



Лето - это маленькая жизнь! Лето - это спортивная жизнь!

**Лето - это маленькая жизнь! Лето - это спортивная жизнь!
Лето - это «Гродненская ночная десятка»...**

Впервые в Гродно состоялся легкоатлетический пробег «Гродненская ночная десятка». Под куполом ночного неба в парке активного отдыха «Коробчицкий Олимп» в деревне Коробчицы Гродненского района состоялся этот уникальный пробег. При необычно большой красной луне, лежащей на горизонте, где мирно спал Гродно, легкоатлеты показывали свои лучшие результаты.

Ведь именно бег - **это самый доступный из всех видов занятий физкультурой**. Все, что требует для бега - это близлежащий парк и удобная спортивная обувь. Участники пробега соревновались между собой на дистанциях 3333, 6666, 9999 метров. Кто-то однажды сказал, что бег - это ни с чем несравнимое наслаждение, это хобби и удовольствие, возможность расслабиться и убежать от насущных проблем. И если человек бегаёт, он бегаёт всегда и в дождь, и в снег, и в жару, и в пятницу и даже в свой день рождения!

В Гродненском филиале РУП «Белтелеком» тоже есть такой человек - это Александр Рыбак, начальник Щучинского узла электросвязи. Со слов Александра Рыбака - именно бег делает человека счастливым и уверенным в себе. В пробеге «Гродненская ночная десятка» он принял участие в забеге на 9999 метров. Для Александра, как и для большинства участников пробега, главное было не победа, а положительные эмоции и адреналин.

Из древней Эллады до нас дошли красивые слова, высеченные на камне: "Если хочешь быть сильным - бегай, хочешь быть красивым - бегай, хочешь быть умным - бегай".

Source URL: <https://mpt.gov.by/leto-eto-malenkaya-zhizn-let-eto-sportivnaya-zhizn>