**Мой друг-велосипед**

Я снова вспоминаю о тебе , моя дорогая подружка Настя. Как же давно мы с тобой знакомы. Но каждый раз, когда я вижу тебя повзрослевшей, успешной, красивой, яркой я очень горжусь тобой. Та, трехлетняя ,ты была маленькой и беззащитной. Иногда падала, спотыкалась. А помнишь, как мы с тобой потеряли моё третье колесо?? А звонок - он все время падал, а педаль- постоянно ломалась. Сейчас я на пенсии. Со мной рядом в гараже стоит твой новый друг большой, красный, скоростной железный конь. Мы иногда с ним беседуем. Он рассказывает мне о тебе. Я знаю обо всех твоих успехах и неудачах, о твоих друзьях, тренерах и о твоей велосипедной команде. А во сне я вижу все твои гонки. И очень желаю тебе побед. У тебя в жизни будет много интересного. Может быть, велосипедный спорт не станет твоей профессией. Но я желаю пронести любовь к нему на долгие годы, спорт приносит здоровье, заряд бодрости и хорошего настроения. Пусть у тебя будут ровные трассы, заслуженные награды, верные друзья. В твоей спортивной карьере будет много велосипедов, я желаю им никогда не подводить тебя! Всегда помню, люблю и горжусь тобой. Я рад, что Настя занимается именно велоспортом. Велосипедный спорт — это перемещение по земле с использованием транспортных средств [велосипедов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D0%B4), движимых мускульной силой человека. История велосипедного спорта уходит своими корнями в далекий 19 век, [1869](https://ru.wikipedia.org/wiki/1869) — впервые состоялись официальные соревнования, они прошли во Франции, дистанция пролегала между Руаном и Парижем (120 км). Велосипеды участников тогда были деревянными. Победителю удалось достичь средней скорости примерно 11 км/час .[1893](https://ru.wikipedia.org/wiki/1893) — впервые прошло первенство мира на треке (Чикаго).[1896](https://ru.wikipedia.org/wiki/1896) — велоспорт включен в программу Олимпийских игр .[1911](https://ru.wikipedia.org/wiki/1911)—[1913](https://ru.wikipedia.org/wiki/1913) — впервые совершено кругосветное путешествие на велосипеде ([О. П. Панкратов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%B2,_%D0%9E%D0%BD%D0%B8%D1%81%D0%B8%D0%BC_%D0%9F%D0%B5%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87), Россия) [1921](https://ru.wikipedia.org/wiki/1921) — впервые прошло первенство мира на шоссе (Копенгаген). В наше время велоспорт неоднороден, достигнут большой прогресс в освоении этой чудо - техники и выносливости велосипедистов. Велосипедный спорт включает в себя такие дисциплины, как гонки на треке, шоссе, пересеченной местности, [маунтинбайк](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%83%D0%BD%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B1%D0%B0%D0%B9%D0%BA), соревнования в фигурной езде и игре в мяч на велосипедах — [велополо](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%92%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE&action=edit&redlink=1) и [велобол](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D0%BB" \o "Велобол) и др. Велоспорт также является частью такого вида спорта как,  [триатлон](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%80%D0%B8%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%BE%D0%BD). Основная цель гоночных дисциплин — наиболее быстрое преодоление определённой дистанции (и ландшафта) на велосипеде. В наше сложное время, когда молодежь курит, употребляет наркотики, велосипедистам это не грозит, они настоящие герои, занятия велосипедным спортом способствуют развитию мускулатуры ног, рук. Стимулирует сердечно- сосудистую и дыхательную систему, а главное – это свежий воздух, заряд энергии и и большая, крепкая дружба членов команды. Девиз велосипедистов станицы Терновской « Кубань территория здоровья!».

Твой первый друг, велосипедик - Малыш.

**Достижения**

**моей подруги Настеньки по велоспорту**

