



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,
ДА ЗВОЛЬ МНЕ, ПРЕВОДИТЕЛЮ 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» Викторович

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.



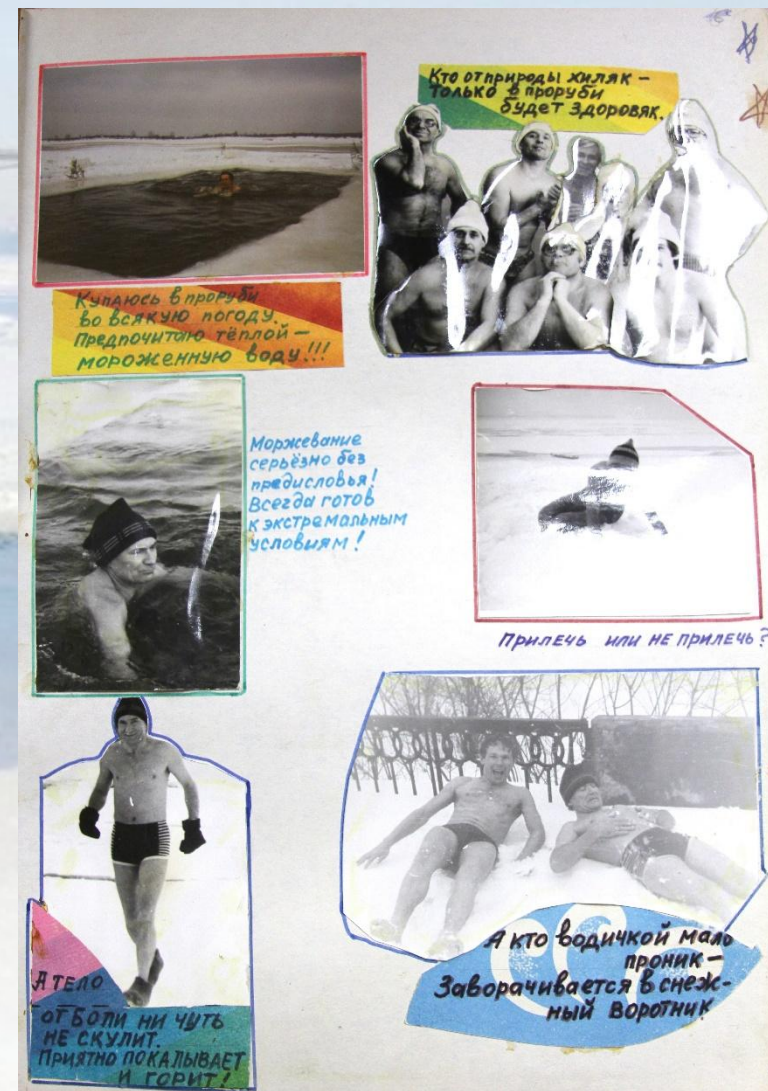
ГИМН КЛУБА «ТОНУС»

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;





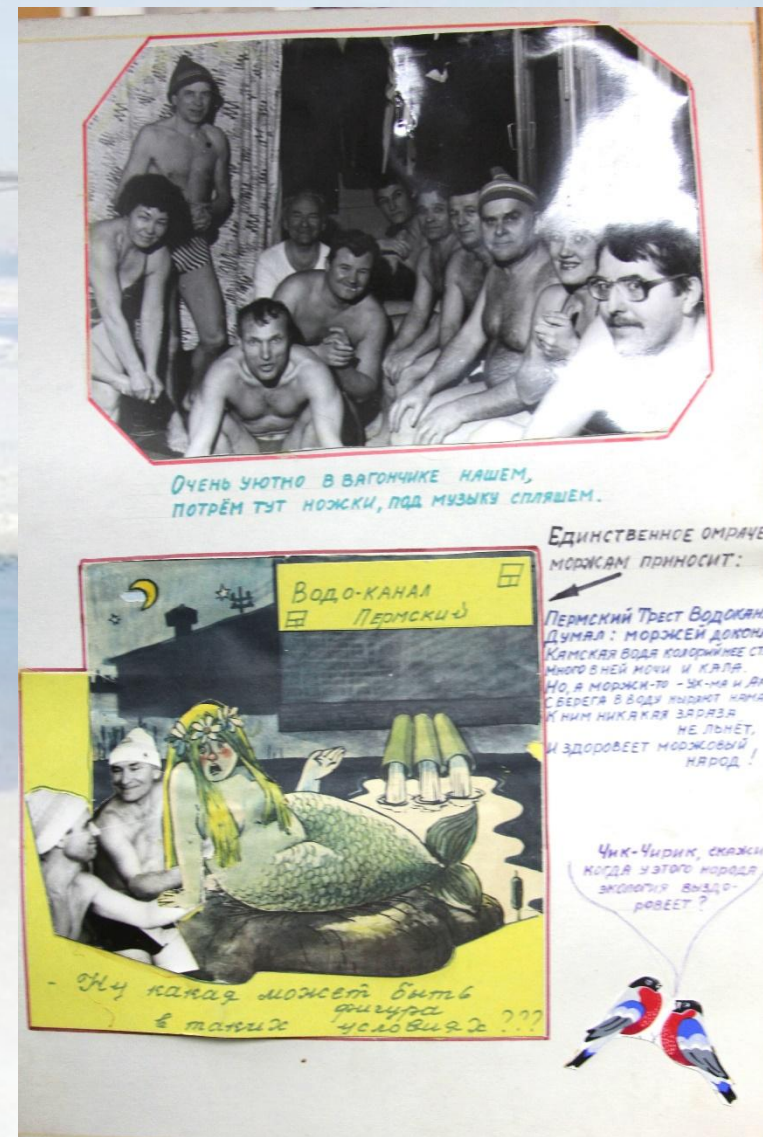
История клуба «Тонус»

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 доконает,
Камская вода колоритнее ставит,
Много в ней мочи и кала.
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 выдобробует?

Эту какаю может быть
ангюра
в тачке человека ???



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. Добраянка), «ВИКТОРИЯ» (п. Ильинский), «БЕЛЯ ЧАЙКА» (с. Култаево), «ВИРТУС» (г. Зякямяк), 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»

1990 год

❖ С Новым 1990 годом!





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.

❖ 7-8 августа 1991 г. был совершен уникальный Международный марафонский заплыв в Беринговом проливе на дистанции 36 км от острова Ратманова до мыса Дежнева, в котором приняли участие Игорь Орлов и Виктор Харин. Капитан российской команды – пермяк Пасиод Завьялов.

ЭТО БЫЛО НЕДАВНО ...
„НО ТАКОГО ЕЩЁ НЕ БЫВАЛО.“

РУССКИЕ МОРЖИ НА ЯЛАСКЕ !!!



7-8 августа 1991 года был совершён уникальный марафонский заплыв в Беринговом проливе на дистанции 36 км. от острова Ратманова до мыса Дежнёва. Совместно с участниками „Всесоюзного клуба закалывания и зимнего плавания“ приняли участие пловцы из Пермской области, из Оренбурга, Томени, Красноярска и Усть-Каменогорска. Как всегда, не остался в стороне и наш родной „Тонус“. Из него самыми достойными пловцами – марафонцами оказались Орлов Игорь и Харин Виктор. Этот трудный, суровый заплыв был совершён под эгидой научно-туристической экспедиции „Русская Америка-250“.

Как всё это происходило, читайте интервью Игоря Орлова.

ТАКОГО ЕЩЕ НЕ БЫВАЛО

Из письма на имя генерального директора АП Пермский телефонный завод «Телта» В. И. Сладомова «Всесоюзный клуб закалывания и зимнего плавания» благодарит вас за предоставленную возможность сотруднику вашего предприятия Игорю Михайловичу провести тренировочные сборы и принять участие в проплыве в Беринговом проливе. Сообщаем вам, что Орлов И. М. принял участие в научно-туристической экспедиции «Русская Америка-250», где в составе команды клуба из 10 человек совершил уникальный эстафетный заплыв на марафонской дистанции 36 километров от острова Ратманова до мыса Дежнев (мыс Дежнева) при температуре воды 4,8–7,8 градуса.

ДАННОЕ ДОСТИЖЕНИЕ ЗАРЕГИСТРИРОВАНО АГЕНТСТВОМ «ПАР» И ПРИЗНАЕТСЯ В НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ В КАЧЕСТВЕ АБСОЛЮТНОГО РЕКОРДА НА ТЕРРИТОРИИ СССР. КЛУБ ПРОСИТ СО СТОРОНЫ ПРЕДПРИЯТИЯ ОТМЕТИТЬ СПОРТИВНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ ОРЛОВА И ХАРИНА.

... * * *
 — Игорь, с момента нашей последней встречи прошло совсем мало времени. Теперь ты снова в лагере и гостях. И прежде всего хотелось бы узнать, почему жителям не состоялся заплыв по первоначальному замыслу: между островами Малыя и Большая Девиза?

Заплыв действительно задувался как пересечение Берингова пролива между островами Малыя и Большая Девиза, но по плану сразу прервать: снег и задымка с туманом и сильными порывами ветра, было решено провести эстафетный заплыв в районе мыса Дежнева.

Кто был капитаном и команду и как проходила подготовка к заплыву?

Для участия в заплыве были составлены команды: Игорь Харин (капитан команды), Виктор Харин, Михаил Шапкин, Лева Гусев и я — из Пермской области. Игорь Харин (Оренбург), Валентин Барменков (Пермь), Николай Цыганков (Красноярск), Юрий Романов (Усть-Каменогорск) и мой брат Дима Кузнецов. В общей сложности в команду входило 12 лет. Средний возраст команды составлял 18 лет.

В системе команд вошли Д. Н. Кошкин (руководитель Всесоюзного клуба закалывания и зимнего плавания), его помощник и тренер А. И. Сахаров и два друга. Все участники заплыва очень серьезно. Достигать мы все планировали за 20–28 минут. Это на уровне первого разряда. Добавьте сюда тот факт, что рекордиста по заплыву в холодной воде, упрям и нетерпелив тренировка, вечером — сборы проходили в Петровском озере. В итоге подготовка к эстафетному проплыву шла в очень плохих условиях: температура воды 6–8°, то есть такой же и в Беринговом проливе. И так в течение недели.

Теперь несколько слов о заплыве. В начале июля мы выехали в Беринговский архипелаг, где находились в американской территории. А когда Игорь улетел, мы остались. Сначала мы жили на острове Гринуэй, который принадлежал американцам. Тогда и пришла идея — организовать марафонский заплыв с нашего острова до мыса Дежнева. Там же находилась станция Королева. И мы по-


бер и по сигналу поплыли в сторону корабля. Когда достигли эстафетной точки, мы поплыли дальше по курсу, и с него вышел Дима Кузнецов, его помощник и друг с другой рукой — и передали эстафету следующему. Дальше маршрут забрал человек и уронил его на корабль. Там плывок оторвался, отвалил для, и мы остались в море.

В течение заплыва погода была отличная: менялся дул сильный ветер и волны до второй четверти заплыва. Вода, кстати, замутилась, появились соцветия, появились и очень горькая вода. Случилось совсем рядом, метрах в пятидесяти, дельфин и акула. Дельфин был совсем близко, и мы слышали его дыхание. Но волны их не видели, а с корабля можно заметить по большому фонтану воды.


Очень красиво плавать вместе. Я бы хотел выразить благодарность проекту, и ты конечно же, спасибо тебе большое за то, что ты так любил плавать. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание.

Очень красиво плавать вместе. Я бы хотел выразить благодарность проекту, и ты конечно же, спасибо тебе большое за то, что ты так любил плавать. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание.


ИСТОРИЧЕСКИЕ КАДРЫ.



Натувствие Нептун на счастливое плавание.



... в воде мы чувствовали себя довольно уверенно.



Свое задание есть и в тамах, и в ютсе, и в метсе.

хвата не ачива роман ныс: ког и плин чь оидь когда войд стабе анги.

... * * *
 — Игорь, с момента нашей последней встречи прошло совсем мало времени. Теперь ты снова в лагере и гостях. И прежде всего хотелось бы узнать, почему жителям не состоялся заплыв по первоначальному замыслу: между островами Малыя и Большая Девиза?

Заплыв действительно задувался как пересечение Берингова пролива между островами Малыя и Большая Девиза, но по плану сразу прервать: снег и задымка с туманом и сильными порывами ветра, было решено провести эстафетный заплыв в районе мыса Дежнева.

Кто был капитаном и команду и как проходила подготовка к заплыву?

Для участия в заплыве были составлены команды: Игорь Харин (капитан команды), Виктор Харин, Михаил Шапкин, Лева Гусев и я — из Пермской области. Игорь Харин (Оренбург), Валентин Барменков (Пермь), Николай Цыганков (Красноярск), Юрий Романов (Усть-Каменогорск) и мой брат Дима Кузнецов. В общей сложности в команду входило 12 лет. Средний возраст команды составлял 18 лет.

В системе команд вошли Д. Н. Кошкин (руководитель Всесоюзного клуба закалывания и зимнего плавания), его помощник и тренер А. И. Сахаров и два друга. Все участники заплыва очень серьезно. Достигать мы все планировали за 20–28 минут. Это на уровне первого разряда. Добавьте сюда тот факт, что рекордиста по заплыву в холодной воде, упрям и нетерпелив тренировка, вечером — сборы проходили в Петровском озере. В итоге подготовка к эстафетному проплыву шла в очень плохих условиях: температура воды 6–8°, то есть такой же и в Беринговом проливе. И так в течение недели.

Теперь несколько слов о заплыве. В начале июля мы выехали в Беринговский архипелаг, где находились в американской территории. А когда Игорь улетел, мы остались. Сначала мы жили на острове Гринуэй, который принадлежал американцам. Тогда и пришла идея — организовать марафонский заплыв с нашего острова до мыса Дежнева. Там же находилась станция Королева. И мы по-

бер и по сигналу поплыли в сторону корабля. Когда достигли эстафетной точки, мы поплыли дальше по курсу, и с него вышел Дима Кузнецов, его помощник и друг с другой рукой — и передали эстафету следующему. Дальше маршрут забрал человек и уронил его на корабль. Там плывок оторвался, отвалил для, и мы остались в море.

В течение заплыва погода была отличная: менялся дул сильный ветер и волны до второй четверти заплыва. Вода, кстати, замутилась, появились соцветия, появились и очень горькая вода. Случилось совсем рядом, метрах в пятидесяти, дельфин и акула. Дельфин был совсем близко, и мы слышали его дыхание. Но волны их не видели, а с корабля можно заметить по большому фонтану воды.

Очень красиво плавать вместе. Я бы хотел выразить благодарность проекту, и ты конечно же, спасибо тебе большое за то, что ты так любил плавать. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание.

Очень красиво плавать вместе. Я бы хотел выразить благодарность проекту, и ты конечно же, спасибо тебе большое за то, что ты так любил плавать. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание. И когда выходишь в море, то понимаешь, что такое плавание.



История клуба «Тонус»

Август 1991 г.

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

70

СХЕМА
ЭСТАФЕТНОГО ЗАПЛЫВА МОРЖЕЙ
в Беринговом проливе между о. Ратманова
и юго-восточной оконечности п-ова Чукотка.

выписка из судового журнала
научно-исследовательского судна «Академик Королёв».

Заплыв моржей в сопровождении мотобга
и ЯЛ-4. Сопровождение пловцов судном с Ю-30.
Широта = 65°40'5" Северный.
Долгота = 169°06'25" Западной.
Дистанция [в милях] - 14,5 или - 36 км.
Температура воздуха - +5 ± +6,4 °С.
Температура воды - +4,8 ± +3,8 °С.
Скорость ветра моток - 6 ÷ 9,3

п-ов
Чукотка

И. В. Беринский

Харин, Орлов

и Березниковые
Пешков, Яков

Поматник
Дежнева

О. Ратманова
(ос.)

Острова
Дюмон
и
Круже
Морской
(ос.)

Местные аборигены - очень забавный, радужный,
гостеприимный народ.

Пермская команда в сборе: Завьялов Л., Харин
Орлов И. и Березниковые: Шаламов



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 легкоатлетических соревнований проводимых телеграфным заводом. Между прочим - кризисы. Ай да молодежь!

Не потрудишься - баньку не получишь!

Традиционные весенне-летние марафонские заплывы.






Нырют в прорубь настоящие моржамы. Трус не живёт среди моржей.

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

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

Между-... моренно 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»

Май 1995 г.

- ❖ Заплыв через Ладожское озеро по маршруту Дороги жизни, длиной более 40 км, посвященный 50-летию Великой Победы. В составе пермской команды – Леонид Завьялов, Елена Гусева, Наталья Исупова, Михаил Шаламов и другие пермяки.





История клуба «Тонус»

Март 1995 г.

- ❖ Чемпионат Пермской области и зоны Урала по зимнему плаванию, посвященный 50-летию Великой Победы;

В гостях у «Айсберга».
Открытый чемпионат Пермской области и зоны Урала.

«Моржей» Нептун благословил

Дорого открыта купальный сезон на Мотовалихинском пруду. Люди дружно «моржат». В моржевую субботу здесь состоится открытый чемпионат Пермской области и зоны Урала по зимнему плаванию, посвященный 50-летию Победы.

Как и полагается, «моржей» Нептун благословил, пожелав им горной воды. А она действительно была открыта. Мастер-мер, Владимир Розов из Добрянки так рассказывает, что высота 500 метровских метров оказалась 500. Никто ведь Виктор Мещеряков из Рыбна Свердловской области. Ему уже и смысла нет, и вжуркает он себя в холодную воду, действительно, как рыба. Что касается победителей, то тут неожиданностей не было. В женском заезде на 25 метров в своем возрасте турки, немцы и голландцы. Победу завоевали Наталья Иванова из Пермского района, Наталья Иванова из Пермского района, Наталья Иванова из Пермского района.

Нужно отметить, что соревнования проходили в очень жаркую и солнечную погоду. Команда из Пермской области из Рыбна и Тюмени, для соревнований выехали из Добрянки. Скорее всего, это Николай Васильев. Водичка из Купата, которая в силе и до сих пор остается в холодной воде. Молодые мамы-кормящие.

В УМГОС
Фото М. ЗАГЛУБОВА.

3 мес. 21/11-95

С большой радостью на прорубь беаю, Силу-силушку в лане черпаю!

Досье: Чудиннов Владимир Алексеевич.

1. Заводило и чудак. Он смешит и чепет мастак. Выдумщик, застач, мороч, кувит-массовик, и прочее.
2. Зорко следит за новинками в области моржей. Он врач.
3. Претендент на звание моржа-марафонца.

Дай, Господи, нам голубого не прозрачного ультра-мариновой в Сверхкаюшего облизно сне и нам, моржам, здоровья-хоть!

Самое приятное в работе - выбирать удобную позицию.

А дядю, господа, скажите мне: с лёгким паром!



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 Ковалев организовали клуб любителей зимнего плавания. Он проработал по плану и пошел как 30 самостоятельных клубов. С помощью предпринятых постановок на берегу Камы выстроили плавательный бассейн. «Тонус» начал свое существование. С тех пор главный клуб расширился. Вместе с рабочими-телефонщиками и членами клуба уже выехали студентами, пенсионерами...

И вот «Тонус» отметил свое десятилетие. На праздник съехались «моржи» из других клубов области и города. Было, что и повода самостоятельная плавательная команда: светлая солнышко, и река полыхнула ледяной толпой из прорубей льда. 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 отличное средство для своего клуба любителей зимнего плавания!

Исаев и Ковалев - главные голоса прорубей: свои подвиги в ледяной утробе, согрелись своим телом и богатейшие сведения всюду. Своим единомышленникам общими усилиями представляли любителей зимнего плавания из других клубов и городов. На этом традиционная часть программы закончилась, и все «моржи» дружно пошли на чемпионат, то была из новостей, где у студента со своими фотографиями вспоминали все моменты ледяной зимы.

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 склероз, 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 юбиларом 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», подборщик всевозможных нагодов 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 дольшой!



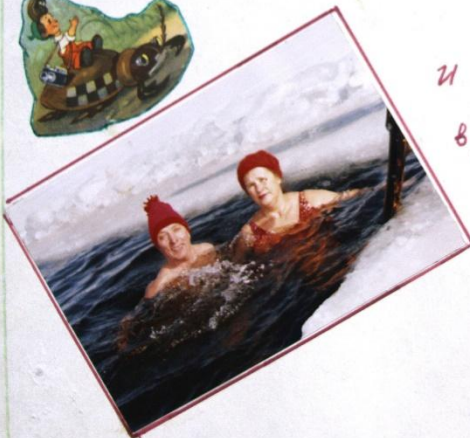
Клубу «Тонус» исполнилось **Десять**.
Всяк событию этому рад.
Много неть будем дружеских песен
Приглашаем «моржей» на паре.

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!



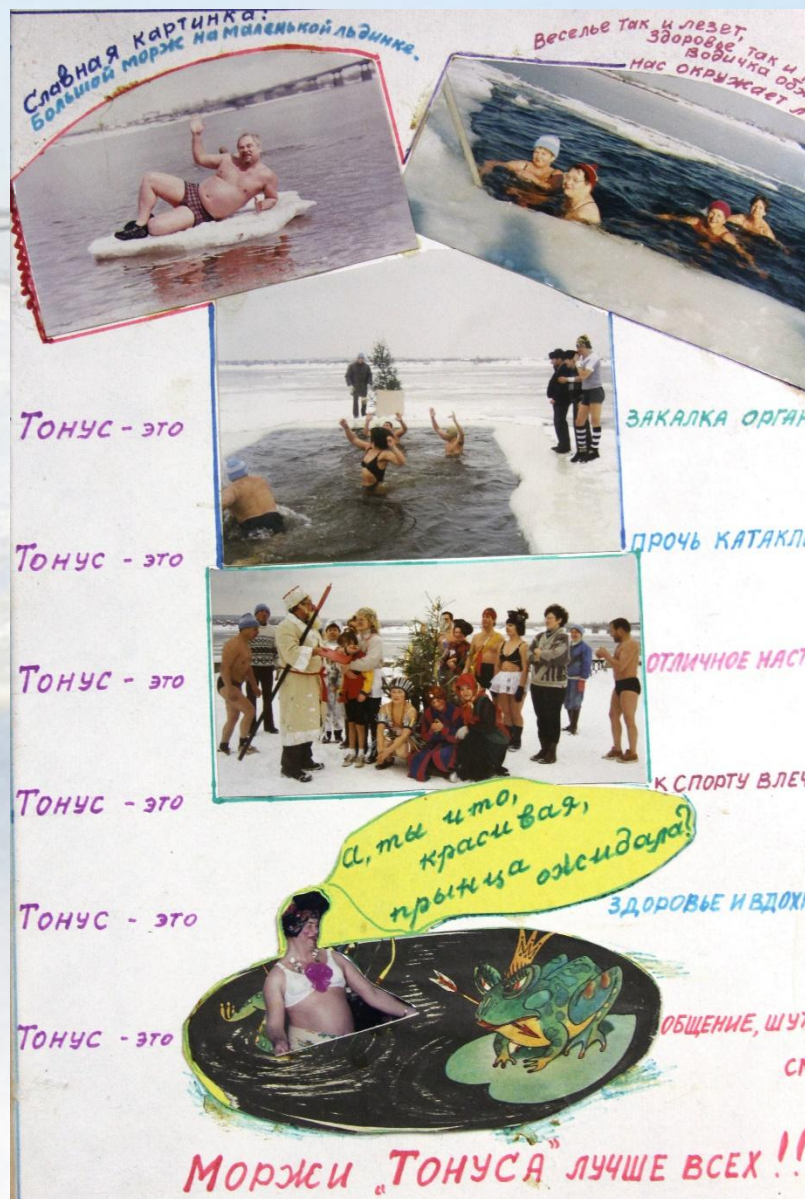
И приплыло
в «Тонус» новое
пополнение -
моржи клуба
«Ледник»



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 Агапов. Второе место занял представитель «Энергии» Д. Зиндатов. Третье место занял представитель «Тонуса» С. Сидоров. Победитель в плавании на 1000 метров – представитель «Энергии» Д. Зиндатов. Второе место занял представитель «Тонуса» С. Сидоров. Третье место занял представитель «Энергии» Д. Зиндатов.

Павел АГАПОВ, призер соревнования

Всегда готовы!

Я наши марафонцы состязались в выносливости: кто кого пересидит.

САУНА

САУНА

Не беда, что дрож берет - Сауна нас ждет!




История клуба «Тонус»

Май 1998 г.

- ❖ Заплыв, посвященный памяти Леонида Завьялова.

ЗАВЬЯЛОВ ЛЕОНИД АЛЕКСЕЕВИЧ

Этот человек оставил свой неизгладимый 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, 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.

Судья соревнований 29.3.97г.

Добрянским «моржам», руководимым Эдуардом Моевским, 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 заплывов (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, добившаяся 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 отличались все тот же Ю.Фоминцев, В.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 450, и в прорубь

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

Ирина БОБРОВА
Хельсинки — Пермь — 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 Мусоркиной. В следующем году Гусева и Мусоркина выступят на чемпионате мира в Гусевой — 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 Петрилли — «оверсайз» с драматургией, стетом — гранулом маршала Маннергейна, которого, конечно же, троим подделывали соотечественники. Ум — вот основа.

И тут началась странность в отношении соотечественников. Михаил и Наталья бегом, третий — четвертый места — финнам, конечно.

Финские переводчицы приселись к нам, и мы начали говорить по-русски. Наши спортсменки сами вывели, что справедливости не добиться, если это прорубь русскому народу в финскую минуту, спешим в Васильевский парк, кроме медальной участницы, кроме медальной участницы, кроме медальной участницы.

Дело, у которой проруби, всех вывели 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!

Желающих-то сколько получить эндорфин радости!



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

В ПРОРУБИ С ПУШКИНЫМ ЗАПЛЫВ

ПЕРМЯКИ НАХОДИЛИСЬ ТРОЕ СУТОК



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

Их было шестьдесят, мужчины и женщины от пятидесяти до семидесяти. Гости съехались в Татарстан из Пермь, Барнаул, Уфа, Казань, Красноярск, Пенза, Саратов... Были даже пловцы с острова Француз! Поводом для проведения праздника в мировой истории мероприятия стало двадцатипятилетие со дня рождения Пушкина. Как утверждают организаторы зимнего заплыва, Александр Сергеевич тоже был моржом! Дескать, он любил прыгать в ледяную воду.

Пермяки выдвинули на туринг, посвященный моржу-Пушкину, спорную область южной Финляндии и в качестве главной цели - остров Мюльру, в котором находится самый большой остров в мире - остров Мюльру. А в тридцатом году заплыва - второе место, уступая Барнаулу. За 72 часа...

даки уезжали - никто из пловцов не пострадал. Наоборот, практически все участники в свое время вылезали с помощью моржовских и теплых одежек, а также получили дополнительные знания из Татарии старейшими. Был бы, они приехали из Чувшиной, полные воли из оврага, в котором пловцы спускались в течение трех суток в прорубь. Они успели вылезти высоковольтной ледяной водой.

Зато в лайв-оффе пермяки обогнали Уфу и вышли в финал 20-21 марта «Молот» пролетит матчи с чемпионом России «Металлургом» из чужом поле.

Наталья КАЛЮЖНАЯ

Уже традиционными стали спортивные споры в АЛЬМЕТЬЕВСКЕ (ТАТАРСТАН)

Наши доблестные пловцы: Н. Исмובה, А. Мухомов, В. Чудинов, М. Смирнов. В составе сборной областной команды демонстрируют свою морозоустойчивость и даже превосходство над другими моржовыми и занимают только призовые места.




Вот она наша Легендарная!

Самая наш трудится!



ЦИФРЫ И ФАКТЫ

Заслуженная награда



История клуба «Тонус»

Март 1999 г.

- ❖ Фестиваль здорового образа жизни в поселке Ильинском;

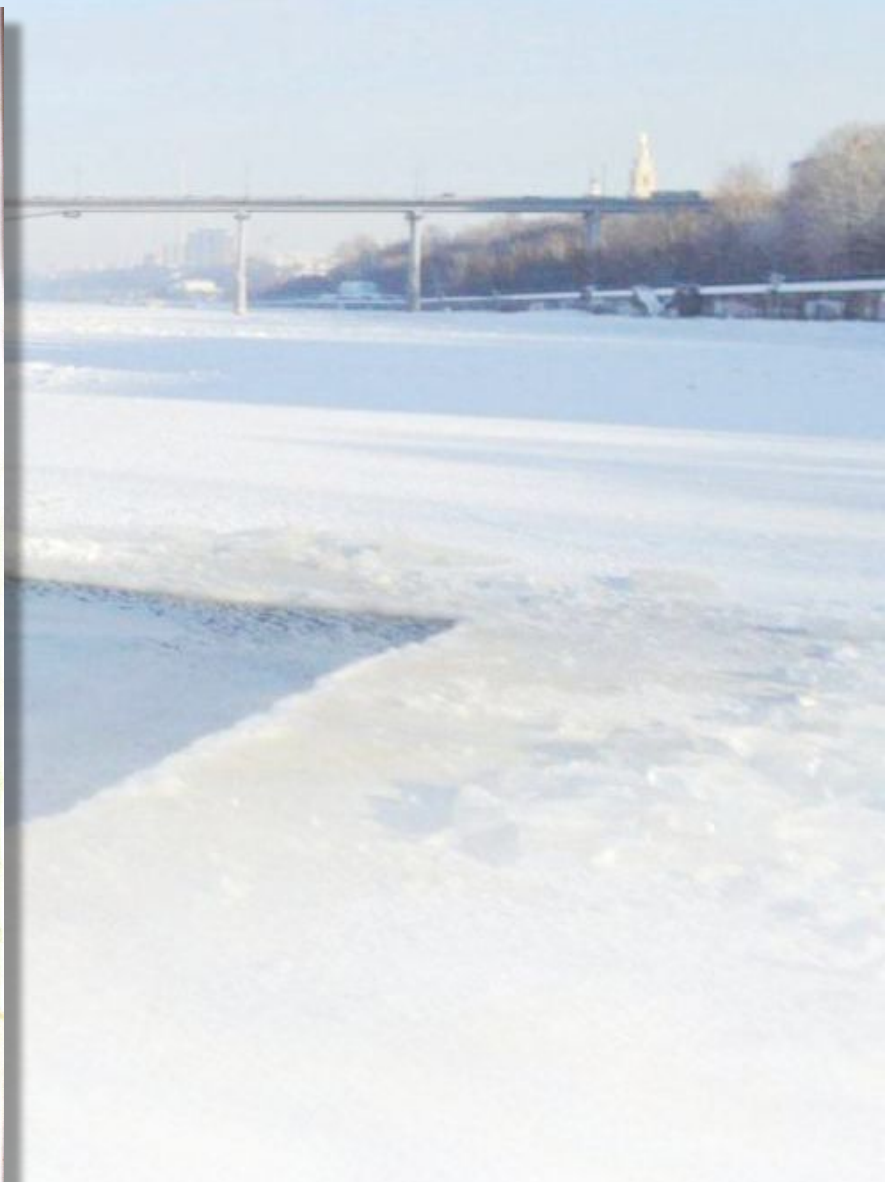




История клуба «Тонус»

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.


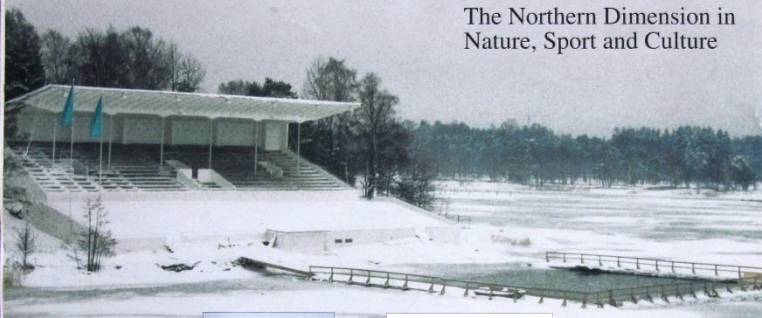
- ❖ И снова - Финляндия! И снова – Победы! Павел Растегин, Максим Смирнов, Иван Голяков, Елена Колпакова – призеры Чемпионата.

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
- Ryhmämitt – 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 – удальцам. Призёры, слабые пловцы






История клуба «Тонус»

Май 2000 г.

❖ **Беспрерывный суточный заплыв по Каме. Каждый участник не менее 8 раз преодолел 350 м в студеной весенней воде в честь Дня Победы!**

ВОМОЩАЕМ В ЖИЗНЬ НАШИ ОБЕЩАННЫЕ
2000 КМ В 2000 М ГОДАХ

ПОБЕДНЫЙ ЗАПЛЫВ

ЗВЕЗДА УИК-ЭНД 4 13.05.2000

ЗНАЙ НАШИХ!
27 «моржей» Прикамья устроили в честь Юбилея Победы беспрерывный суточный заплыв в Каме по эстафетной схеме. Каждый из них преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура воды которой не превышала четырех градусов.

В таких случаях говорят: вода остужала. Она и не могла «не остужить», ведь в течение последнего года рекордсмена среди любителей зимнего плавания Михаил Шалямова, Владимир Ровен, Валерий Шахматов и Евгений Котляков, а также один из участников заплыва через Березовый пролив Игорь Сидор, бывший тренер челябинской школы в Финляндии Максим Свиридов, участники других холодных маршрутов России и зарубежья.

Самое главное, - говорит вице-президент областной федерации «моржей», участник «памятного заплыва» Виктор Угезов:

«На своем личном опыте 350 метров зимой, а сколько выдержать!»

Человек - отдавая дань памяти фронтникам, мы тоже выступили в холодных водах тойлой Камы. Надо заметить, что в этом заплыве участвовали и новые спортсмены, готовые к серьезным испытаниям на респираторах и международным студенческим трассам, это спортсмены из Пермского края - Тимур Александров и Андрей Николаев, которые проехали в холодную воду полтора часа.

Беспорядочно угадывая названия ветеранов этих холодных заплывов, они наравне с молодыми братьями в Каму в честь Победы. Игорь Воробьев, Иван Шалямов, Валерий Шахматов, Виктор Угезов, Владимир Иванов, Андрей Николаев и Евгений Котляков, а также один из участников заплыва через Березовый пролив Игорь Сидор, бывший тренер челябинской школы в Финляндии Максим Свиридов, участники других холодных маршрутов России и зарубежья.

Самое главное, - говорит вице-президент областной федерации «моржей», участник «памятного заплыва» Виктор Угезов:

«На своем личном опыте 350 метров зимой, а сколько выдержать!»

ЗВЕЗДА
ПЕРМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ НЕЗАВИСИМАЯ ПЕЧАТА

Атлеты холодно...

ПЛАВАНИЕ

Впервые в истории Перма «моржи» участвовали в эстафетном заплыве по Каме. Каждый из участников преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура которой не превышала четырех градусов.

Впервые в истории Перма «моржи» участвовали в эстафетном заплыве по Каме. Каждый из участников преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура которой не превышала четырех градусов.

«МОРЖИ» ОТПРАВЛЯЮТСЯ В ПЛАВАНИЕ

Марафон

Юлия ШУМИКИНА

Аж целых 200 километров собираются проплыть 14 любителей зимнего плавания. Старт марафонскому марафону будет дан 12 июля от Пермского речного порта. Организаторы этого необычного водного праздника - Пермская областная федерация зимнего плавания, зачисления и плавания на открытой воде в рамках акции «В 2000 год 2000 километров».

В программе примечательное участие спортсменов из Пермского края «Тонус» из Добрянки, Пыльцинского, Березников. Конкурсный маршрут - Оса, время плавания - неделя. Плавания будут сопровождать катушки плавать будут по 10 - 30 минут, сменяя друг друга. Водным маршрутом станет обходной марафон - 95 км. Оса, участники которого переплывут Пыльцинский залив.

СУТКИ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ

Алексей СЕЮНИН

Маленький островок. Темпостройка заплыва в 2, шириной 4,5, оборудованной шестерью провешен до окраины острова на набережной, окраины Камского моста, собираются люди. Что произошло на берегу в этот вечер? Намеки один из них раздавались и в этот вечер, и так будет в течение суток. Таким образом, участники заплыва «моржи» стартуют 27 мая в первый раз. Не суточный заплыв, а марафонский, который в Каму в честь Победы. Игорь Воробьев, Иван Шалямов, Валерий Шахматов, Виктор Угезов, Владимир Иванов, Андрей Николаев и Евгений Котляков, а также один из участников заплыва через Березовый пролив Игорь Сидор, бывший тренер челябинской школы в Финляндии Максим Свиридов, участники других холодных маршрутов России и зарубежья.

Сутки в холодной воде

Всего этого именина рекордсменами в зимнем плавании, что является этим заплывом, уже много лет прошло в клубе зимнего плавания по Каме. Каждый из участников преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура которой не превышала четырех градусов.

ДВЕ ТЫСЯЧИ КИЛОМЕТРОВ - В ПАМЯТЬ О ЗАВЬЯЛОВЕ

Завьялов, посвященный памяти Завьялова, из Пермской области известен многим - традиционные конкурсы, мероприятия. Почти память выданы восемь трасс, при этом в первую очередь «моржи» участвуют в эстафетном заплыве по Каме. Каждый из участников преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура которой не превышала четырех градусов.

Завьялов, посвященный памяти Завьялова, из Пермской области известен многим - традиционные конкурсы, мероприятия. Почти память выданы восемь трасс, при этом в первую очередь «моржи» участвуют в эстафетном заплыве по Каме. Каждый из участников преодолел в среднем восемь раз по 350 метров в студеной весенней воде, температура которой не превышала четырех градусов.

*У нас нет горев,
У нас нет героев,
У нас нет безликих,
И нету голых,
И ми не допустим
Потока хвалебы
Отом, что мы лучше,
Отом, что сильнее,
Нам это не надо.
И это - не цель.
Вот дружба и помощь
Достойная цель.
Но если нам нужно
Проплыть за престиж,
Мы сделаем это,
Подняв свой штифдж.
Мы можем, как в песне,
Стонать, но держать
А «Тонус» нас в этом
Готов поддержать!*



История клуба «Тонус»

Март 2001 г.

- ❖ Пермский «морж» Игорь Дыкин устанавливает мировой рекорд по длительности пребывания в ледяной воде. 41 мин. и 7 сек. он плавал в полынье, преодолев 1350 метров.

УДИВЛЕННЫ!
ВОСХИЩЕННЫ!
ГОРДИМСЯ
САМЫМ
ЛЕДОВИТЫМ
МОРЖОМ!!

ДОКУМЕНТЫ И ФАКТЫ
7 АПРЕЛЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Сорок минут в ледяной воде

30-31 МАРТА в Алматы (Татарстан) прошла ежегодная спортивная встреча «Кубок Гиннеса». Пермский спортсмен Игорь Дыкин установил мировой рекорд по продолжительности пребывания в ледяной воде (при температуре 1°С) 41 минуту и 7 секунд. Он плавал в полынье, преодолев в общей сложности 1350 метров.

До этого самым длительным ледяным купанием считалось участие в прошлом году в Алматы Владимира Радина из Дубровки. В феврале 1996 года на протопы Алматы он проплыл 1200 метров. Новороссийчанка проплыла на реке Суэра в Китае, с участием международных судей. Гиннес берет только им. Поэтому новый рекорд может быть занесен только в Российскую книгу рекордов «Дино». Там уже назван достижением в мире рекорд украинки.

Интересно, что мировой рекорд по расстоянию и скорости плавания в ледяной воде тоже принадлежит пермцу. Два года назад красноярцем **Владим Навокушиным** в Барнауле за 21 минуту 15 секунд проплыл 1,5 километра. Но у морского животного больше времени пребывания в ледяной купели. Поэтому достижение украинки

летнего Игоря Дыкина поразило даже самых спортивных. У 150 российских моржей, способных плавать зимой по полчаса и больше, появился новый соратник. А ученым и охотникам раз придется раздвигать границы человеческих возможностей.

Не удивительно, что команда пермских моржей на соревнованиях в Алматы оказалась самой сильной. Игровые «горячие пермские парни» - **Владим Чувпиев, Виталий Хоружев, Дмитрий Попов, Александр Мельников и Игорь Дыкин** - в два заплыва обошли почти 8 километров, набрав общее время в 3 часа 40 минут 17 секунд. Команда из Петербурга, Казани, Уфы и других городов оказалась слабей.

Но и это еще не предел. Собственно, И. Дыкин пока не хочет заниматься закаливанием. В спортивный клуб «Тонус», выигравший которого в самом конце набережной Перми, он заходит только зимой. Благо, место его работы, магазин «Реник», находится совсем рядом. Вышел как-то прошлой осенью искупаться в холодной камской воде, там и познакомился с моржами.

Жена Оксана, у которой оказался самый многолетний опыт в море, не против его увлечений. Правда, к моржам он ходит один. Но у них подрастает трескотный сын Темка...

Алексей КЛОЧКИН

И по заслугам результат:
В слабую историю
Попал ты, брат!!!

ВЫЗОВ ПОЛЫНЬЕ
История российских рекордов в мире 2001 года в Алматы (Татарстан) прошла ежегодная спортивная встреча «Кубок Гиннеса». Пермский спортсмен Игорь Дыкин установил мировой рекорд по продолжительности пребывания в ледяной воде (при температуре 1°С) 41 минуту и 7 секунд. Он плавал в полынье, преодолев в общей сложности 1350 метров. До этого самым длительным ледяным купанием считалось участие в прошлом году в Алматы Владимира Радина из Дубровки. В феврале 1996 года на протопы Алматы он проплыл 1200 метров. Новороссийчанка проплыла на реке Суэра в Китае, с участием международных судей. Гиннес берет только им. Поэтому новый рекорд может быть занесен только в Российскую книгу рекордов «Дино». Там уже назван достижением в мире рекорд украинки. Интересно, что мировой рекорд по расстоянию и скорости плавания в ледяной воде тоже принадлежит пермцу. Два года назад красноярцем Владимир Навокушиным в Барнауле за 21 минуту 15 секунд проплыл 1,5 километра. Но у морского животного больше времени пребывания в ледяной купели. Поэтому достижение украинки

3 ГОДА ПЕРМЬ ОНА ЛУЧШЕ!
ВЕЛИКАЯ ПЕРМЬ СПОРТ
2002



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, Шамиль Миннеханов, Елена Колпакова, Павел Агапов, Валентина и Вильдан Шайхулины, Владимир Мартынов, Борис Лисицын и другие





История клуба «Тонус»

2001 год

- ❖ Леонид Малков занесен в Книгу рекордов и достижений России «ДИВО».

Рядом с «моржом»-знаменитостью.

Больше 60 лет в ледяной купели

и не диво, что попал в «ДИВО»-книгу Рекордов, достижений наш Малков Леонид Михайлович.

Ради такого бо-ль-шо-го триза как не по-теть в ледяной воде!

ПРАВОСЛАВНЫЕ ХРИСТИАНЕ ОТМЕТИЛИ КРЕЩЕНИЕ

Богослужением в храме и купанием в Иердане отметили многие предки православной традиции. Крещение Господне. По традиции, в этот день, прошли крестные ходы и великие массовые купания в пермских водах.

Самым важным событием в этот день стало крещение в Иердане. Крестные ходы прошли по улицам города. В этот день, прошли крестные ходы и великие массовые купания в пермских водах.

Многие люди купались в этот раз ради того, чтобы избавиться от болезней. В этот раз купались многие из жителей Пермской области. В этот раз купались многие из жителей Пермской области.

ОБЩЕСТВО

Сказка вновь привлекла до полутысячи (1) туристов. Сказка вновь привлекла до полутысячи (1) туристов.

Вторым фактом было то, что сказка вновь привлекла до полутысячи (1) туристов.

Валерия - молодая восходящая звезда



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 вместе с Исуповых родилась еще одна дочка – 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 словах, 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 финской Лаппеэнсальме, в том числе и «звезд» зимнего плавания, приехавших со всей России, реку решили освоить от «дажды». Впереди пустые ледяные реки, следом за ним – моржей. Зрелище получается 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 завзятыми моржами. Старшим дисциплинарно особенно нравилось шокировать зрелище: стоит на берегу в шубах, дубленках, хлопчат ватными, дышит 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. Моржевать она начала... в три года и к сегодняшнему дню уже успела заработать кучу наград и ввалила 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 зимнюю саванну продуманным подходом к «моржовому делу». В России зимой плавают только энтузиасты: приходится к реке и собственными руками

прорубают лунки, натягивают дорожки, устанавливают тумбы. У северных соседей совсем иначе. Ходить с торфонами и добить лед не нужно: в озере есть специальная проруба, прикрытая крышечкой надобина колпаком – что вода не замерзала, заготовилось испулаться – прищел, откинул крышечку, вырвет. А на берегу уже ждет горячая сауна. Как говорится, подумано – от и до». Впрочем, соревнования показали, что не привычные к кряблиту русские плавают профессиональнее: их результаты оказались лучшими. Наталью Исупову тогда прозвали «быстрей всех в своем подгруппе». А через год в той же Финляндии они с Танюшей завоевали по серебряной медали.

Плавала, плаваю, буду плавать!

Шесть 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 расставаться с моржами – весомым и удобным решением – 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?

Днем Наталью замой? Запросто!

а
о
продол-
женни-
повест-
вует
жизнь.

Наталья Исупова: «Я, хорошая майская водичка»

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





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

8 Марта!

Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
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	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	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	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	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	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
Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
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	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	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	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	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	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

МАРТА

Говорятна Камской
лужине высадились
в ряд

Стайка красивых,
чудных девчат.

Чемпионских Нинюше медалей
Как ильмин30 наза болла и прибо
Уней за 20лет переполненный
буфет.

А вот за велосипед
Уней, медалей уней нет.
А желает ей здоровья
Все моржовые поголовье

Моряи всегда боекая,
Её не волнует года.
Куря бы её не позвали
В ответ обязательно:
„Да!“

Хоть в проруби Я готова лезть замужем,
Там мне не будет хуже, там очень
даже мило - "вот Шилова Людмила.

Есть у нас
„Железная Леди“.
Тело уней делящее меди,
И для неё нет проградн нигде.

Таков вот краткий портрет нашей
Милой Мадонни,
Конечно же Яблзновской Нонни!

Вот Сальникова Татьяна,
Пахоже, почти без изъяна;
Фигурка, причёска и прочее
Ну, волосы чуть покорооче
В воде она словно делови
(сказал тут мужикна орд

Слет с улыбкой
закалется,
от эйфории всё
взлететь пытается!
А вы друтого
мнения, Аликсина
Евгения?

Старик моржевания 20лет
Взраст - тот же.
Как разобраться и
объяснить:те кого
милосее?

Телеснее сверо
покорено, схвачены
мрдсли.
Желаем Валерии
по жизни шагать
и пласть в необъятные
дали!

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



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 подняться 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.



Лучше нет Отдыха на свете, Чем в проруби Крыловой Свете.




Мужчины моржи поздравляют нас - моржих с праздником 8 МАРТА!



Ветеранша С доброй душой, Ты нам песенку Лучше пропой. Желаем здоровье Обрести зыбное. 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 хте 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, Златые плыванье любит очень. Надо признаться, она между прочим внешне походит она на актрису или... на барачницу нашу Ларису.



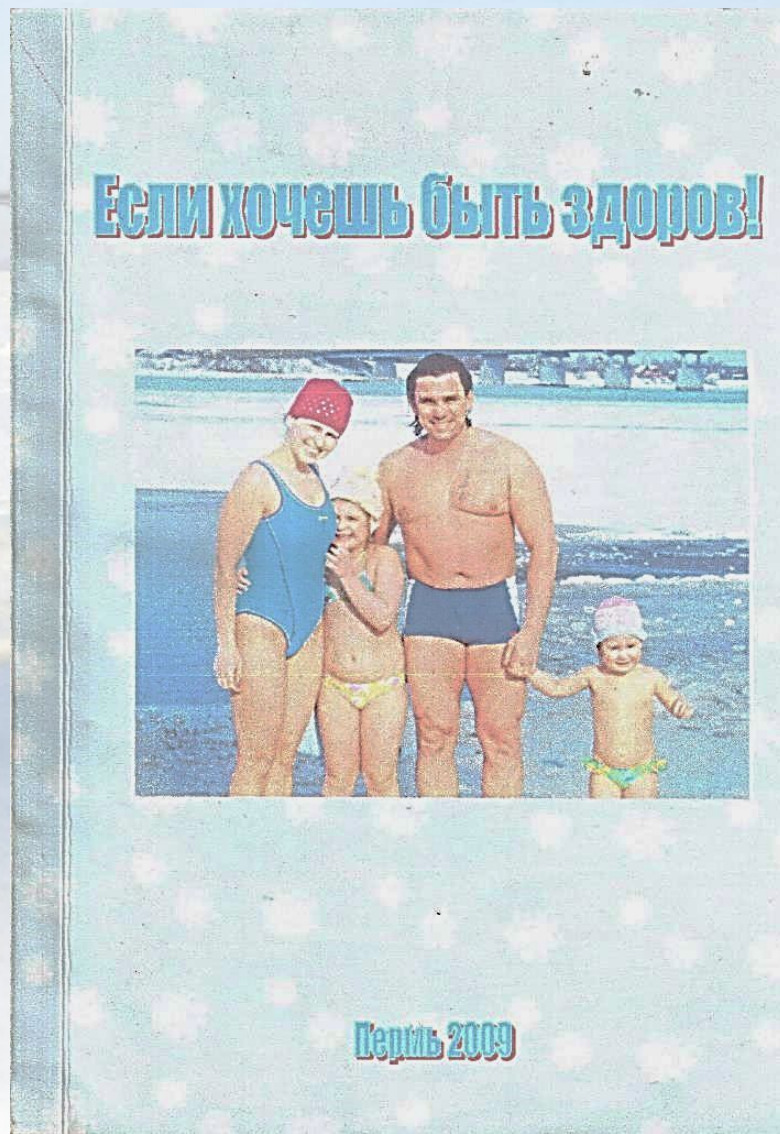
В меру серьёзная и мелочливка. Черные глазки, брови красивые. И шахматистке первой ступень. Шлём поздравлений! Першина Нине.



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>