



Силовой экстрим

СОВСЕМ недавно в нашем городе появился новый фитнес клуб "Мега". Он уже пользуется спросом среди любителей "потягать железо" или просто поддержать себя в хорошей форме. Однако самое интересное то, что тренером в этом клубе работает бронзовый призёр кубка России по силовому экстриму Валерий Савин.

Еще в детстве Валерий заинтересовался спортом и, как многие, перепробовал несколько видов: футбол, волейбол, бокс, рукопашный бой. "Железом" же увлёкся в семнадцать лет перед армией. Когда он пришёл в спортзал и увидел атлетов, поднимающих тяжести, ему захотелось обрести такие же мускулы.

За три месяца интенсивных тренировок Валерий набрал 10 килограмм мышечной массы. Рослая фигура, хорошее питание и постоянные тренировки сделали своё дело. Вдохновлённый результатом, он продолжил заниматься.

Вернувшись из армии, Валерий более серьёзно увлёкся пауэрлифтингом и через четыре года выполнил норматив мастера спорта. Как раз в это время по телеканалу "Спорт" постоянно транслировались соревнования по силовому экстриму, где сильнейшие люди планеты демонстрировали чудеса человеческой силы и выносливости. Валерий даже не предполагал, что скоро он сам займёт место среди этих атлетов.

У Валерия Савина за плечами многочисленные награды, звания, достижения в различных кубках по силовому экстриму, которые проходят по всему миру. Сейчас он готовится к участию в чемпионате мира, который пройдёт в марте в Америке.

Как заметил Валерий, в нашем округе силовой экстрим не так сильно развит, как хотелось бы. Но в скором времени мегионцы любого возраста и любой физической подготовки смогут потренироваться вместе с мегионским богатырём и внести свой вклад в развитие этого вида спорта.

**Виталий
ЛБОВ**