

Прославленный тренер Борис Васильковский провёл встречу со студентами ВоГУ



Сегодня, 4 апреля студенты факультета физической культуры Вологодского государственного университета встретились с заслуженным тренером СССР и России по конькобежному спорту Борисом Михайловичем Васильковским. Б.М. Васильковский был старшим тренером сборной СССР, работал за границей - в Польше, Китае и Казахстане. Благодаря российскому тренеру сборные этих стран сделали мощный рывок на мировой арене. Сегодня Борис Михайлович - аналитик центра подготовки сборных команд России Министерства спорта. Своим опытом сегодня тренер поделился со студентами.

Борис Михайлович прочитал две лекции:

1. Понятие суперкомпенсации в спорте.
2. Планирование годовых объемов тренировочного процесса в циклических видах спорта.

"Занимайтесь физкультурой и спортом! Лучше всего для здоровья подходят циклические упражнения - это бег, плавание, лыжные гонки. Они очень простые, приносят пользу и не требуют много затрат," - напутствовал молодых людей Борис Михайлович.

Тренер по конькобежному спорту со 2 по 5 апреля проводит в Вологде семинары для спортсменов и тренеров.

Мероприятия организованы Департаментом физической культуры и спорта Вологодской области, федерацией конькобежного спорта Вологодской области при личном участии Николая Алексеевича Гуляева.



