



История клуба «Тонус»

1986 г.

Начало славной
истории клуба «Тонус»





История клуба «Тонус»

Ноябрь 1986 год

- ❖ В ноябре 1986 года по инициативе Виктора Павловича Истомина и группы энтузиастов, состоящей в основном из работников телефонного завода, был организован клуб «Тонус».
- ❖ Получено Благословление от Нептуна Камского;

ЭТО БЫЛО НЕДАВНО..... ЭТО БЫЛО ДАВНО.

В 1985 ГОДУ ПРИ КЛУБЕ ЗАКАЛИВАНИЯ «КАМЯ», ЧТО БАЗИРУЕТСЯ ЗА РЕЧНЫМ ВОКЗАЛОМ, ОБРАЗОВАЛАСЬ ГРУППА МОРЖЕЙ В КОЛИЧЕСТВЕ 20 ЧЕЛОВЕК, В ОСНОВНОМ РАБОТНИКОВ ТЕЛЕФОННОГО ЗАВОДА.

В НОЯБРЕ 1986 ГОДА ПОД РУКОВОДСТВОМ **ИСТОМИНА ВИКТОРА ПАВЛОВИЧА** ЭТА ГРУППА ОТПОЧКОВАЛАСЬ ОТ МОРЖЕЙ КЛУБА «КАМЯ». ПРИ СОДЕЙСТВИИ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ КОЛЛЕКТИВА ФИЗИКУЛЬТУРЫ ТЕЛЕФОННОГО ЗАВОДА **СПИРИДОНОВА В.**, **ИСТОМИН В.П.** ПРИОБРЕЛ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ ДВА ВАГОНЧИКА, КОТОРЫЕ БЫЛИ ПРИВЕЗЕНЫ И УСТАНОВЛЕНЫ НА НАБЕРЕЖНОЙ РЕКИ КАМЫ, БЛИЗ ГРУЗОВОГО ПОРТА. ПО ЦЕХАМ ЗАВОДА БЫЛИ СДЕЛАНЫ РЕЙДЫ С ЦЕЛЮ АГИТАЦИИ ЛЮДЕЙ В ГРУППУ ЗАКАЛИВАНИЯ. В РЕЗУЛЬТАТЕ ГРУППА ПРЕВРАТИЛАСЬ В СЕКЦИЮ МОРЖЕВАНИЯ «ТОНУС» С КОЛИЧЕСТВОМ ОКОЛО 50 ЧЕЛОВЕК. В 1989 ГОДУ СЕКЦИИ БЫЛ ПРИСВОЕН СТАТУС **СПОРТИВНОГО КЛУБА ЗАКАЛИВАНИЯ**. ЦЕНТРАЛЬНАЯ И РЕГИОНАЛЬНАЯ ПРЕССА СТАЛА ОТМЕЧАТЬ ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ НАШЕГО КЛУБА.



О ВСЕМОГУЩЕМ ВАЯДЫКО
КАМЕКИХ ГЛУБИН, ВЕЛИКИЙ ГОСПОДИН НЕПТУН,
ДАЗВОЛЬ МНЕ, ПРЕДВОДИТЕЛЮ МОРЖОВОГО КЛАНА,
ОБОСНОВАТЬСЯ ЗДЕСЬ, В ТВОИХ ЦЕЛЕБНЫХ ВОДАХ, БЛИЗ
«ГРУЗОВОГО ПОРТА» И ЧЕРПАТЬ ДРАГОЦЕННУЮ ЗДОРОВЬЕ
СО СВОИМ НАРОДОМ.



Так сему и быть.
Не печалуйся, Воевода, ступай
с богом к своей моржовой рати,
да выполняй своё благостное дело.
Даю тебе своё благословение!



История клуба «Тонус»

Ноябрь 1986 год

- ❖ Получено Свидетельство о рождении Клуба;
- ❖ Написан Гимн Клуба;

И покатилося колесо истории...

ОТКУДА ЕСТЬ-ПОШЁЛ МОРЖОВЫЙ КЛАН «ТОНУС».

СВИДЕТЕЛЬСТВО О РОЖДЕНИИ.

РЕБЁНОК : Клуб закаливания «Тонус» Викторovich

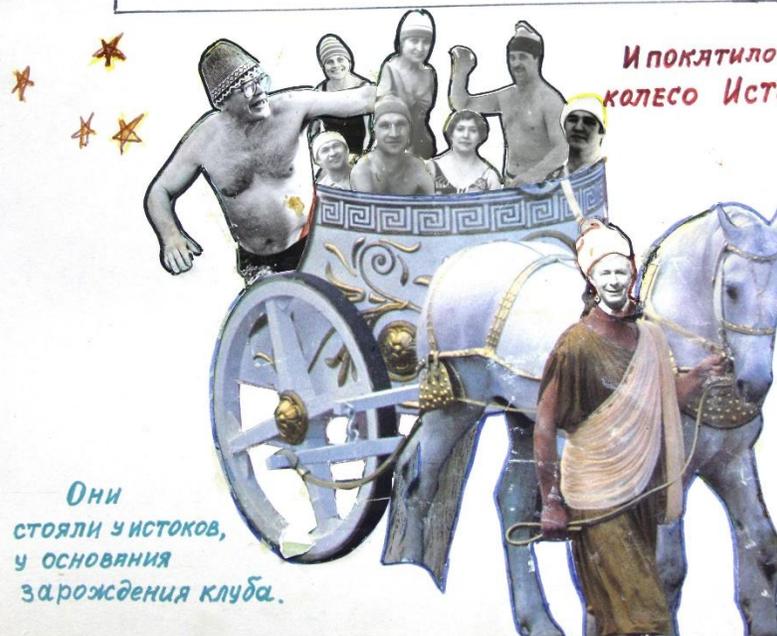
РОДИТЕЛИ : Отец - Истомин Виктор Павлович

Мать - клуб закаливания «Камя»

МЕСТО РОЖДЕНИЯ : г. Пермь, набережная р. Камы
у грузового порта.

ВРЕМЯ РОЖДЕНИЯ : Осень золотая 1986 года

ЦЕЛЬ РОЖДЕНИЯ : Пропаганда здорового образа жизни.



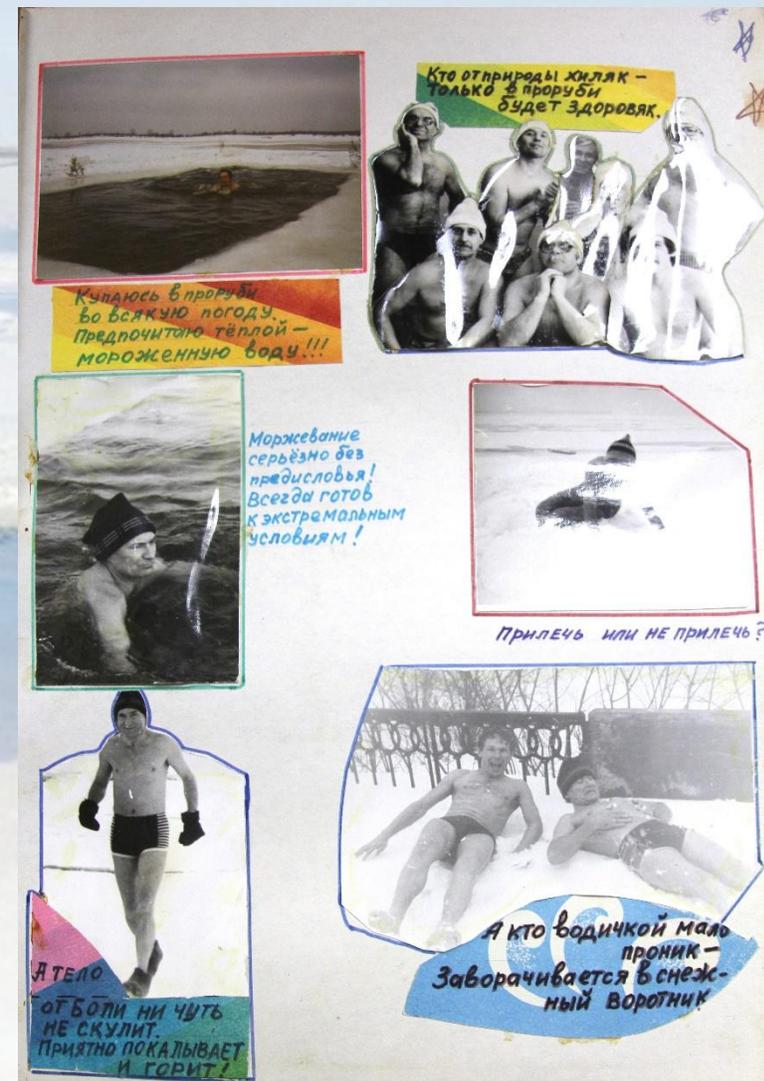
ГИМН КЛУБА «ТОНУС»

А мы моржи, и этим много сказано.
Улыбок наших вам не сосчитать.
Со всякими болезнями завязано
я это, братцы, надо понимать!
Как и у всех бывают в жизни трещины,
но стоит ли грустить и унывать.
Морозом яростным мы в проруби окрещены,
я это, братцы, надо понимать!
Мы не одни, а вместе с нами женщины,
очарованья им не занимать,
в холодной Каме с Нептуном обвенчаны,
я это, братцы, надо понимать!
Да, мы моржи, и этим много сказано.
И жизнелюбие готовы всем отдать,
своею дружбою мы «Тонусу» обязаны,
я это, братцы, надо понимать!



История клуба «Тонус»

❖ И потекли нормальные «моржовские» будни...





История клуба «Тонус»

❖ И потекли нормальные «моржовские» будни;





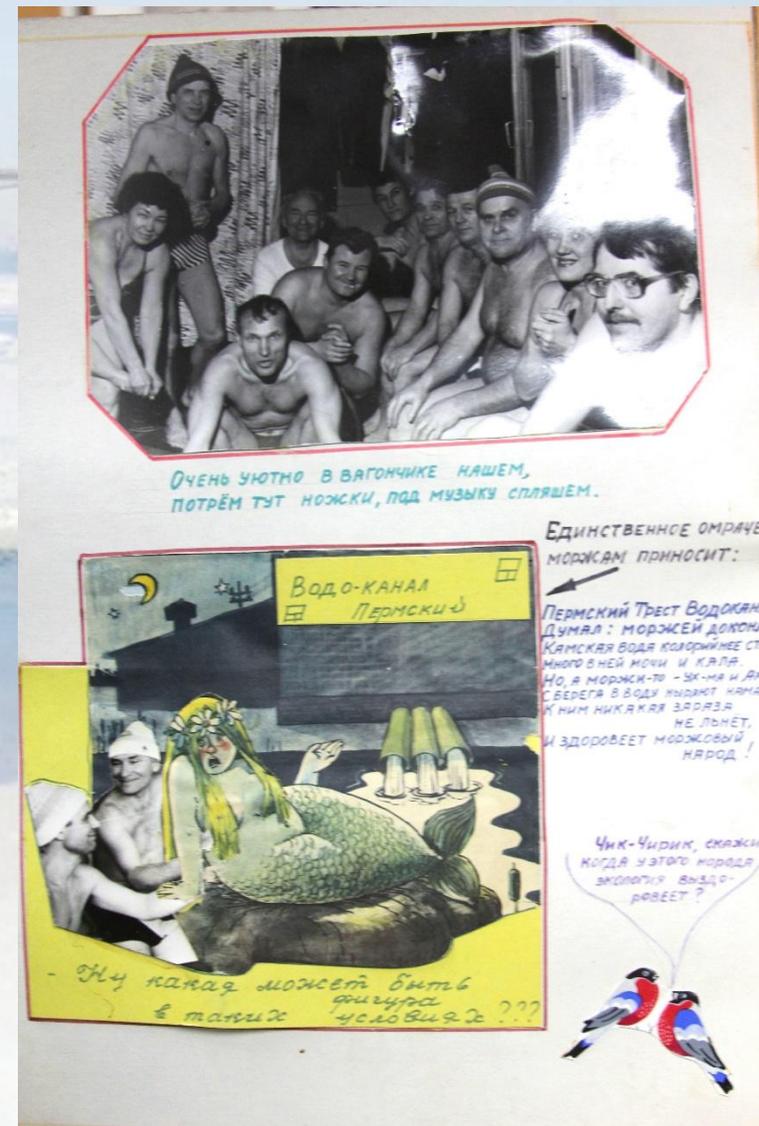
История клуба «Тонус»

Виктор Павлович, не тужи,
Размножаются «моржи»:
Разрастается семья,
У тебя уже семь Я!



Виктор Павлович, не тужи - размножаются моржи:
Разрастается семья - у тебя уже семь Я.

Улыбок наших вам не сосчитать.
Со всякими болезнями завязано.
Я это, братцы, надо понимать!



Очень уютно в вагончике нашем,
Потрём тут ножки, под музыку спляшем.

Единственное омрачение
моржам приносит:

Пермский Трест Водоканала
Думая: моржей доконал,
Камская вода колоритнее стала,
Много в ней мочи и хлора.
Но, а моржи-то - зк-ня и дя,
С берега в воду выдают камушки,
К ним никакая зарплата
не лонет,
и здоровеет моржовый
народ!

Чик-чирик, скажи
когда у этого народа
экология здоро-
равеет?





История клуба «Тонус»

1987 год

- ❖ Дружеские встречи с «моржовскими» клубами других городов и поселков;

*ЭТО БЫЛО НЕДАВНО.....
ЭТО БЫЛО.....*

В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ МОРЖЕВАНИЕМ КОЛЛЕКТИВ КЛУБА ПОСТОЯННО ОБЩАЕТСЯ С ДРУЖЕСКИМИ КЛУБАМИ НЕ ТОЛЬКО Г. ПЕРМИ, НО И С ИНОГОРОДНИМИ КЛУБАМИ: «ЭНЕРГИЯ» (г. Добрянка), «ВИКТОРИЯ» (п. Ильинский), «БЕЛЯ ЧАЙКА» (с. Култаево), «ВИРТУС» (г. Зякяжск), г. Н.-Тягил, БЕРЕЗНИКИ.....

ДРУЖЕСКИЕ ВСТРЕЧИ ОТЛИЧАЮТСЯ ВСЕГДА МАССОВОСТЬЮ, НЕПРИНУЖДЁННОСТЬЮ, РАДОСТЬЮ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ, БЛИЗКИМИ ПО ДУХУ. ПОСТЕПЕННО ЭТИ ВСТРЕЧИ ПРИОБРЕЛИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ДУХ. СПОРТСМЕНЫ И НЕ СПОРТСМЕНЫ-МОРЖИ КЛУБА «ТОНУС» ПРИНИМАЛИ У СЕБЯ И ВЫЕЗЖАЛИ В ДРУГИЕ ГОРОДА: МОСКВА, ТЮМЕНЬ, МУРМЯНСК, КЯЗЯНЬ, АЛМЕТЬЕВСК И ДР. ГЕОГРАФИЯ ВЫЕЗДОВ РАСШИРЯЛАСЬ. ПОЧАЯЛУ НАШИ СПОРТИВНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ БЫЛИ СКРОМНЫМИ. НО РОС КЛУБ – РОСЛИ СИЛЫ И СПОРТИВНЫЙ АЗАРТ.



*Тропа на моржедроме
ЛЕДЕНЕЕТ,
И ВРЕМЯ ОКУНУТЬСЯ
НАСТАЁТ.
ДРУЗЬЯ ВОКРУГ, ПОЭТОМУ
СМЕЛЕЕ
НА МОРЖЕВАНИЕ
ШЕСТВУЕТ НАРОД*

*Где-то в ледовитом плявают тюлени,
Я уныс на Каме – плявают моржи.
Перед этим чудом преклони колени,
И об этом чуде-юде людям расскажи.*

ДРУЖЕСКИЕ ВСТРЕЧИ.



1987г.



*ОТКРЫТИЕ ЗИМНЕГО СЕЗОНА
В ГОСТЯХ У «ТОНУСА» «КАМСКИЕ МОРЖИ»*

*Тут Камский царь Нептун руководит своим народом,
Тут чертовка прискакала на зов Нептуна.*



ПРИЕМ В МОРЖИ.

*Если кто-то другом был в моржи затащен,
И поступок этот в сердце вам проник,
Будьте же здоровы, холод нам не страшен.
Закаляйте нездоровых, помните о них.*



История клуба «Тонус»

Май 1989 г.

Первые победы

- Нина Максимова, Елена Водилова и Виктор Харин становятся призерами 3-го Чемпионата Урала по зимнему двоеборью среди моржей в Нижнем Тагиле.





История клуба «Тонус»

1990 год

❖ С Новым 1990 годом!





История клуба «Тонус»

Март 1990 г.

- ❖ 2-е место на IV Открытом областном чемпионате по зимнему двоеборью в Березниках;

ПОБЕДА В БЕРЕЗНИКАХ. МАРТ 1990г.



«Век Пермь»
28 марта 1990 г.

ЧЕМПИОНАТ «МОРЖЕЙ»

В Березниках прошла чемпионат «Век Пермь» по зимнему двоеборью среди клубов области и городов области.

Эти соревнования стали уже традиционными и проводились в этом году четвертый раз. Приехали участники около 30 человек из городов Пермь, Березники, Спартанки, Березники, Рыда, Нытвенка, Изволен, Тавла. Пермь представляла спортивное трио клубов «Амурс», «Альберт» и «Стелла».

В программе соревнований — лыжные гонки на 5 км у мужчин и на 3 км у женщин и лыжероллерный спорт.

В результате двукратный чемпион Пермского края Т. Горюнов из сборной команды Березники, выиграл в лыжероллерном виде на трассе — жидкий снег.

В женской гонке, 3023 м

Быстро идет Пермь представляется и в области Пермь на первом этапе соревнований. В Березниках.

В лыжной гонке у мужчин выиграл А. Ефимов (оба — «Альберт»), занявшие второе место в дисциплине лыжероллерный спорт.

Д. Мухоморов (Спартанки) и А. Михайлов (Альберт).

То же самое по номерам соревнований в клубе жонка «Амурс» — олимпийская аркада вторича уральской спортивной и легкой атлетике — «Стелла» Березники.

Результаты: Пермь выиграла чемпионат — от Березники до Пермь выиграл трюк, от Пермь до Москвы им выиграл и от Москвы до Рязань и был, естественно, с призами с пенальти тридцатью. Сильно спортивное событие.

С. ДУКАННА.

Зимняя Спартакиада народов РСФСР. 1989. в Перми.





Это незабываемое увлекательное, нетанко спортивное, но и игровое, красочное зрелище, когда зрители вспыхивал румянцем на щеках от захватывающего беселья и жарящего в те дни мороза. Я и мой клуб «Тонус» Камка, Альберт и другие отличились тем, что на стадионе имени Ленинского комсомола дали свое «лебяжье» представление: в очки с холодной водой, перемишуемые на санях лебядками, они с великими в руках прыгали быжа и кохоза, плавающих этими венчиками друг друга, чем приводили в восторг и удивление зрителей на трибунах.



История клуба «Тонус»

1991 год

- ❖ 2-е место в командном зачете и 1-е место в эстафетном плавании на V Чемпионате Урала по зимнему двоеборью (лыжи и плавание);
- ❖ Клуб «Тонус» и клуб «Виктория» - дружба навек, не разлей вода!





История клуба «Тонус»

Август 1991 г.

- ❖ Русские «моржи» на Аляске!
- ❖ Такого еще не было!





История клуба «Тонус»

❖ «Моржи» веселятся!
Ничто человеческое
им не чуждо!





История клуба «Тонус»

❖ И катится все дальше колесо истории...

А нам, моржам, и другие радости жизни не чужды!




Уж объехали весь свет - «Тонуса» роднее нет!





Раз, два: подняли!

Всегда готов Пусть Родина примет!




Бесшамные участники легко-атлетичеких соревнований проводимых телеаэробным заводом. Между прочим - кризисы. Ай да молодёжь!

Не потрудишься - баньку не получишь!

Традиционные весенне-летние марафонские заплывы.



Наш фоторепортер Михаил Зуганов замечательными кадрами изобразил победителя марафонского заплыва Алексея Гайфулина, который нырнул перед стартом на марафонском заплыве.



Нырряют в прорубь настоящие моржачи. Трус не живёт среди моржей.



Летний марафонский заплыв от Камской плотины до порта Пермь I. Расстояние 18 км. Тонус превосходный! Победа над собой.



Весенняя эстафета: Речной вокзал Тонус. Эстафета перебрана на каньон.



Между-



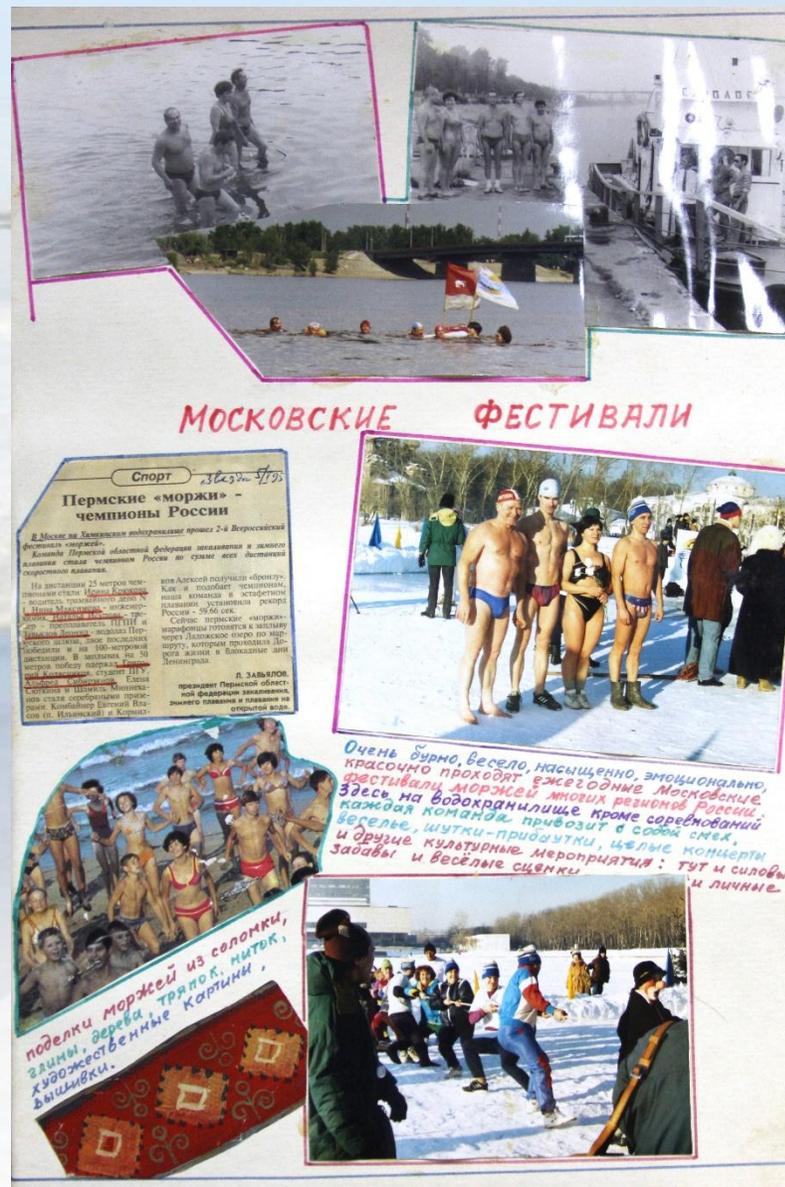
горячо баня.



История клуба «Тонус»

1995 год

- ❖ 2-й Всероссийский фестиваль моржей в Москве. Пермская команда – Чемпион России. Ирина Крюкова, Нина Максимова, Наталья Исупова, Леонид Завьялов, Григорий Колясников, Альфред Сибирзянов, Елена Сюткина, Шамиль Миннеханов – призеры Фестиваля.





История клуба «Тонус»

Ноябрь 1996 г.

❖ Клубу «Тонус» 10 лет! Ура-а-а!

УРА!!!

ПЕРМСКИЕ НОВОСТИ
№ 182 (588) 29 ноября 1996 года

С «Тонусом» хоть в прорубь...

Несколько лет назад работники Пермского телефонного завода Виктор Исаев и Алексей Зайцев организовали клуб любителей зимнего плавания. Он прорубил по льду и пошел к 30 спортсменам-любителям. С помощью родственников поставили на берегу Камы выставочную палатку. И клуб «Тонус» начал свое существование. С тех пор главный клуб расширился. Вместе с рабочими-телефонщиками в клубную команду уже вошли студенты, пенсионеры... И вот «Тонус» отметил свое десятилетие. На праздник съехались «моржи» из других клубов области и города. Было, что и повода самостоятельная праздничная постановка: светлая солнышко, и река полыхнула ледяной лавой, и ледяной лед. Как и положено, всем действом заправил Исаев. Бесновались дети и взрослые. Словом, было весело и забавно. Не обошлось и без посвящения в «моржи». Несколько новых членов пополнили «список».

А. МАТШЕВ.
Фото А. ЛАЖИНА.



Тонусу 10 ЛЕТ

ДЕСЯТЬ ЛЕТ В СТУДЕНОЙ КАМЕ

26.11.96 г.

К УПАНИЕМА стужой, с близким таянием льда. Какое отменное настроение доставляет своему клубу любителей зимнего плавания «Тонус».

Исаев и Зайцев - лыжные гоночники, проработавшие в лыжном клубе. Более 50 лет, не прерываясь, они занимаются спортом. И вот они вместе с другими участниками клуба организовали зимнее плавание.

На этом традиционная часть программы закончилась, и все «моржи» дружно пошли на чемпионат, то есть на чемпионат, где у каждого со своими фотографиями вспоминали все моменты ледяной жизни.

Михаил ЗАГУЛЕВ
Фото автора



ПОЗДРАВЛЕНИЕ МАТУШКИ „КАМЫ“.

С пеленок с нами начинали. Мы в проруби одной мырлы. Вы выросли, приумножились И в клуб свой „Тонус“ отделились.

Теперь у вас своя команда, свои победы, марафончики. И „Кама“ - мать за сына рада. В наследство вам мороз и солнце.

Как быстро вырастают дети. Стеж пор прошло 10-летие. Настало время поздравлений. Вы состоялись - без сомнения.



ПОЗДРАВЛЕНИЕ БРАТЦА „ДЙСБЕРГА“.

... Ты в проруби знаешь рай земной И после тренировки Забудешь ты сплероз, хандру, Болезни сердца, легких.

И выйдешь вновь обретший счастье, Как словно заново рожден, Забудешь горе и немощь, Приобретешь здоровый сон.

И растёт сейчас наш Тонус. Не по дням, а по часам. Многим для путёвку в прорубь И стая юбиляром сам.

Привет от твоего президента 1-й ЛЕДОКОЛ Тонуса







История клуба «Тонус»

Ноябрь 1996 г.

❖ Клубу «Тонус» 10 лет! Ура-а-а!

НАША ЮБИЛЕЙНАЯ

Про моржей много песен пропето,
Но ещё не сложили такой,
Чтобы имя спортивного клуба
Прогрело над Камой-рекой!

Этот клуб все мы вместе растили.
В нём задор и спортивный настрой.
Километры по каму проплыли,
Чтоб опять возвратиться домой.



ДОСЬЕ: **Вадим Фёдорович Максимов.** Неугомонный президент клуба «Тонус», поборник всечеловеческих налегок с бедных моржей.
Фигаро здесь - Фигаро там.

Кто холодной воды не боится,
И кто хочет быть молод душой,
Да и все, кто к здоровью стремится,
Пополняй коллектив наш дюльшой!



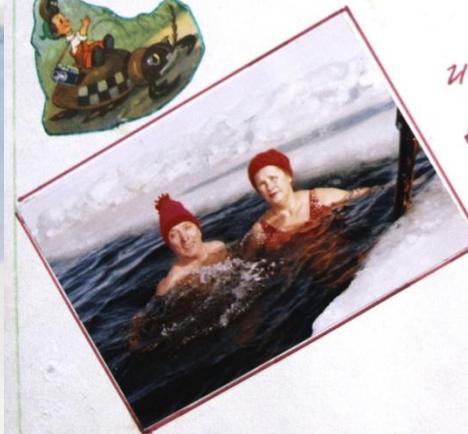
Клубу «Тонус» исполнилось **Десять**.
Всяк событию этому рад.
Много неть будем дружеских песен
Приглашаем «моржей» на пар.

Впереди легендарный **Истомин**,
Элегантен и молод всегда.
Он медали особой достоин,
Замечательный наш тамада!

Пожелаем же клубу свершенья,
Мастерства и спортивных побед,
И хорошего всем настроения,
И здоровыми быть **МНОГО** лет!



Враги сожгли родную хату (Ледник)
Куда теперь деваться нам?
Поплыли к Тонусцам,
ребята -
Они сочувствуют моржам!



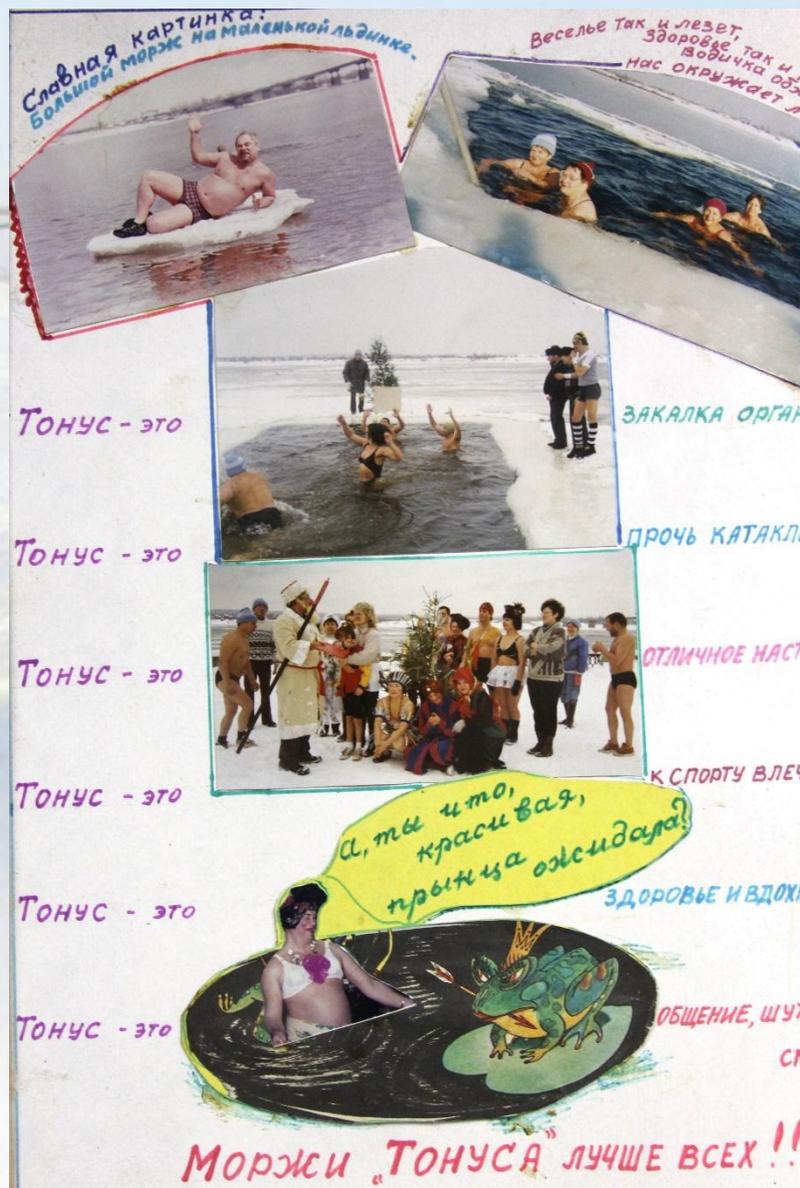
И приплыло
в «Тонус» новое
пополнение -
моржи клуба
«Ледник»



История клуба «Тонус»

Ноябрь 1996 г.

❖ Клубу «Тонус» 10 лет! Ура-а-а!





История клуба «Тонус»

Март 1996 г.

- ❖ Клуб «Тонус» в гостях у закадычного друга – клуба «Энергия» (г. Добрянка)

Закадычный друг «Энергия» («Добрянка») позвал «Тонус» познакомиться.

Телефон 48-23-47 **СПОРТ**

«Моржи» сжигали морозы
30.03.96. **Чучело Зимы**

Более 100 любителей закаливания приняли участие в открытом чемпионате Зиндатово Урала по зимнему плаванию, состоявшемуся в минувшие выходные в Добрянке.

Участники соревнований из Пермского края и из других областей Урала, а также представители местных клубов «Тонус» и «Энергия» соревновались в плавании на 500 метров. Победитель в этой категории – представитель «Тонуса» Павел Агалов. Второе место занял представитель «Энергии» Д. Зиндатов (г. Пермь), третье – представитель «Тонуса» С. Сидоров (г. Пермь). В соревнованиях среди мужчин в плавании на 25 метров победила Наталья Дудова («Тонус») – 3 мин. 27,7 сек., в серии мужчин на 500 метров – все то же «Тонус» с результатом 8 мин. 11,6 сек.

Павел АГАЛОВ, призер соревнования

Всегда готовы!

Я наши марафонцы состязались в выносливости: кто кого пересидит.

САУНА

САУНА

Всади сауна нас ждёт!

Не беда, что дрож берет-





История клуба «Тонус»

Май 1998 г.

❖ Заплыв, посвященный памяти Леонида Завьялова.

ЗАВЬЯЛОВ ЛЕОНИД АЛЕКСЕЕВИЧ

Этот человек оставил свой неузгаданный след в деле неустанной пропаганды спортивного образа жизни и в частности, закалывания человеческого организма, холодной водой, оказав влияние на спортивную жизнь моржей клуба «Тонус». Многократно принимая участие в соревнованиях моржей-марафонцев в составе клуба «Помор», в который входили и моржи клуба «Тонус»: Цыпова Наталья, Растигина Ирина, Максимова Нина, Сабирзянова Наталья, Сабирзянов Альфред, Хромин Вл., Орлов И. Завьялов Л.А. — мастер спорта и недаром называют его первым «железным человеком» России.

Светлая ему Память.



10мая 1998 года в 12 часов на набережной Камы состоится заплыв моржей в рамках эстафеты на призы газеты «Звезда»

Заплыв посвящен памяти Л.А.Завьялова.

Плавание в холодной воде - есть высшая форма закалывания.

Л.А.Завьялов - инициатор создания Пермского отряда моржей-марафонцев, т.е. людей, способных проплыть в холодной воде несколько километров. Был президентом областной федерации закалывания, зимнего плавания и плавания на открытой воде. Принимал участие в заплывах на озере Иссык-Куль, Байкал, Женевском озере, участвовал в заплыве через Берингов пролив в рамках экспедиции «250 лет Русской Америки», в заплыве по «Дороге жизни» на Ладожском озере.

ПАМЯТИ ЛЕОНИДА ЗАВЬЯЛОВА

В минувшие выходные в Добрянке состоялось IV открытое первенство Пермской области по зимнему плаванию, посвященное памяти Леонида Завьялова.

Сид. Цыферовский, 29.3.98г.

Добрякинским «моржам», руководимым Эдуардом Мовсевиным, с помощью городской администрации и руководства Пермской ГРЭС удалось организовать соревнования в настоящий праздник любителей закалывания, собравший множество зрителей. Они увидели участие 12 команд из Перми и Березников, Ильинского, Добрянки, Альметьевска и Казани, Екатеринбург, Тюмени, Нижнекамской и Казани, Екатеринбург, Тюмени, Нижнекамской и Казани. Екатеринбург, Тюмени, Нижнекамской и Казани. Екатеринбург, Тюмени, Нижнекамской и Казани. Екатеринбург, Тюмени, Нижнекамской и Казани.

И хотя лед двухметровой толщины не позволил на этот раз приготовить 25-метровую прорубь, соревнования не сорвались. Заплывы проводились в бассейне профилактория ППРОС, а затем участники соревновались в проруби в холодной воде, по переменной результативности в марафоне (500 м у мужчин и 250 — у женщин) стали Ю.Фоминцев (г. Пермь), Мастер спорта по плаванию и один из известных в Пермских «моржах» России Наталья Истопова, избранная недавно председателем Пермской областной федерации закалывания и зимнего плавания, добилась и на дистанции 25 метров с результатом 1:37 сек. В остальных возрастных категориях лучшими были Л.Попова («Тонус-1»), И.Растигина и Н.Максимова, — обе из команды «Тонус-1». Среди мужчин спринтеров отличился все тот же Ю.Фоминцев, Б.Лысичин и А.Хромин из Добрянки, Е.Власов (п.Ильинский).

В эстафете и командном зачете первое и третье места заняли хозяева — команда «Энергия-11» и «Энергия-11» и вторыми были «моржи» из пермской команды «Тонус-1».

ПАВЕЛ АГАПОВ
серебряный призер соревнований (ком. «Добрянка»)



История клуба «Тонус»

Февраль 1998 г.

❖ «Моржи» клуба «Тонус» на Международных соревнованиях по зимнему плаванию в Финляндии.

ЭТО БЫЛО НЕДАВНО.....
МОРЖИ „ТОНУСА“ В ФИНЛЯНДИИ!

ДЖУББОТА
страница

МОРЖЕВАТЬ — не целовать

По 150, и в прорубь

ВЫХОДИМ на МИРОВОЮ АРЕНУ И..... ПОБЕЖДАЕМ!!

Ирина БОБРОВА
Хельсинки - Финляндия - Москва

А СЛАВОЙ СОЧТЕМСЯ?

ПОДРОБНОСТИ

ИЗВЕСТНАЯ спортсменка из Березовки, а теперь московская студентка, Елена Гусева не только победит в своей возрастной группе до 14 лет, но и станет чемпионкой в возрастной группе своей финской подруги Натальи Перискиной. Победительницей в своей возрастной группе стала финка Гусева - второе место среди всех участниц.

У мужчин в этой возрастной категории лучше всего упрямый - преподаватель клуба по месту жительства при первом месте № 140 Александр Сабировкин, а также второе место - «Боскетом» занял Емю Перискин, - «Зверюшка» с дроздом, «Стелом» - гранулом маршала Маннергейна, которого конечно же, троим поддразнивал соотечественник. Улы - вот остался.

И тут началась странность в отношении соотечественников. Михаил и Наталья бегом, третий четвертое место - финнам, конечно.

Финские переводчицы перискиной, мажоранки, восточные, заданные по-русски. Наши спортсменки, конечно, выигрывают, но справедливости не добиться, ведь это прорубь русского народа в финскую минуту славы.

Результаты: чемпионка Елена Гусева, второе место Наталья Перискина, третье место Мария Кронин и Алфред Саабировкин.

Остатку финнов уверенно выиграла наша команда, но в прорубь финны не зашли.

Результаты: чемпионка Елена Гусева, второе место Наталья Перискина, третье место Мария Кронин и Алфред Саабировкин.

Дело, которое в жизни клуба «Тонус» и чемпионки Наталья Перискина, как у нас это принято, решили его, лежа на льду.

Михаил ЗАГУЛЯВ
Финляндия

И с победой возвратились к своей проруби, домой!

Ну, очень немаловажное событие — своя! родная! САУНА — произошло в жизни

Клуба осенью 1998 г.



История клуба «Тонус»

Февраль 1999 г.

- ❖ На Голубом озере в Альметьевске стартовал заплыв, достойный занесения в Книгу рекордов Гиннеса. Три дня и три ночи отважные пловцы преодолевали водные километры в честь 200-летия со дня рождения Пушкина, который, как известно, тоже был любителем зимнего купания.

Испытание моржей на прочность в Альметьевске превратилось в ежегодное мероприятие.



это прям-таки всенародное гуляние!

В ПРОРУБИ С ПУШКИНЫМ

Желающих-то сколько получить эндорфин радости!



Пермский „Тонус“ как всегда держит свою марку и знамя доблести!

В ПРОРУБИ С ПУШКИНЫМ

ПЕРМЯКИ НАХОДИЛИСЬ ТРОЕ СУТОК

ЗАПЛЫВ

Уже традиционными стали спортивные споры в АЛМЕТЬЕВСКЕ (ТАТАРСТАН)

Наши доблестные пловцы: Н. Исмובה, А. Мызлов, В. Чудинов, М. Смирнов. В составе сборной областной команды демонстрируют свою

морозоустойчивость и даже превосходство над другими моржамми и занимают только призовые места.

Вот она наша Легендарная!

Самая сильная трудится!

ЦИСНИК

Заслуженная награда

Наталья КАЛЮЖНАЯ

Залпы, достойный занесения в Книгу рекордов Гиннеса, стартовал 20 февраля в Альметьевске на Голубом озере. Три дня и три ночи дилос-бессмысленное коллективное «самостоятельное» любители зимнего плавания сигналы в воду и мерно грабли в ледяной воде, преодолевая сотни и сотни метров. Когда один «морж» уставал, его сменял другой, и так до бесконечности... А тех, кто уже промочился, укладывали постылали и через три часа снова запускали в прорубь. День сменялся ночью, а они все плыли и плыли...

Их было шестьдесят, мужчины и женщины от пятидесяти до семидесяти. Гости съезжались в Татарстан из Пермь, Барнаул, Уфа, Казань, Красноярск, Пенза, Саратов... Были даже пловцы с острова Француз! Поводом для проведения праздника и мировой истории мероприятия стала двадцатипятая годовщина 200-летия со дня рождения поэта. Как утверждали организаторы зимнего заплыва, Александр Сергеевич тоже был моржом! Дескать, он любил прыгать в ледяную воду...

Пермяки выдвинули на турнир «посвященный моржу» (Удмуртия), спорную область южнее Уфы и впереди себя, но не выигрывают. Уж и продрогли, и замерзли, и в итоге не выжили. А в результате выжили только те, кто выжил. А в результате выжили только те, кто выжил. А в результате выжили только те, кто выжил...

Рядом с прорубью лежало море моржей карачула скорая помощь - на случай, если кто-то из героев переустрашит, не почувствует тот главный момент, когда над поверхностью всплывет внутри себя тепло. Но вскоре разогранные моряки уезжали - никто из пловцов не пострадал. Наоборот, практически все участники с еще большей выносливостью и волевыми усилиями и теплыми пожеланиями организаторов получили дополнительные призы. Победитель заплыва из Татарии стал Исмובה. Его бы, они прыгнули в прорубь - метры за 1-е и 2-е места, и... в категории «морж» Чудинов, полные волевыми усилиями и в течение трех суток в проруби. Они успели выжить несколько летних аквалангистов.

За то и в категории «морж» Исмובה и Чудинов в финале 20-21 марта «Молот» проведет матч с чемпионом России «Молот» в г. Барнаул. За 72 часа...

Наталья КАЛЮЖНАЯ



История клуба «Тонус»

Март 1999 г.

- ❖ Фестиваль здорового образа жизни в поселке Ильинском;





История клуба «Тонус»

Июль 1999 г.

- ❖ Заплыв по Каме от Перми до Осы. Преодолели 200 км за 48 часов 13 минут, знаменуя этим заплывом приближение 2000 года.





История клуба «Тонус»

1999 год

- ❖ Катится, катится голубой вагон! Спасибо Дитятеву и Лызлову!





История клуба «Тонус»

Февраль 2000 г.

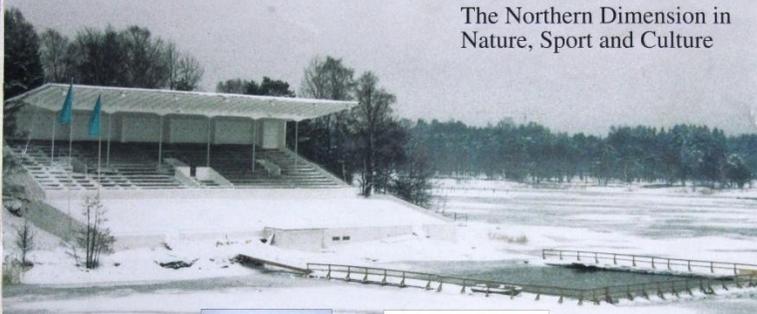
- ❖ И снова - Финляндия! И снова – Победы! Павел Растегин, Максим Смирнов, Иван Голяков, Елена Колпакова – призеры Чемпионата.

А Финляндия для нас уже – Ближнее зарубежье.

Helsinki 2000 European City of Culture — A Millennium Event

Avantouinnin MM-kilpailut
Helsinki, Soutustadion, 26-27.2.2000

The Northern Dimension in Nature, Sport and Culture

Ojelma – Programme

- Avajaiset – Opening
- Kilpasarjat – Championships
- 25 m Race Tracks
- Soutupassi – Canoe Tracks
- 50 m without Timing
- Norpat – Seals
- 25 m without Timing
- Koutit – Baby Seals
- Beginner's Dipping Only
- Ryhmuuimit – Teams without Timing
- Näytökset – Shows
- Winter Sport and Culture
- Talviuima – Wintertainment
- Avoin kutsu – Open Call
- Talviuima-symposium
- Winter Swimming Symposium
- Näytely – Exhibition
- Gaalailta – Gala Evening





Вот они, наши именитые маржи, спортсмены-призеры. Гордость берёт за вас, наши родимые «тонусята» – ведь надо же, на Европейский уровень Выплыли !!!



На пьедестале Павел Растегин – пока серебрянный призёр.



Смирнов Максим: начнём-ка нынче с бронзы...



Мать с сыночком – удальцы. Призёры, слабые пловцы






История клуба «Тонус»

Ноябрь 2001 г.

❖ Клубу «Тонус» 15 лет!

ПОДРОСТОК **ТОНУС** - возраст совершеннолетия. **НАМ 15 ЛЕТ!**

Хороша водичка!..

А НАЧИНАЛИ, как всегда, энтузиасты. Эти люди без рекламы и шума доказали на своем личном примере, что в условиях нашего уральского сурового климата можно укреплять здоровье и без лекарств. Использовать для этого самую природу: ледяную воду и свежий морозный воздух.

И вот за этот срок клуб в численности вырос уже за 100 лет. В общей сложности ветераны «моржей» заняты и дружат 339 лет!



Доморощенные артисты изображают сценку из истории зарождения своего клуба.

ПРИНИМАЕМ ПОЗДРАВЛЕНИЯ ДРУЗЕЙ - «МОРЖЕЙ»



И



ВЕСЕЛИМСЯ



САМИ.



А что? Имеем право!



История клуба «Тонус»

Декабрь 2001 г.

- ❖ 1-ый Чемпионат России по зимнему плаванию в Перми! Пермские «моржи» - лучшие в России! Они завоевали 30 золотых медалей из 34. Чемпионами России в своих возрастных категориях стали Нина Максимова, Шамиь Миннеханов, Елена Колпакова, Павел Агапов, Валентина и Вильдан Шайхулины, Владимир Мартынов, Борис Лисицын и другие





История клуба «Тонус»

Январь 2006 г.

- ❖ Пермская русалка – Наталья Исупова. «Плавала, плаваю, буду плавать!»

Лучше, чем здесь, о ней не расскажешь

• ХРОНОМЕТР • ПЕРМЬ • ЖИЗНЬ №1 • 4 января 2006 года

ПЕРМСКАЯ РУСАЛКА



Ледяные реки и снежные берега привлекают Наталью Исупову гораздо больше южных морей и палящего солнца.

По следам ледокола

В восьмидесятых восьмом у Исуповых родился еще один ребенок – Танечка. Повздорившись с мамой, Наталья вернулась на работу и сразу же получила неожиданное предложение.

– Меня попросили выступить на соревнованиях по зимнему плаванию, – говорит Наталья Борисовна. – Я даже растерялась, когда об этом услышала, хотя и имела значные мастера спорта по плаванию, в первую очередь бывшая некогда не ныряла.

Убедили женщину на слова, а дела: посмотрев, какими довольными выглядят люди, выскважившие из пробы, она решила последовать их примеру. Первый заплыв спортсменка запомнила плохо. Единственное, что задержалось в памяти, – ощущение счастья и небывалый подъем жизненных сил. Это чувство так понравилось Наталье, что она не раздумывая записалась в клуб моржей.

Уже на следующую зиму пермская стала участницей заплыва через Мореозеро. Соревнования проходили в финские. Плыли плывцов, в том числе и «звезд» зимнего плавания, приехавших со всей России, реку решили освоить от «дажды». Впереди пустые ледяные дорожки, след за ним – моржей. Зрелище получилось очень замечательное!

Конечно же, Наталья Борисовна тут же увлеклась новым видом спорта своим семейством. В ледяной водичке не одиножды искупались все ее домочадцы.

– В первый раз заходить в воду было очень страшно, – рассказывает Катя. – Я думала, что моментально замерзну. Помню, схватилась за лестницу, потом, не отпуская рук, сокунулась в воду – и сразу же выскочила обреченно.

Страх длился недолго: скоро Исуповы стали завзатыми моржами. Старшим девочкам особенно нравилось шокировать зрелище. Только представьте себе: зрители стоят на берегу в шубах, дубленках, хлопчат ватными, дышат на замерзшие руки, а Маша и Катя, не обращая на мороз никакого внимания, зная себе, плавают в ледяной воде. Потом выскочат на берег, натанцуют вальсы на горячие ноги и вперед! Уральские русалки, как и мама, – что тут еще скажешь?

Заплыв по-фински

Самая верная соратница Наталья Борисовна по зимним заплывам – младшая дочь Тани, Моржеватка. Она начала... в три года и к сегодняшнему дню уже успела заработать кучу нарядов и вещей на всевозможных турнирах. Тани и ее маме особенно запомнилась поездка на открытый чемпионат Финляндии в 1998 году. В страну Суоми тогда отправилась целая делегация русских спортсменов. Финны поразили наших зимников своим продуманным подходом к «моржовому делу». В России зимой плавают только энтузиасты: приходят к реке и собственными руками

прорубают лунки, натягивают дорожки, устанавливают тумбы. У северных соседей совсем иначе. Ходить с топороком и долбить лед не нужно: в озере есть специальная проруба, прикрытая крышечкой надобина колодезней – что вода не замерзала, зато лунки не испачкались – прищипнул, откинул крышечку, вынул. А на берегу уже ждет горячая сауна. Как говорится, подумано – от и до». Впрочем, соревнования показали, что не привычные к кряблоте русские плавают профессиональнее: их результаты оказались лучшими. Наталью Исупову тогда прозвали «Буревестник в своем погружке». А через год в той же Финляндии они с Танюшей завоевали по серебряной медали.

Плавала, плаваю, буду плавать!

Шестнадцать лет – с 1997 по 2002 годы – Наталья Борисовна руководила Пермской федерацией зимнего плавания. Маша с этого места, чтобы чаще бывать с мамой, из-за постоянных разъездов по туристам и подготовке к разным мероприятиям она почти не видела мужа и детей. Но разговаривать с моржами – веселым и шумным народом – Исупова не собирается.

– Мы же постоянно призываем всех что-то поделать, – говорит Наталья. – То устроим моржовую «Прыщенину». То организуем студенческий заплыв в честь юбилея Победы. То отправимся в путь-дорожку по Ладоге – знаменитой «Дороге жизни». А в ночь на Крещение все может по традиции соберется у проруби и ровно в двенадцать нырнет в ледяную воду. В общем, скучать не приходится. Как все это обстоит?

Наталья Исупова: «Ой, хороша майская водичка!»

Таня, Николай, Катя, Наталья и Маша Исуповы (слева направо) / Фото из семейного архива

а продолжения повествует Жизнь.





История клуба «Тонус»

Ноябрь 2006 г.

❖ Клубу «Тонус» - 20 лет!





История клуба «Тонус»

Февраль 2008 г.

- ❖ Чемпионат мира по зимнему плаванию в Лондоне.
- ❖ В числе участников: Нина Максимова (бронза), Иван Голяков, Максим Смирнов, Альфред Сабирзянов (серебро), Константин Мешайкин, Евгений Тарунин (золото).





История клуба «Тонус»

Март 2008 г.

❖ Поздравляем наших милых «моржух» с Днем 8 Марта!

2008

Март

ЯНВАРЬ	ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ	ИЮНЬ
пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
ИЮЛЬ	АВГУСТ	СЕНТЯБРЬ	ОКТОБЬ	НОЯБРЬ	ДЕКАБРЬ
пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс	пн вт ср чт пт сб вс
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

МАРТА

Говорят Камской ледине высадились в ряд

Стайка красивых, удивленьких девчат.

Чемпионских Нинюше медалей, как ильминцо надували и прибили. Уней за 20 лет переполненный буфет.

А вот за велосипед шумит. Уней медалей у ней нет. А желает ей здоровья все моржовые поголовье.

Моря всегда боек, её не волнует года. Куда бы её не повалили в ответ обязательно: «Да!»

Хоть в проруби я готова лезть замочком, там мне не будет хуже, там очень даже мило - вот Шилова Людмила.

Вот Сальникова Татьяна, Похоже, почти без изъяна; Физгурка, причёска и прочее. Ну, волосы чуть покороче. В воде она словно деловит (сказал тут мужик на орд).

Есть у нас «Железная Леди», Тело уней делящее меди, И для неё нет проград ни где. Таков вот краткий портрет нашей Милой Мадонны, Конечно же Яблониной Нанны!

Слет с улыбкой закаляется, от эйфории всё взлететь пытается! Я бы друтого мнения, Аликсина Евгения?

А тем мадам, Кого ещё мы плохо знаем, Мы через год уж повертеем, Но вас мы тоже поздравляем!

Старик моржевания 20 лет, Возраст - тот же. Как разобраться и объяснить: кто кого моложе? Телцекек сверло покорено, схвачены мускулы. Желаем Валерии по жизни шагать и плавать в необъятные дали!



История клуба «Тонус»

Март 2008 г.

❖ Поздравляем наших милых «моржух» с Днем 8 Марта!

Славим вас и поздравляем !!!



Горных Наташа

Она спорный поезд на лях остановит, В холодную воду Спокойно войдет. Жаль вот, на Каму редко уж ходит. Март на дворе! Придет, не придет?



20 лет она моржуеться, столько же и соревнуется. Лыжник, пловец и бегун - Наша Фаечка Каргун!



А вот Ольга Пушкарёва, Как пионер, всегда готова С улыбкой в проруби поныть И быстро баню посетить.



Свердленко Анастасия

С Балатовской методикой закаливания она пришла на Каму. Цуважает коллентив наш эту даму. Она всегда скромна, этична и очень даже симпатична.





Мужчины моржи поздравляют нас - моржих с праздником 8 МАРТА!



Ветеранша С доброй душой, Ты нам песенку лучше пропой. Желаем здоровья Обрести зыбиво. Это тебе, Валентиночка Касьянова!



Таня Серова В проруби снова. Нравится очень там ей. Не возражаем и одобряем, Только не заболей!



Она на выдумки мастак. И кто дерёт, откуда? Младая бабушка она - Вот Селедкова Леда.



Энергии хоть отбавляй, Улыбчивости тоньше. Вот почему она беззук. Значительно моложе. Приоритет в этом отныне даём Андреевой нашей Нине.



В бане, наверное, любит попариться. Очередная наша красавица. Замше плавание любит очень. Надо признаться, она между прочим внешне походит она на актрису или... на барачницу нашу Ларису.



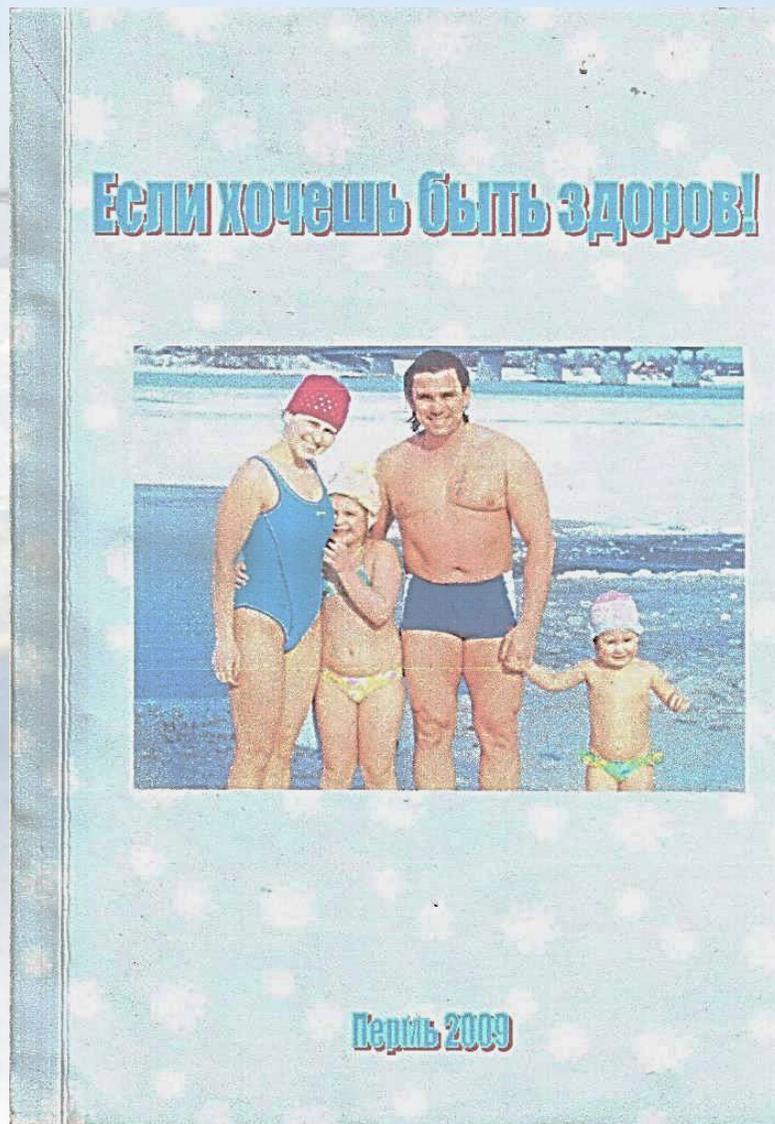
В меру серьёзная и мелочливый. Черник глазами дакти красавица. И шахматистке первой ступене. Шлём поздравлений! Першина Нине.



История клуба «Тонус»

2009 год

- ❖ Издана книга «Если хочешь быть здоров!», рассказывающая об истории развития зимнего плавания в Прикамье. Автор – неоднократный чемпион мира по зимнему плаванию, профессор ПГНИУ Евгений Леонидович Тарунин.





История клуба «Тонус»

На этом не заканчивается история клуба «Тонус». Колесо истории продолжается катиться вперед и вперед.

Смотрите продолжение истории клуба «Тонус» на его сайте:

www.tonus-perm.ru

и на странице в социальной сети ВКонтакте:

<https://vk.com/tonus59>