

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА ЛЮБИМА НА ФИЗТЕХЕ



Команда ФАКИ традиционно является призёром первенства института по лёгкой атлетике, а также в составе сборной МФТИ выступает на межвузовских, городских и областных соревнованиях: первенстве вузов Москвы, первенстве Москвы, первенстве Московской области, легкоатлетической эстафете по Садовому кольцу.

В напряжённом учебном процессе студентам удаётся выделить время для тренировок без вреда хорошей успеваемости в институте. Опытные тренеры – преподаватели секции лёгкой атлетики МФТИ – помогают не только правильно выстроить тренировочный процесс, но и эффективно проводить ежедневные занятия, в том числе на стадионе и в секционном тренажёрном зале. Вся подготовка разбита на определённые периоды – подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный – в течение каждого из которых выполняются различные упражнения для развития необходимых бегуну качеств. Среди них – сила, общая выносливость, скоростная выносливость. Как правило, занятия проходят вечером после оконча-

СПЕЦВЫПУСК
"ЗА НАУКУ"



ФАКИ – ЧЕМПИОН



За наши спортивные победы благодарим тренерский состав:
Эдуарда Анатольевича
БЕЗДЕЛОВА
Анатолия Владимировича
МИТРОФАНОВА
Владислава Александровича
МЯКИШЕВА

Лучшие легкоатлеты факультета:

Владимир Захаров

(400 м, 800 м) – II разряд,

Дмитрий Кобелев

(100 м) – II разряд,

Сергей Копнин

(100 м) – II разряд,

Александр Зыков

(100 м) – II разряд,

Александр Лубнин

(800 м, 1500 м, 3000 м, 5000 м) –

II разряд,

Михаил Перунов

(100 м) – III разряд,

Андрей Костючик

(100 м) – III разряд,

Иван Неволин

(800 м) – II разряд,

Олег Опалев

(горный бег, ориентирование) – кандидат в мастера спорта.

СПЕЦВЫПУСК “ЗА НАУКУ”

ния учебного дня, но при высокой загруженности студента может быть составлен индивидуальный план тренировок.

Спортсмены ФАКИ успешно выступают на спринтерских, средних и стайерских дистанциях. Значительная часть рекордов МФТИ по лёгкой атлетике установлена студентами ФАКИ.

Каждое лето наши легкоатлеты отдыхают в спортивном лагере “Пестово”, а помимо академической стипендии получают материальную помощь от деканата.

Фото Алексея МАРТЫНОВА

