

Летний спортлагерь на псковской земле

Автор: Аня Кычина, Оформление: Егор Тулин
СК «Альфа Битца», www.bitza-sport.ru

Озеро Верято
в Псковской области –
красивый уголок
нашей бескрайней
Родины, в котором
мы провели две
незабываемых недели.



Добирались все сюда по-разному, кто на машине, кто на поезде! Прибывшим на поезде была организована встреча на станции.

Две недели – это целых 14 дней!!! Казалось бы, ну чем же заняться вдали от цивилизации, чтобы не заскучать!!! Но с этими мыслями мы распрощались в самый день приезда! Заняться чем было!



Обустройство лагеря заняло не мало времени, ведь необходимо было создать все удобства домашнего быта: где спать, где есть ну и все в этом же роде.

Получилось все очень по-домашнему!

Не приходилось забывать и о прямых целях – тренироваться, тренироваться и еще раз тренироваться, а иногда и по два раза в день (для тех кто не дежурил, для самых стойких и сильных духом людей, ну и просто для тех, кому было не лень)! Существовал даже свой лагерный распорядок дня, которого все старались придерживаться!

Итак:

УТРО – подъем, завтрак и на тренировку.

Как правило, утренняя тренировка была велосипедная. Либо по шоссе, либо по пересеченной местности – у каждой есть свои особенности.



ШОССЕ. Что удивляло и радовало, так это отсутствие машин! Свежий воздух и отличное покрытие дороги! Никогда не думала, что может быть такое сочетание: шоссе и свежий воздух! В столице такого и не встретишь! Некоторые разогнались до сумасшедших скоростей. Все ехали по своим силам, но старались держаться в группе — так легче ехать (можно спрятаться за кем-то от ветра), а если удастся поймать общий темп, общее дыхание, воздушный поток – происходят чудеса ускорения!

В группе можно проехать всю дистанцию, да еще и на впечатляющей скорости!



«ПЕРЕСЕЧЕНКА». Тут свои правила езды. Свои скорости. Главное сильно близко не приближаться к товарищу, который впереди тебя (а то чуть неудачная кочка или песочек, колесо «гульнуло» – и вы уже в кустах!).

Как правило, езда по пересеченной местности – это было маленькое увлекательное путешествие. Иногда даже с препятствиями.



ДЕНЬ. Возвращение с велосипедной тренировки в лагерь, где уже ждал вкусный обед, приготовленный дежурными.

В лагере мы познавали искусства приготовления еды на костре, разведения костра с одной спички, заготовления дров, правильной валки деревьев, даже искусство построения походных бань и еще много всего интересного.



Затем было свободное время... Каждый занимался всем чем хотел: кто-то похрапывал в своей палатке, кто-то нежился на солнышке, кто-то купался, кто-то занимался греблей на каяке (под руководством профессионального тренера), на котором можно было даже научиться делать эскимосский переворот, кто-то греб на каноэ, кто-то на байдарке. Ух, наверное, это еще не весь список развлечений!





После свободного времени – вторая тренировка. Бег, лыжная имитация или волейбол. Кстати, к нашим соседям можно было заглянуть и поупражняться стрельбе из лука.

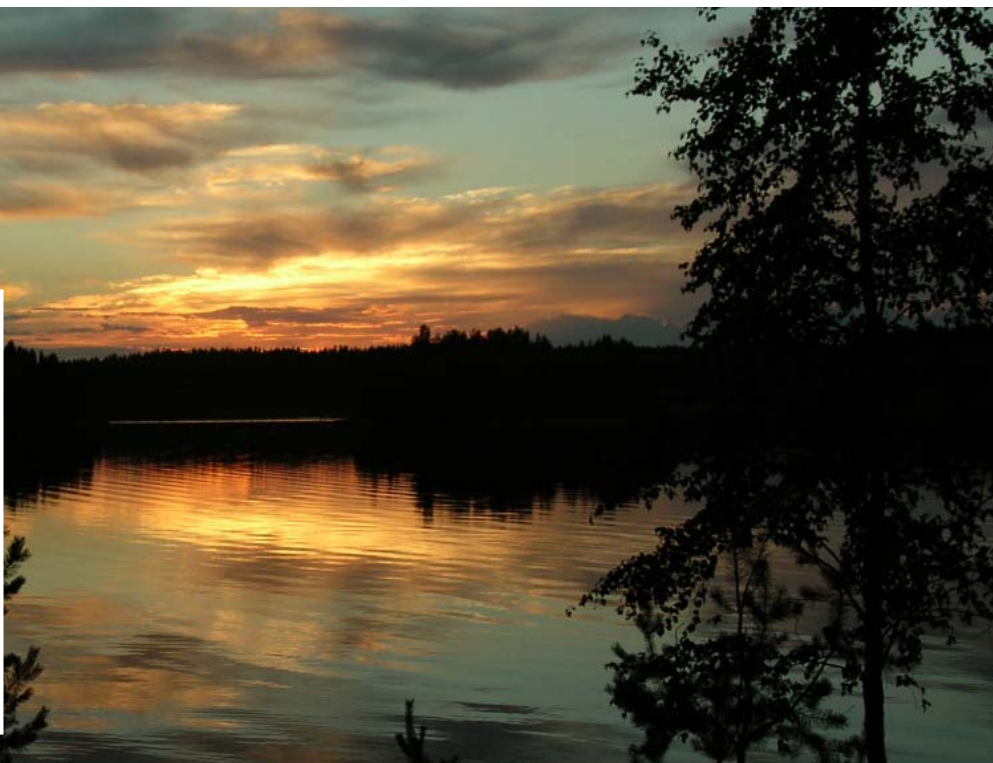


Периодически устраивались различные соревнования между соседними лагерями по следующим дисциплинам:

1. Гребля на байдарке, каяке или каное.
2. Метание камней.
3. Заплыв от одного лагеря до другого.
4. Волейбол.
5. Велосипед.
6. И даже шашки!!!

Были несомненные лидеры. Но всегда побеждала дружба.

ВЕЧЕР. Ужин, посиделки у костра. Красивые закаты солнца. И строго в 23.00 – отбой.



В лагере всегда было чем заняться, было весело и интересно, увлекательно и познавательно.

Напрашивается вывод – две недели в хорошей компании и на природе – это так мало!