



Департамент внутренней политики
Правительства Вологодской области



МОЛОДЕЖНЫЙ ПОРТАЛ
UPinfo
ВОЛОГДСКАЯ ОБЛАСТЬ



МЫ ВЫБИРАЕМ СПОРТ

г. Череповец

Воркаут

(англ. *workout* — «тренировка»)

— одна из разновидностей массовых физкультурных занятий, включает в себя выполнение различных упражнений на уличных спортплощадках: на турниках, брусьях, шведских стенках, горизонтальных лестницах и прочих конструкциях.



WORKOUT

vk.com/
club34311819
Street Workout (г. Вологда)



vk.com/
sw35_cherepovets
SW35 Street Workout
(г. Череповец)



WORKOUT



Скайраннинг

(англ. *skyrunning* — «бег на высоте»,
«высотный бег»)

— способ передвижения по горной местности
на высоте выше двух тысяч метров
над уровнем моря по рельефу.



SKYRUNNING



vk.com/

roofasvo

Федерация альпинизма
и скалолазания Вологодская область



vk.com/

etclub35

Вологодский Клуб
Экстремального Туризма

vk.com/

club615856

Школа Альпинизма (г. Череповец)



SKYRUNNING

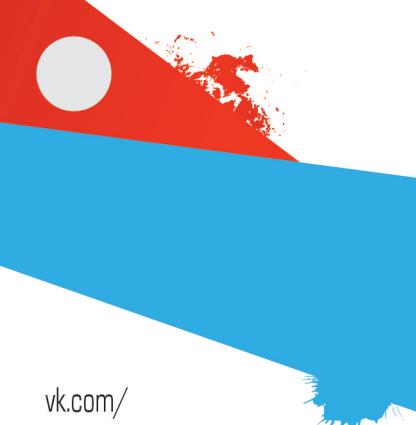


Паркур

(фр. *parkour* — «дистанция»,
«полоса препятствий»)

— искусство перемещения и преодоления препятствий (архитектурные сооружения: перила, парапеты, стены и пр.; специально изготовленные конструкции, применяемые во время различных мероприятий и тренировок.





vk.com/

club1253982Le Parkour
паркур в Вологде



vk.com/

club445787
Паркур в Череповце



PARKOUR



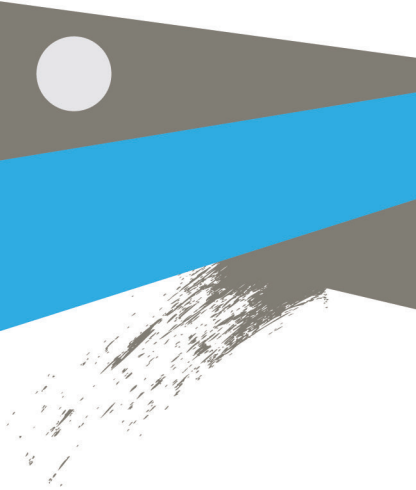
Трикинг

*(англ. tricking, martial arts tricking —
«трюки боевых искусств»)*

— спортивное движение,
представляющее собой сочетание движений
из боевых искусств, гимнастики, капоэйры,
брейкданса и других спортивных дисциплин
для создания зрелищной смеси
из вращений в разных плоскостях.



TRICKING



vk.com/
trickingclub
Трикинг | Tricking



TRICKING

Скейтбординг

(англ. skate — «конек»)

— вид спорта, представляющий собой катание на роликовой доске (скейтборде) с преодолением препятствий и выполнением сложных фигур.

Современный скейтбординг делится на несколько видов, для каждого вида существует своя техника, свои трюки.



SKATEBOARDING



vk.com/

club39470689

Скейт-парк города Вологды



SKATEBOARDING

BMX

(англ. *bicycle motocross* —
«велосипедный мотокросс»)

— экстремальный вид спорта, набор трюков,
выполняемых на велосипеде.

В качестве площадки используются
как ровные площади (асфальт),
так и перила лестниц, уличные скамейки,
парапеты, искусственные трамплины,
грунтовые трассы.



BICYCLEMOTOCROSS



vk.com/
velotire
BMX & MUSIC



vk.com/
club7257403
MTB AND BMX STREET (Вологда)



BICYCLEMOTOCROSS

Кроссфит

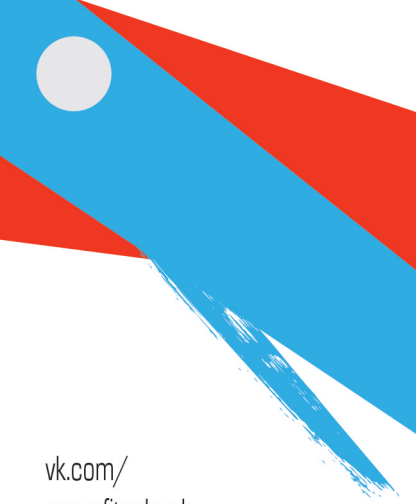
(англ. crossFit: cross

— «пересекать, совмещать, форсировать»,
fit — «в хорошей форме, сильный,
здоровый»)

— экстремальная система общей физической подготовки, основанная на чередующихся, базовых движениях из различных видов спорта (гиревой спорт, тяжелая атлетика, спортивная гимнастика, гребля, легкая атлетика и т. д.), выполняемых с высокой интенсивностью.



CROSSFIT



vk.com/
crossfitvologda



CROSSFIT



Алтимат

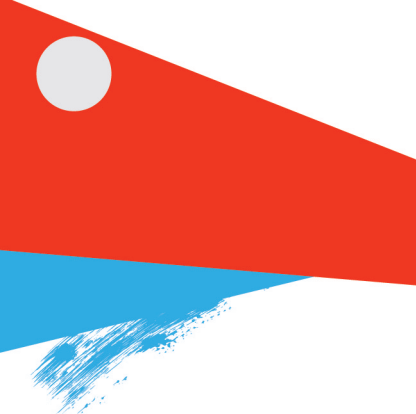
(англ. *ultimate* — «окончательный»)

— командный неконтактный вид спорта
с летающим диском (фрисби).

Игра ведется двумя командами
на прямоугольном поле с зонами в торцах.



ULTIMATE



vk.com/
frisbee_vologda
Фрисби Вологда



ULTIMATE



Фрироуп

free rope

(англ. free rope — «свободная веревка»)

— вид двигательной активности,
основанный на преодолении участниками
специальных дистанций, состоящих
из подвесных элементов,
без касаний контрольных поверхностей.



FREE ROPE

vk.com/
freerope_cherepovets
Фрироуп Череповец



Официальная страница
федерации фрироупа:

vk.com/
nffreerope Фрироуп | Freerope
(Федерация Фрироупа)



FREE ROPE