



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,  
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

---

10.11.2019 19:11

**В Республике Алтай прошел Чемпионат по пожарно-спасательному  
многоборью - кроссфит**



В воскресенье 15 апреля центральная площадь города Горно-Алтайска на несколько часов стала спортивной ареной под открытым небом для огнеборцев Республики Алтай.

Представители всех пожарных частей региона приняли участие в зрелищных и динамичных соревнованиях - Чемпионате Главного управления МЧС России по Республике Алтай по функциональному пожарно-спасательному многоборью (кроссфит).

Кроссфит - это программа силовых упражнений, которая состоит из постоянно меняющихся упражнений высокой интенсивности, выполняемых с пожарным оборудованием и в боевой одежде. В Республике Алтай такие соревнования проводятся уже во второй раз. Впервые Чемпионат прошел в 2017 году.

Профессиональная борьба с пожарами требует особой физической подготовки. Огнеборцы должны быть готовы к любым заданиям – тащить снаряжение, переносить пострадавшего, выбивать двери, окна, если надо ползти, спускаться, бежать и т.д. и выполнять все это в полном обмундировании. Кроссфит как раз имитирует эту случайную последовательность задач.

Программа соревнований состоит из ряда силовых и прикладных упражнений, и свободного бега между этапами, которые выполняются участниками команд поэтапно без остановок:

Махи гирей весом 32 кг. Упражнения со штангой 40 кг. Кантование покрышки трактора «Belarus» на расстояние 30 метров. Перемещение покрышки колеса ударами кувалды на расстояние 10 метров. Перенос двух газовых баллонов. Прокладка рукавной линии на расстояние 40 метров. Перенос мешков с песком (40 кг) на расстояние 30 м. Жим мешков с песком над головой. Деблокировка пострадавшего из под железобетонной плиты. Перемещение пострадавшего на расстояние 30 метров. Отжимание. Буксировка автомобиля при помощи каната на расстояние 50 метров. Победитель в командном первенстве определится по наименьшему времени, затраченному командой при прохождении всех этапов дистанции.

В пожарном многоборье приняли участие 13 команд, 65 участников из всех районов республики и города Горно-Алтайска.

По итогам всех этапов соревнований победителями стала команда пожарно-спасательной части №3 села Майма, серебряные призеры – команда ПСЧ №2 г. Горно-Алтайска, третье место у пожарных села Чемал.

