

Они переплыли Байкал, прошли три километра по Селенге, и вот решили покорить Ангару

Любители Аквайс-спорта накануне эстафетой проплыли от Шаман-камня до иркутской плотины ГЭС в воде, температура которой колебалась от 10 до 7 градусов тепла.

В своем финальном заплыве спортсмены решили оживить легенду, для чего забрались на знаменитый Шаман-камень. Мужчина и женщина олицетворяют две реки: Ангару и Енисей, дочь Байкала убегает.

В роли Енисея Александр Толстоухов. Сейчас он живет в Улан-Удэ, а вообще родом из Иркутской области. Ему 46 лет, в холодной воде Александр плавает уже 31 год. К тому же отслужил 7 лет на Северном флоте в морской пехоте. И это несмотря на легочную болезнь, которая была в детстве.

"Начал плавать у Усть-Уде, когда еще учился в восьмом классе. В восьмилетней школе учился. Заболел бронхитом, затем он перешел в бронхиальную астму. Врачи не справились. Решил сам заняться этим делом", - рассказал Александр Толстоухов, председатель попечительского совета федерации закаливания и зимнего плавания России.

Передача эстафеты. Маршрут в холодной воде продолжает 54-летний Николай Глушков, ученый из наукограда Кольцово Новосибирской области. Плавает с азартом, катеру МЧС даже пришлось догонять Николая.

Постепенно покорение Ангары входит в неторопливый темп. Пловцы уже держатся за лестницу теплохода "Иркутск", который не спеша движется в сторону областного центра. Аквайс-спорт для этих людей не просто увлечение.

"Вы знаете, это действительно мощное оздоровление человека воздействием холодной среды. Наша методика утверждена Минздравом", - заявил Владимир Гребенкин, президент Международной ассоциации марафонского зимнего плавания.

Смеркается. На небе появляется Луна. До Иркутска еще три часа. Марафонцы, или как они еще себя называют "белые медведи", плавание продолжают. В половине десятого вечера последних участников ждут на пристани "Ракета". Все, кто плыл в предыдущих этапах эстафеты, еще раз заходят в воду. Вместе финишируют 39 пловцов. И сил у них хватает даже на то, чтобы петь песни.

[👍 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: krasyar.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: eqquatoria@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](#)