркин.

— Для меня и других членов сборной Коми марафон «Сияние Севера» стал хорошей тренировкой и проработкой перед чемпионатом России по лыжным гонкам, который состоится в Тюмени 20 марта, — признался он.

Самый массовый старт — дистанция в 10 км, более 100 человек. Первым финишером понадобилось около получаса, последним — более

**Абсолютные победители лыжного марафона «Сияние Севера»:**

- 10 км — Евгений Кармаза, Екатерина Кармаза (Ухта, команда ООО «Газпром трансгаз Ухта»)
- 20 км — Дмитрий Мишарин (Сыктывкар), Людмила Удалова (Сосногорск)
- 30 км — Дарья Гушина (Ухта, команда ООО «Газпром трансгаз Ухта»)
- 50 км — Степан Дуркин (Сыктывкар)

двух часов. Все, кто успешно преодолел выделенные дистанции, награждены фирменными медалями, победители и призеры в абсолютном зачете получили денежные призы.

— Главная наша цель — создать традицию и ежегодно проводить эти соревнования, расширяя географию и увеличивая количество участников, — отметил заместитель генерального директора по управлению персоналом ООО «Газпром трансгаз Ухта» Евгений Гусев.

Лыжный марафон «Сияние Севера» планируется сделать ежегодным.

**Служба по связям с общественностью и СМИ ООО «Газпром трансгаз Ухта»**



Отсканируйте QR-код и смотрите видеорепортаж о лыжном марафоне «Сияние Севера»