

СПОРТИВНЫЙ ОПЕРАТОР ОАО «РЖД»



ИТОВОСТИ

ОНДЕРВЬЮ

ОНДЕРВЬО

ОНДЕР







БУДЬ В КУРСЕ СОБЫТИЙ!







@rfsolokomotiv #рфсолокомотив

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО



Илья Андреевич ВДОВИН

Председатель РФСО «Локомотив»

Дорогие друзья!

От имени РФСО «Локомотив» приветствую всех участников, судей и гостей Чемпионата работников железнодорожного транспорта РФ по лыжным гонкам!

Этот вид спорта по праву пользуется заслуженной популярностью среди железнодорожников, и число его верных поклонников год от года неизменно растет. Тем более что вы своим личным примером на каждом чемпионате демонстрируете несгибаемый командный дух и сплоченность.

Постоянно развиваясь и повышая уровень организации соревнований, мы одновременно бережно относимся к своей истории и чтим спортивные традиции нашего общества. Уверен, что и нынешние соревнования станут очередным шагом вперед на этом пути.

Желаю всем спортсменам легкого снега и быстрой лыжни. Будьте всегда уверенными в себе, ставьте перед собой высокие цели и достигайте их с упорством, проявляя силу духа и мастерство!





ПРОГРАММА

Чемпионата работников железнодорожного транспорта Российской Федерации по лыжным гонкам

15 ма	арта, среда			
Nº	Время	Место	Мероприятие	
1	6:00-21:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Приезд, размещение и регистрация участников	
2	8:00-11:00	Кафе базы	Завтрак	
3	14:00-16:00	Кафе базы	Обед	
4	15:00-21:00	Конференц-зал базы	Работа комиссии по допуску к соревнованиям	
5	20:00-22:00	Кафе базы	Ужин	
6	21:00	Конференц-зал базы	Техническое совещание с руководителями команд	

16 m	16 марта, четверг		
Nº	Время	Место	Мероприятие
1	7:00-8:00	Кафе базы	Завтрак
2	10:00-13:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Официальная тренировка, просмотр лыжных трасс:
3	10:00-11:30	СДЮШОР по биатлону РБ	Для команд: В-СИБ, ДВОСТ, ЗАБ, З-СИБ, КРАС, СВЕРД
4	11:30-13:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Для команд: КБШ, МОСК, ОКТ, СЕВ, Ю-УР, Ю-ВОСТ, ГОРЬК
5	14:00-15:00	Кафе базы	Обед
6	17:00-18:00	Конференц-зал	Культурное мероприятие
7	19:00-20:00	Кафе базы	Ужин
8	20:30	Конференц-зал	Совещание ГСК и руководителей команд

17 m	арта, пятница			
Nº	Время Место		Мероприятие	
1	7:00-8:00	Кафе базы	Завтрак	
2	9.00-9.30	Конференц-зал	Регистрация участников	
3	9:45	СДЮШОР по биатлону РБ	Построение на церемонию открытия	
4	10:00-10.30	СДЮШОР по биатлону РБ	Церемония открытия	
5	10:40-13:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Гонки с раздельным стартом: женщины – свободный стиль 3 км; мужчины – свободный стиль 5 км;	

17 марта, пятница		
Время Место		Мероприятие
14:00-15:00	Кафе базы	Обед
16:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Отъезд на культурную программу
17:00-19:00	Боулинг комплекс	Культурная программа. Боулинг
19:00	Боулинг комплекс	Отъезд на базу
20:00-21:00	Кафе базы	Ужин
	Время 14:00-15:00 16:00 17:00-19:00 19:00	Время Место 14:00-15:00 Кафе базы 16:00 СДЮШОР по биатлону РБ 17:00-19:00 Боулинг комплекс 19:00 Боулинг комплекс

18 m	7:00-8:00 Кафе базы Завтрак		
Nº	Время	Место	Мероприятие
1	7:00-8:00	Кафе базы	Завтрак
2	9.00-9.30	Конференц-зал	Регистрация участников
3	10:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Женская эстафета – 4х3 км;
4	11:30	СДЮШОР по биатлону РБ	Мужская эстафета – 4х5 км;
5	13:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Совещание ГСК и руководителей команд, утверждение результатов
6	13:30	СДЮШОР по биатлону РБ	Церемония награждения
7	14:30-15:30	Кафе базы	Обед
8	15:45	СДЮШОР по биатлону РБ	Отъезд на культурную программу
9	16:30-19:30	Аквапарк и ѕра комплекс	Культурная программа
10	20.00-21.00	Кафе базы	Ужин

19 M	арта, воскресень	e	
Nº	Время	Место	Мероприятие
1	7:00-22:00	СДЮШОР по биатлону РБ	Отъезд участников
2	7:00-9:00	Кафе базы	Завтрак
3	13:00-14:00	Кафе базы	Обед

ГАУ СДЮШОР по биатлону Республики Башкортостан



КОНТАКТЫ

Адрес: 450064, г. Уфа, ул. Комарова, 1

Телефон: +7 (347) 240-53-11 Факс: +7 (347) 240-53-22 www.biathlonufa.ru

ОРГКОМИТЕТ



ПРЕДСЕДАТЕЛЬ
ШВЕДОВ
Александр Викторович
Заместитель начальника
Куйбышевской железной
дороги по кадрам и
социальным вопросам

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ МИРОНОВ Михаил Петрович Председатель Дорпрофсожа на Куйбышевской железной дороге

ЧЛЕНЫ

БАГРИНОВЦЕВ Максим Владимирович Начальник Дирекции социальной сферы Куйбышевской железной дороги

КИЧАТОВ Сергей Николаевич Директор по спорту РФСО «Локомотив»

ВАСИКОВ Владислав Фазылянович Руководитель Самарского ОП РФСО «Локомотив»

ВЕЙС Владимир Петрович Главный редактор газеты «Куйбышевский железнодорожник» - филиал ОАО «Газета

«Гудок»

ДАНИЛОВ Вадим Николаевич Директор ГАУ СДЮШОР «Биатлон»

СТЕПАНОВ Вячеслав Михайлович Начальник службы корпоративных коммуникаций Куйбышевской железной дороги

САМАРСКОЕ ОП РФСО «ЛОКОМОТИВ»

443030, г. Самара, ул. Агибалова, д. 7а тел.: +7 (846) 303-84-63 e-mail: samara@rfsolokomotiv.ru

ВАСИКОВ Владислав ФазыляновичРуководитель

ПРЕДСТАВИТЕЛЬ РФСО «ЛОКОМОТИВ»

КИЧАТОВ
Сергей Николаевич
Директор по спорту
РФСО «Локомотив»

СУДЕЙСКАЯ БРИГАДА

КРАВЧУК Вячеслав Михайлович, судья ВК Главный судья

ФАРРАХОВА Анжела Валерьевна, судья ВК Главный секретарь

история чемпионатов по лыжным гонкам

Лыжные гонки — один из самых любимых видов спорта среди железнодорожников самых разных возрастов. Каждый год соревнования по лыжным гонкам являются одними из наиболее массовых и ярких. Участникам не страшны даже низкие температуры. Они готовы выходить на лыжню и в 30-градусный мороз.

Раньше соревнования по лыжным гонкам входили в программу зимней спартакиады. В последний раз это произошло во время XX Зимней Спартакиады ОАО «РЖД» в Кемерово в 2011-м году.

После этого лыжные гонки выделили в самостоятельные соревнования. И в 2012-м году прошли Чемпионат среди работников и Первенство среди детей работников железнодорожного транспорта. Таким образом, впервые были объединены детские и взрослые соревнования. Проходили они в Красногорске.

В программу соревнований входили индивидуальные гонки среди мужчин, женщин, мальчиков и девочек, а также эстафеты – среди мужчин и женщин, и смешанная среди детей.

Этот опыт оказался успешным и дальше соревнования проводились именно в таком формате.

В 2013-м году Чемпионат и Первенство проходили в Новосибирске на территории биатлонного комплекса. В церемонии открытия и закрытия принимала участие олимпийская чемпионка по биатлону Анна Богалий

В 2014-м году соревнования проводились также в Сибири, но уже в Красноярске. И снова на самом современном биатлонном комплексе, где тренируются действующие профессиональные спортсмены и двукратный олимпийский чемпион Евгений Устюгов

В церемонии открытия участвовал начальник Красноярской железной дороги Анатолий Регер.

Четвертый Чемпионат и Первенство по лыжным гонкам в 2015-м году снова состоялись на трассах красноярской «Академии биатлона». Победу в общекомандном зачете Чемпионата праздновала команда Западно-Сибирской магистрали, оставив позади горьковчан и хозяев красноярцев. Лучшей сборной Первенства стала команда из Восточной



КОНТАКТЫ

Отвественные за проведение чемпионата ВАСИКОВ Владислав +7 (929) 707-54-77 АВЕРЧЕНКОВА Ольга +7 (926) 244-92-81

Ответственный за взаимодействие с общественностью и СМИ МУЛЛАГУЛОВА Альбина +7 (915) 224-83-10

Ответственный за размещение и питание ОРЛОВ Владимир +7 (963) 924-01-93

Ответственные за трансфер БУРОВ Сергей (аэропорт) +7 (927) 943-88-88 ГАЙСИН Азат (вокзал) +7 (927) 307-91-51



На дистанции пятикратная победительница чемпионатов РЖД по лыжным гонкам Марина Ларькова (Свердловская ж.д.).

Сибири. На втором месте расположилась сборная юных лыжников Свердловской магистрали и Южно-Уральской ж.д. соответственно.

В 2016-м году состоялся лишь Чемпионат среди работников железнодорожного транспорта РФ и был посвящен 80-летнему юбилею РФСО «Локомотив». Соревнования проходили в Уфе на трассе местного современного биатлонного комплекса. где готовился трёхкратный чемпион мира, бронзовый призёр Олимпийских игр Максим Чудов.

Триумфатором чемпионата стала сборная Запад-

но-Сибирской магистрали. Ее представители стали победителями в мужской и женской эстафетах, не остались без первых мест и в личном зачете. Эти победы и успехи других спортсменов сложились в уверенное превосходство и в общекомандном зачете. Второе и третье место заняли сборные Октябрьской и Северной ж.д.

В историю турнира, а также в современную историю РФСО «Локомотив» вошла и Марина Ларькова, выступающая за Свердловскую магистраль. Она выигрывала индивидуальные гонки в своей возрастной группе на пяти чемпионатах подряд.

ГОД НАЗАД

ЗАП-СИБ БЫСТРЕЕ ВСЕХ

Противостояние Западно-Сибирской и Октябрьской дорог стало настоящим украшением чемпионата, в котором приняли **участие сборные команды 13 магистралей.** Практически каждая делегация состояла из десяти человек – четырех женщин, стольких же мужчин, тренера и руководителя делегации.

В том, что лыжи – один из любимых видов спорта среди работников отрасли, можно было убедиться в день официальной тренировки. Уже давно на лыжную трассу опустилась темнота, время близилось к полуночи. Однако некоторые участники со стадиона не уходили, наматывая круг за кругом.

Место для проведения чемпионата, выбранное спортивной дирекцией РФСО «Локомотив», понравилось участникам. Гостиница расположена прямо на стадионе. Буквально десять шагов – и ты уже на трассе. Спортсменам это пришлось по душе, как и вообще организация чемпионата.

Соревнования обслуживала высококвалифицированная бригада судей, которая справилась с возложенными на нее обязанностями в полном объеме. Медицинское обеспечение на протяжении всех дней соревнований осуществляла квалифицированная медицинская бригада, имевшая в наличии автомобиль скорой помощи, оснащенный современной медицинской аппаратурой и необходимыми медикаментами. При этом все участники были застрахованы организаторами.

В программу чемпионата по лыжным гонкам входили индивидуальные гонки и эстафеты. В личном первенстве результат среди мужчин и женщин подводился среди участников первой (1982-1997 г.р. женщины, 1977-1997 г.р. мужчины) и второй (1961-1981 г.р. женщины, 1956-1976 г.р. мужчины) возрастных групп. Дистанция для женщин составляла 3 км, мужчин – 5 км. В эстафетах участники бежали 4 этапа по 3 км каждый и 4х5 км соответственно.

По традиции к участию в чемпионате не допускались спортсмены, имеющие звание «Мастер спорта», «Мастер спорта международного класса», «Заслуженный мастер спорта» по лыжным гонкам и биатлону, а также спортсмены, пробовавшие свои силы в международных соревнованиях, проводимых на территории РФ и за рубежом, чемпионатах, первенствах, Кубках РФ, чемпионатах, первенствах федеральных округов РФ. чемпионатах Москвы и Санкт-Петербурга в течение последних двух лет от даты проведения настоящего чемпио-

Первыми на старт вышли женщины. Представительница Западно-Сибирской дороги Наталья Лабазова накануне пообещала выложиться в гонке на сто процентов и слово своё сдержала, заняв третье место в возрастной категории до 35 лет. Об уровне конкуренции можно судить по тому, что до серебряной медали Наталье не хватило всего лишь 0,8 секунды. Именно столько Лабазова уступила второму призёру - Александре Ястребовой с Октябрьской дороги. Победила же здесь ещё одна



Главными соперниками в битве за золото в общекомандном зачете стали спортсмены Западно-Сибирской и Октябрьской железных дорог.



лыжница ЗСЖД Евгения Васильева. Она и раньше выигрывала отраслевой чемпионат, но затем два года пропустила, будучи в декрете. И вот триумфальное возвращение. Евгения приехала в Уфу с мужем и маленькой дочкой Василисой. И победила – на радость и им, и себе.

Железнодорожники являются одними из лидеров в

выполнении нормативов возрожденного в 2014 году

комплекса ГТО.

В возрастной категории старше 35 лет вне конкуренции вновь оказалась Марина Ларькова со Свердловской ж.д., которая стала уже пятикратной чемпионкой в индивидуальном разряде! В жеребьевке ей достался первый номер. То есть все соперницы ориентировались на ее время. Приблизиться к нему некоторым удалось. Улучшить – никому. В принципе Марина вполне могла бы соревноваться и с более юными соперницами. В их гонке ее время было бы вторым.

В мужских соревнованиях результаты тоже были плотные. Победителя в старшей возрастной группе и ещё одного представителя Октябрьской дороги Эдуарда Силантьева от серебряного призёра Святослава Леонтьева (Куйбышевская ж.д.) отделило всего лишь 4 секунды. Да и преимущество ставшего чемпионом второй год кряду в «младшем» возрасте Константина Кулагина с Западно-Сибирской дороги нельзя назвать гигантским — 14 секунд.

Первый соревновательный день вообще оказался богатым на события. Так, участники чемпионата побывали в городе на обзорной экскурсии. Сдавали они и нормы ГТО. Лыжники продемонстрировали, что все они - спортсмены разносторонние, отлично стреляют. подтягиваются и отжимаются. Второй день чемпионата порадовал спортсменов солнечной и по-настоящему лыжной погодой. В эстафете у женщин борьба развернулась между фаворитами - лыжницами Октябрьской и Западно-Сибирской дорог. Но если до четвёртого этапа у представительниц ОЖД ещё оставались шансы на успех, то на заключительном этапе их перечеркнула Евгения Васильева. Лидер команды ЗСЖД. получив эстафету, ракетой улетела на дистанцию и финишировала в гордом одиночестве. «Бронзу» же Свердловской дороге привезла Марина Ларькова. На четвёртый этап она ушла с солидным отставанием от третьего места. но смогла-таки финишировать в призёрах.

В мужской гонке в главных ролях были всё те же команды: Западно-Сибирской и Октябрьской дорог. И итоговая расстановка оказалась практически такая же, как и у девушек: первые – сибиряки, а вторые – «октябрята». Только «бронзу» здесь выиграла команда Северной дороги. В таком же порядке расположились команды и в общем зачёте.

Завершился чемпионат торжественной церемонией награждения, в которой участвовали ветеран РФСО «Локомотив», заслуженный работник физической культуры РФ, почетный железнодорожник Виктор Шумилов, ветеран РФСО «Локомотив», заслуженный работник физической культуры Республики Башкортостан Алексей Скоробогатов и директор по спорту РФСО «Локомотив» Сергей Кичатов.

ОБЩЕКОМАНДНЫЙ ЗАЧЕТ ЧЕМПИОНАТА		
место	команда	
1	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	
2	ОКТЯБРЬСКАЯ Ж.Д.	
3	СЕВЕРНАЯ Ж.Д.	
4	ГОРЬКОВСКАЯ Ж.Д.	
5	СВЕРДЛОВСКАЯ Ж.Д.	
6	московская ж.д.	
7	восточно-сибирская ж.д.	
8	ЮГО-ВОСТОЧНАЯ Ж.Д.	
9	красноярская ж.д.	
10	КУЙБЫШЕВСКАЯ Ж.Д.	
11	ЗАБАЙКАЛЬСКАЯ Ж.Д.	
12	ЮЖНО-УРАЛЬСКАЯ Ж.Д.	
13	дальневосточная ж.д.	



Евгения ВАСИЛЬЕВА, Западно-Сибирская железная дорога:

— Чисто физически было тяжеловато. Вся гонка прошла через терпение. Были нюансы, когда при повороте на круг приходилось ехать на ветер. Ещё мокрый снег залеплял очки. Такого, чтобы поехала и подумала: «Ой, как хорошо» - не было. Со старта ушла, до поворота доехала и думала: «Ёлки-палки! Как дальше бежать?» Но вроде нормально всё сложилось.



Марина КОШЕЛЕВА, Западно-Сибирская железная дорога:

– Все очень понравилось, хорошая трасса. Не скажу, что это было легкой прогулкой, но мы справились. Я очень довольна своим выступлением. У меня третье место в индивидуальной гонке и первое командное - в эстафете. И, конечно же, лидерство в общем зачете! Но будем дальше стараться, стремиться, работать над собой.



Виктор ШУМИЛОВ, почетный железнодорожник, экс-председатель РФСО «Локомотив»:

– Впечатления от чемпионата очень хорошие, что, впрочем, не стало для меня неожиданностью, ведь за организацию отвечали люди, хорошо мне знакомые за годы работы в «Локомотиве». Постарались и представители Уфы, и железнодорожники. Словом, закономерный успех. Я говорил с участниками и не слышал ни одной жалобы. Здесь царит приятная, дружеская атмосфера, несмотря на накал страстей и борьбы.



Эдуард СИЛАНТЬЕВ, Октябрьская железная дорога:

– Все просто великолепно - проведение, организация, чудесный биатлонный центр. Все близко, рядом, никуда не нужно ездить, тратить драгоценное время. У меня первое место в своей возрастной группе в индивидуальных гонках и второе командное в эстафете. Считаю, что это прекрасный результат, на который мы работали все вместе. Словом, я очень доволен.

РЕЗУЛЬТАТЫ

индивидуальные гонки. Свободный стиль

11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11				
МУЖЧИНЫ, 1977 - 1997 Г.Р., 5000 M				
место	участник	команда	РЕЗУЛЬТАТ	
1	КУЛАГИН КОНСТАНТИН	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	00:14:04.4	
2	ФРОЛОВ ЭДУАРД	красноярская ж.д.	00:14:19.02	
3	ВЕСЕЛОВ ВАСИЛИЙ	ОКТЯБРЬСКАЯ Ж.Д.	00:14:28.3	
мужчи	НЫ, 1956 - 1976 Г.Р., 5000 M			
место	участник	команда	РЕЗУЛЬТАТ	
1	СИЛАНТЬЕВ ЭДУАРД	октябрьская ж.д.	00:15:19.1	
2	ЛЕОНТЬЕВ СВЯТОСЛАВ	КУЙБЫШЕВСКАЯ Ж.Д.	00:15:23.01	
3	СЕРГУТИН АНДРЕЙ	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	00:15:35.3	
ЖЕНЩИ	ЕНЩИНЫ, 1982 - 1997 Г.Р., 3000 M			
место	участник	команда	РЕЗУЛЬТАТ	
1	ВАСИЛЬЕВА ЕВГЕНИЯ	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	00:09:17.11	
2	ЯСТРЕБОВА АЛЕКСАНДРА	октябрьская ж.д.	00:09:57.03	
3	ЛАБАЗОВА НАТАЛЬЯ	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	00:09:58.1	
женщи	НЫ, 1961 - 1981 Г.Р., 3000 M			
место	участник	команда	РЕЗУЛЬТАТ	
1	ЛАРЬКОВА МАРИНА	СВЕРДЛОВСКАЯ Ж.Д.	00:09:49.02	
2	ВАСИНА ЕЛЕНА	октябрьская ж.д.	00:09:57.9	
3	КОШЕЛЕВА МАРИНА	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	00:10:20.5	

ЭСТАФЕТНЫЕ ГОНКИ. СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ

ЖЕНЩИНЫ, ЭСТАФЕТА 4 X 3000 M				
место	команда	COCTAB	РЕЗУЛЬТАТ	
1	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	Е. БУТОРИНА, Н. ЛАБАЗОВА, М. КОШЕЛЕВА, Е. ВАСИЛЬЕВА	00:32:59.4	
2	октябрьская ж.д.	О. КАШМАКОВА, А. ЯСТРЕБОВА, И. ВИХАРЕВА, Е. ВАСИНА	00:33:32.3	
3	СВЕРДЛОВСКАЯ Ж.Д.	О. КАВЕРИНА, И. ЯКУШЕВА, А. ЛЕБЕДЕВА, М. ЛАРЬКОВА	00:34:07	
мужчины, эстафета 4 x 5000 м				
место	команда	COCTAB	РЕЗУЛЬТАТ	
1	ЗАПАДНО-СИБИРСКАЯ Ж.Д.	А. ДЬЯКОВ, Р. ЧЕРНУСЬ, А. СЕРГУТИН, К. КУЛАГИН	00:43:44.3	
2	ОКТЯБРЬСКАЯ Ж.Д.	В. КАККОЕВ, Э. СИЛАНТЬЕВ, С. ДЕРЮГА, В. ВЕСЕЛОВ	00:43:57.2	
3	СЕВЕРНАЯ Ж.Д.	М. РОЖКОВ, С. ТРУБАЧЕВ, Н. ВЛАСОВСКИЙ, П. ШИПИЦЫН	00:44:46.4	



найди 5 отличий*

Многие встречали в детских журналах игру с заданием найти десять отличий. В этой игре почти такое же задание. С виду, две фотографии ничем не отличаются друг от друга, но это только на первый взгляд. Пять элементов в них разные. Необходимо найти эти 5 отличий.





*- Правильные ответы вы найдете на сайте www.rfsolokomotiv.ru



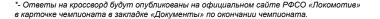
эрудит*

по горизонтали:

- 3. Бег на лыжах под руководством школьного физрука
- 4. Лыжные гонки входят в программу Зимних Олимпийских игр с 1924 года. Какой французский город принимал эту белую Олимпиаду?
- 5. «Колючий» прием лыжника, поднимающегося в гору.
- 6. Торможение на лыжах.
- 8. Актер, сыгравший «лыжника» в сериале «Семнадцать мгновений
- 9. Гонка преследования без перерыва. После преодоления первой половины дистанции одним стилем спортсмены меняют лыжи и сразу преодолевают вторую половину дистанции другим стилем.
- 13. Обувь, чтобы по сугробам ходить - предшественники лыж. 1 5. И лыжное двоеборье, и фристайл, и скитур - всё это лыжный ...
- 16. У этого спортсмена всё еще впереди.
- 17. Лыжня от старта до финиша. 18. «Косметика» для лыж.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 1. Косолапая таежная куница, которая из-за широких лап скользит по снегу как на лыжах. Кстати, мехом этого животного (как и соболиным) жители Сибири в старину подбивали лыжи.
- 2. Страна, в столице которой расположен старейший в мире музей лыж. Экспозиция музея рассказывает о 4000-летней истории лыжного спорта.
- 3. Город, где пройдет Чемпионат работников железнодорожного транспорта Российской Федерации по лыжным гонкам 2017 года
- 7. Опорные кольца лыжных палок. 10. Средняя часть лыжи в районе
- 11. Маневр с криком: «Лыжню!»
- 12. Бывает масс-... или раздельный.
- 13. Свободный, он же коньковый, вид бега.
- 14. Знаете ли вы, что 12 июля 1937 года на Красной площади прошел ... физкультурников, в котором принимали участие и лыжники?





Регистрируйтесь в программе «РЖД Бонус» и путешествуйте на поезде бесплатно!

Полная информация о правилах накопления премиальных баллов на сайте www.rzd-bonus.ru

Федеральная пассажирская компания www.rzd-bonus.ru | 8-800-100-1000





