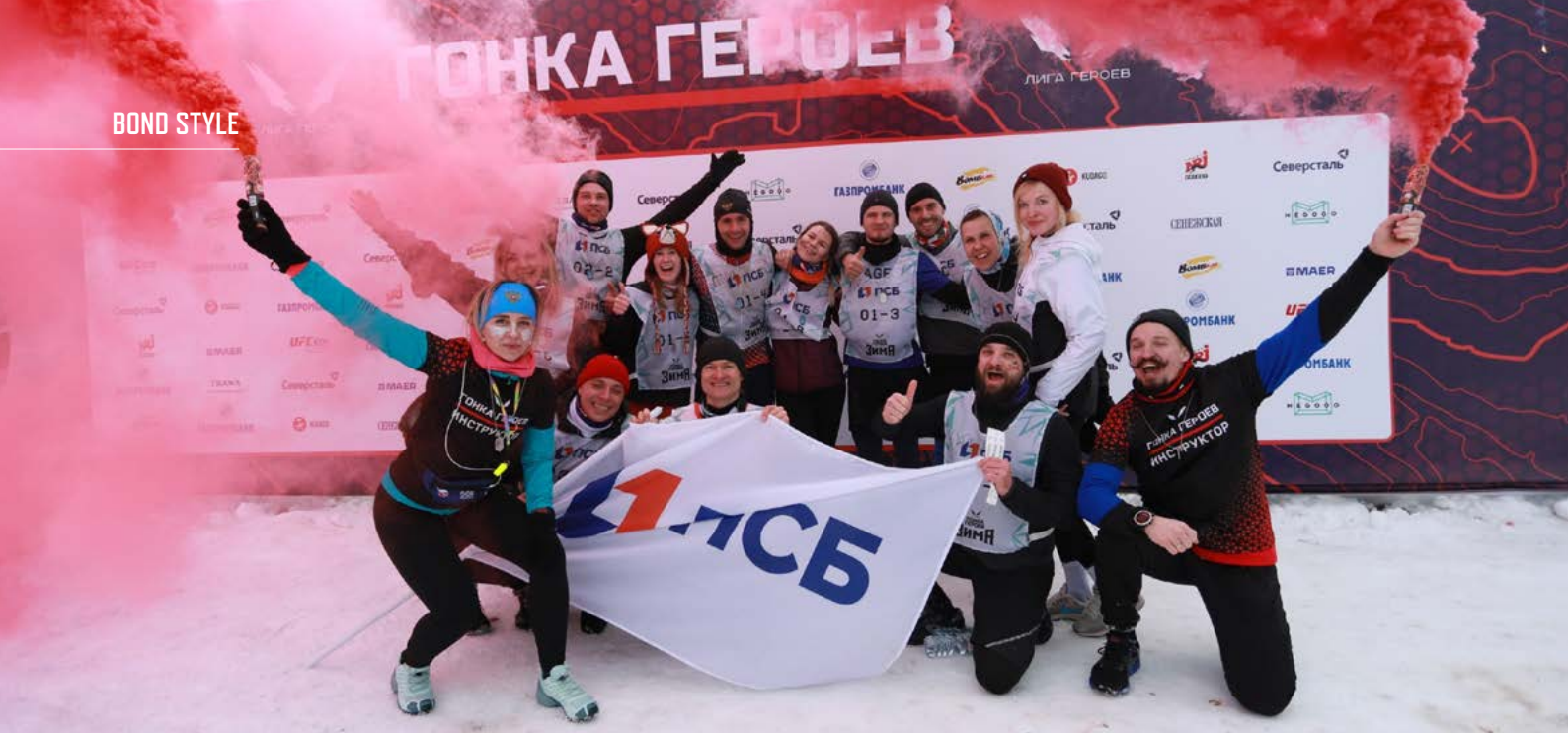
Каждый человек в рутине рабочих дней в определенный момент ищет возможность «встряхнуться», перезагрузиться и ощутить новые эмоции. Участники этого выпуска Bond Style нашли свой источник энергии в небезызвестной «Гонке героев». «Как это было», нам рассказали финансисты, решившиеся на такой необычный выход из зоны комфорта.

«Гонка героев» — испытание на прочность или антистресс?



ПСБ: бегом к успеху!

Людям, которые значительную часть дня проводят в статике, для поддержания здоровья очень важно восполнять дефицит движения той или иной активностью — плавать, заниматься йогой, фитнесом, ездить на велосипеде, играть в футбол. Промсвязьбанк, например, чтобы компенсировать гиподинамию 8-часового рабочего дня за компьютером, предоставляет возможность своим сотрудникам посещать разные спортивные секции в рамках корпоративной программы «ПСБ Спорт». Одна из таких секций, позволяющих быть в оптимальной физической форме, — гонки с препятствиями. Начиналось все с нескольких любителей, а сейчас команда ПСБ участвует и занимает призовые места во многих соревнованиях.

Из последних успехов, достигнутых атлетами банка в этом году, два — самых ярких. В январе команда ПСБ, обойдя 30 корпоративных команд, взяла «золото» в гонке с препятствиями «Игры героев». В соревнования вошли такие активности, как гребля на тренажере, приседания с сэндбэгом, махи гирей, берпи, подъем по канату, беговая эстафета, прыжки в длину, толкание ядра, подтягивания и преодоление полосы препятствий. В феврале в экстремальной «Гонке героев: Зима» ведущий специалист отдела автоматизации и развития инфраструктуры рабочих мест ПСБ Сергей Аксаков, преодолев 8 км пути и препятствия, сформированные из сетки, шин, заборов, снега и льда, прошел квалификационный отбор на чемпионаты мира и Европы.

Достигать таких результатов сотрудникам банка помогают не только любовь к спорту, но и интенсивные тренировки несколько раз в неделю по общей физической подготовке, технике прохождения препятствий и бегу. Занятия проходят по вечерам после работы в специально оборудованных залах. И пусть не все спортсмены принимают участие в крупных соревнованиях, но все отмечают, что занятия позволяют держать организм в тонусе, укрепляют нервную систему, повышают выносливость и стрессоустойчивость.

Абсолют Банк взял Эверест на «Гонке героев»

Абсолют Банк уже несколько лет подряд участвует в спортивной игре «Гонка героев». Команды банка успешно проходят полосу разнообразных препятствий в разных городах России — Москва, Санкт-Петербург, Казань, Челябинск, Самара, Екатеринбург, Новосибирск. Многие сотрудники уже многократно выходили на «Гонку героев». Однажды испытав невероятный подъем, преодолев усталость, боль, страх, испытав на себе, что такое командный дух, — невозможно остановиться и не попытаться снова повторить свой рекорд. «Гонка героев» — это проверка своих сил, поддержка коллег и, конечно, совместное достижение цели.

Каждая гонка уникальна. И ее популярность основывается даже не столько на самих испытаниях, которые организаторы придумывают для участников. Иногда погодная стихия создает абсолютно непредсказуемые условия и испытания для игроков. Например, в Санкт-Петербурге в прошлом году схватка команд проходила в жаркой обстановке. Температура — +35. Но палящие лучи солнца только еще больше «подогрели» стремление участников добраться до финиша и, конечно, победить. В дождь — когда ноги месят грязь, руки скользят по мокрым перекладинам, а зона видимости стремится к нулю, проходить трассу еще сложнее.

«Абсолютная» команда испытала на себе и водяные рвы, болота, прыжки в реку с высоты, подъемы на бревна, грязевые ванны по пояс, подъем по канатам на вершины, сдавливающие колеса и, конечно, бег на 10 километров. И этот опыт сделал нас только сильнее.

«Гонка героев» — это уникальный формат, где участник может не только проверить свои силы, но и эффективно взаимодействовать с другими. Ведь во многом успех гонки зависит от того, насколько дружно и слаженно действовала команда во время состязания. Самые физически подготовленные участники команды помогают своим коллегам взбираться на канаты (часто просто поднимая их на руках), подсаживают на высокие приступы или вытягивают из рвов. Часто приходится преодолевать страх, когда внизу болото, в которое нужно нырнуть с высоты в несколько метров, брать вершины, которые в другой ситуации показались бы неприступными. По словам участников, Эверест (подъем по канатам на высоту в несколько метров) в конце гонки кажется абсолютно неприступной скалой, но совместными усилиями удается взять и этот рубеж. Все эти навыки нужны не только для победы в спортивных соревнованиях, но и в работе.

Каждый участник получает традиционно заветный жетон на грудь с надписью «Гонка героев» — символ того, что ты можешь гораздо больше, чем может показаться на старте. Маленький кусочек металла разжигает в душе в конце состязании еще больше позитивных эмоций и веры в себя!

Такой опыт преодоления трудностей в очередной раз помог ребятам поверить в себя и в Альфа-команду, что зарядило их на подвиги не только в спорте, но и в рабочих процессах

Как «Гонка героев» сплотила сотрудников Альфа-Лизинга

Летом 2021 года 5 команд ГК Альфа-Лизинга из 10 городов приняли участие в соревновании «Гонка героев», которое помогло коллегам еще раз убедиться в силе своих характеров и ощутить поддержку компании и друг друга. В этом году Альфа-Лизинг планирует также принять участие в «Гонке героев», однако уже в составе шести городов.

В команды компании попали те, кто любят вызовы и не боятся суровых испытаний. Если желающих попасть в команду было больше, чем мест в Гонке, тогда между коллегами устраивали соревнование, по результатам которого отправляли сотрудников на битву. Участников мотивировали адреналин и дух соревнования, ведь уступать конкурентам было нельзя. Многие игроки были новичками и переживали, что будет слишком тяжело. Но в итоге командный дух настолько сплотил участников, что все получали настоящий взрыв эмоций и море ярких воспоминаний, которые обсуждались еще долгое время. Такой опыт преодоления трудностей в очередной раз помог ребятам поверить в себя и в Альфа-команду, что зарядило их на подвиги не только в спорте, но и в рабочих процессах.

Начал эстафету испытаний город Санкт-Петербург. Команда уверенно преодолела 8 км трассы с самыми разными препятствиями: бег, ров с грязной водой, колючая

Как «Гонка героев» прошла в Казани, рассказала капитан команды Миляуша Пятницына, главный специалист в Казани: «На старте наш куратор сказал нам, что мы — самая большая команда — 14 человек: восемь девчат и шестеро ребят. В нашем взводе тоже было всего три опытных участника, для остальных это первое подобное мероприятие.

Перед “Гонкой героев” у всех были разные настроения: азарт, мандраж, интерес и, чего уж таить, страх. Некоторые недоумевали — почему они в полуденную субботнюю жару осознанно согласились на такую авантюру? Но все равно на старте мы громко и весело кричали “Альфа-Лизинг — вери изи!”.

Что было самым замечательным, кроме прекрасных видов со Свияжских холмов на Волгу и оранжевого КаМАЗа, обливавшего водой всех изможденных героев после длительного подъема? Это командная работа.

Ребята поддерживали и помогали девчатам преодолевать препятствия: ныряли в воду за теми, кто не умел плавать, даже если и не было риска оказаться под водой. Девушки проявляли заботу о каждом участнике: если кто-то боялся или уже прошел через свой страх — встречали подбадривающими словами и объятьями, чтобы разделить победу. Мы быстро выстраивали тактику прохождения задания без колебаний, что говорило о нашей сплоченности и взаимопонимании в работе».

проволока, покрышки, трехметровая гора, рукоход над водой и другие. Гонка показала, что преодолевать любые сложности — это в духе Альфы!

Специалист группы продаж Санкт-Петербурга Михаил Хворостов отметил самоотверженность всех членов команды и особенно девушек. «Там, где пасовали участники других команд, Альфа-леди смело шли вперед и покоряли препятствие», — говорил Михаил. Гонка героев показала, что нырять в болоте под бревнами, проходить рукоходы, взбираться на «горы», да и в целом преодолевать любые испытания на пределе своих возможностей — все это команде Альфа-Лизинга точно по плечу.

Про Владивосток рассказал капитан команды Михаил Кормеев, на тот момент руководитель продаж во Владивостоке: «Все мы участвовали в подобном мероприятии в первый раз. И все довольны на 10 из 10. Даже не ожидали, что будет так интересно и классно организовано! Конечно же, всё решила командная работа. Все подбадривали, подсаживали друг друга, а иногда и проталкивали. Девушки не отставали от ребят — чувствовался Альфа-характер! Некоторые препятствия они начинали преодолевать даже вперед парней.

Хотя на единичные препятствия я сам смотрел с удивлением: “Ров с грязной водой — а мне точно туда надо?” Может быть, если бы я бежал один, у меня был бы соблазн обойти что-то стороной. Но когда их преодолевала вся команда, пасовать было нельзя».

А про мероприятие в Новосибирске, где бежала сборная Сибири — Новосибирск, Красноярск, Томск, Барнаул, Кемерово, Новокузнецк, рассказала Ольга Колпакова, младший специалист в Новосибирске.

«Я сама не знаю, как это произошло и как я отважилась... но со мной случилась Гонка героев. Чувства и эмоции просто нереальные. Без подготовки, без ОФП рискнула. И на десятом метре поняла, что 10 км я просто не пробегу... Тем не менее с такой колоссальной поддержкой моих коллег я оказалась на финише, оставив позади 40 сложных препятствий. Я такой сплоченности еще не встречала никогда!

Что мне запомнилось больше всего? Препятствие “заново рожденный”, когда проползаешь между тяжелых покрышек, не для клаустрофобов... И почти в самом конце залезаешь на горку в три метра, и тебе надо добровольно прыгнуть в ров с грязной водой — Ольга, прыгаем вместе на счет “три”!

И я просто отключила голову, мысли, страхи... и просто шагнула вперед. Незабываемо! Как бы сложно мне ни было, я прошла дистанцию. И за это огромное спасибо ребятам!»

Про гонку в Москве рассказал капитан команды Иван Филатов, старший специалист группы продаж «Такси»: «Спешу поделиться эмоциями после прохождения “Гонки героев” в МСК на военном полигоне Алабино. Всю команду, конечно, эмоции переполняли еще долго после финиша. Такие испытания себя хоть раз в жизни, но необходимо пройти.

Наша команда проверила себя на прочность. И это у нас получилось, мы лучшие! Только четверо ребят из одиннадцати участников уже проходили такую гонку. Это просто незабываемые впечатления как для меня, так и для всей нашей Альфа-команды.

Закончу нашим девизом: “Когда мы едины, мы непобедимы! Только Альфа и только победа!”».