



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» 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.



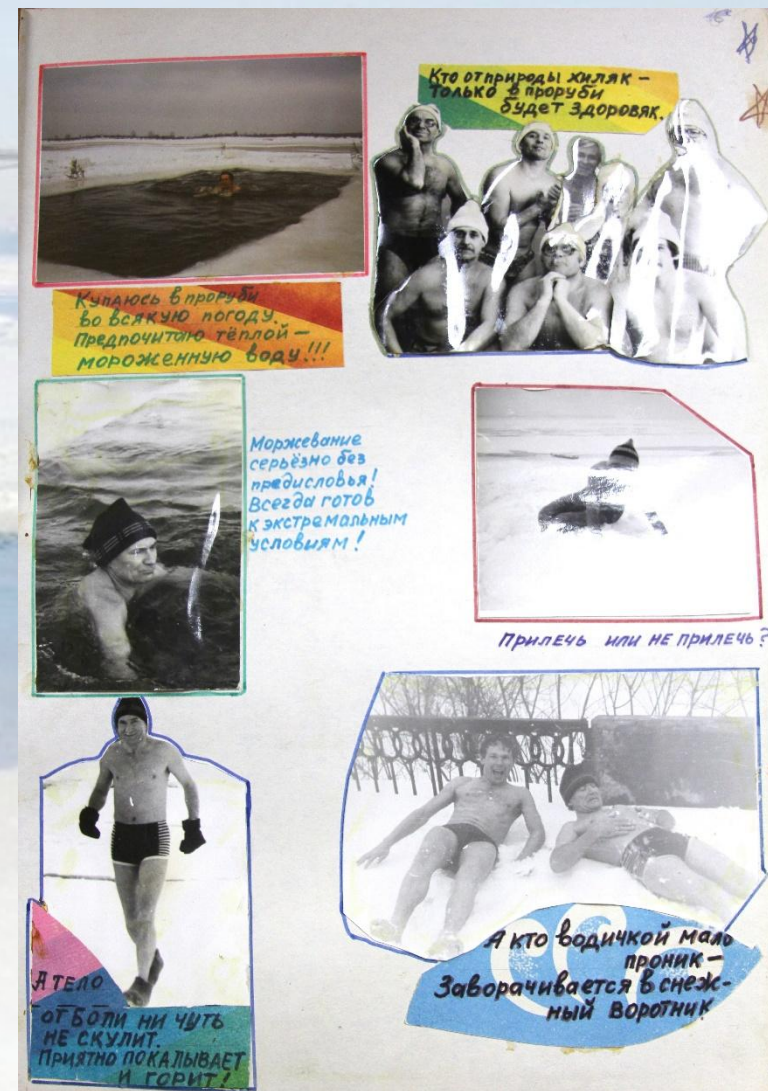
ГИМН КЛУБА «ТОНУС»

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;





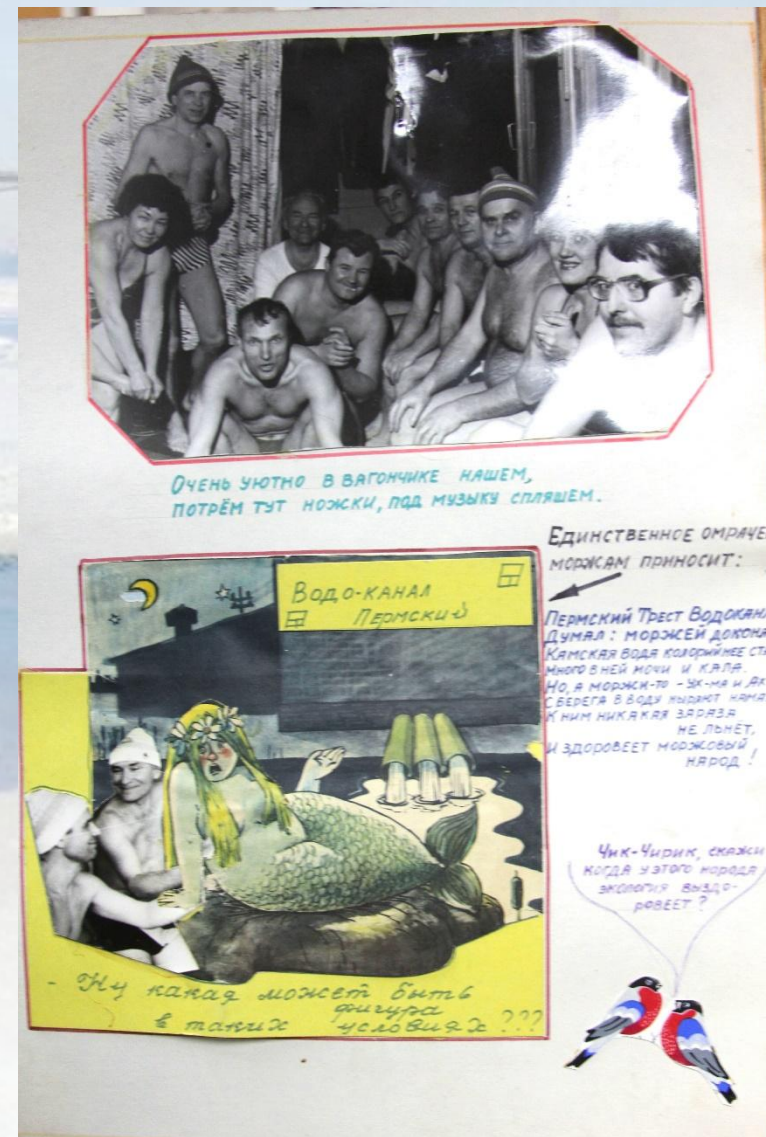
История клуба «Тонус»

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 зарыба
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. Зякямск), г. Н.-Тягил, БЕРЕЗНИКИ.....

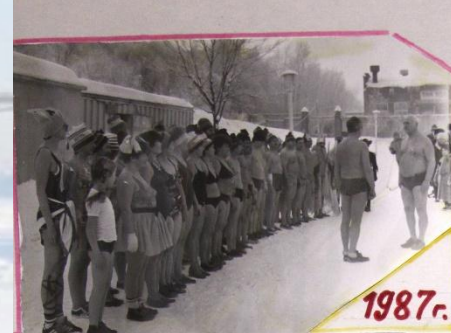
ДРУЖЕСКИЕ ВСТРЕЧИ ОТЛИЧАЮТСЯ ВСЕГДА МАССОВОСТЬЮ, НЕПРИНУЖДЁННОСТЬЮ, РАДОСТЬЮ ОБЩЕНИЯ С ЛЮДЬМИ, БЛИЗКИМИ ПО ДУХУ. ПОСТЕПЕННО ЭТИ ВСТРЕЧИ ПРИОБРЕЛИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ДУХ. СПОРТСМЕНЫ И НЕ СПОРТСМЕНЫ-МОРЖИ КЛУБА «ТОНУС» ПРИНИМАЛИ У СЕБЯ И ВЫЕЗЖАЛИ В ДРУГИЕ ГОРОДА: МОСКВА, ТЮМЕНЬ, МУРМЯНСК, КЯЗЯНЬ, АЛМЕТЬЕВСК 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 МОРЖЕВАНЬЕ
ШЕСТВУЕТ НАРОД*

*ГДЕ-ТО В ЛЕДОВИТОМ ПЛЯВАЮТ ТЮЛЕНИ,
Я УНЯС НА КАМЕ – ПЛЯВАЮТ МОРЖИ.
ПЕРЕД ЭТИМ ЧУДОМ ПРЕКЛОНИ КОЛЕНИ,
И ОБ ЭТОМ ЧУДЕ-ЮДЕ ЛЮДЬМ РАССКАЖИ.*

ДРУЖЕСКИЕ ВСТРЕЧИ.



1987г.



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

*Тут Кямский 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.



III Чемпионат Урала в Нижнем Тагиле, март 1989 г.

ВСТРЕЧА В КЛУБЕ «БЕЛЫЙ ЧАЙКА» С КУЛТЯЕВО.

*Говорят, стадо моржей
 Заплыло в Култяево.
 Мы приехали проверить-
 Правда-ли, долги-ли.
 Разведка показала,
 Что здесь вовсе не моржи,
 А моржихи - бабоньки,
 Бассенки да сладеньки.
 Смелые, бедовые
 Клуб себе создали,
 Белый чайкой назвали
 И гостей позвали.*

ЭТО - БЕТОН

ЭТОТ СУМАТОШНЫЙ НАРОД
 НОРОВИТ В МОЁ ЦАРСТВО
 - ПОД ЛЁД!

Хлебом-солью угощали.



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 Березники.

Эти соревнования стали уже традиционными и проводились в этом году четвертый раз. Присутствовало около 30 человек спортивной Перми, Березники, Сарапул, Ижевск, Йошкар-Ола, Пермь, представляли спортивные три клуба — «Авангард», «Альберт» и «Старт».

В программе соревнований — лыжные гонки на 3 км у мужчин и на 2 км у женщин и эстафета на 30 метров.

В результате двукратный победитель мировых игр Т. Горюнов команда Березники, во главе с Л. Сидоровым, занял 1-е место — золотые медали.

В составе команды: А.С.С. и М.С.С.

Быстро идет Пермь представлять в Березниках на чемпионате «МОРЖЕЙ».

В лыжном виде спорта за Пермь выступают: А. Бонина (оба — «Альберт»), занявшие второе место в эстафете — А. Мухоморов (СДЮСШ) и А. Михайлов (СДЮСШ).

То же самое по номерам соревнований в клубе заняла команда «Авангард» — олимпийская армия из города Уфы.

В эстафете участвовали: А. Сидоров, Л. Сидоров, М. Сидоров, А. Сидоров.

Пермь заняла второе место в эстафете.

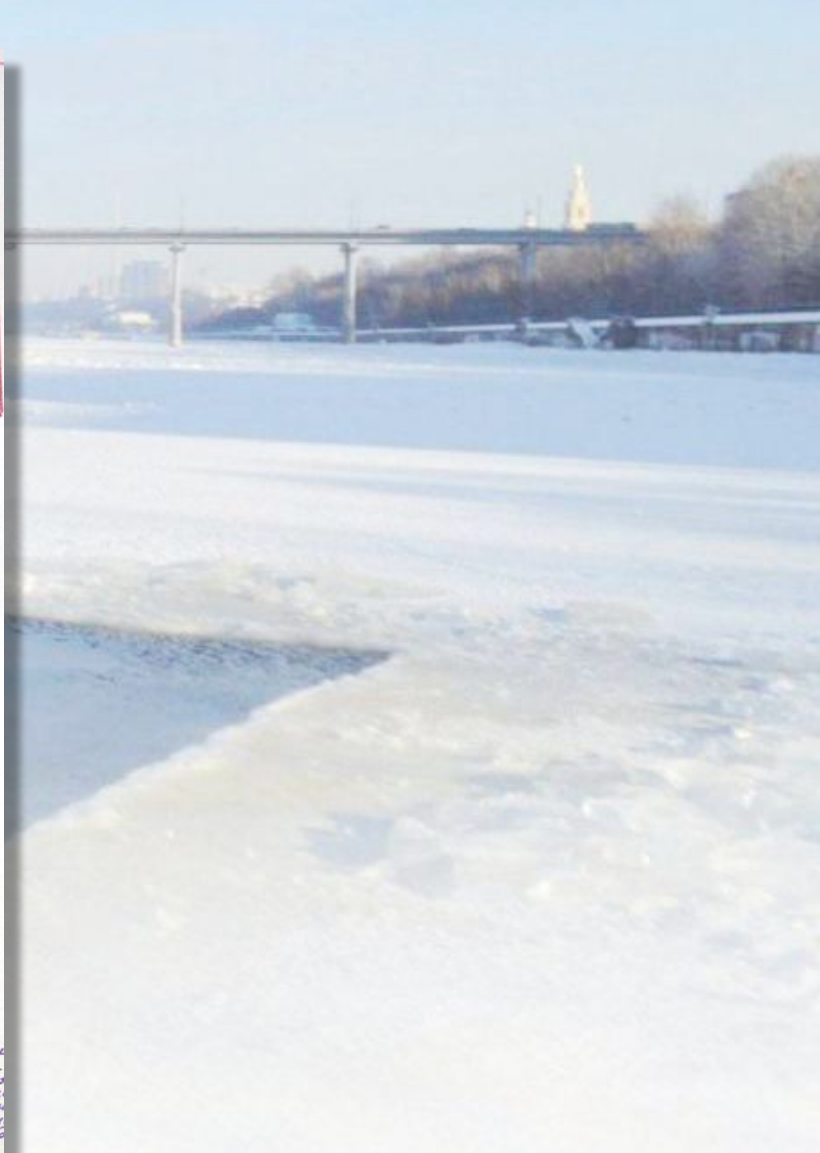
Напомним, что Пермь участвовала в чемпионате «МОРЖЕЙ» в Москве и в Москве до Перми было и было, естественно, с приездом в Пермь из Березники.

С. ДУБИНИНА.

Зимняя Спартакиада народов РСФСР. 1989. в Перми.

MEMORIAL WISHER I. WUNSCHER VILE ERKOLAI 1989

Это незабываемое увлекательное, нетанко спортивное, но и игровое, красочное зрелище, когда зрители вспыхивали румянцем на щеках от захватывающего беселья и жарящего в те дни морозы. Я и мой клуб «Тонус» Камка, Альберт и другие отличились тем, что на стадионе имени Ленинского комсомола дали свое «лебяжье» представление: вочки с холодной водой, перемишуемые на санях лебядями, они с великими в руках прыгали быжа и кохоза, плававшие 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 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 превосходный! Победа над собой.

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

Между-... современно 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

Быстро открылась купальный сезон на Мотовилихинском пруду. Люди дружно «моржили». В моржевую субботу здесь состоялся 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 «горной». Мастер-мер, Владимир Розов из Добрянки так рассказывает, что высота 500 метров, которую ныряли участники из Рыбной Свердловской области. Ему уже не слышится, и чувствует он себя в холодной воде, действительно, как рыба. Что касается победителей, то тут неожиданностей не было. В женском зачете на 25 метров в своем возрасте турчанка Мирзалиева из Пермской области. Мужская команда из Пермской области выиграла на 50 метров. Среди призеров пермяки Андрей Ковалев, Александр Костяев и Виктор Писарев. Среди победителей и в командном первенстве. В морже на 500 метров победу выиграл пермяк Владимир Ковалев. В женском зачете на 500 метров победу выиграла пермячка Татьяна Мухоморова.

Надо заметить, что соревнования проходили в традиционных местах, в низовьях пруда. Турчанка Мирзалиева из Пермской области выиграла на 25 метров. Среди призеров пермяки Андрей Ковалев, Александр Костяев и Виктор Писарев. Среди победителей и в командном первенстве. В морже на 500 метров победу выиграл пермяк Владимир Ковалев.

В УМГСО
Фото М. ЗАГЛУБИВА.

Здесь же 21/01-95.

Досье: Чудиннов Владимир Алексеевич.

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

Дай, Господи, нам голубого не прозрачного ультрамариневой в сверкающего белизно снегу и нам, моржам, здоровья-хоть!

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

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

Самое приятное в работе - выбрать удобную позицию.



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 Исаев 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 развивается. Вместе с рабочими-телефонщиками и мастерами катания уже выехали студенты, пенсионеры...

И вот «Тонус» отметил свое десятилетие. На праздник съехались «моржи» из других клубов области и города. Было, что и поплавать в специально подготовленном плавательном бассейне: светлая солнышко, и река полыхнула ледяной стеной прорубей. Как и положено, всем действом заправил Исаев. Бесспорно, море и водные. 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 УПАНИМЕ стальной, с бликами таяющего льда. Как отлитые «моржи» десятилетие своего клуба любителей зимнего плавания «Тонус».

Исаев, бог моря - лыжные гонощики проплыли свои подвиги в ледяную утробу. Более 50 человек, не пренебрегая ледяной стеной, сорвали орские тельняшки и брызгали снег в воду. Своим единственно верным способом приветствовали любителей зимнего плавания из других клубов и городов.

На этом торжественная часть программы закончилась, и все «моржи» дружно пошли на набережную, чтобы из тысячи, сду сфотографировать все участники ледяной кавальерии.

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 состоидесь - без сомнения.



ПОЗДРАВЛЕНИЕ БРАТЦА „ДЙСБЕРГА“

... Ты в проруби знаешь рай земной И после тренировки Забудешь ты склероз хандры. 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.

Правая рука 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 дюльшой!



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!

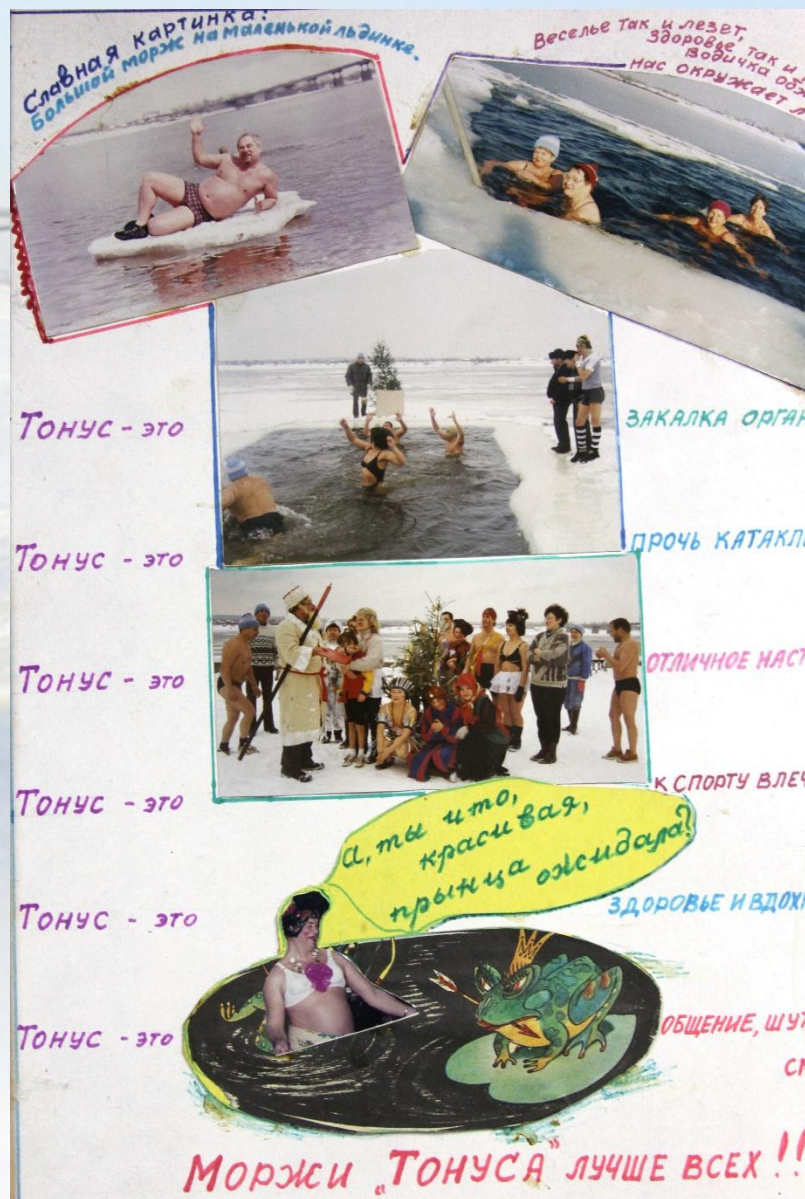
И приплыло
в «Тонус» новое
пополнение -
моржи клуба
«ЛЕДНИК»



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» похозяйствоваться.

Телефон 48-23-47 **СПОРТ**

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

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

Упорными соревнованиями отличились участники из Пермского областного центра. В частности, в мужской категории клуб «Тонус» представил Владимира Сидорова, который в настоящее время работает в Пермском государственном университете. Сидоров показал отличный результат, выиграв соревнования. В женской категории победу одержала Наталья Дудова из клуба «Энергия».

В соревнованиях приняли участие спортсмены из городов Свердловской области: Екатеринбург, Нижний Тагил, Пермь, Добрянка. В мужской категории победу одержал Владимир Сидоров («Тонус») - 3 мин. 17,7 сек. в серии мужчин на 500 метров - все то же время, что и в серии женщин. Победитель в женской категории Наталья Дудова («Энергия») - 4 мин. 11,0 сек.

Павел АГАПОВ, призер соревнования

«Моржи» сжигали морозы

В другом издании соревнований победил Владимир Сидоров («Тонус»). В плавании на 500 метров лучший результат показал Владимир Сидоров («Тонус»). Выступавший в категории до 50 лет, Лучшим в остальных возрастных категориях стал Г. Калашников из Добрянки («Энергия»). С. Сидоров («Тонус») в серии мужчин (2:50 м. мужские) добился победы в плавании на 500 метров. Лучшей в серии женщин (4:11 м. женские) стала Наталья Дудова («Энергия») - 3 мин. 17,7 сек. в серии мужчин на 500 метров - все то же время, что и в серии женщин. Победитель в женской категории Наталья Дудова («Энергия») - 4 мин. 11,0 сек.

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.

Сид. Цыферовский, 29.3.98г.

Добрякинским «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 известнейших «моржей» 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.Лысичкин 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» вторыми были «моржи» из пермской команды «Тонус-1».

ПАВЕЛ АГАПОВ
серебряный призёр 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 - Перми - 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. Учительница Наталья Гусева победит. И после ее 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 Перискин, - «Зверюшка» с другом, старшим - главным маршалом Маннергейма, которого, конечно же, троем подделывали соотечественники. Ум - вот основа.

И тут началась странность в отношении соотечественников. Мужики и девочки бегом бегом, третьи четвертые места - финнам, конечно.

Финские переводчицы перискины поменяли маршальские возгласы, заданные по-русски. Наши спортсменки слышали, что справедливости не добиться, а еще это прорубь русскому народу в принципе недоступна.

Результаты незначительны. Девочки заняли на эстафете 425 метров там же, где и в своей проруби, дома!

участнице соревнований ждали гениальное создание другой по клубу Гусева и чемпионка чемпионки - Маннергейма.

Москва, как и мы это прорубь, разлили его, лека на льдине.

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
ПЕРМЯКИ НАХОДИЛИСЬ ТРОЕ СУТОК

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 моржками 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 длилось бескомпромиссное коллективное «самостоятельное» испытание зимнего плавания сигналы в воду и мером 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 постылают и через три часа снова запускали в прорубь. День сменялся ночью, а они все плыли и плыли...

Их было шестьдесят, мужчины и женщины от пятнадцати до семидесяти. Гости съехались в Татарстан из Пермь, Барнаул, Уфы, Казани, Красноярска, Пензы, Омска... Были даже пловцы с острова Франц-Жосе в мировой истории мероприятия стало двадцатипятилетием Пушкина. Как утверждали организаторы зимнего заплыва, Александр Сергеевич тоже был моржом! Дескать, он любил прыгать в ледяную воду.

Рядом с прорубью лежучих моржей караулил скорая помощь - на случай, если кто-то из героев переустудит, не почувствует тот главный момент, когда тело перестает культивировать внутри себя тепло. Но вскоре разогранные ме-

дали заплывали - никто из пловцов не пострадал. Наиболее практичные все участники в свое время вылезли с помощью моржков и теперь получили дополнительные знания из Татарии старшими. Ели бы, они привели чужие трофеи - медали за 1-е и 2-е места, и в какой-то момент моржа Чудинов, шутя помыл из озерки, в которой пловцы спускались в термосе трих трех суток в прорубь. Они ушли вперёд высоковольтной лямповой лампы.

Зато в ажиофф пермяки обыграли Уфу и вышли в финал 20-21 марта «Молот» проиграл матч с мурманскими «Металлургом» на чужом поле.

Наталья КАЛЮЖНАЯ

улыбки и общей сложности проплыли 12,5 километра! Особенно выдвинулись среди наших Владимир Рудов и Сергей Живов на турнире давничка - пятидесятiletием Союз ЧМФ. В Турин стал в Альметьевске абсолютным рекордом в обобщенной воле 6575 метров, поставил знаменитый рекорд А Саша Мылков, который удалось проплыть в проруби 600 метров, поставил знаменитый рекорд - немногие женщины, даже из тех что поостерег, отважились на столь длительное пребывание в ледяной воде.

Рядом с прорубью лежучих моржей караулил скорая помощь - на случай, если кто-то из героев переустудит, не почувствует тот главный момент, когда тело перестает культивировать внутри себя тепло. Но вскоре разогранные ме-



История клуба «Тонус»

Март 1999 г.

- ❖ Фестиваль здорового образа жизни в поселке Ильинском;

ЗВЕЗДА
25 МАРТА 1999 ГОДА
**МОРОЗ И СОЛНЦЕ – ДЕНЬ
ДЛЯ «МОРЖЕЙ» ЧУДЕСНЫЙ**

I фестиваль здорового образа жизни в поселке Ильинский.

Спортивные результаты в городе Ильинский про-
шли 1-8 октября фести-
вал здорового образа жизни в поселке Ильинский, в
котором участвовали «мор-
жи» из Пермь, Ижевск, Йош-
кар-Ола, Тольятти и Красно-
ярского Свердловской облас-
ти.

Посчитавшимся погретым
в а. на водоеме солнца зим-
ней удивительной природы по-
лучила настоящее испытание.
При температуре минус 20 гра-
дусов с метром «морж» ни на
волну не отступила от назначе-
нного и рывком спрыгнул за-
плыв в полдень пруда сыграв
и в воде, подхватывая канат и
иногда, прославившись из
уважения. Ижевской художе-
ственной части фестиваля ста-
новилась участником из
Перми Владимиром Максимо-
вым одним очком, малозначи-
тельным участником из
Ильинского А. С. Пушкина при-
няли ванну со льдом.

Михаил ЗАГЛУБИН

Залезайка ты в прорубь
смело –
Ты мне и молодость, и красивое тело.
Засмеялся Балда-муж дикаво:
«Что это ты выдумала, право?
Я ж в воде отморожу все члены.
Как общаться я буду с тобой,
С несравненным, милый женою?
Дурачина, ты, простояла!
Посмотри на Рычагова Колю:
Пль похож он на замороженного дракона!
Ишь настрогал мальцов-то тройню!
Думаешь теперь остановится.
Коль велико здоровьице?»

А наш районный начальник Истомин:
Будь-бы здоровьем скромн,
Он неужель-бы решил порадовать
И тем свое имя историю забыть –
Клубы «Тонус» да «Виктория»
Моржам для здоровья!!!

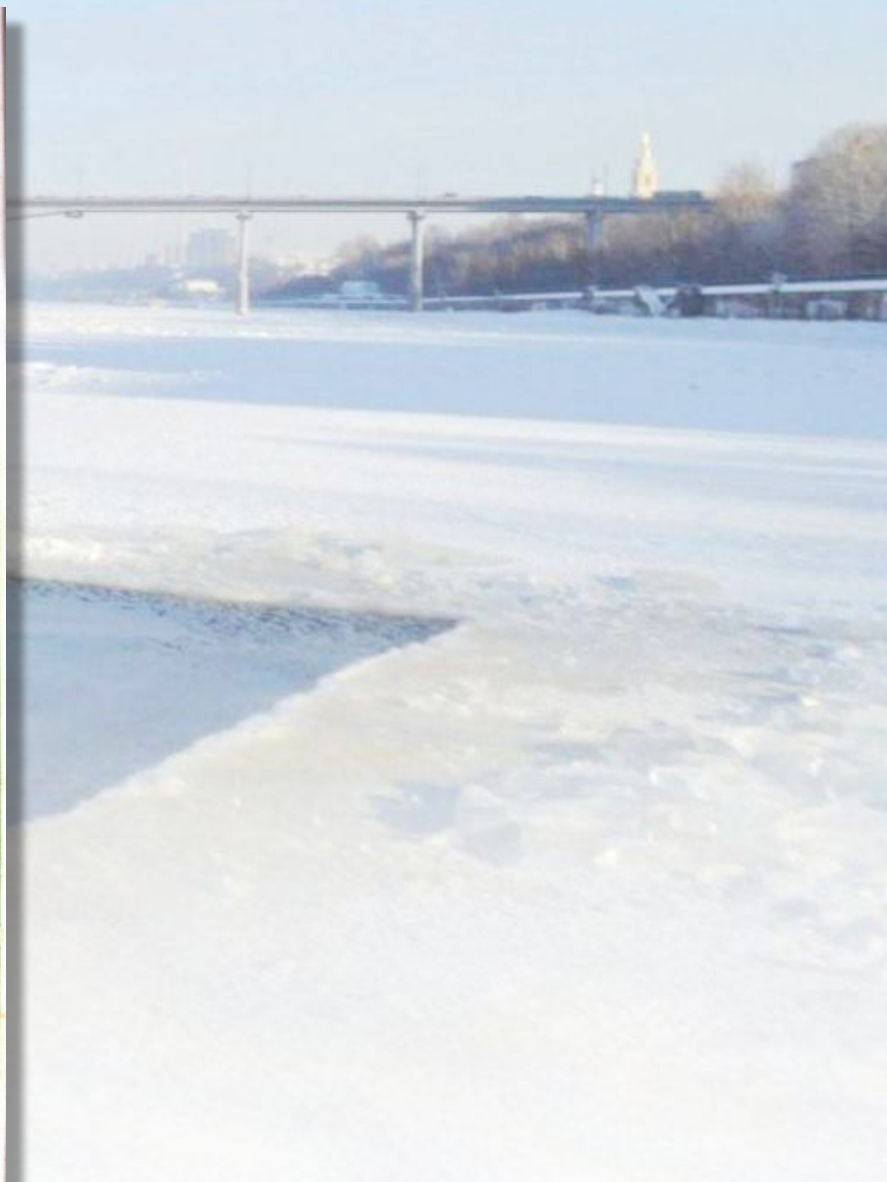
**200-летний юбилей А.С. Пушкина
был отмечен участниками фестиваля.**



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.


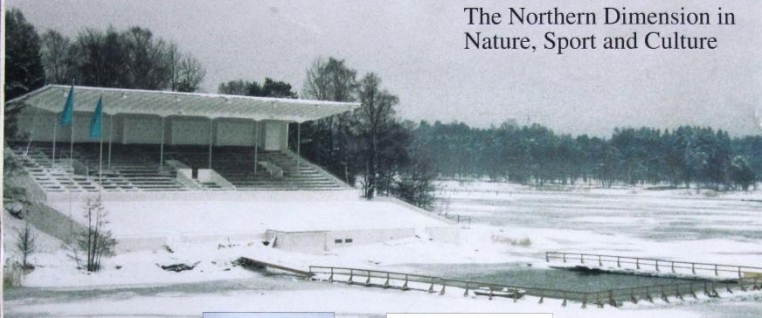
- ❖ И снова - Финляндия! И снова – Победы! Павел Растегин, Максим Смирнов, Иван Голяков, Елена Колпакова – призеры Чемпионата.

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

- Avouiset – Opening
- Kilpasarjat – Championships
- 25 m Race Tracks
- Soutupassi – Gait 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
- Talvireiä – Wintertainment
- Avoin kutsu – Open Call
- Talvuinti-symposium
- Winter Swimming Symposium
- Näytely – Exhibition
- Gaalailta – Gala Evening


Вот они, наши именитые маржи, спортсмены-призеры. Гордость берёт за вас, наши родимие «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»

Май 2000 г.

Бесперывный 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 бесперывный суточный заплыв в Каме по эстафетной схеме. Каждый из них преодолел в весенней воде в студеной воде в честь Дня Победы 350 метров, температура воды которой не превышала четырех градусов.

В таких случаях говорят: вода отступила. Она и в этот раз «отступила», ведь в последние десятилетия уровень воды в Каме снизился, что привело к тому, что в некоторых местах вода оказалась ниже уровня ледяной корки. Участниками эстафеты стали: Михаил Шалямов, Владимир Роман, Валерий Шахматов и Елена Колтакова, а также один из участников заплыва через Березовый пролив Игорь Сидор. Безразличный участник эстафеты Игорь Шалямов, участник эстафеты Максим Сидорин, участник эстафеты Герой Фролов и Валерий Шахматов.

Самое главное, - говорит вице-президент областной федерации «моржей», участник эстафеты Валерий Шахматов, - «мы хотим, чтобы в нашей области было больше людей, которые занимаются зимним плаванием».

Напомним, что в этом заплыве участвовали и новые спортсмены, которые в серьезных испытаниях на речных и международных студенческих заплывах. Это спортсмены из Пермского края: Т. Фролов, Александр Аманов и Андрей Попов, которые проехали в холодных водах полтора часа.

Бесперывно достигли устья реки ветераны этих холодовых заплывов. Они раньше с молодыми борцами в Каму в честь Победы. Игорь Сидорин, Владимир Роман, Валерий Шахматов, Максим Сидорин, Владимир Роман, Александр Аманов и Андрей Попов, которые проехали в холодных водах полтора часа.

А также в этом заплыве участвовали и новые спортсмены, которые в серьезных испытаниях на речных и международных студенческих заплывах. Это спортсмены из Пермского края: Т. Фролов, Александр Аманов и Андрей Попов, которые проехали в холодных водах полтора часа.

Виктор УЖЕГОВ

На снимке: около 200 метров заплыва, а впереди - финиш.

Атлеты холодов воды

Впервые в истории Пермского края в честь Дня Победы в Каме состоялся эстафетный заплыв. В нем приняли участие около 30 человек. Каждый из них преодолел 350 метров в студеной воде. Температура воды в этот день в Каме достигала 12 градусов. В этот день в Каме состоялся эстафетный заплыв. В нем приняли участие около 30 человек. Каждый из них преодолел 350 метров в студеной воде. Температура воды в этот день в Каме достигала 12 градусов.

Виктор УЖЕГОВ

«МОРЖИ» ОТПРАВЛЯЮТСЯ В ПЛАВАНИЕ

Марафон

Юлия ШУМИКИНА

Же целью 200 километров собираются пробежать 14 любителей зимнего плавания. Старт марафонскому марафону будет дан 12 июля от Пермского речного порта. Организаторами этого необычного водного марафона выступили Пермская областная федерация зимнего плавания, зачисления и плавания на открытой воде в рамках акции «В 2000 год 2000 километров».

В прошломе принимали участие спортсмены из Пермского края «Тонус», из Добрянки, Ижевска, Березовки. Коллектив стартует в 8:00, время плавания — шесть часов. Плавальники будут сопровождать катушку длиной в 10 — 30 минут, сменяя друг друга. Водным марафом станет победитель марафона — 90%. В Оке, участники которого переплывут Палкинский залив.

СУТКИ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ

Алексей СЕЮНИН

Маленький городок, Темпелетский завод, в 2 км от Камы, 450 человек. Каждый из них преодолел в студеной воде в честь Дня Победы 350 метров, температура воды которой не превышала четырех градусов.

В этот день в Каме состоялся эстафетный заплыв. В нем приняли участие около 30 человек. Каждый из них преодолел 350 метров в студеной воде. Температура воды в этот день в Каме достигала 12 градусов.

Алексей СЕЮНИН

ДВЕ ТЫСЯЧИ КИЛОМЕТРОВ - В ПАМЯТЬ О ЗАВЬЯЛОВЕ

Задача, поставленная памяти Захара, на Пермской Березовке много лет назад — традиционные соревнования «моржей». Почти память выдерживает на месте тридцать лет, при этом участники эстафеты «моржей» в этот день в Каме достигали 12 градусов.

Алексей СЕЮНИН

«МОРЖИ» ОТПРАВЛЯЮТСЯ В ПЛАВАНИЕ

Же целью 200 километров собираются пробежать 14 любителей зимнего плавания. Старт марафонскому марафону будет дан 12 июля от Пермского речного порта. Организаторами этого необычного водного марафона выступили Пермская областная федерация зимнего плавания, зачисления и плавания на открытой воде в рамках акции «В 2000 год 2000 километров».

В прошломе принимали участие спортсмены из Пермского края «Тонус», из Добрянки, Ижевска, Березовки. Коллектив стартует в 8:00, время плавания — шесть часов. Плавальники будут сопровождать катушку длиной в 10 — 30 минут, сменяя друг друга. Водным марафом станет победитель марафона — 90%. В Оке, участники которого переплывут Палкинский залив.

*У нас нет горев,
У нас нет плохой,
У нас нет безликих,
И ни не дупчим
Потока хвalebи
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 щитижд.
Мы можем, как в песне,
Стонать, но держатся
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 сессия действующего Книги рекордов Гиннесса. Пермский спортсмен Игорь Дыкин на соревнованиях 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 достижение русского эскимоса - Владимира Рижина из Дюбровка. В феврале 1996 года на протоптанном льду за 38 минут он преодолел 1200 метров. Новороссийчанка провалилась на реке Суэраи в Китае, с участием международных судей. Гиннесс берет только им. Поэтому новый рекорд может быть занесен только в Российскую книгу рекордов "Дино". Там уже попал достижений много мирового уровня.

Интересно, что мировой рекорд по расстоянию и скорости плавания в ледяной воде тоже принадлежит пермцу. Два года назад красноярцем Вадимом Навокузиным в Барнауле за 21 минуту 15 секунд проплыл 1,5 километра. Но у морских животных больше времени пребывания в ледяной купели. Поэтому достижение 39-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 раздвинуть границы человеческих возможностей.

Не удивительно, что команда пермских моржей на соревнованиях в Алматы оказалась самой сильной. Игнорировать "горячих пермских парней" - Владимир Чувпиев, Виталий Хоружевский, 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 стоит в самом конце набережной Перми, он заходит только зимой. Благо, место его работы, магазин "Решник", 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 зимних рекордов в ледяной воде началась в 1996 году. Тогда же 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 достижение русского эскимоса - Владимира Рижина из Дюбровка. В феврале 1996 года на протоптанном льду за 38 минут он преодолел 1200 метров. Новороссийчанка провалилась на реке Суэраи в Китае, с участием международных судей. Гиннесс берет только им. Поэтому новый рекорд может быть занесен только в Российскую книгу рекордов "Дино". Там уже попал достижений много мирового уровня. Интересно, что мировой рекорд по расстоянию и скорости плавания в ледяной воде тоже принадлежит пермцу. Два года назад красноярцем Вадимом Навокузиным в Барнауле за 21 минуту 15 секунд проплыл 1,5 километра. Но у морских животных больше времени пребывания в ледяной купели. Поэтому достижение 39-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 раздвинуть границы человеческих возможностей. Не удивительно, что команда пермских моржей на соревнованиях в Алматы оказалась самой сильной. Игнорировать "горячих пермских парней" - Владимир Чувпиев, Виталий Хоружевский, 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 стоит в самом конце набережной Перми, он заходит только зимой. Благо, место его работы, магазин "Решник", 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

3 ГОДА ПЕРМЬ ОСТАВАЕТСЯ ВЕЛИКАЯ ПЛАВА 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 Иерусалимском море отметили крещение православных христиан. Крещение Господне. По традиции, в этот день, прошли крестные ходы и великие массовые купания в пермских купельях.

Самым важным моментом в этот день стало купание в Святом Духе. Древний обряд, совершаемый в разных районах страны сугубо по-разному. Тренировка купальщиков была как веревочная, так и по-старинному, религиозная процедура с причастием.

Например, традиционно для купания в купели в субботу.

Многие купальщики купали в этот раз ради того, чтобы увидеть в купели святого Духа. Это событие, а также купание в купели, было для многих купальщиков важным событием, кто пожелал окунуться в ледяную воду ради этого поезда на купальничью купель.

Особенно же интересно происходило на леду Камы, куда, по разным подсчетам, за крещением

ОБЩЕСТВО

Скучно ночь превратилась до полутора тысяч (!) бурлящих. Старый советский телевизор селестрой несколько фактов.

Во-первых, много на купальничью купель, купальщики собираются после окончания купания чаем, а иногда болот купальщиков пашет-ками.

Вторым фактом было то, что купальщики, участвующим в купании, по определенным правилам надлежит окунуться в купель по 3-4 раза, а не по 1-2 раза, как это делают все современные купальщики, а в купельной купели.

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 слова, а дела: посмотрев, какими довольными выглядят люди, выскочившие из проруби, 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 «даждь». Впереди пустые ледяные реки, след 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 обратно.

Страх длился недолго: скоро Исуповы стали завзатыми моржами. Старшим девочкам особенно нравилось шокировать зрелище: стоя 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, натанув валиками 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 ввалин 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 зимних спортсменов 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 прорубь, прикрытая крышечкой надобина колпаком – что вода не замерзала, заготовилось испулаться – прищел, откинул крышечку, нырнул. А на берегу уже ждет горячая сауна. Как говорится, подумано – от и до». Впрочем, соревнования показали, что не привычные к кройфору 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 турнирам и подготовке к разным мероприятиям она почти не видела мужа и детей. Но расставаться с моржами – важным и удобным делом – Исупова не собирается.

– Мы же постоянно призываем все что-то новое, – 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?

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

*а
о
продол-
женни-
повест-
вует
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

8

Марта!

<p>Январь</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1 2 3 4 5 6</p> <p>7 8 9 10 11 12 13</p> <p>14 15 16 17 18 19 20</p> <p>21 22 23 24 25 26 27</p> <p>28 29 30 31</p>	<p>Февраль</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1 2 3</p> <p>4 5 6 7 8 9 10</p> <p>11 12 13 14 15 16 17</p> <p>18 19 20 21 22 23 24</p> <p>25 26 27 28 29</p>	<p>Март</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1 2</p> <p>3 4 5 6 7 8 9</p> <p>10 11 12 13 14 15 16</p> <p>17 18 19 20 21 22 23</p> <p>24 25 26 27 28 29 30</p> <p>31</p>	<p>Апрель</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1 2 3 4 5 6</p> <p>7 8 9 10 11 12 13</p> <p>14 15 16 17 18 19 20</p> <p>21 22 23 24 25 26 27</p> <p>28 29 30</p>	<p>Май</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1 2 3 4</p> <p>5 6 7 8 9 10 11</p> <p>12 13 14 15 16 17 18</p> <p>19 20 21 22 23 24 25</p> <p>26 27 28 29 30 31</p>	<p>Июнь</p> <p>пн вт ср чт пт сб вс</p> <p>1</p> <p>2 3 4 5 6 7 8</p> <p>9 10 11 12 13 14 15</p> <p>16 17 18 19 20 21 22</p> <p>23 24 25 26 27 28 29</p> <p>30 31</p>
<p>Июль</p> <p>1 2 3 4 5 6</p> <p>7 8 9 10 11 12 13</p> <p>14 15 16 17 18 19 20</p> <p>21 22 23 24 25 26 27</p> <p>28 29 30 31</p>	<p>Август</p> <p>1 2 3</p> <p>4 5 6 7 8 9 10</p> <p>11 12 13 14 15 16 17</p> <p>18 19 20 21 22 23 24</p> <p>25 26 27 28 29 30 31</p>	<p>Сентябрь</p> <p>1 2 3 4 5 6 7</p> <p>8 9 10 11 12 13 14</p> <p>15 16 17 18 19 20 21</p> <p>22 23 24 25 26 27 28</p> <p>29 30</p>	<p>Октябрь</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>6 7 8 9 10 11 12</p> <p>13 14 15 16 17 18 19</p> <p>20 21 22 23 24 25 26</p> <p>27 28 29 30 31</p>	<p>Ноябрь</p> <p>1 2</p> <p>3 4 5 6 7 8 9</p> <p>10 11 12 13 14 15 16</p> <p>17 18 19 20 21 22 23</p> <p>24 25 26 27 28 29 30</p>	<p>Декабрь</p> <p>1 2 3 4 5 6 7</p> <p>8 9 10 11 12 13 14</p> <p>15 16 17 18 19 20 21</p> <p>22 23 24 25 26 27 28</p> <p>29 30 31</p>

МАРТА

Говорятна Камской
лужине высадились
в ряд

Стайка красивых,
чудныхдевушек.

ЧемпионскихНинюшек медалей,
как ильмин30 наза волю и прилеж
Уней за 20лет переполненный
буфет.

А вот за велосипед
буфет.
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 делящееся меди,
И для неё нетпреградни 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 покороче
В воде она словно деловит
(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 сверло
покорено, схвачены
медали.
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.



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



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 тоннаж. Вот почему она беззук. Значительно моложе. Приоритет в этом отныне даём Андреевой нашей Нине.



В бане, наверно, любит попариться. Очередная наша красавица, Замиде плаванье любит очень. Надо признаться, она между прочим внешне походит она на актрису или... на барачницу нашу Ларису.



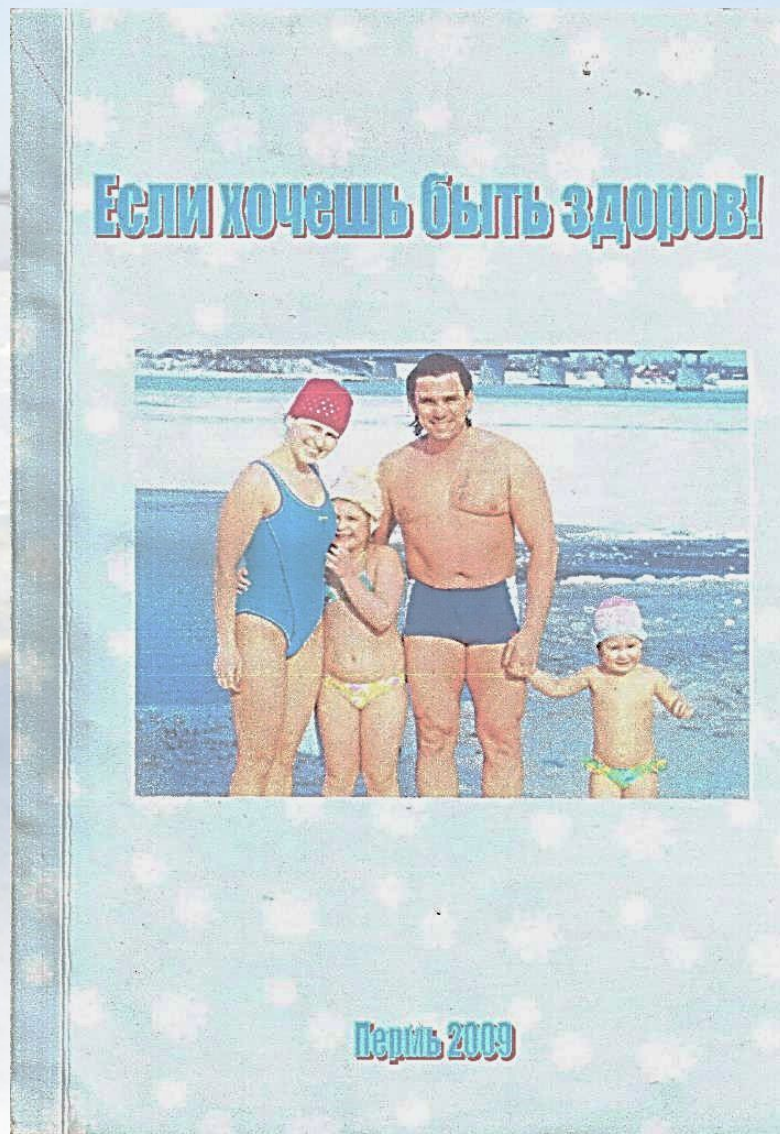
В меру серьёзная и мелочливка. Черные глазки, брови красивые. И шахматистке первой ступени. Шлём поздравлений! Першина Нине.



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>