

# КРЕДО — БИТИ ВЛАСНІ РЕКОРДИ

Кожен справжній спортсмен знає, що графік тренувань є важливішим за власні бажання. Навіть, коли на вулиці весна! Спілкуємось із четвертокурсником нашого університету Сергієм Голотою (Інститут АЕКСУ, група ЗАВ-05), який став срібним призером Кубка Вінницької області з важкої атлетики. У змаганнях брали участь вищі навчальні заклади III-IV рівнів акредитації.



— Почав займатися спортом з п'ятого класу, перша моя секція — футбол, потім плавання, боротьба та інші секції. Прагнув спробувати все. Був час, коли займався в декількох секціях одночасно. Проте особливого результату не досягав. А саме важкою атлетикою почав займатися на першому курсі навчання в університеті.

— Чому саме важка атлетика привабила?

— Відчув, що маю можливість проявити себе у цьому виді спорту. І коли я почав брати участь у змаганнях, то

нові перемоги все більше додавали наснаги тренуватись.

— Яким із твоїх досягнень пишаєшся найбільше?

— Коли почав займатись, навіть не думав, що зможу здобувати призові місця. Першим моїм досягненням були... тренування. А найбільш важливою віхою для мене є останні змагання — Кубок Вінницької області з важкої атлетики. Саме на тут я побив свій власний рекорд та виграв друге місце.

— Спорт вплинув на твоє життя?

— Спорт зробив мене більш цілеспрямованим та впевненим у собі. З кожним змаганням усе більше хочеться досягати нових вершин та нових рекордів.

— Окрім спорту, час для відпочинку маєш?

— Люблю подорожувати з друзями. Люблю слухати музику. Найбільше мені подобається рок та тренс. Музика допомагає мені розслабитися, хоча це теж залежить від настрою.

— Чи важко поєднувати навчання в університеті та тренування?

— Дотримуюсь режиму дня, в якому відведений час як і для навчання, так і для спорту. Але інколи все ж поєднувати проблематично.

— Твої успіхи у навчанні на тому ж рівні, що і спортивні досягнення?

— Хотілось би краще. Врешті, завжди слід прагнути більшого.

**Наталія ОРДІХОВСЬКА,**  
група ЗМО-08, Інститут МЕЕЕК

## Редколегія:

**А. В. Писклярова**  
(головний редактор)

**І. П. Зянько**  
(редактор)

**П. Г. Гордійчук**  
(відпов. секретар)

**Г. М. Багдасар'ян**  
(техн. редактор)

**Б. І. Мокін**

**Т. Б. Буяльська**

**С. В. Юхимчук**

**С. В. Павлов**

**Л. І. Волхонська**

**В. Г. Лисенко**

**Т. С. Криклива**

**М. П. Стрельбицький**



## Адреса редакції:

кімн. 218, головний корпус,  
Хмельницьке шосе, 95,  
м. Вінниця, 21021,

## Телефони:

внутрішній — 22-68  
з міста — 59-82-68

E-mail: impuls@vstu.vinnica.ua

«Імпульс» — щомісячник Вінницького національного технічного університету.

Свідоцтво про державну реєстрацію ВЦ № 424  
від 29.12.2000 р.

Зверстано у видавництві ВНТУ  
«УНІВЕРСУМ-Вінниця»

м. Вінниця, Хмельницьке шосе, 95,  
головний корпус, 1-й поверх, тел. 59-85-32

Комп'ютерна верстка — *Олени Кушнір*  
*Тетяни Крикливої*

Світлини — *Сергія Маркова*

Підписано до друку 16.04.2009 р.  
Формат 29,7×42 1/2

Наклад 625 прим. Зам. № 2009-091.

Віддруковано у комп'ютерному  
інформаційно-видавничому центрі ВНТУ  
м. Вінниця, Хмельницьке шосе, 95,  
головний корпус, 1-й поверх, тел. 59-81-59