

«Герои муниципалитета»

Городской округ Клин

Старостина Наталья Ивановна

Инструктор по организационно массовой работе МУ «СК «Клинский»

Мастер спорта СССР по лыжному спорту - гонкам



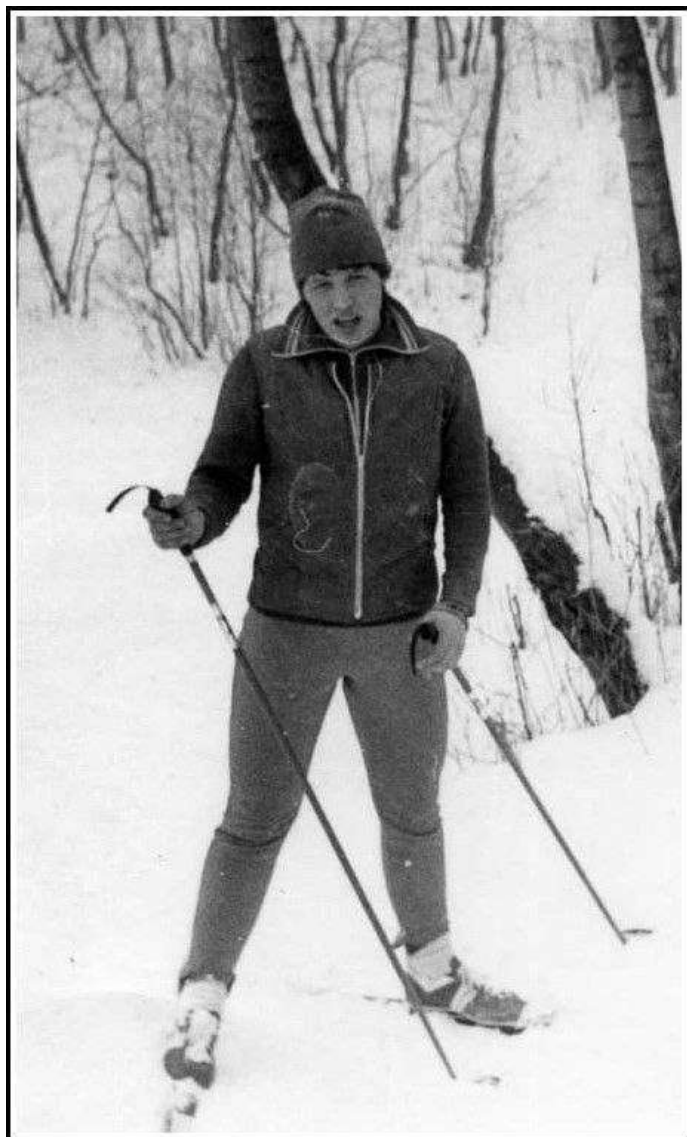
Наталья Ивановна Старостина — наставник, спортсменка и человек, для которого лыжи и спорт стали делом всей жизни.

Её история началась в 1973 году. Зима, городской парк Высоковска. К ней подошел учитель физкультуры, внимательно посмотрел на её движения и предложил попробовать себя в настоящем спорте. В сентябре того же года 10-летняя девочка впервые переступает порог городского стадиона «Труд», где ей показывают основы лыжных гонок. С этого момента её судьба была предопределена.

Уже в 1976 году талантливую спортсменку замечают и переводят в СДЮСШ «Спартак». Начинается путь больших стартов: областные и всесоюзные соревнования закаляют характер. В 1979 году на Первенстве СССР по лыжным гонкам она занимает 7-е место на дистанции 5 километров, заявляя о себе на всю страну.



В 1984 году, окончив школу, Наталья Ивановна не расстается со стадионом. Она начинает трудовую деятельность в спортклубе «Химик» производственного объединения «Химволокно» города Клин, но продолжает выходить на старт. Спортивная кульминация её карьеры наступает в 1987 году: в составе сборной Московской области на соревнованиях в Первоуральске она выполняет норматив Мастера спорта СССР. Это звание — результат тысяч часов тренировок, силы воли и невероятной самоотдачи.



В 1994 году Наталья Ивановна возвращается в родной Высоковск, чтобы работать инструктором по лыжным гонкам на родном стадионе «Труд». Здесь начинается её вторая, не менее важная карьера — путь наставника. За десятилетия работы она воспитала огромное количество спортсменов-разрядников, победителей и призёров областных и районных соревнований. Для сотен высоковских мальчишек и девчонок она стала тем самым первым тренером, который научил не только правильной технике конькового хода, но и умению терпеть, не сдаваться на финише и уважать соперника.

Но время не стоит на месте. В 2020 году к Наталье Ивановне, пришли люди пожилого возраста. Они попросили сделать для них какую-нибудь секцию полезную для здоровья, но не требующую олимпийских рекордов. Так в её жизни появляется еще один вид спорта — скандинавская ходьба.



Наталья Ивановна подошла к новому делу с присущей ей ответственностью: прошла курсы повышения квалификации в АНО ДПО «Национальный институт развития скандинавской ходьбы» по программе работы с лицами пожилого возраста. Поначалу в секцию пришли около 6 человек — те, кто уже был знаком со спортом. Сегодня на маршруты в городском парке выходят около 30 человек. Самому старшему участнику секции — 88 лет.



Наталья Ивановна разработала для каждого из них индивидуальный маршрут с учётом физических возможностей. Для неё нет неважных учеников: она так же внимательно следит за палками и дыханием 80-летней женщины, как когда-то следила за секундомером на всесоюзных гонках. Она доказала, что спорт — это не только про медали, но и про качество жизни, активное долголетие и живое общение.



**Старостина
Наталья Ивановна**
инструктор по спорту
Муниципального учреждения «Высоковск»

За особые заслуги в трудовой и общественной деятельности в 2021 году портрет Старостиной Н.И. был помещен на Аллее Славы городского округа Клин.

Её вклад в жизнь муниципалитета не ограничивается тренировками. Наталья Ивановна по-прежнему помогает в проведении соревнований по лыжным гонкам, обслуживании лыжных трасс, готовит их для юных спортсменов, чтобы лыжный спорт и дальше развивался в нашем округе.



В 2024 году Наталья Ивановна удостоена премии Губернатора Московской области «Лучший по профессии» среди работников учреждений физической культуры и спорта Московской области по итогам 2023 года.



Наталья Ивановна Старостина — это настоящий герой нашего муниципалитета. Человек, который вот уже почти 50 лет держит на своих плечах спортивную культуру Высоковска. Она связала поколения: тех, кто когда-то выигрывал медали на лыжне, и тех, кто сегодня просто хочет пройти по парку с пользой для сердца. Её главная победа — не значок Мастера спорта. Её главная победа — это горящие глаза детей на старте и улыбки пожилых людей, которые благодаря ей знают, что их жизнь продолжается активно и с достоинством.

