

# Конькобежный спорт



Конькобежный спорт (Скоростной бег на коньках – с англ. Speed Skating) – вид зимнего спорта, в котором необходимо как можно быстрее преодолевать определённую дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу.

Подразделяется на классический и шорт-трек (короткие дистанции).

В программу зимних Олимпийских игр скоростной бег на коньках был включён с 1924 года, начиная с 1960 года проводятся и соревнования среди женщин.



Конькобежцы соревнуются в специальных комбинезонах и бегут на коньках—клапах. Лезвие такого конька длиннее обычного. Разрешено использовать шлем, повторяющий форму головы.



## Правила:

В классических коньках бегут парами — один спортсмен находится на внешней дорожке, другой на внутренней, смена дорожек происходит каждый круг. Забеги проводятся против часовой стрелки.

После фальстарта, старт проводится повторно, в случае второго фальстарта спортсмен совершивший его дисквалифицируется.



Лёд готов! Томится...

Вот бы прокатиться!

Конькобежцам повезло:

Лёд как гладкое стекло.

Здесь пройдёт забег ШОРТ-ТРЕК –

Скоростной короткий бег.

Сто одиннадцать всего

Надо метров для него.

Не успею я чихнуть,

Как спортсмен закончит путь.

Максимально скоростной

Конькобежный вид такой.



Инкона Е.

**Светлана Сергеевна Журова** - советская и российская конькобежка, заслуженный мастер спорта. Пятикратная чемпионка России по спринтерскому многоборью (1997, 2000, 2002, 2004, 2005). Чемпионка мира по спринтерскому многоборью (2006) и на дистанции 500 м (1996). Олимпийская чемпионка 2006 года



