



Копнем и уроем

Режем, кормим...

...кустарники на даче, чтобы отправить их в зиму с гарантией до весны
стр. 20



Вкусная жизнь

Режем, перчим...

...арбуз на кухне, чтобы приготовить салат. Бонусом - рецепт с клубникой
стр. 22

www.ng.kz

НАША ГАЗЕТА В ДВИЖЕНИИ

№ 34 (1273) Четверг,
20 августа 2026 года

Режет правду...

...брейк-дансер из Костаная, чтобы вновь дарить радость горожанам
стр. 24



По двум проспектам по часовой стрелке

Четвертый Костанайский международный полумарафон объединил любителей бега из семи стран



Старт на дистанции 21 км (полумарафон)

Фото предоставлено организаторами Kostanay Half Marathon

Сергей БИРКЛЕ, ng@ng.kz

В воскресенье, 16 августа, прошел четвертый Kostanay Half Marathon 2026, организованный общественным объединением «Экстремальная атлетика» и приуроченный к 147-летию Костаная.

В этом году в нем приняли участие более 1 000 человек из семи стран: Афганистана, Германии, Израиля,

Казахстана, Кыргызстана, России и Южно-Африканской Республики.

Соревнования, целями которых были развитие массового спорта, популяризация бега и скандинавской ходьбы, а также формирование культуры активного образа жизни, прошли при поддержке партнеров забега, в числе которых автомобильный завод Allur, футбольный клуб «Тобол», кондитерская фабрика АО

«Баян Сулу», кофейня Mali Deserts, организатор сапсерфинга Aurora SUP, TOO «Добрый пекарь», Медицинский центр Jastar Med, а также Beggi, 2GIS, SOLAB_kz, Fitness Blitz, World Athletics. Одним из информационных партнеров выступила «Наша Газета».

Все дистанции полумарафона проходили по трассе, сертифицированной в 2023 году Ассоциацией международных марафонов и пробе-

гов (AIMS), объединяющей более 300 марафонов и пробегов из 95 стран. А сертификация трассы как раз и служит рабочим инструментом для привлечения внимания бегунов из разных уголков мира.

Полумарафон в Костаная входит в мировой беговой календарь и является высокоорганизованным мероприятием, с официальным фиксированием показанных на нем результатов. Участники

Kostanay Half Marathon могут подать заявку на крупнейшие марафоны мира.

Трасса полумарафона проходит через самые красивые места Костаная по проспектам Аль-Фараби и Абая, а также по улице Баймагабетова. Иногородние участники смогли во время бега полюбоваться быстро растущим в последнее время областным центром и запечатлеть себя на фоне его достопримечательностей.

Учитывая опыт полумарафонов прошлых лет, организаторы изменили направление прохождения дистанции: в этом году участники преодолевали ее по часовой стрелке, что способствовало более раннему восстановлению полноценного движения на главной транспортной артерии города - проспекте Абая.

Репортаж о пробеге - в следующем номере «НГ»

3968-043-191

туристическое агентство
санрайз тур
центр

ВИЗЫ
во все страны мира!

т.: +7-777-241-61-91

пр. Аль-Фараби, 92 (вход через офис газеты «Твой шанс»),
e-mail: sunrise-kst@inbox.ru, www.sunrise-tour.ru

ПОДПИСКА на 2026 г.

ПОДАРИ СЕБЕ И БЛИЗКИМ

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ НА 2026 ГОД:

- для физических и юридических лиц полугодие - 6000 тнг, год - 12000 тнг;
- для лиц, приравненных к участникам ВОВ полугодие - 3000 тнг, год - 6000 тнг;
- для пенсионеров полугодие - 5400 тнг, год - 10800 тнг.

• Оформить подписку можно в любом отделении города или района АО «Казпочта».

• В офисе по ул. Майлина, 2/3.

• Подписка не выходя из дома.
(с предъявлением удостоверения участника ВОВ или пенсионного удостоверения)

53-59-94 Телефон отдела подписки
ТОО «Твой шанс»