

## «Окская тропа» - 2018

Почему я пишу о трейле «Окская тропа»? Наверное, хочется хотя бы мысленно еще раз посмаковать это событие. Как я там оказалась? Рассказы спортсменов об особой энергетике массовых стартов провоцировали желание самой это прочувствовать. Останавливало то, что бегунья я еще та, тащиться в хвосте убегающей толпы перспектива нерадостная.

Красочные анонсы «Окской тропы» бередили душу... Последним толчком стала информация о том, что по возрасту я уже отношусь к категории суперветеранов (ужас!). Тянуть дальше некуда, пора! Заявилась на 23 км и со страхом стала ждать старта. Потом на эту же дистанцию заявила Женя Цветкова, и бояться мы стали вместе.

1 июля. Стартовая поляна очень праздничная, яркая. Преобладает молодежь в потрясающе красивых спортивных нарядах с немислимыми питьевыми системами – бутылки крепятся и на предплечьях, и на поясе (в 30 градусов питьевая система на спине – жарковато). От обилия таких крутых бегунов мы начинаем комплексовать и тихонько уходим гулять на кладбище, из-за чего пропускаем красочное действо на открытии соревнований.

Старт! Нашей маленькой компанией (Женя Цветкова, Юля Манова и я) скромно пристраиваемся в конце. На первом крутом спуске народ в зальных кроссовках идет по узкой тропе очень медленно, и мы лихо обгоняем их по бездорожью (что нам жиденький шиповник после пырских болот!).

Дальше тихонько бежим вверх-вниз по полям, березовым перелескам, спускаемся к Оке. Отрезок по траверсу крутого склона, камням и глине. Над нами, немисливо высоко, Чубаловское обнажение. Очень крутой подъем с помощью веревок (спасибо, шипованные кроссовки!). Подъем бесконечный! Вверху –

Затем бежим то по глиняным дорогам – почва очень сухая, потрескавшаяся, прямо такыр, то по узеньким тропкам в высокой траве. Калейдоскоп впечатлений, потрясающие окские дали. Змейка участников забега растянулась далеко вперед и уходит за горизонт. Мы все еще бежим! Только подъемы преодолеваем пешочком.

Понимаю, что на рогеинах работа с картой, постоянный анализ ситуации отнимает очень много сил. Трейл – это просто песня!

Километров за 5 до финиша (мы пока бежим) нас легко обгоняет лидер забега на 34 км, потом подтягиваются его сотоварищи.

Юля спрашивает, когда же будут лужи? Говорю, что уже не будет, подъемами наелись. Юля, как опытный участник трейлов, возмущается, что трейл без грязи – не трейл. Ее ожидания оправдываются – первая лужа с вонючей грязью по колено, затем вторая и третья, все глубже и глубже. Удовлетворенная, она быстро исчезает впереди, а я отстаю, бежать уже не получается. Последние километра два – длинный, пологий тягун, иду пешочком, пытаюсь найти и скопить силы для красивого финиша.

На финише – дружный хор: «Давай, еще немного!». Спасибо за поддержку! На шею вешают тяжелую, потрясающе стильную медаль финишера. Горячая гречка с гуляшом, сосиски в тесте, компот, бананы и другие вкусности. Приходит осознание – я это сделала!!!

Большой респект организаторам, приветливым и заботливым волонтерам – четкая работа, обилие питьевых пунктов, очень красивая и разнообразная дистанция, атмосфера праздника!

В планах на следующий год появилась галочка – трейл «Окская тропа» - 2019!





[vk.com/anastasiya52](https://vk.com/anastasiya52)























[vk.com/anastasiya92](https://vk.com/anastasiya92)





VR.com. Anastasiya



АЛЬПИНА  
сеть магазинов  
турагентств outdoor

АЛЬПИНА  
alpindustria.ru

ИНЫ  
стрия":

Петербург  
оск  
бург

ляна  
ria.ru

МЫ ПР

- Снаряже альпиниз скалолаз
  - Экипиров зимних с
  - Товары палатки спальн
  - Одежда активн
- Тур  
Пр  
Аль  
www.







**АльпИндустрия**  
сеть магазинов и  
турагентстве outdoor

**АльпИндустрия®**  
[www.alpindustria.ru](http://www.alpindustria.ru)

**Магазины**  
АльпИндустрия":  
Москва  
Санкт-Петербург  
Новосибирск  
Катеринбург  
Снодар  
Скол  
Сная Поляна  
Интернет-  
магазины  
[alpindustria.ru](http://alpindustria.ru)

**Мы продаем**

- Снаряжение для альпинизма и скалолазания
- Экипировка для зимних видов спорта
- Товары для туризма: палатки, рюкзаки, спальники
- Одежда и обувь активного отдыха

Турагентство  
"Команда Приключений"  
АльпИндустрия  
[www.alpindustria.ru](http://www.alpindustria.ru)









