

В Тимирязевском лесопарке прошел 70-й забег движения parkrun

12.09.2016

Как сообщает [информационный портал «Север столицы»](#), в первый выходной осени более полсотни спортсменов вышли на дорожку в Тимирязевском лесопарке, чтобы в 70-й раз доказать любовь к бегу.

В конце мая мы отметили первую годовщину забегов на этой трассе. За небольшой срок мы набрались опыта, также у нас появились традиции, – рассказывает главный волонтер проекта parkrun в Тимирязевском лесопарке Юлия Ганичева. – Интересно, что традициям бега на этой территории уже очень много лет. Первые любительские кружки по занятию бегом зародились в Тимирязевке в 1865 году. Кроме того, в дореволюционный период в академии проводились регулярные забеги. Символично, что дистанция составляла пять километров, как и у нас».

70-й забег parkrun в Тимирязевском лесопарке среди мужчин уже второй раз выиграл Артем Цибак. По его словам, раньше ему не составляло труда финишировать уверенным лидером, а сейчас конкуренты поджимают. Подтверждение тому – всего девять секунд отрыва (общее время 17,36), на которые Артем обогнал своего ближайшего преследователя Вячеслава Компанцева. «Люблю parkrun за регулярные старты. Всегда протестировать себя и свою физическую форму. Утренняя пробежка дает потрясающий заряд бодрости, а ведь выходные только начинаются», – говорит Артем.

Среди женщин лучший результат 22,29 минуты показала жительница Тимирязевского района Сирина Галимуллина. Она говорит, что в parkrun ее привела сама судьба. «Я юрист, преподаю в сельхозакадемии, так что офисная жизнь с сидячим образом давали о себе знать. Год назад поняла, что пора меняться, и тут как раз увидела в «Фейсбуке» объявление об открытии трассы. Честно сказать, рассуждала очень прозаически – главное рядом с домом, поэтому и решила, что это знак, – рассказывает победительница. – В первый раз с трассой справилась буквально со слезами. Преодолела ее, переходя то на шаг, то на бег». Зато теперь Сирина – один из лидеров среди местных бегунов. «Я сама себе главный соперник. Обогнать кого-то – не проблема, однако какую цель ты при этом преследуешь? Убиться за километр? Прогрессировать надо с умом. Я могу быть второй, зато финиширую с личным рекордом, – продолжает Сирина. – Влившись в атмосферу parkrun, я стала фанатом спорта, теперь увлекаюсь не только бегом, но и фитнесом, йогой».

«В parkrun нет ни победителей, ни проигравших, – напомнила Юлия Ганичева, вручая лидерам забега кубки. – Движение parkrun – это прежде всего любовь к бегу, общение с единомышленниками и дружба».

Адрес страницы: <http://timiryazevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/3725082.html>

[Управа района Тимирязевский города Москвы](#)