

«Радуга» на «Лыжне России - 2014» и «Московской лыжне - 2014»

10.02.2014



[Фото](#)

Второго и девятого февраля любители настольного тенниса из секции ГБУ «СДЦ «Радуга» принимали участие в XXXII-ой Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России» и XVII-ой - «Московской лыжне». В этом году эти соревнования были посвящены XXII зимним Олимпийским играм в Сочи и проводились в поддержку сборной команды России под девизом «Вперед Россия – к победам в Сочи».

Количество участников этих всенародных спортивных праздников на протяжении многих лет не уменьшается. Они рассчитаны на широкий круг любителей лыжного спорта, привлекают россиян к занятиям физической культурой и спортом, пропагандируют здоровый образ жизни.

Не секрет, что для спортсменов, играющих в настольный теннис, работа ног при выполнении ударов по мячу играет первостепенную роль. Чтобы выдерживать напряжение матча, соперники должны быть физически выносливыми. Весьма важно при игре в настольный теннис и правильно дышать. Вот почему теннисисты «Радуги» ежегодно пробегают в первое и второе воскресенье февраля традиционные 10 км на «Лыжне России» и «Московской лыжне».

До 15-16 часов в эти воскресные дни они на свежем воздухе «заряжались» положительными эмоциями и старались преодолеть дистанцию в намеченное ими самими время, а вечером в 18.00 приходили в спортзал школы № 1011 на тренировки по любимому настольному теннису.

Адрес страницы: <http://solntsevo.mos.ru/presscenter/news/detail/947190.html>

[Управа района Солнцево](#)