

## Елизавета Бенидзе - бронзовый призёр чемпионата России по гиревому спорту



С 12 по 14 июня в Ростове-на-Дону проходил чемпионат России по гиревому спорту. Участие приняли 250 спортсменов из 34 регионов нашей страны. В командном зачете победу одержала команда Санкт-Петербурга, второе место у Калужской области, третье - у Ростовской области.

Вологодскую область представляли Елизавета Бенидзе и Егор Бурлаков.

**В рывке среди женщин в весовой категории 63+ кг Елизавета заняла третье место, уступив спортсменкам из Калужской области.**

На своей странице в социальной сети Елизавета написала: "Третье место. Но я не считаю этот старт неудачей. Ещё в прошлый ЧР я была 4 с результатом 198, на сегодня же 207 пусть даже и 3 место.

*Самое важное для себя я выполнила. Я побила рекорд и вступила на ступень пьедестала, на который не так просто попасть на таком уровне, учитывая уровень спортсменов.*

*После трех стартов, которые уже позади, я была готова абсолютно на все. Я могла, как поднять личный рекорд, так и потерпеть неудачу для себя.*

*На старте я не была заряжена на рекорды и победы, я просто сказала себе: "Ты должна отдать все силы!" На что бы я была сегодня не готова. Будь то 180, или 210. Для меня было уже не важно. Перед стартом то ли недоспала, то ли жара повлияла, предстартовое состояние оставляло желать лучше, на разминке кружилась голова. В тот момент дала себе понять, легко не будет. Настроилась на самый хардкор.*

*Но к моему величайшему удивлению, это состояние, это слабость мне помогла. Я была максимально расслаблена, потому что на то, чтоб напрягаться и чего-то париться у меня сил не было.*

*За подготовку и помощь спасибо моему тренеру, Вячеславу Яковлевичу, Александру Огареву*

*За подготовку гири огромное спасибо Джони, гиря была очень грамотно подготовлена, что безусловно дало*

большой плюс к результату.

Спасибо [Андрею Вильгану](#) за советы, за помощь, за поддержку.

Спасибо всем, кто помогал, поддерживал и кто искреннее болел."

Руки спортсменки. Фото с личной страницы Елизаветы Бенидзе.



Егор занял 12 место среди мужчин в весовой категории 85+кг

На чемпионате впервые были опробованы гири нового стандарта, подписан контракт на производство новых гирь с брендом "Уральская гиря".

Протоколы : <https://disk.yandex.ru/d/c7hXP4uol8W8jQ>