

## **В Белогорске состоялся первый пожарный кроссфит**

Автор: Елена  
27.04.2023 17:15

---

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 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".