

К здоровью и молодости

В физкультурно-оздоровительном комплексе УлГУ начала работу студия йоги Айенгара.

Практика асан в йоге Айенгара более статична. Считается, что длительное пребывание в позе усиливает воздействие не только на мышцы, суставы и связки, но и на внутренние органы и даже клетки, эмоциональное состояние и ум. Практика делает тело более сильным и гибким, помогает добиться идеальной осанки. Постепенно изменения происходят и на более

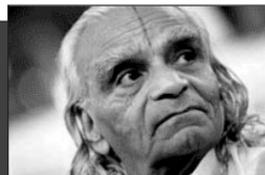
глубоких уровнях: выравнивается система энергетических каналов и центров. Особенностью метода Айенгара является постепенное развитие практики, переход от более простых поз к более сложным, использование разнообразных вспомогательных материалов - блоков, ремней, стульев, которые позволяют правильно расположить тело в пространстве.

Детальная работа и индивидуальный подход дают возможность заниматься йогой всем желающим и сделать практику каждого оптимальной. Йога Айенгара очень популярна на Западе и становится все более популярной в России.

Занятия в ФОКе УлГУ будут подразделяться в соответствии с уровнем подготовки: ознакомительный класс, классы для начинающих и опытных. В будущем инструкторы планируют открыть лечебную женскую группу - для будущих мам и дам с заболеваниями репродуктивной системы. На занятия приглашаются и мужчины. Премудростям йоги научат преподаватели, которые проходили стажировку в Московском центре йоги Айенгара.

Ольга НИКОЛАЕВА.

Дополнительная информация и справки по телефону 67-50-24.

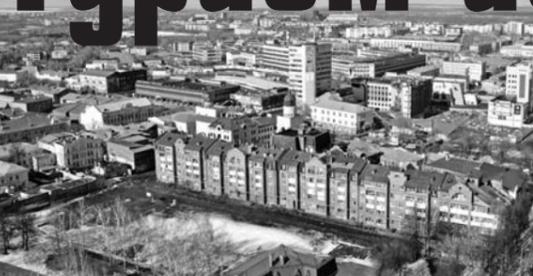


Основатель айенгар-йоги - Беллур Кришнамачар Сундараджа Айенгар. Родился 14 декабря 1918 в Индии. Преподаёт и практикует йогу более 75 лет и считается одним из самых выдающихся современных учителей в мире. Он написал много книг о философии и практике йоги. В 1952 году Айенгар познакомился и подружился с известным скрипачом Иегуди Менухином, который помог ему отправиться преподавать йогу в Европу. Впервые в истории большое количество западных людей познакомилось с практикой йоги. В 2004 году Айенгар вошёл в список ста наиболее влиятельных людей года по мнению американского журнала "Time".

В 2004 году Айенгар вошёл в список ста наиболее влиятельных людей года по мнению американского журнала "Time".

Инициатива

Туризм изменит имидж региона



В области планируется реализовать масштабный проект создания сети туристических кластеров.

Программа включает несколько основных направлений. В их числе - создание современных туристско-рекреационных кластеров. Ожидается, что это активизирует малый и средний бизнес, и кластеры станут точками роста муниципальных образований региона. Другим направлением станет повышение качества туристских услуг, в том числе за счет развития системы подготовки кадров и создания условий для организации деятельности некоммерческих организаций. Они могут получить целый спектр функций: разработка норм и стандартов ведения туристской деятельности, сбор и анализ оперативных и статистических данных, содействие развитию самостоятельного туризма.

Данное направление включено в концепцию областной целевой программы, направленной на развитие туризма. Документ утвержден на заседании местного правительства, он предусматривает создание на территории региона системы государственно-частного партнерства в сфере туристской отрасли. Программа предусматривает введение системы контроля за качеством услуг, продвижение туристских ресурсов области на мировом и внутреннем рынках. Авторы концепции предлагают посмотреть на туризм как на действенный механизм развития региона, позволяющий повысить эффективность вложений в содержание культурной сферы, увеличить рыночную стоимость земли, а следовательно - привлекательность территории для инвесторов и бизнеса.

По словам начальника отдела развития туризма, инфраструктуры малого и среднего бизнеса департамента развития предпринимательства Владиславы Слеповой, эффективная государственная поддержка обозначенных задач в

рамках проекта позволит не только привлечь дополнительные инвестиции в туристскую отрасль, но и изменить имидж

области. По прогнозам, каждый вложенный рубль из областного бюджета позволит привлечь в развитие инфрас-

структуры и сервиса въездного и внутреннего туризма не менее восьми рублей частных инвестиций.

В научной библиотеке УлГУ отметили Всемирный день туриста.

Участниками праздника стали студенты специальности "Социально-культурный сервис и туризм". О своем путешествии на Селигер, Енисей, Соловки с командой "Навигатор" рассказал профессор факультета математики и информационных технологий Сергей Мищенко. Команда состоит из восьми семейных пар разных городов России. Воспоминания о поездке не только остались на слайдах, но и запечатлены в книге бортового корреспондента Ольги Павловой "По волнам нашей памяти". Это издание Сергей Петрович подарил библиоте-

О неопишуемой красоте Байкала студенты узнали из фильма, который привезла из путешествия кандидат географических наук, преподаватель ИМЭиФК Рауля Са-



лахова. О жизни в Сибири рассказал преподаватель инженерно-физического факультета высоких технологий Василий Орлов.

С увлечением поделились воспоминаниями о путешествиях и сами студенты.

Бокс

Четырежды чемпионы



Ульяновские боксеры собрали богатый урожай наград.

иностранными боксерами из Италии. Сборная Ульяновской области оказалась одной из лучших, завоевав сразу четыре чемпионских титула. Золотой почин положил воспитанник Димитрий Димитровградской специализированной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва Павел Михалев. Ученик заслуженного тренера СССР и России Альфреда Гришина уверенно провел все четыре поединка в весовой категории до 52 кг. Непобедимыми на казанском

ринге оказались три товарища Михалева по сборной Ульяновской области - Тавдых Байрамов, Сухробек Каримжанов и Артем Левендеев. Причем Байрамов получил в Казани не только золотую чемпионскую медаль, но и значок мастера спорта России. Еще три представителя нашей команды стали "бронзовыми" медалистами турнира - Антон Антонов (весовая категория до 60 кг), Вячеслав Редьков (до 60 кг) и Евгений Перетока (до 69 кг).

По словам представителя Федерации бокса РТ Юрия Петрука, прошедшие соревнования стали отборочными перед чемпионатом России.

На представительном международном турнире в Казани они завоевали четыре золотые и три бронзовые медали. На соревнованиях на призы заслуженного мастера спорта, чемпиона мира Айрата Хаматова прибыли сборные из двадцати городов России, в числе участников были и

Слухи

Спорткомплекс "Ленинские горки", вероятно, не будет работать в этом зимнем сезоне.



Прощайте, "Ленинские горки"?

Сообщение об этом было размещено в социальной сети в Интернете, в официальной группе "Горки". Причиной стал запрет на продолжение деятельности, наложенный комиссией по чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Ульяновска. Инспекторы пришли к выводу, что без укрепления склона его эксплуатация создаст угрозу безопасности людей, зданий и сооружений.

Комиссия не налагала запрета на деятельность "Ленинских горок", она предписала до 1 декабря проложить дренажные системы в насыпи горнолыжного спуска. И только в случае невыполнения, возможно, встал бы вопрос о закрытии трассы. Видимо, руководство спорткомплекса решило пойти по пути наименьшего сопротивления.

Подготовил Евгений НИКОЛАЕВ.