

# ПИЁДА ЮРИШ МАРАФОНИ ЎТКАЗИЛДИ



Бугун, 5 октябрь куни тумандаги янги Маданият ва истироҳат боғида “Кексалар ҳафталиги” доирасида кекса ёшли ҳамюртларимиз иштирокида пиёда юриш марафони ўтказилди.

100 нафарга яқин ёши улуғ инсонлар уюшган ҳолда ўз саломатлигини мустаҳкамлаш учун боғдаги пиёдалар йўлчаларидан карантин қоидаларига риоя этган ҳолда юриб ўтдилар.

Туман Нуронийлар жамоатчилиги кенгаши раиси Юсуф Ҳакимов, туман туризм ва спорт бўлими бошлиғи Ихтиёр Ашуровлар раҳбарлигида ўтказилган бу ажойиб сайр пенсияда қарилик гаштини сураётган отахон ва онахонларга жуда ёқди.

—Яратганга шукурки, бугунги кунда пенсияда фарзандларим ардоғида яшайман, — дейди “Бўстон маҳалласида истиқомат қилувчи Пўлат Ашуров. — Умримизнинг кексалик фаслини ўтказаётган бўлсак ҳам, анча тетикмиз, бугунгидай тоза ҳавода айланиб юргимиз келади. Аммо бизнинг ёшдаги кишилар ёлғиз ҳолда юришга истиҳола қилади. Кўпчилик бўлса, ҳам чақчақлашиб гурунглашамиз, ҳам янгиликлардан ўртоқлашамиз. Шу маънода бундай тадбирлар тез-тез ўтказилса, биз кексаларнинг кўнглимиздаги айни муддао бўларди.

Қуш уясида кўрганини қилади. Кексалик дегани эса, асло бу хасталик дегани эмас. Ўсиб бораётган ёш авлод уйда ота-онаси, бобо-момоси жисмоний чиниқиш машқларини бажараётганини кўрса, саломатлигини жисмоний фаоллик билан тиклаётганидан улардан улгу, андоза олади.

Бир пайтлар туманнинг машҳур “Соҳибкор” футбол командасига тренерлик қилган меҳнат фахрийси Абдурахмон Омонов марафонга келган тенгқурларига ўз қишлоғида ёши элликдан ошган маҳалладошларидан футбол командаси тузганлиги борасидаги янгиликни айтди. Бу кутилмаган хушxabар ҳам барчада катта қизиқиш уйғотди.

Соғ танда, соғлом ақл, дейди халқимиз. Пиёда юриш марафони кексаларга жуда манзур бўлди.

А.ОДИНАЕВ.