

## ЧАСОВОЙ ТОЛЧОК ГИРЬ 32 КГ

Автор: Administrator

30.01.2016 18:28 - Обновлено 30.01.2016 18:32

---



Сегодня рыбинские гиревики провели необычную тренировку. Мастер спорта Роман Савинов и мастера спорта международного класса Евгений Яковлев, Валентин Егоров и Михаил Гоголев толкали гири 32 кг на протяжении часа. Количество перерывов для отдыха не ограничено – каждый сам мог выбрать оптимальную стратегию.

Результаты таковы:

Роман Савинов – 290 подъемов,

Евгений Яковлев – 339 подъемов, Валентин Егоров – 337 подъемов,

Михаил Гоголев – 341 подъем.

Видео часового толчка гирь 32 кг можно посмотреть на [нашем канале в YouTube](#)