Самый гибкий человек планеты приезжает в Иркутск

20 мая на стадионе "Труд" пройдет Международная конвенция "Фитнес для каждого". Впервые данное событие будет представлено в Иркутске.

Программа включает в себя десятичасовой фитнес-марафон, в ходе которого иркутянам будут представлены последние направления танцевальной аэробики, восточные единоборства, йога. В числе почетных гостей - Алексей Немов, четырехкратный победитель Олимпийских игр, прославленный гимнаст; Пьер Джексон, профессиональный танцор из Доминиканской Республики; и Мухтар Гусенгаджиев, рекордсмен Книги рекордов Гиннеса, самый гибкий человек планеты. Во время жизни в Америке Мухтар давал уроки йоги голливудским дивам Деми Мур и Памеле Андерсон.

Мухтар Гусенгаджиев: "Гибкость дает свободу, ясность мысли, молодость, здоровье и счастье"

Встреча с Ван Даммом перевернула жизнь

Судьба Мухтара Гусенгаджиева - яркое доказательство того, что человек может сделать из своей жизни то, что пожелает. До 17 лет будущая мировая знаменитость пас овец в дагестанских степях. Потом было страшное испытание тюрьмой - отец и старший брат Мухтара скитались по тюрьмам, сам Мухтар вступил в воровскую шайку. Попал в тюрьму. И именно за решеткой Мухтар начал работать над пластикой своего тела. После освобождения из тюрьмы Мухтар целый год строил в Сибири коровники - мечтал накопить денег, чтобы уехать в Москву. И продолжал тренироваться. В Москве Гусенгаджиев прошел конкурсный отбор в Госцирк.

Поворотным для Мухтара стал 1995 год, когда в столице проходил чемпионат России по кикбоксингу. Мухтар показывал пластические номера между боями, и тогда-то его заметил почетный гость чемпионата Жан-Клод Ван Дамм.

- Он пожелал со мной познакомиться, у него возник план снять меня в кино, - вспоминает Мухтар. - Но половина картины была уже отснята, поэтому из этой идеи ничего не вышло. Но я тогда загорелся Голливудом, решил открыть для себя Америку. Когда приехал в Лас-Вегас, увидел на улицах большие экраны, на которых показывали различные ролики. И я сказал себе: "Я сделаю все, чтобы и мое изображение появилось здесь". Спустя некоторое время моя мечта исполнилась. Я уже два года не работаю в Штатах, там теперь выступает мой брат, но до сих пор на экранах крутят клипы с моими номерами.

Каждый может стать йогом

В Лас-Вегасе Мухтар Гусенгаджиев выступал в самом шикарном и знаменитом театре. Как-то за кулисы к нему зашла блистательная Деми Мур:

- Она была со своим женихом. Взяла у меня урок, осталась довольна. Кстати, в жизни она такая же красавица, как и на экране. А вот спасательница Малибу Памела Андерсон на экране и на обложках журналов смотрится гораздо ярче и выразительней, чем в жизни. Памеле я тоже дал несколько уроков, она подарила мне эксклюзивный спортивный костюм. Звезды Голливуда понимают, что йога - это путь к красоте, здоровью, мудрости, и активно ей занимаются.

В Иркутске Мухтар покажет небольшой комплекс упражнений, в котором задействованы все мышцы тела, даже глубоко скрытые. Выполняя этот комплекс ежедневно, можно вполне стать таким же сказочно гибким, как Мухтар. Ведь обычные люди используют всего лишь 20% своих физических возможностей. А гибкость, утверждает йог, дает свободу, ясность мысли, молодость, здоровье и счастье.

По словам Мухтара, профессия дала ему возможность увидеть мир и выучить шесть языков, она открыла в нем новые способности: йог неплохо рисует, играет на музыкальных инструментах, пишет книги. Мухтар собрал 960 афоризмов; когда их число дойдет до тысячи, он планирует издать сборник.

Сейчас Мухтар Гусенгаджиев живет в Москве. В Америке он не прижился - замучила ностальгия. Гастролирует по всему миру, его ежедневник расписан на год вперед. Но в России выступает нечасто - не тот уровень заработка. Так что приезд Гусенгаджиева на фитнес-конвенцию - большая удача для иркутян. Когда у нас еще будет возможность увидеть, как человек завязывает себя в узел, вынимает плечо из суставной сумки и вставляет обратно, а также прячется в небольшой чемоданчик?

Автор: Алена Богатых-Корк © Номер один ЗДОРОВЬЕ , ИРКУТСК 👁 3790 18.05.2006, 12:27 📌 274

URL: <https://babr24.com/?ADE=30060> Bytes: 4010 / 3942 Версия для печати

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:

irkbabr24@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krsyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)