



ПЕРВИЧНАЯ ПРОФСОЮЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«БОГУЧАНСКИЙ АЛЮМИНИЕВЫЙ ЗАВОД»

## ПРОФСОЮЗНЫЕ НОВОСТИ

### Спорт для детей. Кикбоксинг.



Мы продолжаем знакомить Вас с заводчанами, которые проводят занятия спортом с детьми, в спортзале «Металлург». Сегодня мы напишем о таком виде спорта, как – кикбоксинг. Этот вид спортивного единоборства набрал наибольшую популярность у мальчишек. Группа в которой занимаются дети членов профсоюза, является самой многочисленной, в ней занимается 17 человек, из них не только дети, но и юноши в возрасте 20-21 года. Наставником в данном виде спорта является **Александр Грачик, менеджер отдела эксплуатации зданий и сооружений ЗАО «БоАЗ».**

*«Заниматься спортом начал с раннего детства. Дома с братом стелили старые матрацы и отрабатывали приемы друг на друге, после просмотра фильмов с участием Ван Дамма. С 10 лет я пошел на секцию по Греко-римской борьбе, в 13 лет завоевал свою первую награду за 1 место. Затем мое внимание привлек рукопашный бой, за 1,5 года занятий добился успехов и в нем. Дальше я продолжил познавать разные единоборства, методом самообучения, что-то мне подсказывали друзья, также посещал экспериментальные тренировки. Сейчас занимаюсь кикбоксингом с ребятами и очень рад тому, что могу передать свой опыт будущему поколению. Я пытаюсь донести до воспитанников и духовные ценности, чтобы использовали свои навыки только на ринге, или в качестве самообороны. В дальнейшем планирую проводить занятия и по смешанным единоборствам», - пояснил Грачик.*

Тренировки проходят 3 раза в неделю, они очень интенсивные. Сил и энергии требуется много, но всем, кто приходит на данные занятия, это только в радость. Ребята, посещая тренировку, получают общее физическое развитие, привыкают к дисциплине и тренеру, приобретают уверенность в себе, а также учатся приемам самообороны. Кикбоксинг – это не драка, а развитие скорости, выносливости, стратегического мышления.

**Желаем нашим ребятам успехов в таком нелегком спорте  
и будущих побед!**



п. Таежный  
17 мая  
2019 г.