

В Истре провели обучение инвадайвингу

Член Общественной палаты Истринского района Дмитрий Ляпин, возглавляющий клуб «Истра-Дайв» и являющийся его инструктором, вместе со своей командой провел сеанс обучения инвадайвингу и подводному плаванию.

Команда Истринского клуба «Истра-дайв» продолжает популяризировать дайвинг. Недавно она провела бесплатную тренировку погружения с аквалангом в бассейне спорткомплекса «Fitness-One» в Истре.

Воскресным вечером в бассейне комплекса собрались желающие научиться подводному плаванию. Руководитель клуба «Истра-дайв», инструктор Всемирной конфедерации подводной деятельности (CMAS — Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (фр.) — *прим. ред.*) Дмитрий Ляпин вместе со своими помощниками проводили инструктаж для новичков.

Дмитрий и Виталий объясняли, как правильно дышать под водой при помощи баллона с воздухом, как пользоваться маской и погружаться. Каждый, облачившись в гидрокостюм и зайдя в чашу бассейна, по несколько раз проплывали под водой, чтобы почувствовать свободу этого вида плавания.

Впервые обучение дайвингу клуб проводит и с людьми с ограниченными возможностями. Попробовать свои силы в погружении решил 18-летний Даниил Руднев, с рождения страдающий заболеванием позвоночника.

- Сначала — страх, а потом привыкаешь и чувствуешь себя намного лучше. Обязательно буду продолжать обучение. Я поставил для себя цель стать кандидатом в мастера спорта, — рассказал Даниил.

Даниил добавил, что всю жизнь мечтал заниматься плаванием и когда полтора года назад узнал, что в СК «Арена-Истра» начались занятия в бассейне для маломобильных людей, он с удовольствием стал заниматься.

- В воде люди с ограниченными возможностями свободно начинают двигаться, приходит сила в мышцы и сухожилия, которые не работают в обычной среде, появляется уверенность в себе, ты начинаешь чувствовать себя нормальным человеком. И я ощущаю действие плавания: если раньше я передвигался с помощью палочки, то уже две недели как обхожусь без нее. А обучение дайвингу для меня — новая цель, — позитивно настроен Даниил.

- Сегодня мы проводим пробные погружения для всех желающих и хотим возродить эту традицию, начавшуюся в середине 70-х годов на базе ВНИИЭМ, но с годами угасшую. Одним из направлений дайвинга является инвадайвинг — обучение погружению людей с ограниченными возможностями.

В прошлом году наш клуб прошел обучение в Конфедерации подводного плавания и получил сертификат на этот вид деятельности. Обучения можем проводить в бассейне СК «Арена-Истра» и в санатории «Истра». Комплекс «Fitness-One» также вполне оборудован для проведения занятий с людьми с ограниченными возможностями, - пояснил Дмитрий Ляпин.

Напомним, что в прошлом году истринский клуб аква-дайвинга «Истра-дайв» получил вторую премию губернатора Московской области «Наше Подмосковье» за проект по очистке водохранилища путем погружения. Дмитрий и его команда используют полученные средства как на развитие инвадайвинга в Истринском районе, так и для популяризации подводного плавания в Подмосковье.

Напомним, что в Московской области завершается приём заявок на премию «Наше Подмосковье». Последний день для регистрации — 31 июля. От Истринского района пока зарегистрировано 84 проекта. Всего на сайте премии официально зарегистрировано более 25 000 заявок. Лидирует по их числу Химкинский район. Второе место — у Одинцовского района, на третьем — Пушкинский район. Наибольшей популярностью в этом году пользуется номинация «Больше, чем профессия».



