

Череповчанка Альбина Тумасян побила рекорд России в северной ходьбе



56-летняя спортсменка из Череповца, ветеран «Северстали» Альбина Тумасян в ультрамарафоне «Время рекордов» обновила рекорд России среди женщин в северной (скандинавской) ходьбе на 12 часов. Теперь рекордная дистанция составляет 75 километров и 60 метров. Трасса пролегла в парке «Сосновка» в Санкт-Петербурге.

«В 2013 году я познакомилась с этим видом спорта в санатории „Адонис“. Но увлеклась не сразу. Но вижу, что вроде спорт руки нагружает, появилось ощущение полета, настроение хорошее, эндорфины зашкаливают. В совокупности все это дало позитивный настрой — мне понравилось ходьба. Сейчас каждый день тренируюсь, прохожу километров по десять. В ультрамарафоне на 12 часов участвовала впервые. Но ходила шесть часов и даже 24 часа в этом же парке. Потом министр спорта нам в „Лужниках“ вручил сертификат о национальном рекорде. Тогда за 24 часа прошла 105,5 километра. Сейчас моя коллега Ирина Маркова прошла 163 километра, установив мировой рекорд. Во время ультрамарафона обязательно был отдых, нам делали массаж, мы пили, ели, кроссовки меняли. Я планировала пройти 70 километров, а прошла 75. Была жара, так что, конечно, устала», — поделилась Альбина Тумасян.

Ультрамарафон по северной ходьбе проходил в Санкт-Петербурге 27—28 июня.

Северная ходьба — вид спорта, в котором используется определенная техника ходьбы при помощи специально разработанных палок. Мировую популярность направление приобрело в конце 1990-х.

Источник: <https://cherinfo.ru/news/108842-cerepovcanka-albina-tumasan-pobila-rekor...>