

ПРОЛЕТАРИИ ВСЕХ СТРАН, СОЕДИНЯЙТЕСЬ!

# АЛТАЙСКАЯ ПРАВДА

Орган Алтайского краевого, Барнаульского городского комитетов КПСС. краевого и Барнаульского городского Советов депутатов трудящихся.

Год издания 45-й.

№ 9 (12147)

ЧЕТВЕРГ, 11 ЯНВАРЯ 1962 г.

Цена 2 коп.

## ЗА КОММУНИСТИЧЕСКУЮ ДЕЛОВИТОСТЬ

«Съезд подчеркивает, что сила партийного руководства — в умении организовать и направить усилия масс на решение главных задач, в искусстве соединять таланты, знания и опыт многих людей воедино для свершения больших дел».

(Из резолюции XXII съезда КПСС).

Весомый вклад в коммунистическую чашу изобилия, создаваемую трудом всего советского народа, уже нынче призваны вложить трудающиеся нашего края. В четвертом году семилетки Алтай должен дать стране 271 миллиард пудов хлеба, 205 тысяч тонн мяса, 720 тысяч тонн молока, 10,265 тонн шерсти, произвести большое количество народнохозяйственной продукции и товаров бытового потребления.

Это — сложная и чрезвычайно ответственная задача. Она требует напряжения всех наших сил, использования всех производственных резервов и возможностей, дарований и способностей людей, требует от каждого партийного, советского и хозяйственного руководителя подлинно коммунистической деловитости.

В каждом деле, на каждом производственном участке сейчас, как никогда, нужна строгая подлинность, высокое чувство ответственности. Хочешь идти в ногу с жизнью, значит насыщай всю свою работу коммунистической деловитостью, доводи начатое дело до конца, полне ставь на службу коммунизму передовой опыт, достижения науки, творческую инициативу людей. Значит, изгоняй равнодушие и пустословие, формализм и показуху, которые кое-где еще сдерживают наше движение.

Весь жар души каждого коммуниста, а тем более руководителя, должна быть направлена сегодня на главное — практическое осуществление решений XXII съезда КПСС, успешное выполнение напряженных планов четвертого года семилетки.

По-боевому трудятся сейчас на многих предприятиях, в большинстве колхозов и совхозов края. Неутомимой коммунистической деловитостью наполнены в эти дни, например, вся жизнь партгражданских колхозов «Родина» Шипуновского района. Ее секретарь т. Евкин, председатель колхоза т. Гринко и другие коммунисты, не теряя времени, засучив рукава, взялись за дальнейший кругой подъем аграрного хозяйства. В колхозе настойчиво внедряется прогрессивная пропашная система земеделия, разработаны и осуществляются четкие планы быстrego выноса на рубеж 75 и 16, ведется широкая подготовка массовых и руководящих кадров.

Проявлять коммунистическую деловитость — это означает, прежде всего, быть верным своему слову, обязательству. Раз сказано, значит должно быть сделано. Ведь партии, народу нужны не красивые слова, а хорошие, большие дела. К сожалению, не все еще усвоили эту истину. Руководители колхоза «Память Островского» того же Шипуновского района пока научились лишь одному — брать обязательства. А организацией людей на их выполнение они себя не утруждают. Вот и сейчас в колхозе по существу ничего не делается по быстрейшему внедрению пропашной системы земеделия, нет даже разговоров о том, когда и как будет завоевываться рубеж 75 и 16.

Нельзя забывать о том, что в дни строительства коммунизма деловитость каждого руководителя, каждого коммуниста определяется и проверяется прежде всего по тому, как воспринимают ими коллективы, справляются со своими задачами, каковой вклад вносит он в общее дело. Она проверяется и по тому, какую помощь руководитель, коммунист, передовик производства оказывает селям, товарищам по работе.

Очень правильно поступают те партийные организации, руководители которых устанавливают сейчас коммунистическое содружество, обменявшись опытом, открывая критику практическим помогают друг другу. Чем не замечательный пример настоящей коммунистической деловитости! Почки заводов тракторного, электрооборудования, геофизики, вагоностроительного и вагоноремонтного, хлопчатобумажного и меланжевого комбинатов должны привлечь внимание всех производственных коллективов края.

В этой связи нельзя не заметить предстоящий визит А. И. Микояна в Республику Мали.

Правительство Республики Мали пригласило первого заместителя Председателя Совета Министров СССР А. И. Микояна посетить Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

## ПО СОВЕТСКОМУ СОЮЗУ

### НАЧАЛОСЬ СТРОИТЕЛЬСТВО МОЩНОЙ ДОМНЫ

НОВОТРОИЦК (Оренбургская область), 9 января. (ТАСС). На ОрскоХалиловском металургическом комбинате началось строительство мощной доменной печи.

Эксплуатацию завода Иван Шкурик запланировал на 1962 год.

Первые эшелоны со сверхплановым углем

ний час работы выдавали сверхплановое топливо в фонд быстрейшего создания материально-технической базы коммунизма.

Сегодня отправили первые эшелоны со сверхплановым углем шахты «Черкасская-Северная № 2», «Анненская» и шахтоуправление № 54.

### ПИТАНИЕ И КОММУНАЛЬНЫЕ УСЛУГИ БЕСПЛАТНО

ШУРАЛИСАЙ (Ташкентская область), 9 января. (ТАСС). Закончена прокладка газопровода, который соединил магистраль Джаркак — Бухара — Самарканд — Ташкент с колхозом имени Янги Юльского района. Трубопровод в пять километров сооружен на колхозные средства: тридцать тысяч рублей выделено правительство на эти цели.

В 350 домах колхозного поселка установлены газовые плиты. В нынешнем году общественный фонд хозяйства увеличится до 125 тысяч рублей. Уже летом были введены бесплатные обеды для тысяч тружеников, работающих в поле. Бесплатным питанием пользуются все дети, воспитываемые в шестнадцати детских садах и яслях.

### Н. С. Хрущев в Минске

МИНСК, 10 января. (ТАСС). Сегодня в Минске для участия в республиканском совещании работников сельского хозяйства прибыл Первый секретарь ЦК КПСС, Председатель Совета Министров СССР товарищ Н. С. Хрущев.

На Минском вокзале товарища Н. С. Хрущева встречали первый секретарь ЦК КП Белоруссии К. Т. Мазуров, председатель Совета Министров Белорусской ССР Т. Г. Киселев, председатель Президиума Верховного Совета Белорусской ССР В. И. Козлов и другие руководители Коммунистической партии и правительства Белоруссии.

## НАВСТРЕЧУ ВЫБОРАМ В ВЕРХОВНЫЙ СОВЕТ СССР

### ВЫСОКОЕ ДОВЕРИЕ

Состоялось общее собрание рабочих, служащих, студентов и профессорско-преподавательского состава учебно-опытного хозяйства и Алтайского сельскохозяйственного института. На первом заседании кандидата в состав Избирательной комиссии РСФСР по выборам в Верховный Совет СССР.

Слово берет главный агроном учебно-опытного хозяйства института М. Ф. Бутин.

— 18 марта, — говорит он, — состоятся выборы в Верховный Совет СССР. Сейчас по всей стране идет выдвижение кандидатов в состав избирательных комиссий. Я вновь предложение выдвинуть от нашего коллектива кандидатом в состав Избирательной комиссии РСФСР по выборам в Верховный Совет СССР.

Слово берет главный агроном учебно-опытного хозяйства института М. Ф. Бутин.

## ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

### ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали пригласило первого заместителя Председателя Совета Министров СССР А. И. Микояна посетить Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

А. И. Микоян принял это приглашение и выразил свое удовлетворение возможностью посетить Республику Мали после своего визита в Республику Гана в этом месяце.

• • •

ПРЕДСТОЯЩИЙ ВИЗИТ А. И. МИКОЯНА В РЕСПУБЛИКУ МАЛИ

Правительство Республики Мали

Пригласило первого заместителя

Председателя Совета Министров

СССР А. И. Микояна посетить

Республику Мали.

# КРЕПНЕТ СОДРУЖЕСТВО КОМБИНАТОВ

Дорогие товарищи! Коллектив Барнаульского меланжевого комбината горячо поддерживает и одобряет ваше обращение. Мы согласны заключить с вами коммунистический договор по обмену первым опытом и технической взаимопомощи. Уверены, это еще выше поднимет соревнование за коммунистический труд.

В соревновании за высокое звание предприятия коммунистического труда участвует весь коллектив нашего комбината. Оно принесло уже хорошие результаты. В прошлом году 44 brigadам присвоено звание коллектива коммунистического труда, 107 человек получили звание ударника коммунистического труда.

У нас нашел широкое распространение почтня Александр Толсточесев: «Рядом не должно быть отставших». Под этим девизом трудятся уже более полутора тысяч человек.

По почину знатной ткачихи Юлии Вечеровой 86 призывниц, 24 ткача и 16 помощников мастера комбината достигли производительности оборудования, запланированной на 1965 год.

По примеру бригады коммунистического труда, возглавляемой делегатом ХХII съезда КПСС Зинаидой Воротниковой 1.800 человек у нас добились увеличения производительности ткацкого производства на 25 процентов.

Успешно решается другая важная задача — освоение производства меланжевых тканей из смеси хлопка со штапельным волокном. В прошлом году таких тканей выпущено 14 миллионов метров, на этот год намечено 20 миллионов метров.

В результате совершенствования техники и технологии мы добились значительного снижения обрывности в прядильном и ткацком производстве. Средняя обрывность в прядильном производстве за 10 месяцев прошлого года составила 98 на тысячу веретен в час, по меланжевой пряже 64—74. Средняя обрывность

на комбинате проведена и проводится большая работа по усовершенствованию технологии, модернизации оборудования, механизации тяжелых и трудоемких работ, по наиболее рациональному использованию производственных площадей и улучшению ассортимента тканей.

Внедрение этих мероприятий позволяет коллективу комбината уже в 1962 году выполнить задание семилетки по увеличению выпуска меланжевых тканей на 33 процента. В прошлом году выпуск меланжевых тканей увеличился на 25 процентов.

Успешно решается эта задача — освоение производства меланжевых тканей из смеси хлопка со штапельным волокном. В прошлом году таких тканей выпущено 14 миллионов метров, на этот год намечено 20 миллионов метров.

В результате совершенствования техники и технологии мы добились значительного снижения обрывности в прядильном и ткацком производстве. Средняя обрывность в прядильном производстве за 10 месяцев прошлого года составила 98 на тысячу веретен в час, по меланжевой пряже 64—74. Средняя обрывность

на наших комбинатах необходимо установить оптимальные режимы работы вытяжных аппаратов на прядильном оборудовании, соответствующие современным исследованиям и техническим достижениям в этой области. Целесообразно на ХБР, несмотря на внедрение прядильных мотчук из нитрального каучука, организовать производство эластичных покрытий с учетом конструкции вытяжных аппаратов.

Это высвободит мощность цеха эластичных покрытий. Оба комбината получат возможность улучшить качество пряжи и вести работу по дальнейшему снижению обрывности.

Мы со своей стороны обещаем в кратчайший срок изготовить необходимое оборудование для производства эластичных покрытий и окказать практическую помощь в организации освоения технологии этого производства и подготовить кадры.

Комбинатам необходимо расширить ремонтно-механическую базу. В этом году надо закончить строительство и пустить в эксплуатацию центральные ремонтные мастерские на хлопчатобумажном комбинате.

Коллектив меланжевого комбината может оказать вам помощь в обеспечении технической документацией на производство деталей для текстильного оборудования, а также на всевозможные приспособления и оснастку по обработке массовых деталей.

Коммунистическое содружество наших коллективов может развиваться на основе более широкого обобщения и передачи опыта передовиков, взаимного посещения предприятий, организация встреч передовиков производства, инженерно-технических рабочих.

Мы предлагаем регулярно обмениваться технической информацией, опытом работы технического отдела, конструкторских бюро и бирюро по радиотехнике.

«Красота! Теперь уж можно назначать свидания по видеотелефону».

Вот в салон входит женщина, она вызвала родителя-киевлян. На экране телевизора видно, как на том конце провода старики неторопливо усаживаются в кресла, радостно смотрят на дочь. Теперь можно по-голосовать!

Несмотря на почтенность

мероприятия:

1. Меланжистам — провести глубокое исследование технологических процессов механической обработки смеси хлопка с вискоэфиром, штапельным волокном и освоить производство полутяжелых тканей.

2. В целях дальнейшего снижения

вой спелости с каждого гектара собрали кукурузоводы этой артели Сивенков, Довбышев и Якорев.

Если бы все кукурузоводы получили такой урожай, как это, то колхоз «Путь к коммунизму» мог бы заполнить кукурузный склад на два-дцать тонн на корову, а гораздо больше.

Опыт лучших показывает, что

резервы повышения урожайности в колхозах используются неполностью.

Нам надо смелее внедрять достижения передовиков в каждом хозяйстве, пересмотреть структуру посевных площадей.

Председатель рассказала о том, что дела, исполном, чтобы увеличить производство мяса. Шла речь и о культурно-бытовом обслуживании колхозников, о работе школ, клубов, магазинов и о многом другом в деятельности сельсполкома.

Отчет вызвал у избирателей живой интерес. Ведь речь шла о родном и кровном деле — о претворении в жизнь решений ХХII съезда КПСС, о дальнейшем развитии социалистической демократии, участии масс в управлении делами государства.

Желающих выступить в прениях по отчету исполнома ожидать не прилось. На трибуну поднимаются один за другим члены сельхоззатели «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза «Путь к коммунизму» И. И. Пилиенко, помощник лесничего И. Т. Бабай, агроном П. П. Захарова, учительница Р. С. Мжахих и многие другие.

Они указывали на то, что исполному надо более глубоко вникать в колхозное производство, руководить хозяйством со знанием дела, добиться поднятия отстающих до уровня передовиков.

Участники собрания критиковали исполном сельского Совета за то, что он мало еще заботится об улучшении культурно-бытового обслуживания колхозников, не принимает мер к строительству школы и детских яслей.

Это собрание многое подсказало сельсполку. Оно заставило основательно подумать над тем, как устранить недостатки в работе, быстро выполнить ценные предложения тружеников села. Исполном рассмотрел все замечания и предложения избирателей и наметил меры по их осуществлению.

После отчета исполнома уже кое-что сделано. Для строительства средней школы за счет средств колхоза «Путь к коммунизму» заготовлено двести тысяч штук кирпича, блоки на фундамент и начата их подводка к месту стройки, закуплен цемент. Члены колхоза «Ленинский путь» И. Ф. Мошков, М. Г. Григорьев, председатель колхоза

# ФАБРИКИ ДЕШЕВОГО МЯСА — В КАЖДОМ РАЙОНЕ

## Специализация — верный путь для животноводства

### ТАК ОТКАРМЛИВАЮТ СКОТ В ХМЕЛЬНИЦКОЙ ОБЛАСТИ

Хмельницкая область расположена на западе Украинской ССР. Плодородные почвы, мягкий климат Подолья благоприятствуют развитию земледелия и животноводства. На всхолмленной равнине раскинулись пленичные поля, рузы, сахарной свеклы, картофеля и овощей.

Колхозы и совхозы области выращивают крупный рогатый скот, свиней, овец, птицу.

На каждые 100 гектаров сельскохозяйственных угодий имеется 43 головы крупного рогатого скота, в том числе 13 коров, 53 свиньи, 19 овец, 267 голов птицы. По годовому плану область получит в расчете на 100 гектаров 55 центнеров мяса, 243 центнера молока, 50 килограммов шерсти.

Труженики сельского хозяйства области работают над тем, чтобы в ближайшие годы резко увеличить производство продуктов животноводства, в первую очередь мяса.

Эту задачу они решают с помощью специализации отдельных хозяйств по откорму крупного рогатого скота и свиней.

Об опыте работы специализированных хозяйств мы и расскажем на этой странице.

### ОРГАНИЗАЦИЯ СПЕЦХОЗОВ

Колхозники Хмельницкой области начали с создания междухозяйственных откормочных пунктов. Со всех хозяйств района туда сводили молодняк, доставляли к месту откорма фураж, сено и силос для своей группы скота.

С весны 1961 года перешли к специализированным хозяйствам, спецхозам, как более высокой ступени в организации откорма животных.

Сейчас в области 37 спецхозов — по 1—2 в каждом районе. Из них 13 хозяйств специализируются на откорме свиней, 13 — на откорме крупного рогатого скота и 11 хозяйств смешанной специализации: они откармливают и бычков, и свиней.

Большинство хозяйств по откорму крупного рогатого скота расположено вблизи сахарных заводов, от которых они получают жом. Свиноводческое же хозяйство организуется на базе любого колхоза, где есть подходящие помещения, опытные свинарни и т. д. Мы видели также один специализированный колхоз, который откармливает свиней на отходах маслодельного завода.

Остановимся подробнее на структуре этих хозяйств и технологии откорма скота.

### СВИНОВОДЧЕСКИЕ СПЕЦХОЗЫ

Мы ознакомились с работой колхоза имени Петровского Старо-Константиновского района. С мая прошлого года это хозяйство специализируется на откорме свиней. Выбор в районепал на колхоз имени Петровского не случайен. Здесь имеются хорошие помещения — бывшие гаражи РГС. После переоборудования из них получились отличные свинарники. Каждое такое помещение рассчитано на 1.000 голов. Содержание животных — бесстаканное, крупногрупповое.

К свинарнику примыкает цементированный выгульный дворик. Вдоль металлической ограды установлены самокормушки, которые загружаются механически — с помощью кормораздатчика. Посередине двора устроены цементированные бассейны для купания свиней.

На зиму на цементные полы в помещении настилаются деревянные щиты.

Для уборки навоза применяются транспортеры и тракторные тележки.

Колхоз строит еще одно большое помещение (70×14 метров), в котором разместится комбикормовый цех, а также хранилища для зерна, картофеля и кормеподготовки.

В 1961 году спецхоз откармливал 8 тысяч свиней. Молодняк поступает сюда из 27 колхозов района. Как правило, принимаются поросята весом не ниже 35 килограммов.

Все поголовье разбито по живому весу на 4 группы. На откорме заняты 10 свинарней, 10 подвоздчиков кормов. За фермы постоянно закреплены три трактора — один «Беларусь» и два ДТ-20. Все производственные процессы — от приготовления кормов и до уборки навоза — механизированы.

В рацион свиней входит кукурузная дерьма — до полутора килограммов, сахарная свекла — 2 килограмма, смесь ячменя с горохом — 2,5 килограмма.

Все эти нормы производятся на месте. Для этого пришлось существенно изменить структуру стада и посевных площадей.

Спецхоз продает государству только свинину и фабричную сахарную свеклу. План продажи государству других продуктов земледелия и животноводства не его снят и развернут на остальные хозяйства района.

В артели пока что оплачивается труд по трудобоям. Но для колхозников, занятых на откорме свиней, введена денежная оплата труда. За каждый центральный привес свинья получает 1 рубль. За один центральный привес свинья получает 2 рубля.

В сентябре, например, заработок свинарника, обслуживающего 600 голов, составил 72 рубля. Заработка плата заведующего фермой, подвозчиком кормов, трактористом также зависит от результатов откорма животных: она исчисляется в процентах к заработку свинарника.

За первые месяцы с начала специализации колхоз имени Петровского откармливает и сдаст на мясокомбинат 2.887 свиней средним весом 80 килограммов. Среднесуточный привес составляет 421 грамм. На 1 килограмм привеса затрачено 7 кормовых единиц, себестоимость одного центнера привеса — 50 рублей.

В последнее время свиноводы значительно улучшили работу. Сейчас среднесуточный привес составляет уже 600 граммов, а затраты кормов на килограмм привеса снижены.

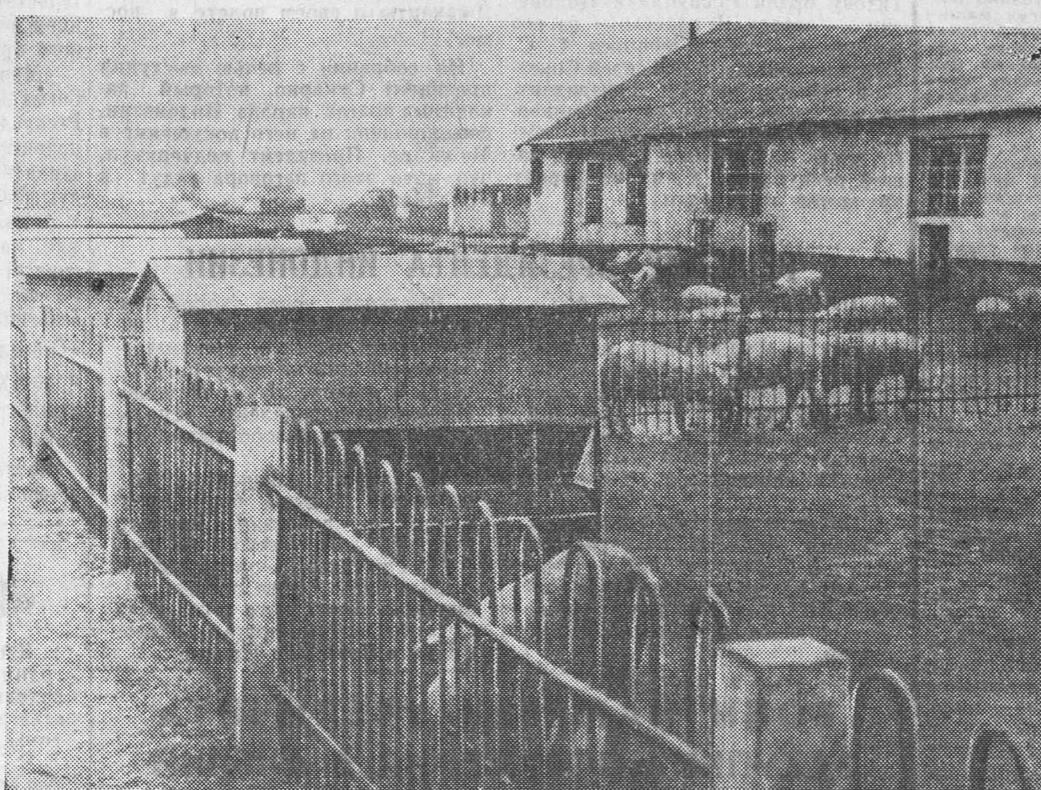
— В 1962 году планируем откармливать 18 тысяч свиней. Откорм проведен в три тура — по 6 тысяч голов, — рассказывает председатель артели т. Берладин, — намечаем построить собственную погрузочную площадку.

Надо сказать, что по результатам откорма колхоз имени Петровского не является лучшим в области. Вот, например, колхоз «Дружба» Волочинского района. В 1961 году он откармливал 2.534 свиньи средним весом 90 килограммов, причем себестоимость одного центнера привеса составила 38 рублей.

Мы рассказали о спецхозе, который имеет собственную кормовую базу. Но в том же Старо-Константиновском районе есть и хозяйство иного типа. Это колхоз «Коммунар», где свиней откармливают на отходах маслодельного производства.

Ферма расположена рядом с заводом. Здесь одновременно содержится 1000 свиней. Из двух цистерн по трубам поступают в корыто сырьёвотка пахта. Животные получают в день 5,5 килограмма пахты и 2,7 килограмма сырьёвотка. Кроме того, им задается сухой корм — кукурузная дерьма, а также кормеподготовки.

Недавно на мясокомбинат сдана партия свиней — 745 голов. Средний вес одного животного составил 104 килограмма.



На снимке: свиноводческий колхоз имени Петровского Старо-Константиновского района с выгульным двориком на тысячу голов.

А всего за 9 месяцев снято с откорма 2.300 голов. Среднесуточный привес достигает 600 граммов.

Таково положение в специализированных хозяйствах свиноводческого направления.

### ОТКОРМ КРУПНОГО РОГАТОГО СКОТА

Мы уже говорили, что специализированные хозяйства по откорму крупного рогатого скота используют дешевые отходы сахарных заводов.

Вот одно из таких хозяйств — колхоз имени Сталина Григорьевского района.

В начале 1961 года он полностью переключился на производство говядины. Животноводы артели взялись откармливать за год 2,5 тысячи голов скота. Для этого пришлось построить два новых помещения на 500 голов каждое.

Принятый от колхозов-сдатчиков молодняк содержится в семи помещениях — по 160—200 голов в каждом. На первых порах, пока еще фермы слабо механизированы, на обслуживание скота занято 28—30 человек.

Животные разделены на шесть весовых категорий. Откорм бычков проходит в три периода: начальный — от 150 до 200 килограммов, середина откорма — от 200 до 250 килограммов и заключительный — 250—280 килограммов и выше.

Соответственно составлены и рационы. Например, для молодняка четвертой весовой категории (240—260 кг) требуется на 1 килограмм прироста 7,3—7,5 кормовых единицы. Всегда суточная дача кормов для этой группы в сентябре: 30 килограммов свежего жома, 15 килограммов свекольной ботвы, 3 килограмма сечки соломы, 1 килограмм концентратов.

Результаты откорма говорят сами за себя. Уже в мае — первом месяце специализации — колхоз получил 200 центнеров чистого привеса скота. В июне привес составил 298,6 центнера, в июле — 258,4, в августе — 312,2 центнера. В среднем каждый день приносил артели 10 центнеров говядины за счет привеса.

Среднесуточный привес по месяцам выглядит так: июнь — 920 граммов, июль — 810, август — 833 грамма.

Лучшая скотница Мария Дзюбик добилась от своей группы молодняка среднесуточного привеса 1.002 грамма.

Средний вес одного животного, снятого с откорма, составляет 277 килограммов. Суточный привес за время откорма в колхозе достиг 834 граммов. На 1 килограмм привеса затрачено 8 кормовых единиц, себестоимость одного центнера привеса 41 рубль 56 копеек.

Колхоз получает за год свыше двух тысяч центнеров чистого привеса скота.

Оплата труда скотников целиком зависит от привеса животных, их упитанности и сохранности. За каждый центральный привес скотники начисляются 11 трудодней. За перевыполнение планов устанавливаются премии.

Как рассказал нам председатель колхоза т. Костюк, с нового года артель переходит на денежную оплату труда скотников и других работников фермы. За основу будут приняты гасценки, действующие на государственных откормочных пунктах.

В 1962 году колхоз имени Сталина проведет откорм скота в два тура — по 2,5 тысячи голов. Государству будет предложен 15 тысяч центнеров говядины, что составит больше половины районного плана мясозаготовок. Труд на фермах будет полностью механизирован. Себестоимость говядины станет еще ниже.

Колхоз имени Сталина и другие хозяйства, откармливающие скот на отходах сахарных заводов, строят собственные хранилища для жома. Корм подается в помещение механической транспортной системы.

Скот содержится все время откорма на стойле.

Наряду с колхозами, специализирующимися на откорме одного из видов скота, в Хмельницкой области есть спецхозы смешанного типа. Принципиальная разница между теми и другими нет.

В связи с углубленной специализацией хозяйств на откорме скота возникает много вопросов организационного порядка. Как строятся взаимоотношения между спецхозами и остальными хозяйствами? Каков порядок взаимных расчетов? Как распределяются доходы?

### В ОСНОВЕ — ДОГОВОР

В начале года специализированное хозяйство заключает

## НОВОСТИ КУЛЬТУРНОЙ ЖИЗНИ

### ПОЭТ У СВОИХ ЧИТАТЕЛЕЙ

Зеппа Эстеррайхера, поэта и переводчика, читатели уже давно знают по газете «Нейес Лебен», где время от времени печатаются его остроумные и образные стихи. Зепп Эстеррайхер любит острое слово и обладает чувством иронии и народного юмора.

А недавно он побывал в Славгороде, встретился с учащимися немецкого отделения педшколы. Поэт прочитал свою полную чувства горячей любви к Советской Родине балладу «Иван и Иоганн». Затем поэт прочел немецкий перевод знаменитой «Гренады» М. Светлова.

В. ШПААР,  
ответ. секретарь славгородской  
газеты «Рот Фанз».

Слушатели познакомились также с переводом басни С. Михалкова «Запад во хмель» и сатирическими стихами поэта «Несчастная любовь», «Корова», «Баллада о веселом колхознике», «У фотографа» и другими.

В заключение Зепп Эстеррайхер спел несколько своих песен под аккомпанемент гитары.

Особенно взволновала своей лиричностью песня «Песня об Урале».

На следующий день с поэтом встретились жители села Некрасово. Зепп Эстеррайхер читал в клубе свои стихи. Советские и народные песни в магнитофонной записи звучали на двух языках: русском и немецком, и были одинаково горячо приняты залом.

В. ШПААР,  
ответ. секретарь славгородской  
газеты «Рот Фанз».

двустворчатые договоры с колхозами — сдатчиками скота.

Этот документ определяет взаимные обязательства хозяйств. Например, в договоре между спецхозом по откорму крупного рогатого скота и колхозом-сдатчиком указано, что колхоз обязуется в определенные сроки доставить своим сдатчикам откормочный пункт установленное количество молодняка весом не ниже 150—200 килограммов. На каждую голову сдатчик проносит спецхозу по государственной цене 4—5 тонн жома. Этот жом спецхоз получает по доверенности сдатчика непосредственно с завода.

Спецхоз, в свою очередь, обязуется уплатить колхозу-сдатчику стоимость молодняка в постановочном весе, причем вначале выдается аванс, а после того, как закончится откорм, — остаточные деньги. Специализированный колхоз берет на себя обязательство держать животных на откорме не больше 100 дней и сдать на мясокомбинат не менее 40 процентов скота высшей упитанности, а остальной — не ниже средней.

За нарушение обязательств договаривающиеся колхозы несут друг перед другом материальную ответственность. Например, если колхоз не сдает вовремя скот на откорм, он уплачивает спецхозу неустойку. Если же спецхоз не рассчитается с датчиком за принятый скот в течение 110 дней, он теряет ежедневно 0,01 процента с суммы просроченного платежа.

Все деньги за проданный на мясо скот получает специализированное хозяйство. Доход распределяется так: 20—25 процентов выручки идет в недельный фонд специализированного колхоза. Из общей суммы вычитаются также производственные расходы и заработка поголовья животноводам. Оставшаяся чистая прибыль делится на живой вес скота, сланного на мясокомбинат, и затем распределяется между колхозами-сдатчиками пропорционально постановочному весу. Спецхоз же получает свою часть прибыли от общего привеса поголовья.

Практически спецхозу достается 20—25 процентов чистой прибыли, а остальные деньги получают сдатчики скота.

Живой вес молодняка, принятого на откорм (постановочный вес), а также фактический привес засчитываются колхозами-сдатчиками в выполнение государственного плана производства мяса.

В договоре между специализированным хозяйством по откорму скота и колхозами-сдатчиками имеются такие же положения, кроме одного пункта — о продаже спецхозу жома. Свиноводческое хозяйство полностью берет на себя обеспечение животных кормами.

В договоре между специализированным хозяйством по откорму скота и колхозами-сдатчиками имеются такие же положения, кроме одного пункта — о продаже спецхозу жома.

Свиноводческое хозяйство полностью берет на себя обеспечение животных кормами.

Вместе с тем стоит подумать о специализированном откорме крупного рогатого скота на кукурузном сilage, нагуле на естественных пастбищах. В нашем крае уже накоплен опыт нагула скота в предгорьях Алтая. Но хорошие условия для откорма имеются не только в горах.

# УГОЛОК ЗЕФЕРСОЯ

## СДЕЛАНО РАБОЧИМИ

«Наш второй дом», — так говорят на Барнаульском заводе искусственного волокна рабочие-химики о своем азото-водородном цехе. Действительно, здесь, как дома: цех освещен ярким светом, воздух чистый, волокна цвета кашемира, приборы покрашены в светлые тона. На кафельном полу — ни скрикни. Только ровные деревянные машины и сложных механизмов чахнут от тома, что ут — химический цех.

Все это сделано самими рабочими. Стены покрашены, машины, полови на склоне склоне, по уборке чисты. Теперь азото-водородный цех по чистоте не уступает никакому заводу. За это его коллектив награжден почетной грамотой совнархоза и краевого пра.

Фото и текст В. ПЕРЕДЕВА.  
г. Барнаул.

чае ее неисправности — срочно ремонтиро-

вать. Помещения, где ремонтируют машины, нужно хорошо освещать.

Не реже четырех раз в год окна следуют очищать от пыли и колоти, а лампы — не менее одного раза в неделю. Следует учить, что побеленные стены потолок усили-

вают освещение в два с половиною раза.

Очень часто к травмам приводит неисправный инструмент. Так же нередко наблюдаются случаи, когда рабочие, обрабатывая деталь на шлифовальном круге без защитных очков, повреждают наждачной пилью глаза.

Нельзя чистить, смазывать машины и станки, надевать и снимать ремни трансмиссий во время их работы.

В разборочно-моечном отделении нужно следить, чтобы раствор каустической соды не попадал на кожу рук и одежду. От длительного воздействия раствора появляются язвы, иногда — экземы. Особено каустическая сода опасна для слизистой оболочки глаз. Поэтому детали нужно в специальных ваннах или моечных установках отдельно от места сбorkи.

Электросварщики обязаны работать только со щипками или в очках из специальных стекол и в рукающих. Нарушение этих правил приводит к тяжелым заболеваниям глаз — появляется резкая боль, веки отекают, начинается слезотечение, пострадавший не может смотреть на свет.

В электросварочном помещении нельзя хранить легко воспламеняющиеся материалы: паклю, ветоши, а также керосин, бензин, масло.

Рабочие мастерских должны носить комбинезоны и следить, чтобы они всегда были застегнуты на все пуговицы, иначе одежда может попасть в вращающиеся части машин.

Надо следить и за тем, чтобы вращающиеся части машин были закрыты кожухами или ограничены металлическими сетками.

Е. СЛИВЕНКО,  
врач.

## ПРИЧИНА ТРАВМЫ? ХАЛАТНОСТЬ

### С ПЕСОЧКОМ БЫ...

Человек шел по улице. Поскользнулся. Упал. Пришлось срочно вызвать скорую помощь... Такие случаи в нашем городе недели. Многие дороги и тротуары покрыты льдом.

Казалось бы, здесь вовсю должна развернуться трест санитарной очистки горкомхоза, имеющий не только снегоуборочную технику, но и специальные машины для разbrasывания песка. На деле это не так. Тресту, утверждает его директор т. Овечников, отведена весьма скромная доля: песком посыпаются проспекты Ленина и Калинина. Остальные улицы, том числе Павловский тракт, проспект Аванесова, Обводной и другие, обязаны обслуживать райкомхозы. Но и те мало что делают, ссылаясь на отсутствие техники.

А тротуары? Даже там, где их чистят, песком посыпают редко.

Плохо участвуют в этой работе домовладельцы, хотя и они обязаны содержать тротуары и улицы возле своих домов в хорошем состоянии. Никто не следит за работой дворников.

Барнаулы борются за высокую культуру своего города. Не торопятся почистить с песочком тех, кто мешает этому большому делу. До каких пор из-за плохой работы по очистке зимних улиц будут нахвачивать себя сапоги прохожие?

И. ВОЕВОДИН.  
г. Барнаул.

## ... А ПОРЯДКИ СТАРЫЕ

### В октябре прошлого года рабочие треста «Алтайспецстрой» получили обещание в благоустроенных помещениях зданий на Потоке. Оборудовать его было поручено начальнику управления механизации геста г. Заико. Как отнесся он к этому поручению? Плохо. До сих пор в комнатах нет тумбочек, столов, стульев и графинов для воды. Пищу приходится готовить в жилых комнатах, так как кухнях нет необходимого оборудования. Камера хранения и сушилка не работают.

На погородках в общежитии известно управляющему гестом Алферову, но рабочим от этого не легче.

В. СЕМЫКИНА,  
пом. санитарного врача.  
г. Барнаул.

## ЗИМНИЙ СПОРТ

### ★ ВРАЧ СОВЕТУЕТ

Находясь в лыжном походе, никто не выйдет снег, он не только не утолит жажды, но, наоборот, усилив ее. Если у вас есть при себе термос водя, то сначала как следует прополоските горло, освежите его и только после этого выпейте полстакана или стакан воды или чая.

После прогулки необходимо вымыться, и, если позволяет обстановка, проделать легкий массаж мышц, спины, рук и брюшного пресса. Это ускорит кровоток, быстрее снимет усталость.

Еще один совет: учитесь дышать! Как ни странно, но многие не умеют дышать, а это особенно важно при ходьбе на лыжах.

Все, что говорилось о пользе лыж, в равной, если даже не в большей, степени относится и к конькам.

В заключение хочется снова повторить: если хотите задержать наступление старости, быть здоровым, здоровым, работоспособным — идите на каток, становитесь на лыжи!

Б. НИКИТИН,  
доктор медицинских наук,  
профессор.

С возрастом почти у всех людей появляются излишние жировые отложения. Под влиянием ходьбы на лыжах мышцы делаются более массивными, излишне жировые отложения постепенно исчезают, брюшной пресс укрепляется, осанка становится более красивой, а походка — быстрой и легкой.

Изследованиями учёных доказано, что возникновение артериосклероза тесно связано с недостаточным поступлением кислорода в кровь и ткани. Отсюда логичный вывод: занятия спортом на чистом воздухе в большой мере способствуют профилактике ранних склеротических изменений, могут затормозить или даже пристановить повышение артериального давления.

Мы часто говорим о закаливании, но мало еще делаем, чтобы полнее воспользоваться его благотворным влиянием. Прогулки на лыжах и катание на коньках — испытанные средство закаливания организма, повышения его сопротивляемости различным заболеваниям.

Благотворно влияют лыжный и конькобежный спорт на нервную систему. Хороший аппетит, бодрость, отличное настроение не купишь в аптеке; все это достигается только тому, кто любит природу, не боится «ни жары, ни холода», готов пропороть с встречным ветром, одолеть любой подъём, посидеть у костра, переночевать в палатке, а утром умыться снегом — и вновь в путь по нежженным тропам.

Одежда на лыжных прогулках должна быть легкой, но теплой. Предположим, у вас есть шерстяной свитер и плотная рубашка. Что надеть сверху? Казалось бы, от переноски слегка сумма не меняется. Но это в математике, а не на лыжах. Если вы наденете свитер сверху, то он даст очень мало тепла, его будет продувать. Наденьте сверху плотную рубашку, а свитер вниз. Так сохранится тепло тела, а плотная ткань рубашки не позволит его выдувать.

Усиление процессов обмена обясняется тем, что на протяжении нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении

нескольких часов человек дышит свежим, чистым воздухом, богатым кислородом.

При ходьбе на лыжах лучше письтесь скелетной мускулатурой и мышца сердца, при каждом своем

сокращении она с большой силой

активно развивается в результате регулярных тренировок.

Усиление процессов обмена объясняется тем, что на протяжении