Гір спорты

Written by
Thursday, 14 January 2016 11:34 - Last Updated Wednesday, 02 September 2020 17:11

Гір көтеру спорты

Гір көтеру спорты-спорттың циклдық түрі, оның негізінде бөлінген уақыт ішінде гір тасын мүмкіндігінше көп рет көтеруге жатады.
XX ғасырдың 60-шы жылдарының соңына дейін гір спортының кәзіргі түсінігінде күш төзімділігінде жарыс болған жоқ. Дегенмен, гирьлін өздері XVII ғасырдың соңынан спорттық снаряд ретінде белгілі болды. Штангалар мен гантельдермен қатар гирь деве күшін дамыту үшін немесе цирктік өнер көрсетулерде қолданылады.

1948 жылдың 24 қазанында аумыр атлетикашын мамандарының шетрошкамен атлетгер екі жүзді гирлермен жаттығатын алғашқы жарыстар өтпейді. Ресми ережелер жөі болған жоқ, бірақ мұндай конкурстар тұрақты түрде өткізіле бастады және аумыр атлетгер өз спорттарына жаппай тарту тесілін көрді. 1962 жылы гір спорты бойынша жарыстардың бірінші ережелері енгізілді.

Гір спорты бойынша жарыстар массайыс бойынша 16, 24 және 32 кг салмақтағы гір тастарымен өткізілді: екі гір тасын екі қолмен серпе, бір және басқа қолмен гірді демалу үшін үзіліссіз жұлып алу; немесе ұзын цикл бағдарламасы бойынша: екі гір тасын жеделмен екі қолмен жтеріп, гірді қысқа түсіру.

Гір тасын көтеру спортынан Әлем Чемпионаты
10.10-16.10.2018 жылы
Латвия, Даугавпилс қаласы
Абдахин Серик – 1 орын (жаттықтырушы), Зупар Аскарал – 2 орын

Гір спортынан Қазақстан
Республикасының Чемпионаты
30.04-04.05.2018 жыл, Қостанай қ.
Зупар Аскарал – 1 орын, Самарина
Татьяна – 2 орын,
Кузнецова Светлана – 3 орын, Скипов
Саян – 3 орын.

Гір спортынан Қазақстан Республикасының Чемпионаты
17-19.05.2019 жыл, Петропавл қаласы
1 орын – Кузнецова Светлана, Зупар Аскарал.