

**Знаем-знаем, все вы очень устали в прошлом году. Но отдыхать можно не только лежа на диване. Мы сейчас расскажем, как отдыхали мы:**

Почти сразу после встречи нового года 5 января 2020 года в спортивном зале ДЮСШ прошли районные командные соревнования «Зимний экстрим» в рамках ежегодной Декады спорта и здоровья.

На старт вышли 4 команды: «Новый год», «Винегрет», «Серпантин» и «Оливье» каждая из которых, состояла из 2 женщин и 3 мужчин. Здесь не важен был ни возраст соревнующихся, ни физическая подготовка. Ключевое условие участия - быть приверженцем здорового образа жизни или быть готовым к выполнению нормативов ГТО. А уж, с какими результатами команды придут к финишу – зависело только от их сплоченности и организованности.

В назначенное время, перед началом состязаний участников соревнований приветствовала руководитель МЦТ Логинова Е.Н. Она объявила о начале соревнований и пожелала всем успехов и удачи.

Наступил самый ответственный момент - команды вышли на старт соревнований. Продемонстрировать спортивную подготовку участникам необходимо было в подтягивании на высокой перекладине, прыжках в длину с места, наклон из положения стоя на гимнастической скамье, поднимания туловища из положения лежа на спине, а так же пробежать полосу препятствий, где их ждали спортивные неожиданности.

Все этапы этого увлекательного соревнования проходили в напряженной борьбе. Болельщики и зрители следили за ходом событий и очень переживали. Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали всех настолько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил прийти к финишу первыми.

Первыми в это день стала команда «Серпантин», на втором месте «Новый год» и третье место поделили «Винегрет» и «Оливье».

