

1. Школьные годы - **родители хотели**. Мама привела меня в секцию легкой атлетики.



школьная эстафета

2. Студенческие годы (1-3 курсы) - **зачет по физкультуре**. Студент автоматом получал зачет, если ходил в секцию. Легкая была под боком, далеко не нужно было идти. Зимой занятия в манеже, а не на улице. Нос не отморозишь.

3. Студенческие годы (4 курс) - появилась у нас в Университете **мода похудеть через бег**

4. Студенческие годы (5 курс) - появилась цель - **быстро бегать**. Летом 1977 мы собирались поехать на велосипедах "Волгоград-Одесса". Перед поездкой в велопоход я была на пробежке в лесу, там встретила солдата. Встреча не была из приятных, пришлось убегать. На следующий день пришла на стадион, чтобы записаться на тренировки.

5. Работа в институте после Университете - была **в сборной** Новосибирской области. Через три года выполнила мастера спорта СССР. Бегала 1500м, 3000 м и 10км.



марафон Варшава 1988 год

6. Варшава Польша - **зарабатывала на жизнь**. Вышла замуж за поляка, с которым познакомилась в велопоходе в Польше, когда была в стройотряде (были такие отряды). Приехала в Польшу, не могла найти работу по специальности (мало платили). Познакомилась с тренером по марафону. Начала бегать марафоны . Выиграла парочку марафонов: в Варшаве и Дуисбургу (Германия). Бежала тоже на Кипре, в Лондоне, в Берлине, в Вене и т.д.



10 км Берлин Западный

7.Конец спортивной карьеры - **привычка**. Порвала ахиллу, операция и к марафоном больше не вернулась. Зато вернулась к математике. Устроилась на работу. Без бега плохо себя чувствовала. Сердце начало болеть. Да и привычка - душ каждый день. Чистый же не будешь мыться. Пришлось продолжить беганье.



10 км Германия 1988 год

8. Период, где много работы и забот - помощь в **организации дня**. Беганье помогло мне планировать свой день и иногда было аргументом отказа неудобных встреч.

9. Интернет - администратор спортивного сайта **является примером**. В 2002 году через интернет образовалась спортивная группа в Варшавском лесу - "Утренний Субботний Беяньский Бег". Одновременно появился наш сайт www.sbbp.waw.pl



наша интернетная группа бегунов

10. Настоящее время - **стиль жизни**. Всегда найдется причина чтобы бегать.

irko58@

А это фильм связывает две даты 1987 и 2007 года. К сожалению он на польском языке (я теперь чаще говорю на этом языке), хотя под конец фильма есть фразы на русском языке.

JavaScript is disabled!

To display this content, you need a JavaScript capable browser. **Adobe Flash Player not installed or older than 9.0.115!**



```
swfobject.embedSWF('http://www.youtube.com/v/vo-y0qQMdcY','avreloaded0','400','320','9.0.28','/plugins/content/avreloaded/expressinstall.swf',  
{autoplay:'0',color1:'0xFFFFFFFF',color2:'0x000000',rel:'0',egm:'0',border:'0',loop:'0'},{wmode:'window',bgcolor:'#FFFFFF',menu:'true'},{id:'p_avreloaded0',styleclass:'allvideos'});  
window.addEventListener("domready",function(){var s = "warnflashavreloaded0"; if  
($s)){$s).setOpacity(1);});
```