

## Мастер-класс для спортсменов-политехников



29 апреля наших ребят из сборной посетил заслуженный мастер спорта по гиревому спорту Анасенко Антон Владимирович.



Антон Владимирович является обладателем 7-ми Мировых рекордов в упражнении «толчок», 4-х рекордов России в том же направлении, а также чемпионом Мира и

чемпионом России по гиревому спорту!

Профессиональный стаж Антона Владимировича составляет уже четверть века, так как тренерской работой начал заниматься еще в 2000 году.

Антон Владимирович провел для спортсменов команды [по гиревому спорту](#) мастер-класс и тренировку. Упор был сделан на упражнения «рывок» и «длинный цикл».



Также ребята получили ответы на интересующие их вопросы, связанные с техникой выполнения упражнений и методикой подготовки к соревнованиям.

Выражаем благодарность Антону Владимировичу за то, что поделился своим опытом и всегда рады видеть у нас в гостях снова!