

## Спасатель на воде - мастер спорта по пауэрлифтингу

20.02.2021

**На поисково-спасательной станции «Крымский мост» Московской городской поисково-спасательной службы на водных объектах работают спасатели имеющие героические, спортивные, военные, и даже поэтические заслуги. Здесь посменно трудятся 12 московских водных спасателей, ежедневно защищающие жителей и гостей столицы в Центральном административной округе от чрезвычайных происшествий на воде.**

Почти три года на станции работает Вадим Резвых – спасатель 1 класса. За это время он проявил себя как профессионал своего дела. Спасение людей из воды, работы по извлечению упавших в реку автотранспортных средств, обеспечение безопасности на воде в период проведения массовых мероприятий, патрулирование акватории, профилактические беседы с отдыхающими – вот ежедневная работа спасателя. Отличает Вадима и его физическая подготовка. Одной левой он может легко поднять 70 кг, от груди жмет 240 кг.

Вадим Резвых является мастером спорта по пауэрлифтингу. Это силовой вид [спорта](#), суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжёлого для спортсмена веса.

«Цель пауэрлифтинга - овладение максимально тяжелым весом. В соревнованиях учитывается вес трех упражнений: жим штанги лежа, приседания со штангой на спине и становая тяга, - рассказывает Вадим. – Эти упражнения являются базовыми, при их исполнении работают практически все мышцы тела».

В школе он увлекался футболом, а в университете занимался в тренажерном зале, где и узнал о пауэрлифтинге. Первые победы Вадим стал одерживать уже через год. Сначала это были районные соревнования, потом городские, областные. На поездку в Екатеринбург на Чемпионат мира ему, тогда еще студенту Московского университета имени С.Ю.Витте, пришлось откладывать средства. Победа не заставила себя ждать: Вадим Резвых показал лучшие результаты в своей весовой категории и получил звание мастера спорта.

Вадим находится в прекрасной спортивной форме. Участвует не только в соревнованиях по пауэрлифтингу, но и по силовому экстриму. В свободное от работы время тренирует ребят из команды «Факел» в досуговом центре, на базе которого есть тренажерный зал. Часто команда выезжает на состязания за очередными победами.

«В работе спасателя на воде мне помогает моя физическая форма. Однажды пришлось залезть в колодец, куда упал человек: вот тут мне пригодилась моя сила. У мужчины были переломы конечностей, травма головы. Нужно было аккуратно его извлечь из колодца. Приходилось в стесненных условиях держать потерпевшего одной рукой, а другой - фиксировать его к носилкам. Все закончилось благополучно, пострадавшего передали сотрудникам скорой помощи», - рассказывает Вадим.

ПСС «[Крымский мост](#)» является старейшей поисково-спасательной станцией в Москве. Зонай ответственности станции является акватория Москва-реки, с границами от причала Большой Каменный мост до причала Фрунзенская набережная.

«Весь личный состав на нашей поисково-спасательной станции «Крымский мост» - это одна большая семья, выполняющая свой долг по защите жителей и гостей столицы от неприятностей у воды и на воде», - сказал заместитель начальника ПСС «Крымский мост» Михаил Мельников.

---

Адрес страницы: <http://hamovniki.mos.ru/administrative-authority-shall-inform/detail/9733129.html>

---

[Управа района Хамовники города Москвы](#)