



30 апреля сотрудники пожарно-спасательной части Белогорска отмечают свой профессиональный праздник. В этот день исполнилось 374 года со дня образования пожарной охраны России. Накануне на территории пожарной части впервые прошёл кроссфит – пожарное многоборье.

Померяться силами пожарные пожарно-спасательной части №4 решили не только между собой, но и пригласили коллег из гарнизонной пожарной части Минобороны РФ. На площадке у здания пожарной охраны сегодня, 27 апреля, состязались тридцать человек - пять команд. Согласно условиям кроссфита все участники выступали в полном боевом облачении. Шлем, теплозащитные куртка и брюки, спасательный пояс с карабином и топором, тяжёлые резиновые сапоги, краги и дыхательный аппарат с кислородным баллоном, каска. К слову, общий вес экипировки - около 17 кг.

Испытания включали в себя махи и приседания с гирей весом в 24 кг, кантование 94-килограммовой покрышки от «Урала», прокладку рукавной линии с последующей её скаткой, отжимание, транспортировку пострадавшего (участник должен был протаскать его, подхватив подмышки, несколько метров), а также буксировку аварийно-спасательного автомобиля «ГАЗель» с помощью троса.

Кроссфит – комплексное испытание выносливости организма. Нагрузка на все группы мышц. И самое тяжёлое - не сдаться, не бросить. Уже к середине этапа видно - участникам кроссфита приходится нелегко. По словам начальника ПСЧ-4 Павла Зуева, при выполнении кроссфита спасатели выдерживают ту же нагрузку, которая выполняется спасателями при чрезвычайных ситуациях и пожарах - это переноска тяжелых вещей или пострадавших, поднятие блоков обрушившихся конструкций, смотка

В Белогорске состоялся первый пожарный кроссфит

Автор: Елена

27.04.2023 17:15 -

рукавов, разборка разрушенных стен зданий.

В результате первое место заняли пожарные третьего караула ПСЧ №4, второе – второй караул части, на третьем месте – пожарная команда белогорского гарнизона, сообщает информационная программа "Будни".