**Спорт как часть жизни!**

Сотрудники Управления по ЮЗАО приняли участие в соревновании в рамках Спартакиады среди спортивных коллективов территориального пожарно-спасательного гарнизона города Москвы по плаванию в бассейне Учебно-методического центра Департамента ГОЧСиПБ.

Плавание – один из самых позитивных видов спорта. Давно доказано, что оно помогает снять физическое и эмоциональное напряжение. В Древнем Риме говорили о невежественном человеке так: «Он не умеет ни плавать, ни говорить».

Сотрудники Управления поделились своими впечатлениями о соревновании: «Я очень люблю этот вид спорта, с большим удовольствием участвую в каждых проводимых Департаментом ГОЧСиПБ соревнованиях по плаванию, во мне просыпается чувство соперничества и хочется занять первое место, не всегда, правда, удается, но как говорится, совершенству нет предела!» - сказал участник соревнования, главный специалист Службы ГО и ЧС по ЮЗАО Андрей Солдатов.

«Я занимаюсь плаванием еще с раннего детства! Можно сказать, это мое основное хобби! Я показываю отличные результаты, не раз занимал призовые места, когда учился в Техническом пожарно-спасательном колледже им. В.М. Максимчука. Я считаю, что плавание полезно не только для моего здоровья, оно закаляет дух, я редко болею, всегда полон сил», - добавил ведущий специалист службы Дмитрий Шмаков.

Плавание не только удовольствие и огромная польза, но это один из наиболее быстрых способов улучшить силу, выносливость и работу сердечно-сосудистой системы.

Сотрудники Управления по ЮЗАО понимают, что для выполнения своих нелегких функциональных обязанностей кроме профессионального образования и опыта нужно еще хорошее здоровье и физическая подготовка, поэтому почти все занимаются различными видами спорта и участвуют в соревнованиях, организуемых Департаментом ГОЧСиПБ.

Управление по ЮЗАО всегда отличалось спортивными достижениями, и с огромной радостью сотрудники продолжают и дальше показывать высокие результаты не только в работе, но и в спорте!