

Ажеганов Владимир Вадимович



Кончал НГУ в группе 4308, автометрия

После окончания НГУ два года служил в армии

Затем работал в ИАиЭ (неофициально, т.к. числился в межотраслевых отделах отраслевого института и завода), затем работал в институтах теплофизики, катализа, СКБ «Энергохиммаш», СКБ ВТ, лазерной физике, ДК «Академия». С 1999 г. работаю педагогом в учреждениях молодежной политики (в клубе «Солнечный», который сейчас входит в «Мир молодежи»)

Так и не женился

Пожелания: всем встретиться через 5 лет.

СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ

После окончания первого курса университета и тренировок в группе лыжников я задумался о своей дальнейшей физической подготовке. Спорт ради спорта, меня никогда не интересовал. А бегать на лыжах ради здоровья, – тренировки сердечно-сосудистой и дыхательной систем – можно было и без обязательных занятий физкультурой в рамках университетской программы. К тому же, тратить на эти занятия свое время мне не хотелось. После долгих размышлений и взвешивания возможных последствий я решил заняться тяжелой атлетикой, тем более что в университете такая секция имелась, а до поступления в университет я уже несколько лет занимался гантельной гимнастикой. Занятия тяжелой атлетикой отличаются от других видов физической подготовки большей доступностью, независимостью от погодных условий, доступностью и дешевой инвентаря. По крайней мере, так было в советское время. Они не требовательны к помещению и к партнерам, и отличаются возможностью заниматься при любом состоянии здоровья (различных заболеваниях, травмах и т.п.), а также возможностью легко регулировать нагрузки по количеству тренируемых мышц, используемым весам, количеству повторений и т.д. Но начал я свои занятия спортом с секции самбо, которую тогда вел наш сокурсник Леонид Боряняк. Спустя месяц секцию прикрыли, и я тогда вплотную занялся тяжелой атлетикой, которой продолжаю заниматься до сих пор (под тяжелой атлетикой в обобщенном смысле я имею в виду не только классическую тяжелую атлетику, но и пауэрлифтинг, гантельную гимнастику, гиревой спорт, силовой экстрим).

Секцию тяжелой атлетики в НГУ вел тогда Александр Егорович Михайлов, с которым мы сотрудничали много лет, хотя не все методы его тренировок мне нравились. До сих пор в тренажерном зале используются встроенные в пол помосты, которые мы с Михайловым сделали еще в 70-е годы. Впоследствии у меня стал заниматься его сын. В 60-е годы физфак вообще, и наш курс, в частности, задавал тон не только в общественной жизни, но и в спорте. В сборную университета по тяжелой атлетике тогда входили наши сокурсники Александр Демлер, Виталий Андреев; периодически занимался тяжелой атлетикой, и выступал на соревнованиях легкоатлет Симон Эренбург. В университетские годы особых достижений по тяжелой атлетике у меня не было, выше второго разряда я не поднимался, т.к. слишком увлекался жимом стоя, что приводило к снижению результатов в темповых упражнениях (рывке и толчке). Однако, когда в конце 80-х – начале 90-х годов у нас в стране стал культивироваться пауэрлифтинг, то силовая подготовка, заложенная еще в университетские годы, пригодилась, и когда мне было уже за 50 лет, я спокойно выполнял нормативы кмс по пауэрлифтингу. Что же касается лыж, то я продолжал ими заниматься в качестве общеоздоровительного средства и спокойно пробегал по 20–30 км, периодически занимая по итогам лыжного сезона призовые места на базе Алика Тульского.

В начале 90-х годов я создал клуб тяжелой атлетики «Гармония», который после государственной регистрации в качестве юр. лица стал называться спортивным клубом «Гармония силы». Последние 15 лет веду занятия по тяжелой атлетике как тренер и педагог в учреждениях молодежной политики. В настоящее время готовлюсь к защите диплома еще одного высшего образования, на этот раз в области педагогики, физкультуры и спорта (т.к. считал, что лучше потратиться на дополнительное образование в области сохранения здоровья, чем на лекарства и врачей).

2014г.