Иван Серебряков

Полумарафон "Троицкая осень"

Ну вот закончился ещё один очередной небольшой праздник бега - кроссовый марафон и полумарафон "Троицкая осень". Организаторы молодцы, - всё было отлично!

Я бежал первый официальный забег после Московского марафона. На марафонскую дистанцию я не решился, поскольку подумал, что за 20 дней я не смогу в полной мере подготовиться, а зарегистрировался на полумарафон. Личный результат, конечно, получить не удалось, но всё же я получил огромное удовольствие. Вся трасса пролегала по лесным тропинкам, насыщенным изобилием красот осеннего леса и свежего воздуха. Дистанция местами была трудновата ввиду многочисленных крутых подъёмов и спусков, которые ещё осложнялись слоем скользкой грязи. Несколько раз очень сильно скользил, спотыкался, но ни разу всё-таки не упал.

По отзывам других бегунов слышал, что на пунктах питания было очень много всего на выбор - несколько видов напитков, сухофрукты, свежие фрукты и даже шоколад, но я не пользовался услугами питания на дистанции, ограничившись своими продуктами - пакетиком геля АРЕНА и двумя фляжками изотоника Powerade.

Мой результат получился 01:35:59 и по предварительным результатам 12 место.

И пусть я не улучшил свой рекорд на данной дистанции (01:03:04), я получил заряд бодрости, хорошее настроение и в целом отлично провёл день!

После забега я с моей группой поддержки - с супругой и братом - поехал в "Лабораторию бега" для тестирования ног и подбора кроссовок.

Здесь подробно расписывать не буду, а коротко напишу, что весь тест занял чуть больше часа, я перемерил (и перебегал в них на беговой дорожке под наблюдением строгой видеокамеры) девять пар обуви и всё таки купил себе новые беговые кроссовки. А ещё в Декатлоне я купил себе термобельё для пробежек в холодную погоду! Ну теперь я полностью укомплектован и готов к суровой русской зиме!