



Гость соревнований  
**Добрыня Малинин**

– многократный победитель Краснодарского края по гиревому спорту, двукратный чемпион Российской Федерации среди юношей до 18 лет, чемпион Европы 2019 года среди юношей до 18 лет, воспитанник тренера-преподавателя по гиревому спорту **Валерия Павловича Игнатенко**. Добрыня учащийся МБОУ СОШ №22 им. Героя России В.Е. Едаменко города Приморско-Ахтарска.

Юный чемпион показал сложнотехническое упражнение - толчок гири по длинному циклу. Показ был слитным, четким и точным, в установленном темпе, чтобы у ребят сложилось полное представление об упражнении в целом. Это упражнение одно из самых мощных упражнений, развивающих мышцы рук и плеч.

**Тренируйся с теми, кто сильнее. Не сдавайся там, где сдаются другие.  
И победишь там, где победить нельзя.**