Второе место в спортивных соревнованиях по кроссфиту средисотрудников МЧС России Кемеровской области – Кузбассе

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| 23.07.202510:07 |
| **Второе место в спортивных соревнованиях по кроссфиту средисотрудников МЧС России Кемеровской области – Кузбассе** |
|  |
| Физическаяподготовка горноспасателей ВГСЧ МЧС России является ключевымэлементом их профессиональной деятельности. Сотрудники должны бытьв постоянной готовности к выполнению задач, связанных с ликвидациейчрезвычайных ситуаций, спасением людей и ликвидацией последствийаварий.  На базе функционального тренировочного комплекса Sport Box прошлисоревнования по кроссфиту, организованные для сотрудников МЧСРоссии по Кемеровской области – Кузбассу. Участники соревнованийвыполняли следующие упражнения:  - синхронное выполнение шести раундов комплекса упражнений;  - максимальное количество раундов за 10 минут в парном режиме, гдеучастники поочередно выполняют упражнения;  - финальный спринт, включающий эстафету с максимальной скоростью иодновременным выполнением упражнений на тренажере для максимальногосжигания калорий.  По результатам соревнований горноспасатели Прокопьевского ВГСО ФГУП«ВГСЧ» заняли 2 место. |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |