

ДИНАМО

№ 4 (48)

ИЮЛЬ — АВГУСТ

2022



ЖУРНАЛ
О СПОРТЕ,
ЗДОРОВЬЕ
И ГАРМОНИЧНОМ
РАЗВИТИИ

СИЛА В ДВИЖЕНИИ И ЕДИНСТВЕ!

- 22 Бой восьми конечностей 28 На скорую руку 32 Незаменимая в команде
48 Звезда, влюбленная в «Динамо» 56 Правая снизу, левая сверху

62

Магия кино

Какому виду спорта
повезло с экранизацией

54

Юрий
Никулин

Мое любимое
занятие — жить

12

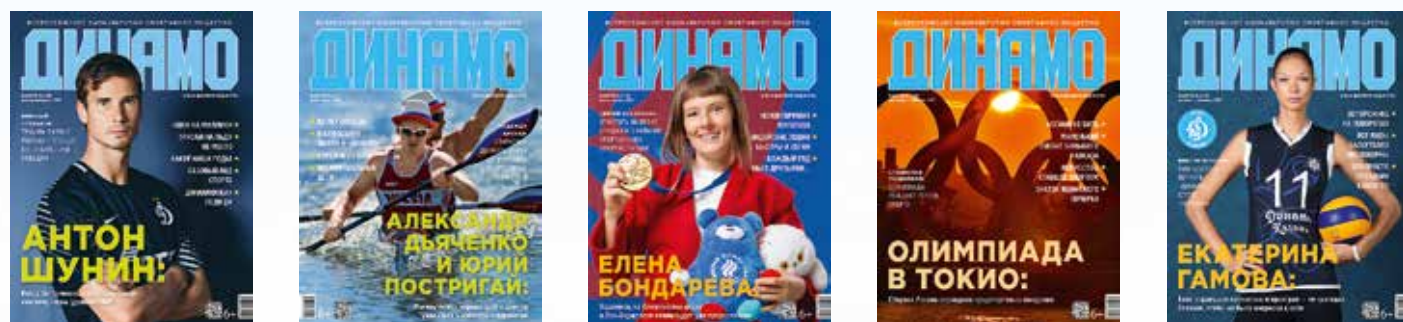
Климент
Колесников

ПОКА НАШИ СПОРТСМЕНЫ ОТСТРАНЕНЫ,
ЕСТЬ ВРЕМЯ ПОЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ

6+



ОТКРЫТА ПОДПИСКА НА ЖУРНАЛ ДИНАМО НА 2023 ГОД



ПОДПИСАТЬСЯ НА ЖУРНАЛ МОЖНО
В ЛЮБОМ ОТДЕЛЕНИИ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ»
ИЛИ НА САЙТЕ ФГУП «ПОЧТА РОССИИ»

RODPISKA.ROSCHTA.RU

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ПР956

В СЕНТЯБРЕ — ОКТЯБРЕ ПРОЙДЕТ 18 ВСЕРОССИЙСКИХ СТАРТОВ ОБЩЕСТВА «ДИНАМО», СРЕДИ НИХ — СОРЕВНОВАНИЯ ПО САМБО, ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ, ПЛАВАНИЮ, СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ, ГИРЕВОМУ СПОРТУ И Т.Д. К НАИБОЛЕЕ РЕЙТИНГОВЫМ ОТНОСЯТСЯ:



15–19 сентября Пермь

Всероссийские соревнования общества «Динамо» по самбо и боевому самбо

14–17 сентября Ижевск

II Международный турнир по мини-футболу (футзалу) среди силовых структур, посвященный памяти Л.И. Яшина

19–24 сентября Московская область

Всероссийские межведомственные соревнования среди сборных команд ФОИВ РФ по служебно-прикладным видам спорта (стрельба из БРСО, служебное двоеборье, служебный биатлон, многоборье кинологов, комплексное единоборство)

17–21 октября Архангельск

Всероссийские соревнования общества «Динамо» по плаванию

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ
РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА

Владимир Кубышко
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
Олег Корж
Вадим Ненароков
Алексей Смирнов
Зоя Алеева

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Екатерина Овчарова

ДИЗАЙН
Сергей Андриевич

ВЕРСТКА
Ирина Семенова

КОРРЕКТОР
Елена Милехина

ИЛЛЮСТРАЦИИ
Нина Колчина

КОНСУЛЬТАНТ
Александр Круглов

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ
Общественно-
государственное
объединение «Всероссийское
физкультурно-спортивное
общество «Динамо»

ФОТО НА ОБЛОЖКЕ
Сандро Халанк

ПОДПИСКА ЧЕРЕЗ ПОЧТУ
РОССИИ ПОДПИСНОЙ
ИНДЕКС ПР956

Адрес учредителя и издателя:
125167, Ленинградский просп.,
д. 36, стр. 9
Тел.: +7 (495) 777 70 71
E-mail: pr@dynamo.su

Отпечатано:
ООО «Типография Парадиз»
143090, Московская область,
г. Краснознаменск,
ул. Парковая, д. 2а
Тираж: 1000 экз.

Журнал «Динамо»
зарегистрирован в Федеральной
службе по надзору
по соблюдению законодательства
в сфере связи, информационных
технологий и массовых
коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации
средства массовой информации
ПИ № ФС77-58483 от 04.07.2014.
Любое использование
материалов или фрагментов
из них на любом языке
допускается исключительно
со ссылкой на источник.

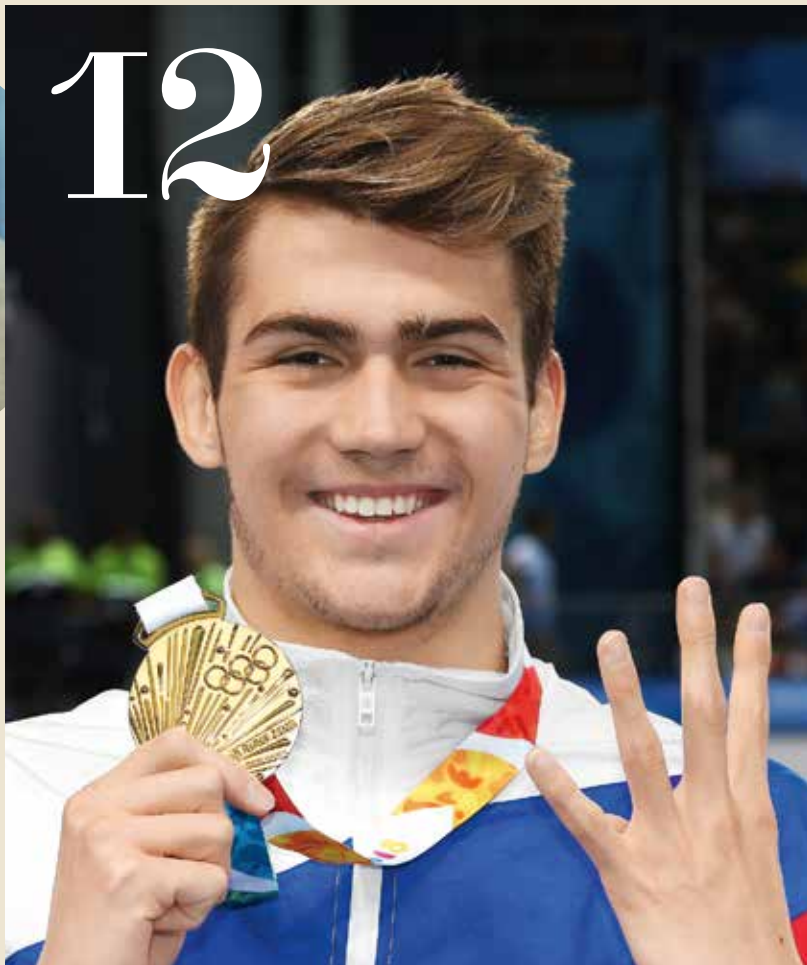
За соответствие рекламных
материалов требованиям
законодательства о рекламе
несет ответственность
рекламодатель. Материалы
не рецензируются
и не возвращаются.

Мнение редакции может
не совпадать с мнением авторов.

Категория информационной
продукции 6+



54



12



62



38



70

4
СПОРТОВЗОР
Новости российского спорта

8
ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ
Военные годы

12
ГЕРОЙ НОМЕРА
Водных дел мастер

22
НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА
Бой восьми конечностей

28
ЗНАКОМИМСЯ БЛИЖЕ
На скорую руку

32
ЛЕГЕНДА СПОРТА
Незаменимая в команде

38
КЛУБНАЯ ЖИЗНЬ
Как московское «Динамо»
стало лучшей волейбольной
командой страны

48
СОВЕСЕДНИК
Звезда, влюбленная в «Динамо»

54
ПРАВИЛА ПОБЕДИТЕЛЕЙ
Юрий Никулин

56
«ДИНАМО» — ДЕТЯМ
Правая снизу, левая сверху

62
КУЛЬТПРОСВЕТ
Магия кино

68
КНИЖНОЕ ОБОЗРЕНИЕ
Не только о спорте

70
ПУТЕШЕСТВИЯ
Край звенящей тишины

76
ДЫХАНИЕ ТРИБУН
Болельщицкое кредо — всегда!



22



48



НОВОСТИ РОССИЙСКОГО СПОРТА

ТЕКСТ // АЛЕКСАНДР КРУГЛОВ

Старт футбольного сезона, Спартакиада, международные соревнования и «Игры дружбы»

ДИНАМО

ФОТО: ПРЕДОСТАВЛЕНЫ КЛУБАМИ «ДИНАМО», ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



СПОРТОБЗОР

5



Динамо́вская зебра на старте

В начале сезона бронзовых призеров чемпионата России ждала серьезная перестройка. Во-первых, на тренерском мостике покинувшего команду Сандро Шварца, одного из лучших тренеров «Динамо» в современной истории, сменил серб Славиша Йоканович. Во-вторых, один из ключевых игроков команды Себастьян Шиманьски отправился в аренду в голландский «Фейеноорд», что значительно ослабило среднюю линию «Динамо», игравшую ключевую роль в успехе команды в прошлом сезоне.

Динамо́вцы открыли сезон выездной ничьей с «Ростовом» и с тех пор четко чередуют победы с ничьими. В советские времена, когда за победу давали два очка, такой график гарантировал бы место в призовой тройке, но сейчас бело-голубые обосновались на четвертой позиции с перспективой пробиться в тройку лучших. Самую впечатляющую игру они показали в дерби с «Торпедо», где соперник был разгромлен 4:0. Выезд в Воронеж обернулся досадной потерей двух очков. Динамо́вцы дважды вели по ходу матча с «Факелом», но оба раза позволили сопернику отыгаться. В принципиальном дерби со «Спартаком» бело-голубые одержала победу со счетом 1:0.

Водный фестиваль в Казани

В столице Татарстана прошел первый этап международных соревнований по водным видам спорта «Игры дружбы», в которых участвовало около тысячи спортсменов из 14 стран — Россия, Алжир, Армения, Белоруссия, Венесуэла, Вьетнам, Сербия, Казахстан, Сирия, Судан, Таджикистан,

Узбекистан, Эквадор, ЮАР, а также из ДНР и ЛНР. Россию представляли все сильнейшие спортсмены, которые не были допущены на чемпионат мира в Будапеште.

Пловцы показали сразу несколько выдающихся результатов. Так, Илья Бородин побил рекорд России на дистанции 400 метров в комплексном плавании, три национальных рекорда установили пловцы из Беларуси, а Евгения Чикунова проплыла 200 метров брассом на две секунды быстрее чемпионки мира Лилли Кинг из США. По четыре золотые медали завоевали Дарья Устинова, Влада Эгги и Климент Колесников.

В прыжках в воду три золотые медали выиграла на трехметровом трамплине 18-летняя Елизавета Кузина, а в синхронном плавании блеснули трехкратная олимпийская чемпионка Светлана Колесниченко и четырехкратная чемпионка мира Варвара Субботина.

Ласицкене и Сидорова подтвердили свой класс

Для российских легкоатлетов в отсутствие допуска на чемпионат мира главным стартом стал чемпионат страны на легкоатлетическом стадионе в Чебоксарах. В некоторых видах программы, несмотря на затянувшийся кризис и не допуск к международным соревнованиям, россияне остаются в числе мировых лидеров. У мужчин в прыжках в высоту выиграл Илья Иванюк. Он показал скромный для себя результат 2,28 метра, но ему не хватило конкуренции в лице Данила Лысенко, который только что отбыл дисквалификацию за допинг.

Динамовская прыгунья с шестом Анжелика Сидорова с выдающимся результатом 4,91 метра побила принадлежащий Елене Исинбаевой рекорд России и на 6 сантиметров превзошла результат чемпионки мира Кэти Нэжотт. Олимпийская чемпионка в прыжках в высоту Мария Ласицкене стала единственной участницей соревнований в Чебоксарах, кому покорилась двухметровая высота. Она показала свой лучший результат в сезоне.

Хоккеисты ждут усиления

Игроки московского «Динамо», готовясь к чемпионату КХЛ, традиционно участвуют в предсезонных турнирах. В Уфе бело-голубые выступили в турнире на Кубок Республики Башкортостан, где в первом туре проиграли с минимальным счетом будущим победителям и хозяевам соревнований «Салавату Юлаеву». В оставшихся матчах москвичи взяли верх над «Северсталью» со счетом 5:4 и по буллитам уступили ярославскому «Локомотиву». По итогам соревнований они заняли второе место.

В межсезонье клуб покинули опытные Вадим Шипачев и Вячеслав Войнов, а на турнире в Уфе не сыграли легионеры канадец Эрик О'Делл и швед Якоб Лилья, на которых клуб рассчитывает в предстоящем сезоне. В то же время команду усилил перспективный защитник Антон Малышев из

ярославского «Локомотива», еще несколько новичков могут появиться до конца предсезонки. Ожидается, что окончательный состав «Динамо» будет представлен на Кубке мэра Москвы.

В Москве стартовала Спартакиада

В августе открылась Всероссийская спартакиада, которая проходит в 12 субъектах Российской Федерации. В программе 39 видов спорта. На соревнованиях по велоспорту в Москве победителями индивидуальной гонки на время стали тюменец Петр Рикунев и Алена Иванченко из Санкт-Петербурга, а в групповой гонке — Артур Ершов из Свердловской области и Елизавета Ошуркова из Адыгеи.

В «Лужниках» в спорткомплексе имени Ирины Винер прошли соревнования по тхэквондо в четырех олимпийских весовых категориях. Успешно выступили победители и призеры Игр в Токио. Олимпийские чемпионы Владислав Ларин (до 80 кг) и Максим Храмцов (свыше 80 кг) подтвердили свой класс. Не было равных в весе до 57 кг и финалистке Игр в Токио Татьяне Мининой. Победителями в других весовых категориях стали Сергей Кирсанов, Илья Данилов, Алиса Ангелова, Лилия Хузина и Полина Хан. Спартакиада продлится до 2 октября.



А ТАКЖЕ:

Пляжницы «Динамо» не покидают пьедестал

Динамовская пара Екатерина Бирлова/Дарья Лешукова победила на 15-м BetBoom этапе Открытого чемпионата России в Обнинске. Ожидалось, что соперницами Бирловой и Лешуковой станут Надежда Макрогузова/Светлана Холомина, еще один дуэт бело-голубых. К сожалению, дерби не состоялось — из-за травмы Холоминой пара снялась. Заметим, что до этого Макрогузова и Холомина выиграли 10 этапов. Финал чемпионата пройдет 19–23 сентября в Анапе.

В заветной пятёрке

Российский велогонщик Александр Власов, выступающий за немецкую команду Bora-Hansgrohe, впервые в карьере финишировал в пятёрке лучших на «Тур де Франс» и стал первым россиянином, добившимся такого успеха за последние пять лет. Начало гонки Александр провел не так ярко и после первых горных этапов оказался за пределами первой десятки генеральной классификации. Однако постепенно он обрел стабильность, и хоть и не конкурировал с лидерами и не боролся за победу на горных этапах, уверенно держался в группе преследователей, что позволило ему подняться на седьмое место перед заключительной «разделкой». В гонке

на время Власов сумел опередить опытного колумбийца Найро Кинтану и южноафриканца Луиса Мейнтесса и пробиться в пятёрку лучших. Победителем Тура впервые в карьере стал датчанин Йонас Вингегорд, опередивший триумфатора двух последних сезонов Тадея Погачара из Словении.

Тройная победа в теннисе

Российские теннисисты в начале августа выиграли на одной неделе три турнира. Для первой ракетки мира Даниила Медведева выигрыш в Мексике стал первым в этом сезоне после серии поражений в финалах крупных турниров. Эта победа — 14-я в его карьере. В Сан-Хосе Дарья Касаткина на пути к своей пятой в карьере турнирной победе обыграла нескольких сильных соперниц, в том числе победительницу Уимблдона Елену Рыбакину из Казахстана, сильную белоруску Арину Соболенько и испанку Паулу Бадосу, а в финале расправилась с американкой Шелби Роджерс. Теперь Касаткина закрепилась в первой десятке мирового рейтинга. Наконец, Людмила Самсонова завоевала в Вашингтоне второй титул в своей карьере и поднялась на 39-ю строчку рейтинга, причем 23-летняя россиянка медленно, но верно продвигается к вершине.



Победное возвращение российских дзюдоистов

Президент Международной федерации дзюдо Мариус Визер — единственный из крупных спортивных чиновников олимпийского движения, который остался верен принципу «Спорт вне политики» и допустил российских спортсменов в нейтральном статусе до международных соревнований. На июльском Гран-при в Улан-Баторе, идущем в рейтинговый зачет отбора на Олимпиаду, россияне выиграли неофициальное командное первенство, завоевав девять наград, в том числе пять золотых. Победителями стали Махмадбек Махмадбеков (до 73 кг), Михаил Игольников (до 90 кг), Матвей Каниковский (до 100 кг), Инал Тасоев (свыше 100 кг), Мадина Таймазова (до 70 кг) и сборная России в командных соревнованиях. [Д](#)



Военные годы

Во время Великой Отечественной войны спортсмены и сотрудники общества «Динамо» внесли огромный вклад в борьбу с фашистскими захватчиками



Отряд ОМСБОН на марше. Москва, 1942 г.



Герой Советского Союза снайпер М. Я. Миронов на огневой позиции. 2 июля 1942 г.

ПЕРВЫМИ ДОБРОВОЛЬЦАМИ ОМСБОН стали знаменитые динамовские спортсмены: дискоболы Леонид Митропольский и Али Исаев, штангист Николай Шатов, борцы Леонид Егоров, Григорий Пыльников, Шалва Чихладзе, прыгун в воду Георгий Мазуров, легкоатлет Иван Степанченко, велосипедисты Федор Тарачков и Всеволод Дайреджиев, конькобежец Константин Кудрявцев, гребцы Ипполит Рогачев, Иван Тимошинин, боксеры Александр Ксенофонтов, Петр Сомов, стрелки Василий Гордюк, Иван Черепанов, Федор Жамков и другие

С первых дней войны физкультурная работа в стране была перестроена на военный лад. Это в полной мере касалось и «Динамо». Все спортивные сооружения общества — стадионы, спортивные площадки, гимнастические залы, водные станции, плавательные бассейны — были переданы в распоряжение военкоматов для обучения призывников и новобранцев народного ополчения стрельбе, рукопашному бою, метанию гранат, передвижению на лыжах и т.д.

Динамовцы стали инициаторами движения «тысячников». Каждый спортсмен-инструктор брал обязательство подготовить по тысяче бой-

цов. Среди особо отличившихся — пловец Владимир Китаев и лыжница Мария Минина. Они подготовили более трех тысяч бойцов каждый.

Государственный комитет обороны поручил НКВД развернуть разведывательную, диверсионную и боевую деятельность в тылу фашистских войск. 27 июня 1941 года в Москве на стадионе «Динамо» начала создаваться Особая группа войск НКВД для выполнения специальных заданий. В октябре 1941 года ее переформировали в Отдельную мотострелковую бригаду особого назначения (ОМСБОН). Общая численность бригады превышала 10 тысяч человек.

В ходе войны бойцы ОМСБОН истребили десятки тысяч фашистских солдат и офицеров, пустили под откос 1415 воинских эшелонов, 5 бронепоездов, уничтожили 12 232 паровоза, 13 880 вагонов и платформ, 2177 автотранспортеров, тракторов, мотоциклов, подорвали 148 километров рельсов, 335 железнодорожных и шоссейных мостов, 145 танков и бронетранспортеров, сбили 51 самолет, повредили сотни километров телеграфных и телефонных линий кабеля.

В Казахстане и Грузии проходила подготовка специальных подразделений для боевых действий в горах.

ФОТО: ИЗ АРХИВА ОБЩЕСТВА «ДИНАМО»

В этой работе активное участие принимали динамовцы-альпинисты Евгений Колокольников и Михаил Погребецкий. На горнолыжной базе «Динамо» в Бакуриани динамовские инструкторы готовили воинские подразделения альпинистов и горнолыжников для Закавказского фронта. Организованная там школа, которую возглавил Борис Дьячков, за короткий срок сумела выпустить 480 офицеров и 4320 сержантов — специалистов горной войны.

•

В 1942 году Госкомитет обороны возложил на общество «Динамо» обязанности по реализации индивидуальных противохимических средств защиты для населения страны.

•

Сотни спортсменов «Динамо», пройдя на специально организованных обще-

ством курсах подготовку по лечебной гимнастике, работали в госпиталях инструкторами-методистами. Многие из них одновременно становились донорами. Одним из первых доноров была известная до войны динамовская лыжница из Горького Валентина Додонова.

•

Спортивная работа требовалась не только для служебной подготовки. В историю вошли футбольные матчи, сыгранные динамовцами в суровые дни войны: матч в блокадном Ленинграде, «матч смерти» в Киеве и матч на руинах Сталинграда. Они имели огромное значение для укрепления боевого духа граждан.

•

С осени 1943 года возобновились соревнования по легкой атлетике, плаванию, конькобежному спорту,

велосипедным гонкам, боксу, тяжелой атлетике, а в Закавказье, на Урале, Дальнем Востоке, в Средней Азии и в Сибири даже прошли республиканские спартакиады.

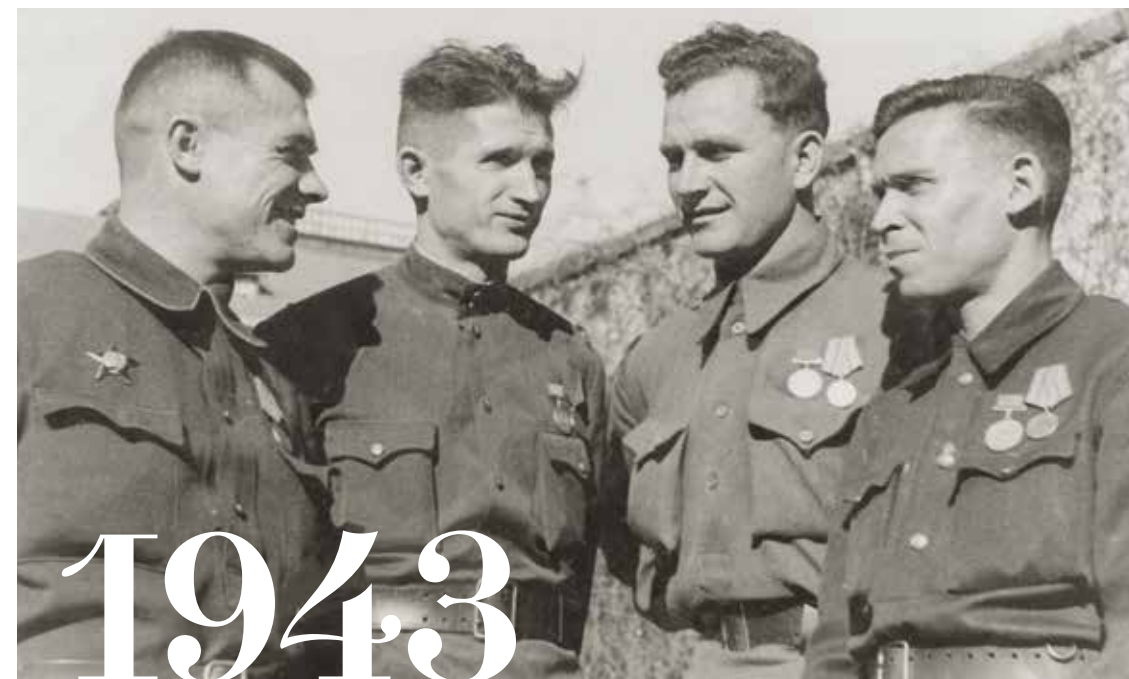
•

18 июля 1944 года после долгого перерыва в Москве на стадионе «Динамо» состоялся первый официальный матч — хозяева принимали в рамках чемпионата столицы футболистов московского «Торпедо» и выиграли у них со счетом 3:2.

•

В августе 1944 года на чемпионате страны по легкой атлетике динамовская дискоболка Нина Думбадзе улучшила мировой рекорд — 48 м 77 см. По одной из версий, именно она послужила моделью Вучетичу для скульптуры «Родина-мать» на Мамаевом кургане.

2 МАЯ 1943 ГОДА В ОСВОБОЖДЕННОМ СТАЛИНГРАДЕ состоялась товарищеская встреча между футбольной командой «Динамо» (Сталинград), собранной из местных игроков, и командой «Спартак» (Москва). Самым трудным было найти подходящее для игры место — везде выжженная земля, усыпанная осколками снарядов, и остовы зданий. Единственной пригодной площадкой оказался стадион завода «Азот». Сталинградская команда выиграла со счетом 1:0. Для жителей города матч стал символом возвращения к мирной жизни



Футболисты сталинградского «Динамо» — участники обороны Сталинграда. Слева направо: Василий Иванов, Константин Беликов, Василий Ермаков, Федор Гусев

1943

1942

ИЗ ТРЕХ МАТЧЕЙ, СЫГРАННЫХ В БЛОКАДНОМ ЛЕНИНГРАДЕ, больше известен второй, состоявшийся 31 мая 1942 года. Его запись транслировалась на русском и немецком языке. Немцы были поражены — они считали город почти мертвым. Игра между «Динамо» и командой Ленинградского металлического завода имени Сталина завершилась со счетом 6:0. Но результат был неважен, главное — матч состоялся. Это свидетельствовало, что город жив



МАТЧ В ОККУПИРОВАННОМ НЕМЦАМИ КИЕВЕ ПОЛУЧИЛ НАЗВАНИЕ «МАТЧ СМЕРТИ».

Команда «Старт», куда входили преимущественно футболисты киевского «Динамо», провела несколько встреч с командами отдельных частей немецкого гарнизона и каждый раз уходила с поля победителем. Пытаясь взять реванш, гитлеровцы составили сборную из лучших футболистов авиационных частей. Но победу вновь одержали динамовцы. Обозленные поражением фашисты арестовали и расстреляли нескольких динамовских футболистов



ЗА СОВЕРШЕННЫЕ ПОДВИГИ ОРДЕНАМИ И МЕДАЛЯМИ БЫЛИ НАГРАЖДЕНЫ 5172 омсбонца, а 24 удостоены звания Героя Советского Союза. О подвигах многих омсбонцев, павших в боях за Родину, напоминают сегодня памятники, мемориальные доски, названия улиц. В Москве, например, есть улицы Лазаря Паперника, Дмитрия Медведева, Владимира Молодцова, Бориса Галушкина



Лыжная подготовка омсбонцев в районе стадиона «Динамо». Москва, 1943 г.



Комбинированная легкоатлетическая эстафета по Садовому кольцу. На снимке: динамовские легкоатлеты Лидия Крючкова и Иван Соколов. Москва, 1943 г.



Водных дел мастер

Климент Колесников одинаково хорошо плавает кролем и на спине, устанавливает мировые рекорды и имеет награды чемпионатов мира и Олимпийских игр. Единственная высота, которую он пока не взял, — золотая медаль крупнейшего международного форума. После успешного выступления на «Играх дружбы» в Казани Климент рассказал о своем спортивном пути, увлечениях и рецепте сохранения спокойствия

БЕСЕДУ ВЕЛ //// АЛЕКСАНДР КРУГЛОВ

ФОТО //// СЕРГЕЙ КИВРИН, АНДРЕЙ ГОЛОВАНОВ, ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

Нужно иметь запасной вариант

— Слышал, в детстве родители заставляли вас заниматься плаванием. В какой момент ваше отношение к спорту изменилось?

— Лет до 13–14 это действительно было так. Я не осознавал себя спортсменом, не мог визуализировать для себя цели. В основном мне их ставили. Но с победами пришло понимание, на что я способен.

— Вы благодарны отцу за терпение и за то, что где-то он вас ломал, чтобы наставить на этот путь?

— Естественно, иначе меня не было бы в плавании.

— Сейчас он принимает какое-то участие в вашей подготовке, хотя бы в качестве советчика?

— Нет, сейчас у отца есть человек поменьше, с которым можно заниматься, — мой младший

брат. С 18 лет я полностью выполняю работу со своим тренером.

— Почему родители отправили вас учиться в престижную гимназию, если видели ваше будущее в спорте?

— Родители придерживались мнения, что спорт может закончиться в любой момент, поэтому всегда мне говорили, что нужно иметь хорошее образование и запасной вариант. Да и в целом быть образованным человеком еще никому не мешало — можно чувствовать себя свободно в любом обществе, общаться на разные темы. В гимназии я учился до момента, пока не победил на юношеских соревнованиях «Веселый дельфин». После этого решил больше времени отдавать тренировкам и сборам. Окончив восьмой класс, перешел в школу спортивной направленности № 2107 возле спорткомплекса «Олимпийский». Там я учился с ребятами, с которыми тренировался в бассейне,

Благодарен тренеру за грамотный подход — моя подготовка была построена так, чтобы прогрессировать постепенно. При переходе во взрослую категорию я избежал спадов

в частности с Максимом Ступиным, с ним мы и сейчас в команде.

— **Что вам дала гимназия?**

— Наверное, дисциплинировала и научила правильно распределять время и составлять график. Я возвращался с вечерней тренировки в 19:00, и до отбоя нужно было расправиться с уроками. На следующее утро сначала шел в бассейн, а потом в школу и частенько получал от учителя выговор за опоздание. Но зато теперь то, что другому человеку показалось бы сложным, для меня в порядке вещей.

В СМИ писали кошмары, что у меня оторвался тромб

— У вас были успехи почти на всех юношеских и юниорских соревнованиях. Вы рано оказались в национальной сборной России. Переход во взрослый спорт дался тяжело?

— Этот переход произошел достаточно легко, хотя все меня предупреждали, что будет трудно — после юниорских побед я могу не попадать на пьедестал. Но я понимал: это закономерно, ведь там плавают ребята старше меня. Благодарен тренеру за грамотный подход — при переходе во взрослую категорию я избежал спадов. Моя подготовка была построена так, чтобы я прогрессировал постепенно. Бывает, по юниорам плывут очень быстро, но потом наступает застой, и многие даже бросают.

— **В 18 лет перед чемпионатом мира в Кванджу у вас были серьезные проблемы со здоровьем. Некоторые СМИ писали, что вы можете закончить карьеру из-за тромбоза.**

— В начале 2019 года после соревнований FINA Swim Series на одной из тренировок перестала слушаться рука. Почувствовал, что она стала тяжелой. Это были непривычные для меня ощущения. Я вылез из воды и пожаловался тренеру. Смотрим — рука опухла, стала в полтора раза больше. Поехал на обследование. В больнице ФМБА



Климент Колесников

родился 9 июля 2000 года в Москве

- Заслуженный мастер спорта (2018, плавание)
- Серебряный (2021 — 100 м, на спине) и бронзовый призер Олимпийских игр (2021 — 100 м, в/с)
- Серебряный (2019 — эстафета 4 × 100 м, в/с) и бронзовый (2019 — 50 м, на спине, комб. эстафета 4 × 100 м) призер чемпионата мира
- Чемпион мира на короткой воде (2018 — 100 м, комплекс; комб. эстафета 4 × 50 м; 2021 — эстафета 4 × 100 м, в/с; 100 м, комплекс; 50 м на спине; комб. эстафета 4 × 50 м)
- Серебряный (2018 — эстафета 4 × 100 м, в/с; 4 × 50 м, в/с; комб. эстафета 4 × 100 м; 2021 — 100 м, на спине) и бронзовый (2018 — 100 м, на спине; смеш. эстафета 4 × 50 м; 2021 — комб. эстафета 4 × 100 м) призер чемпионатов мира на короткой воде
- Чемпион Европы (2018 — 100 м, на спине; 50 м, на спине; эстафета 4 × 100 м, в/с; 2021 — 50 м, на спине; 100 м, в/с; эстафета 4 × 100 м, в/с)
- Серебряный (2018 — смеш. комб. эстафета 4 × 100 м; комб. эстафета 4 × 100 м; 2021 — комб. эстафета 4 × 100 м) и бронзовый (2018 — смеш. эстафета 4 × 100 м, в/с) призер чемпионатов Европы
- Чемпион Европы на короткой воде (2017 — 100 м, на спине; 200 м, на спине; эстафета 4 × 50 м, в/с; комб. эстафета 4 × 50 м; 2019 — 50 м, на спине; 100 м, на спине, 100 м, комплекс; эстафета 4 × 50 м, в/с; смеш. комб. эстафета 4 × 50 м; комб. эстафета 4 × 50 м; 2021 — 50 м, на спине, 100 м, на спине, 100 м, в/с)

Тренер — Д. Г. Лазарев



Климент Колесников стартует в заплыве на спине в фирменной розовой шапочке

выяснилось, что у меня тромбоз подключичной вены — синдром Педжета-Шреттера. Это заболевание, при котором лестничная мышца пережимает вену, находящуюся между ключицей и лестничной мышцей, из-за индивидуального строения организма и нагрузок на верхние конечности. Я лежал в больнице пару дней, пока собирали консилиум. Времени до чемпионата мира оставалось немного, и надо было определиться, лечить медикаментозно или прибегнуть к операции. В клинической больнице № 1 Управления делами Президента РФ, называемой Волынской, мне предложили провести тромблизис подключичной вены. Оперировал меня сосудистый хирург Алексей Сергеевич Панков, спасибо ему огромное! Вену полностью прочистили, и уже через полторы недели я улетел в Южную Корею. Там занял третье место на 50 метров на спине. Мог бы и выиграть, но на старте в момент отталкивания соскочила

нога. Сегодня рука меня совершенно не беспокоит. Но история получилась неприятная и стоила мне нервов. Кроме того, в СМИ писали всякие кошмары, например, что у меня оторвался тромб.

Меня изначально тренировали как универсального спортсмена

— В России не принято плавать много дистанций различными стилями. Как вы решились совмещать спину и кроль?

— В раннем возрасте я плавал еще и комплексом. На «Веселом дельфине» в этой дисциплине установил рекорд соревнований на 200 метров и выполнил норматив мастера спорта. Меня изначально тренировали как универсального спортсмена, и комплекс был моей основной дисциплиной. С возрастом, конечно, секунды прибавлялись не так быстро, и ребята стали догонять меня, поэтому в 16–17 лет на втором юношеском чем-

Меня изначально тренировали как универсального спортсмена, и комплекс был моей основной дисциплиной. Сейчас проплыть много дистанций не составляет труда

пионате Европы я уже не выступал комплексом, стартовал на спине и кролем, на спине установил два юниорских рекорда мира. Сейчас проплыть много дистанций не составляет труда. Разумеется, с каждым годом организм восстанавливается чуть дольше, поэтому приходится рассчитывать поминутно, где можно выложиться, а где — сэкономить силы. Раньше в один день проплывал 200 метров комплексом, потом 200 метров вольным стилем и еще выступал в эстафете.

— Майкл Фелпс был для вас примером?

Как относитесь к сравнению с ним?

— Да, я всегда ставил себе в пример именно его, он показывал всем, на что способен человеческий организм, выполнял сумасшедшие вещи. Так, на Олимпийских играх или чемпионате мира, уже не помню, он проплыл 200 метров комплексом, а через 20 минут выиграл 200 метров дельфином. Тогда все были в шоке, потому что раньше никто никогда так не плавал. Да и сейчас не плавает. В плане выносливости и продуктивности до определенного возраста считал его примером. Но каждый организм индивидуален, и как бы ты ни старался, идеального восстановления добиться очень тяжело, если тебе не дано.

Научился ставить барьер на все переживания

— Вы очень успешно выступили на чемпионате мира в 2019 году в Коре. Чем запомнились те соревнования?

— Ничего необычного на них не было. Я приехал туда в звании чемпиона Европы и рассчитывал на победу. Конечно, понимал, что нужно выступить лучше, чем два года назад на чемпионате мира в Будапеште, когда стал четвертым на 200 метров на спине. Результатами чемпионата в целом остался доволен — завоевал серебро и две бронзы. Переживал позитивные эмоции. Это мои первые удачные соревнования мирового масштаба.



— Как вы научились одинаково хорошо стартовать на любые соревнования, будь то всероссийские старты или чемпионат мира?

— Почти никогда у меня не было проблем с настроением. В определенный момент я понял, что нервотрепка сильно мешает, негативные эмоции сказываются на качестве и скорости преодоления дистанции, и мой мозг научился ставить барьер на переживания и стрессы, поэтому все старты воспринимаю спокойно, даже если на кону стоит первое место в эстафете, а мне надо плыть на последнем этапе.

— Ковидные ограничения и перенос Олимпиады на вас не сильно отразились?

— Я даже почувствовал облегчение, так как из-за проблемы с рукой полтора года тренировался в щадящем режиме. Перенос Олимпиады пошел мне на пользу.

— Вы довольны своим выступлением в Токио или есть чувство недосказанности из-за отсутствия золотой медали?

— Всегда есть и будет. Да, я уехал без золота. Но что было, то прошло, нужно двигаться вперед, ни о чем не жалею и воспринимаю как должное.

— Внутренняя конкуренция с Евгением Рыловым помогает вам совершенствоваться?

— Помогает, и не только с Женей, но и с другими ребятами. На чемпионате России в 2016 году мне не удалось отобраться на Олимпийские игры, но потом я выполнил этот норматив на юношеском чемпионате Европы. Тогда стало ясно, что моими соперниками будут Женя Рылов, Гриша Тарасевич и еще несколько сильных ребят. Я всегда с кем-то соперничаю и борюсь даже на тренировках. Это подстегивает и дает мотивацию. Когда ты видишь, как человек улучшает свои секунды, понимаешь, что нужно стараться изо всех сил и не отставать. Сегодня нас подпирают уже юниоры, а это мотивирует еще больше, чем соперничество с Женей, — их потенциал полностью пока не раскрыт,

С Олимпиады в Токио я уехал без золота. Неудовлетворенность была. Но что было, то прошло, нужно двигаться вперед, ни о чем не жалею и воспринимаю как должное



а наш с Женей идет уже на сотые доли секунды. У них же прибавка может быть гораздо больше.

Розовую шапочку надел ради бабушки

— В этом году вместо чемпионата мира вы приняли участие в соревнованиях в Казани. Сложно было найти мотивацию?

— Нелегко. Я впервые пропускал такие крупные соревнования, но смотреть их было интересно. Ребята на чемпионате выступили круто. Показали быстрые секунды, установили новые мировые рекорды. Это и стало главной мотивацией — мне тоже было нужно двигаться вперед. И еще момент. Поскольку нас ограничили в стартах и лишили чемпионата мира, этот период отчасти экспериментальный. Я смотрю, как складывается моя подготовка и обращаю внимание на предстартовые нюансы и их влияние на выступления. Мы проделали определенную работу в тренировочном процессе, попробовали что-то новое. И в Казани увидели результаты.

— Задачи заочного соперничества с мировыми лидерами перед вами не стояло?

— Да у меня не было цели непременно победить. Некоторые ребята говорили в своих интервью, что они настроены конкурировать с результатами, показанными на чемпионате мира. Мне важно было понять, как изменения в подготовке скажутся на выступлении.

— Насколько организация соревнований в Казани соответствовала мировому уровню?

— Все проходило лучше, чем на чемпионате России, но и минусы имелись: в бассейне было душно, на дистанции резал глаза яркий свет, было жарко в кол-руме перед выходом на старт, потому что там сделали светящуюся дорожку. Из плюсов отмечу яркую и разноцветную картинку, множество рекламных баннеров, даже специальное приложение, где ребята могли общаться, но атмосферы,

как на международных соревнованиях, не чувствовалось, потому что не хватало спортсменов мирового уровня. Ребята из других стран, которые смогли приехать, — молодцы!

— Как представитель общества «Динамо» вы часто выступаете на ведомственных соревнованиях. Какие эмоции от этих стартов и что они вам дают?

— Там нет серьезной ответственности и такого давления, как на других соревнованиях. Поэтому динамовские старты для спортсмена — праздник. На них я ощущаю себя максимально комфортно и всегда с радостью выступаю за «Динамо». Естественно, для наших руководителей это тоже важно, и мне приятно выразить им признательность своими результатами.

— На каких соревнованиях впервые появилась ваша розовая шапочка и почему вы выбрали такой цвет?

— Я уже не вспомню, на каких соревнованиях надел ее впервые. Но была важная причина. Моя бабушка смотрит соревнования по телевизору и не всегда может быстро сориентироваться, по какой дорожке я плыву. Мне пришлось надеть розовую шапочку, чтобы она могла меня сразу заметить. Теперь постоянно в ней выступаю.

Подсчет побед и рекордов не веду

— Вы помните эмоции от своего первого мирового рекорда? Можете сравнить их с эмоциями от побед на крупных соревнованиях?

— Эмоции совершенно другие. Настоящий шквал, перевозбуждение и так далее. В первые секунды мозг работал сам по себе, а я просто отключился от всего происходящего. Классные, непередаваемые ощущения, которые доступны только тому, кто установил рекорд мира. Они отличались от эмоций после побед и от следующих мировых рекордов.

— Вы ведете подсчет своих мировых рекордов?



На олимпийском пьедестале с Евгением Рыловым и Райаном Мёрфи

— Я не веду подсчета вообще ничего. Не помню даже своих результатов на последних соревнованиях. Я выступаю, получаю ощущения, анализирую их и понимаю, куда двигаться дальше. О количестве медалей, рекордов и званий меня точно можно не спрашивать, так как я их не вспомню. Если нужно, всегда могу посмотреть в интернете.

— Для поддержания формы вы придерживаетесь какой-то диеты?

— В плане питания я не ограничен. Позволяю себе то, что не позволил бы человек, сидящий на строгой диете. Но во всем нужна мера. Я понимаю, что нельзя каждый день питаться фаст-фудом, но раз в неделю-две — почему нет? В промежутке между соревнованиями могу заказать пиццу, шаурму и тому подобное. В целом же я слежу за питанием и сразу после тренировки не стану есть сладкое. Сначала нужно восполнить запасы всех витаминов и поест нормальной пищи, а уже потом чем-то

себя побаловать. Со временем ушло желание поесть сухариков или чипсов. Сейчас больше привлекает здоровая еда, которая кажется намного вкуснее.

Мои рост и прыгучесть позволяют забивать сверху

— Многие представители водных видов спорта в отпуске предпочитают отдыхать от воды. Каков ваш идеальный отдых?

— Я предпочитаю отдыхать на море, но не купаться (смеется). Просто провести время на пляже, позагорать, наполниться витамином D, окунуться, вылезти и пойти прогуляться или в номер, но точно не плавать. К тому же я боюсь больших водных пространств. Если не вижу, что происходит в воде, мне становится не по себе.

— Вы увлекались баскетболом и играли в стритбол. Сейчас как часто встречаетесь с товарищами на площадке?



Бабушка — одна из самых преданных болельщиц Климента

— С каждым годом все сложнее и сложнее. Уже и не вспомню, когда в последний раз играл, но как только выдается возможность, я ее использую, потому что мне это нравится. Получаю удовольствие от процесса, как кто-то, например, от вязания.

— Насколько хорошо вы играете? Можете сделать слэм-данк?

— Наверное, лучше, чем среднестатистический человек, который играет столько же, сколько я, потому что я занимаюсь спортом и координация у меня очевидно лучше. Сверху забивать иногда получается, потому что мой рост и прыгучесть это позволяют.

— За кого болеете в баскетболе?

— На данный момент у меня нет любимой команды, я не особо слежу за большим спортом. Мне нравится самому играть. Если говорить о конкретном игроке, то для меня любимым баскетболистом всегда был Кайри Ирвинг, он творит невероятные вещи с мячом. Не могу представить, насколько надо быть координированным, чтобы такое исполнять.

— Кто круче — Майкл Джордан или Леброн Джеймс?

— Все-таки надо сравнивать игроков одного поколения, а они относятся к разным, к тому же у них разные амплуа. В целом для меня они на

одном уровне. Понятно, что можно начать считать титулы, чемпионские перстни и заброшенные мячи. Каждый будет видеть ситуацию со своей колокольни и топить за своего, а для меня они равны.

Подсадил свою девушку на компьютерные игры

— Как вы относитесь к компьютерным играм и киберспорту?

— Положительно. Раньше у меня не было возможности сидеть за компьютером и играть, потому что тренировки, учеба... Сегодня большую часть свободного времени уделяю компьютерным играм. Иногда можем собраться виртуально, на дискорде, и отыграть свой турнир в какой-нибудь игре.

— Во что именно играете?

— В основном в шутеры. Сейчас играем с девушкой — я и ее подсадил на компьютерные игры — в MMO RPG Lost Ark.

— Вы так хорошо выучили английский еще в школе или занимались им дополнительно?

— С английским очень помогла бабушка. Родители заставляли меня углубленно изучать язык. Они считали, что это пригодится на соревнованиях за рубежом — общаться с другими ребятами, давать интервью. Поэтому возили меня к бабушке или она приезжала к нам. Занимались каждый день. А на сборах я созванивался с ней по скайпу. Порой засыпал от усталости, но мы все равно продолжали заниматься. Сегодня я свободно общаюсь на английском. Бабушке огромное спасибо!

— С кем-то из иностранных коллег сохраняете контакт через соцсети после отстранения российских спортсменов от международных стартов?

— Наверное, пара человек писала и спрашивала, как дела в начале всей этой ситуации, но сейчас на эту тему не только иностранцы, но и наши ребята не хотят разговаривать. Если и списываемся с кем-то, то только по поводу соревнований или тренировок или просто узнаем, как дела.

— Вы поздравляли кого-то с победой на чемпионате мира?

— Да, конечно. Тех, кого я знаю, поздравлял.

— Многие спортсмены сейчас пробуют себя в различных необычных конкурсах и шоу?

Где бы вы согласились испытать себя?

— Не знаю, наверное, в любом проекте, где почувствую себя комфортно. Участвовать в танцах точно откажусь — там я буду не в своей тарелке. Все зависит от того, кто позовет и куда. В целом было бы интересно. Почему не попробовать что-то новое? [📺](#)

Предпочитаю отдыхать на море, но не купаться. Просто провести время на пляже, позагорать, наполниться витамином D, окунуться, вылезти и пойти прогуляться



Бой восьми конечностей

ТЕКСТ // АЛЕКСАНДР КРУГЛОВ

Современный Таиланд — не только отличное место отдыха и популярное прибежище дауншифтеров, но и центр одного из самых зрелищных видов боевых искусств — тайского бокса, или муай-тай. На побережьях Индийского и Тихого океанов расположены сотни школ и тренировочных лагерей, куда съезжаются для повышения своего мастерства спортсмены со всего мира



ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



Истоки тайского бокса восходят к древнему боевому искусству муай-боран

Армейские истоки и современная популярность

Муай-тай — весьма древний вид единоборств, берущий начало от армейской системы рукопашного боя муай-боран, которая имеет тысячелетнюю историю и использовалась местными жителями против бирманских оккупантов. Главное отличие муай-боран в том, что там, как и в бирманском боксе, разрешены удары головой. В основе же современного тайского бокса лежит спортивная составляющая, потому во избежание травматизма удары головой запретили.

Формирование муай-тай началось в конце XVI века. Долгое время этот вид спорта назывался «пахуют» — многосторонний бой, а с переименованием в 1934 году Королевства Сиама в Королевство Таиланд термин «муай-тай», или «бой восьми конечностей», утвердился окончательно. Дело в том, что в тайском боксе разрешены удары руками, ногами, локтями и коленями.

Как воинами, так и членами королевской семьи муай-тай веками изучался в обязательном порядке. Поединки проходили во время национальных праздников и ярмарок, а короли всегда были его почетными гостями. Наиболее выдающиеся бойцы благодаря успехам на ринге могли получить дворянский титул и место в королевской гвардии. Их называли «муай лунанг» — королевские бойцы. Один из полков королевской охраны формировали полностью из лучших представителей тайского бокса.

Изначально бойцы сражались на голых кулаках, а позже во избежание травм рук стали обматывать их полосками из лошадиных шкур, пеньковыми веревками и хлопковыми лентами.

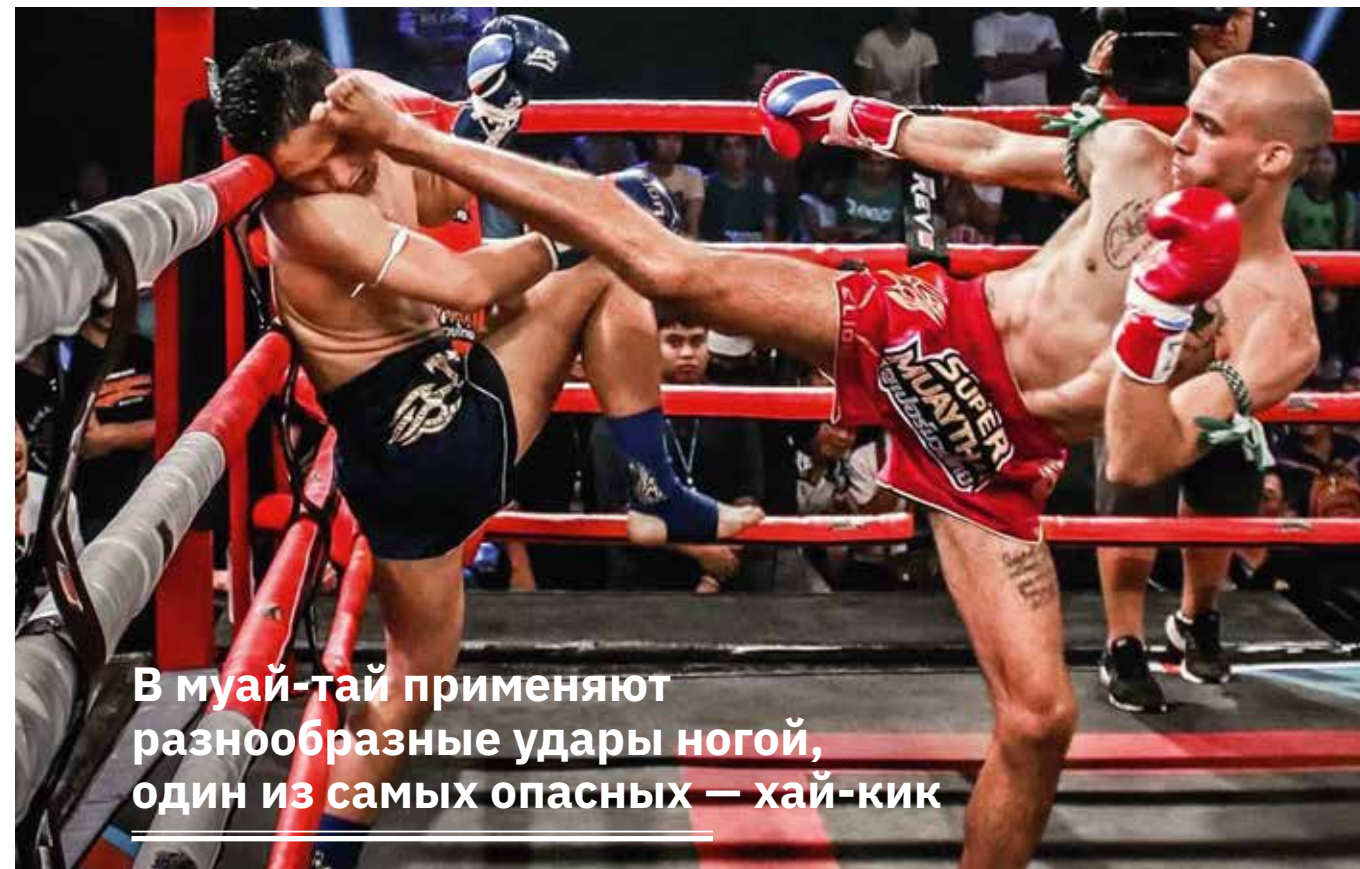
Жесткие правила и острые края таких «бинтов» приводили к многочисленным рассечениям и порезам на лице, а потому бои были очень кровавыми. Из-за этого на Западе ходили легенды, что «бинты» посыпали битым стеклом, но реальных свидетельств этому не существует. До 1929 года в тайском боксе дрались до тяжелого нокаута или смерти одного из бойцов. Сдаваться считалось позорным, а потому боец скорее дал бы себя убить, чем проявил слабость. После бои ограничили пятью раундами по три минуты и ввели боковых судей, которые определяли победителя, если соперники заканчивали бой на ногах.

Претерпела эволюцию и площадка для ведения боя — земляное покрытие заменил ринг размером 6 × 6 метров. Появились перчатки и весовые категории. Помимо ударов головой были запрещены удушения, амплитудные броски, как в борьбе и дзюдо, удары в пах и атака упавшего соперника.

Мировое признание и распространение в других странах тайский бокс получил в конце 1970-х годов, когда его лучшие мастера одержали убедительные победы над кикбоксерами и каратистами. Первыми в Европе изучать муай-тай стали голландцы, а потому современные Нидерланды — один из крупнейших мировых центров тайского бокса.

Танцы, молитвы и уважение к сопернику

Как и японское сумо, муай-тай пронес сквозь века множество традиций, которым следуют и сегодня. Например, ритуальный танец вай кру, с него



В муай-тай применяют разнообразные удары ног, один из самых опасных — хай-кик

начинается выход бойца на схватку. Танец имеет много значений. С одной стороны — это хорошая разминка перед боем, с другой — молитва, с третьей — благодарность учителю. Кроме того, он ограждает ринг от проникновения злых духов. Также вай кру является визитной карточкой школы тайского бокса, по технике его исполнения проводятся порой отдельные соревнования.

В муай-тай особое внимание уделяется кодексу чести и уважению к сопернику. Под угрозой поражения запрещены любые оскорбления в адрес соперника. «Я буду сильным и чистым, я буду всегда поступать честно, всегда следить за своим поведением как в школе, так и за ее пределами. Я никогда не стану кичиться своей силой и задираТЬ слабых. Я буду повиноваться своим наставникам и буду верен своей нации. Мы все, ученики и учителя, будем любить друг друга, будем едины в своих целях и помыслах и всегда будем помогать друг другу» — такую клятву дает каждый боец муай-тай.

В тайской традиции голова — самая почитаемая часть человеческого тела. Боец не преклоняет ее, выходя на ринг, он перешагивает через канаты держа голову высоко. Нельзя наносить удар стопой в лицо, что считается унижением соперника.

На схватку бойцы выходят с двумя атрибутами: монгконом и праджатом. Монгкон — скрученная из 108 нитей веревка толщиной с палец, изогнутая в кольцо диаметром с человеческую голову. Его надевают, когда исполняют вай кру, а перед началом поединка снимают, обычно это делает секундант. В зависимости от школы монгконы различаются. Во время боя одно или оба предплечья тайбоксера украшает праджат — повязка с двумя болтающимися концами, которая выполняет функции оберега. Нередко изготовлением праджата занимается сам учитель бойца, чтобы передать ему свою силу. Для определения уровня бойца в некоторых странах введена цветовая градация праджатов аналогично цвету пояса в карате и дзюдо.

Наконец, особое значение в тайском боксе имеет музыка. С одной стороны, она спокойная и умиротворяющая, позволяющая отбросить лишние мысли и сконцентрироваться на поединке. С другой — задает ритм боя, он меняется в зависимости от происходящего на ринге. Исполняется традиционная музыка на четырех инструментах: пи джава — яванский кларнет, клонг как — двойной барабан, шинг — металлические цимбалы и конг монг — тайский тип барабана.

Как бить правильно

Поединки в муай-тай, как правило, проходят в формате трех раундов по три минуты или пяти раундов, если речь идет о чемпионских и особо значимых боях. Спортсмены выступают в различных весовых категориях, которые устанавливаются организацией, проводящей соревнования. Традиционно на чемпионатах мира у мужчин 12 весовых категорий, от первого наилегчайшего (до 48 кг) до супертяжелого (свыше 91 кг) веса.

Правила судейства во многом схожи с правилами судейства в боксе. Поединок обслуживают четыре рефери: один в ринге и трое боковых, считающих очки. Обычно счет боя 10–9, однако, если были нокдауны или предупреждения, за каждый из них тайбоксер теряет очко.

Ударная техника в муай-тай отличается от классического бокса. Удары руками носят в основном вспомогательный характер и служат для подготовки атак с использованием коленей, локтей и ног. Также в муай-тай реже бьют по корпусу, так как эта техника делает уязвимой голову для атак коленями и локтями. Кроме того, чтобы держать соперника на дистанции, помимо классического джеба используют лоу-кики и типпы (прямой удар ногой в корпус). Арсенал ударов руками в муай-тай шире. Помимо традиционных прямых, боковых и ударов снизу, наносят удары с разворота кулаком и локтем, хаммерфисты (молоткообразные удары кулаком) и супермены (удары кулаком в прыжке).

Удары локтями тоже разнообразны: горизонтальные, диагональные вверх или вниз, снизу вверх, с разворота и в прыжке. Они опасны тем, что могут повлечь сильное рассечение, которое приведет к остановке боя врачом. Такие удары наносятся в район бровей и лба, чтобы кровь заливала глаза сопернику. Как правило, удары локтями используются в бою на ближней дистанции.

Кроме прямого удара ногой, в муай-тай применяют многообразные боковые удары, при исполнении которых в случае ухода противника «с линии огня» боец может развернуться на 360 градусов. Лоу-кики наносятся по бедрам или подколенным ямкам с целью лишить соперника подвижности. Этот удар можно наносить с любой дистанции, и его сложно заблокировать. По аналогии мидл-киками называют удары по корпусу, а хай-киками — по голове. За исключением последних в муай-тай редко бьют подъемом стопы, так как кости этой части тела уязвимы, более распространены удары голенью. Для этого в тренировочном процессе голени бойцов

В современном Таиланде муай-тай занимаются примерно 120 тысяч человек на любительском уровне и 10 тысяч профессионально

Военнослужащие и полицейские обучаются этому виду спорта в обязательном порядке

С древности муай-тай был для простых людей чем-то вроде выигрышного лотерейного билета — мастера могли получить высокий титул, стать королевскими бойцами и вообще выбиться в люди

Бойцов муай-тай называют нак муай (Nak Muay), а западных — нак муай фаранг (Nak Muay Farang), что означает «иностраный боксер»



Перед выходом на ринг бойцы часто надевают на шею декоративный венок из цветов ма лаи. Он используется во время многих ритуалов, в том числе вай кру. По традиции после боя проигравший отдает свой венок победителю в знак уважения к нему

Обычно тайбоксер выходит на бой имея при себе какой-либо оберег, который приносит ему удачу и защищает от опасности.

Среди амулетов — па ян (Pa Yan) — кусок ткани с магической надписью — и суа ян (Sua Yan) — специальная накидка, в ней боец ожидает поединка

В недавнем прошлом девушкам запрещалось участвовать в любых мероприятиях, связанных с тайским боксом.

Им нельзя было присутствовать на боях, выходить на ринг и даже прикасаться к экипировке. Но сегодня, когда взгляды стали более лояльными, а тайский бокс получил широкое распространение, девушки могут выступать на соревнованиях

В 2004 году состоялся первый профессиональный турнир по муай-тай для девушек. Он был организован в рамках празднования дня рождения королевы. Главным событием стали бои двух представительниц Таиланда со спортсменками Чехии и Австралии. Обе тайские спортсменки потерпели поражение. Тогда промоутеры решили, что пришло время сконцентрироваться на развитии женского муай-тай в стране

На Западе девушки участвуют в турнирах параллельно с мужчинами, а в Таиланде для них устраивают отдельные соревнования. Тем не менее выход на главные стадионы тайского бокса в стране запрещен

закаляются ударами по мешкам и ногам спарринг-партнера, а потому столкновения голень в голень являются для бойцов абсолютно привычными.

Удары коленями наносят обычно с ближней дистанции, и если цель — голова, то их исполняют в прыжке или клинче, пригнув голову оппонента. Также целью атак служат корпус и бедра. Удары коленями считаются самыми сильными и разрушительными, и любое точное попадание может привести к тяжелому нокауту. В отличие от классического бокса, в тайском приветствуются активные действия в клинче и захваты соперника.

Королевский спорт

По легенде, во время войны с Бирмой в 1774 году несколько мастеров тайского бокса попали в плен. Король Бирмы пожелал выяснить, какое из боевых искусств сильнее — муай-тай или традиционный бирманский бокс. Некий воин Най Кхан Том прославился тем, что уложил подряд десять бирманцев. О его подвиге вскоре стало известно на родине, а потому он был признан одним из героев Таиланда. Бирманский король был настолько впечатлен его искусством, что немедленно отпустил из плена и подарил несколько молодых рабынь.

6 февраля в Таиланде отмечается День национального бокса — по всей стране проходят сотни турниров среди спортсменов разного уровня. Праздник муай-тай носит общенациональный характер, а в посвященных ему мероприятиях всегда принимают участие король и члены его семьи. С другой стороны, состязания по тайскому боксу нередко становятся частью церемонии коронации. Для нынешнего монарха Рамы X таким событием стал чемпионат мира 2016 года, который прошел на родине муай-тай. Король лично участвовал в церемониях открытия и закрытия и посетил финальные поединки турнира. Однако к его разочарованию в общекомандном зачете хозяева довольно неожиданно уступили сборной России.

На пути в олимпийскую семью

Соревнования по тайскому боксу бывают как любительские, так и профессиональные, причем многие спортсмены участвуют и в тех и в других. Отличие соревнований любителей в том, что они выступают в шлемах и протекторах голени. Признанной МОК федерацией является IFMA, под эгидой которой проводятся чемпионаты мира и континентов. Федерация тайского бокса России входит в IFMA.

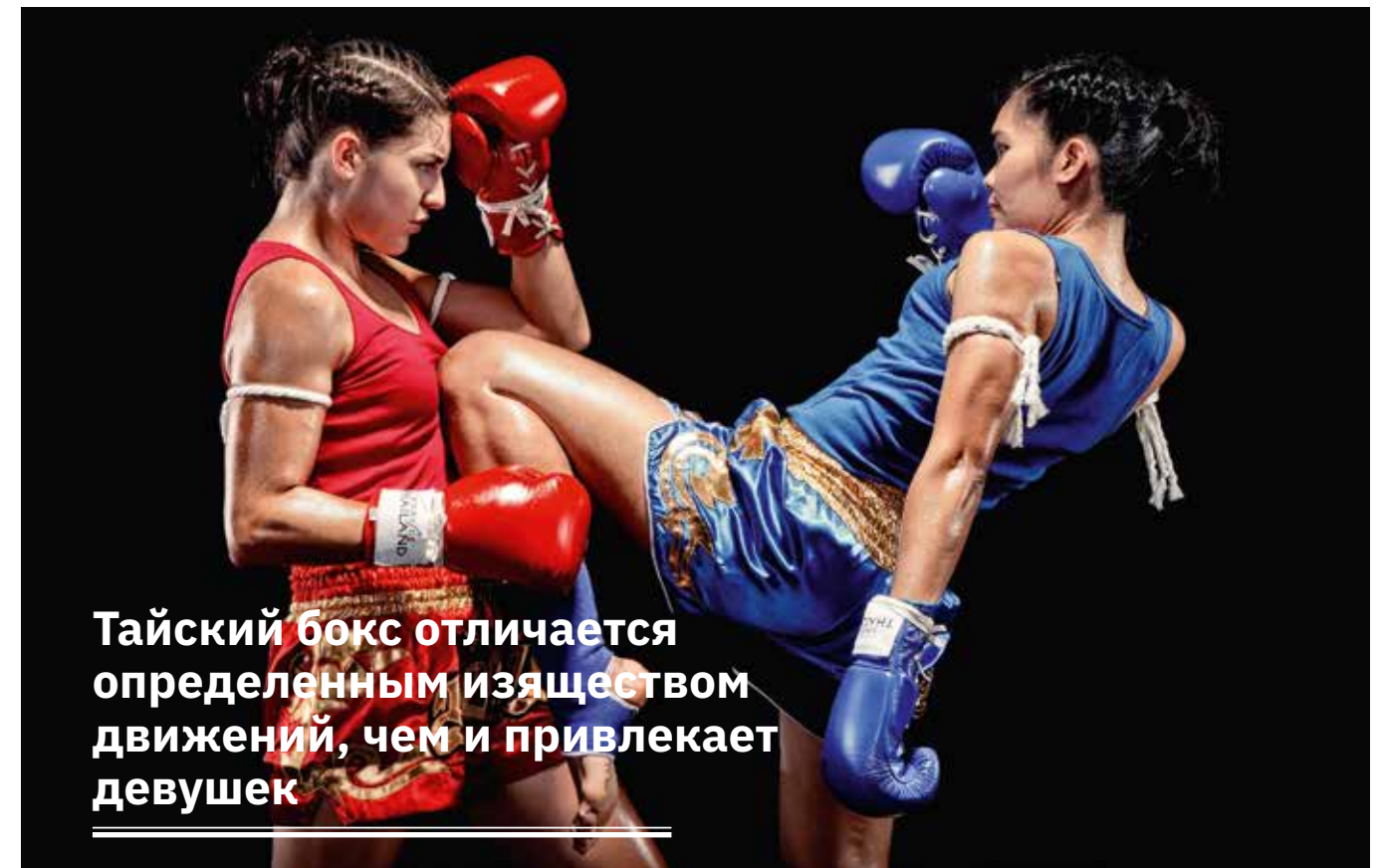
Двукратная чемпионка мира и победительница Всемирных игр Светлана Винникова



Любительские турниры, как и в классическом боксе, проводятся по системе на выбывание, в то время как профессионалы готовятся к одному бою.

Крупнейшая организация, проводящая профессиональные поединки по муай-тай, — азиатская лига ONE, базирующаяся в Сингапуре. С распространением муай-тай по всему миру с конца 70-х годов прошлого столетия и популяризацией этого вида спорта среди женщин IFMA стремится попасть в олимпийскую семью, и первый шаг в этом направлении уже сделан. В декабре 2016 года тайский бокс получил временное признание МОК. Введение соревнований этого вида спорта в программу Олимпийских игр — одна из ключевых задач тайского правительства.

Однако включение тайского бокса в программу Олимпийских игр 2028 года в Лос-Анджелесе выглядит пока малореальным. Поэтому самым престижным соревнованием для представителей тайского бокса остаются Всемирные игры, где разыгрываются медали в четырех весовых категориях у мужчин и женщин. Кроме того, муай-тай входит в программу Всемирных игр боевых искусств, Азиатских и Панамериканских игр. В настоящий момент членами



Тайский бокс отличается определенным изяществом движений, чем и привлекает девушек

IFMA являются свыше 130 стран на пяти континентах, а в чемпионатах мира участвуют более ста стран, в то время как прошедший в 1993 году первый чемпионат мира под эгидой организации собрал всего 20 стран.

Растет и география медалистов соревнований, ими становятся не только представители стран Азии, Европы и США, но и Латинской Америки и Африки. Постепенно муай-тай превратился в массовый вид спорта, группы для занятия им создаются практически во всех крупных центрах единоборств и даже в некоторых фитнес-центрах.

Муай-тай в России

В Советском Союзе тайский бокс не культивировался и впервые проник в Россию с падением «железного занавеса» в начале 1990-х. Любители тайского бокса получили возможность ездить на родину этого боевого искусства и перенимать опыт у местных спортсменов. Первый клуб был создан в Новосибирске под руководством Олега Терехова, который стоял у истоков профессиональной Российской лиги муай-тай, а впоследствии возглавлял национальную сборную. Федерация тайского бокса России возникла в 1996 году, когда вид спорта был признан

в стране официально, а спустя два года россияне удачно выступили на чемпионате Европы в Испании.

Уже в 2001 году сборная России заняла первое общекомандное место на чемпионате мира и с тех пор на всех крупных соревнованиях достойно конкурирует с родоначальниками тайского бокса. Крупнейшими центрами развития спорта в стране стали Кузбасс, Дагестан и Свердловская область, подготовившие десятки чемпионов мира и Европы. Именно в муай-тай начинал свою карьеру будущий чемпион мира по боксу Григорий Дрозд, воспитанник прокопьевской школы бокса. Там же делали первые шаги чемпионы мира среди профессионалов по версии Glory Артем Левини и Артем Вахитов, ставшие героями первых Всемирных игр боевых искусств в Пекине в 2010 году.

Активно развивается в стране и женское направление тайского бокса. Все больше девушек выбирают этот вид спорта как самооборону, дисциплину, позволяющую убрать лишний вес и поддерживать спортивную форму. Наиболее успешной спортсменкой страны последнего десятилетия стала двукратная чемпионка мира и победительница Всемирных игр Светлана Винникова. [Д](#)

На скорую руку

Спортсмен на кухне — нонсенс? А вот и нет. Люди из мира спорта разбираются в правильном питании, энергетической ценности продуктов, питьевом режиме и т.д. А некоторые еще и прекрасно готовят. Рецептами, которыми они поделились, может воспользоваться каждый

Дарья Шмелева

трековая велогонщица,
серебряный и бронзовый призер
Олимпийских игр

Готовить предпочитают простые блюда. Люблю то, что можно приготовить быстро, но вместе с тем будет качественно и вкусно. Одно из самых любимых блюд — салат с рукколой. Надо помыть рукколу, добавить к ней банку тунца, пять разрезанных пополам помидорок черри, ложку кедровых орехов. Заправить оливковым маслом и бальзамическим уксусом. Сверху посыпать тертым пармезаном. А к салату сварить макароны. Белки, углеводы, клетчатка — все есть. Обед готов!

На ужин можно отварить рис, порезать овощи и потушить в мультиварке куриные голени или бедрышки, натерев их солью и приправами. Режим «тушение», таймер на 40 минут. Очень удобно: пришел с тренировки, включил мультиварку и отправился в душ. Вышел, оделся, порезал салатик. Все быстро, занимает не больше 10–15 минут.



Артур Далалоян

гимнаст, чемпион Олимпийских игр

Как профессиональному спортсмену мне приходится следить за питанием, временем приема пищи и т.д. Мы с женой Олей стараемся и детей к этому приучать. Не часто ходим в кафе, рестораны, любим есть дома. Конечно, за дом и приготовление еды в большей степени отвечает Оля. Я не перестаю удивляться, как она все успевает. Но когда вижу, что жена устала, заменяю ее на кухне. Бывает приятно надеть фартук и порадовать чем-нибудь вкусным Олю, детей и себя. Из простого мне больше всего нравится кролик в сливочно-сметанном соусе. Мясо кролика полезное и некалорийное. С пюре он получается вообще замечательный.

Также каждое воскресенье мы стараемся готовить что-то всей семьей, чтобы и детям было интересно. Печем печенье, делаем пиццу. Последним нашим воскресным десертом были шоколадные маффины с овсяными хлопьями и малиновым муссом внутри. Конечно, калорийно. Но иногда в выходной можно себе позволить. Когда готовлю с женой и детьми, наслаждаюсь самим процессом — маленькие на кухне выглядят очень трогательно.



Ярослава Симоненко

волейболистка «Динамо-Ак Барс»

Мне нравится готовить в свободное время, особенно по выходным. Умею готовить все: супы, второе, салаты. Любимые блюда — паста и пицца. А год назад нашла для себя потрясающий десерт, которым теперь постоянно радую себя и своих родных. Это... шоколад! Натуральный, правильный, полезный шоколад. Я делаю его из какао-бобов «Фино де арома», масла какао, вместо обычного сахара использую кокосовый. Могу добавить такие натуральные ингредиенты, как кешью, гречишный чай, рис. Кроме того, добавляю протеин. Шоколад получается очень вкусным, не таким сладким, как в магазине, зато полезным. Им я заменяю все сладости.

Готовлю шоколад с помощью меланжера. И получаю идеальную однородную массу, которую остается протемперировать (кристаллизовать) и разлить в формы.





Богдан Виноградов

регбист «Динамо» (Москва)

На моей позиции главное — скорость. И чтобы быстро бегать, нужно поддерживать хорошую форму за счет питания и режима тренировок. Утром я съедаю максимальное количество углеводов, например, овсяную или рисовую кашу. В 10 часов у меня первая тренировка, в 11 — вторая. С 12 до 13 часов — обеденный перерыв. В это время ем макароны, рис или гречку, мясо и салат.

Третья тренировка длится до 14–15 часов. По окончании я пью протеин с каким-нибудь фруктом, чаще всего яблоком или бананом.

Дома ем уже плотно. Это может быть паста с мясом и салатом из огурцов и помидоров. Последний прием пищи — в 22 часа. Состоит он из творога, банана и грецких орехов.

Рецепт обеда, который каждый может приготовить сам. Килограмм куриной грудки, 400–500 г шампиньонов, сливки 10%, три средние луковички и паста. Мелко режем грудку, обжариваем до золотистой корочки. Достаем. Обжариваем лук, потом шампиньоны. Затем кладем к ним грудку, заливаем сливками, добавляем соль, перец, специи по вкусу. Накрываем крышкой и тушим примерно 10–15 минут. Пока готовится грудка, отвариваем макароны. Выкладываем все на тарелку — вкусный калорийный обед готов.



Юрий Постригай

гребец-байдарочник,
олимпийский чемпион

Я питаюсь по голоду. Не толстею, не худею и отлично себя чувствую. Ем разнообразные продукты. Но если потреблять все вместе — первое, второе, третье и компот — организм не получает энергии, работает на износ. Поэтому я структурировал свой рацион так, чтобы продукты сочетались. Также я соблюдаю питьевой режим. Пью в день от 6 литров воды. Утренняя порция — самая большая, так как за ночь из организма уходит много жидкости и надо ее восполнить. Если организм «нераспитый», до такого объема воды нужно доходить постепенно. Чай, кофе, морсы, компоты — не в счет, все это является едой для организма.

Часто мы воспринимаем жажду как голод. Поэтому перед каждым приемом пищи я пью воду. Если выпить стакан воды, сразу поймешь, хочешь ты есть или нет. Питьевой режим — это ключик к здоровью. Когда вы начнете в день выпивать от 3,5 литров воды, ваш организм будет просить еще и еще, включатся обменные процессы, метаболизм станет гораздо лучше.

Мне нравится готовить, на сборы беру с собой мультиварку. У меня уже есть своя книга рецептов. Блюдо, которое лучше всего получается, — фаршированный перец.

Берем болгарский перец, аккуратно удаляем плодоножку с семенами, нарезаем сыр холуми, берем творожный сливочный сыр и кладем это в перец. Посыпаем сверху укропом и отправляем в разогретую до 180 °C духовку на 10–15 минут. Достаем, солим морской солью, и блюдо готово. Семья в восторге!

Екатерина Борискова

танцевальный клуб «Динамо»

У меня три основных приема пищи и один-два перекуса. На диете не сижу, количество калорий не считаю — при интенсивных тренировках они сгорают. Следить нужно, скорее, за режимом питания. Важно также много пить в течение дня — 1,5–2 литра воды, а иногда и больше. Все зависит от физических параметров человека.

В будни готовка у спортсменов, как правило, ночная. Чаще всего готовлю в выходные и сразу на неделю. Лучше всего удаются мясо, курица, запеченная с приправами и специями, морепродукты, тушеные с овощами, рыба. Еще люблю готовить креветки с соевым соусом.

Когда времени немного, можно приготовить лосось или кету со шпинатом. Потребуется стейк, 100 г шпината, 30 мл сухого белого вина, 150 г сметаны (20 %), 1 ст. л. французской горчицы, 1 ч. л. лимонного сока и 1 ст. л. оливкового масла, соль и приправы. Я использую прованские травы, там обязательно должен быть базилик и розмарин. Поджарить стейк, примерно по 2 минуты с каждой стороны, затем убрать, а на сковороду выложить оставшиеся ингредиенты. Все перемешать, тушить под крышкой пять минут, вернуть туда стейк, чуть-чуть потомить и добавить шпинат.

Незаменимая в команде

Динамовская фехтовальщица *Александра Забелина* стала первой в стране чемпионкой мира по фехтованию, с командой выиграла три Олимпиады, навсегда вписав свое имя в историю спорта. Скрамная девушка с железным характером и страстью к красивым платьям

ТЕКСТ // АЛЕКСАНДР ГОВОРОВ

Грезилa о гимнастике, но все решил случай

В детстве будущая чемпионка увлекалась гимнастикой, и ей многое удавалось. Однако случилась травма, и казалось, мечты о спорте так и останутся мечтами. Но, как это часто бывает в подобных ситуациях, помог случай. Паренек из соседнего двора позвал Забелину в секцию фехтования, которая как раз открылась в московском клубе «Юный динамовец». Дело в том, что у заслуженного мастера спорта и трехкратной чемпионки СССР по фехтованию на шпагах Раисы Чернышевой (старшей сестры знаменитого хоккейного тренера Аркадия Чернышева. — *Прим. ред.*), набиравшей детей к себе в секцию на стадионе «Динамо», было правило: каждый ученик должен привести с собой еще одного человека. Этим новым учеником и стала Александра.

Не прошло и нескольких занятий, как тренер заявила Забелиной, что видит в ней будущую чемпионку мира. Причем это было не просто мотивационным приемом, а реальной оценкой потенциала, которым обладала юная спортсменка. Вскоре ее перевели в группу Ивана Манаенко, с ним в то время мечтали работать все фехтовальщицы страны.

Советское фехтование тогда только завоевывало позиции на мировой арене. Катализаторами этого процесса выступали именно спортсмены «Динамо» во главе с Манаенко. Летом 1952 года сборная СССР впервые участвовала в Олимпийских играх. Фехтовальный турнир оказался неудачным, хотя сам Манаенко сумел добраться до полуфинальной стадии. Через четыре года в Мельбурне наши спортсмены уже разжились бронзовыми медалями в командном турнире саблистов. Среди медалистов был динамовец Яков Рыльский.

Однако настоящий прорыв случился на Играх в Риме в 1960 году при непосредственном участии Забелиной. Но это было потом, а пятью годами ранее Александра только начинала свой стремительный путь. Здорово проявив себя на соревнованиях внутри страны, юная спортсменка получила вызов в национальную команду и в 1956 году отправилась на чемпионат мира в Лондоне. Вместе с Виветтой Ягодиной, Эммой Ефимовой, Тамарой Евпловой, Валентиной Растворовой и Надеждой Шитиковой Забелина впервые в карьере стала чемпионкой мира. К слову, командный турнир в то время не входил в олимпийскую программу, поэтому специально для рапиристок организовали чемпионат мира в командном зачете.



**Александра
Ивановна Забелина**
(11.03.1937–27.03.2022)

- Заслуженный мастер спорта (1960, фехтование, рапира)
- Олимпийская чемпионка (1960, 1968, 1972 — команда)
- Чемпионка мира (1957, 1967 — лично, 1956, 1958, 1961, 1963, 1966, 1970, 1971 — команда)
- Серебряный призер чемпионатов мира (1961,

- 1966 — лично, 1959, 1962, 1967, 1969 — команда)
- Чемпионка СССР (1957–1959, 1962, 1968, 1972 — лично)
- Многократная чемпионка СССР (1958–1970) в командных соревнованиях
- Обладательница Кубка Европы (1966, 1967, 1969 — команда)

- В сборной команде СССР с 1956 по 1972 год
- Заслуженный тренер РСФСР (1986)
- Подготовила олимпийскую чемпионку по фехтованию на шпагах, заслуженного мастера спорта М. Мазину

ФОТО: МИА «РОССИЯ СЕГОДНЯ», ИЗ АРХИВА ОБЩЕСТВА «ДИНАМО»

В Париже потратила все суточные на платья и туфли

А еще через год на мировом первенстве в Париже она сотворила настоящую сенсацию, победив в личном первенстве. Это был первый успех в истории СССР в этом виде программы, а экспертам оставалось только пожимать плечами и восторгаться талантливой советской спортсменкой. Турнир по фехтованию проходил в те годы по круговой системе, поэтому для победы надо было провести не один десяток поединков. Соревнования, в которых участвовала и победила Забелина, завершились далеко за полночь, а большинство зрителей так и не дождалось финала, потому что на следующий день им надо было идти на работу. Журналистка Татьяна Колчанова рассказывала интересную историю о том, что происходило с Забелиной на следующий день.

Представители СМИ и простые болельщики ждали советскую чемпионку в конференц-зале. Всем хотелось посмотреть на девушку из Советского Союза, которая за один день стала знаменитостью. Александра предстала перед ними только во второй половине дня. Причем такой, что ее не узнал даже тренер сборной Иван Манаенко. Оказывается, проснувшись утром после победы, Забелина решила воспользоваться тем, что находится в Париже, и отправилась сначала в салон красоты делать прическу, а потом купила на все суточные платьев и туфель на высоком каблуке.

Журналисты во время разговора предложили спортсменке закурить — тогда это считалось невероятно модным. Александра не стала отказываться от сигареты, потому что хотела показать себя современной европейской девушкой. Ей хотелось, чтобы на Западе знали, что и в СССР люди следят за тенденциями в моде и культуре. Манаенко, увидев эту картину, буквально обомлел. Он-то знал, что его подопечная не курит и всегда соблюдает дисциплину. Забелиной пришлось объясняться, она не юлила и откровенно обозначила свою позицию. Манаенко оценил ее честность и не стал судить слишком строго. Довольно быстро эту выходку Александре простили.

Вообще, вся женская сборная СССР по фехтованию выделялась среди остальных тем, что была хороша не только на спортивных аренах, но и великолепно выглядела вне их. Чемпионка мира Надежда Арская, которая много лет провела рука об руку с Забелиной, вспоминает, как наших девушек встречали организаторы международных турниров. В 1958 году Забелина, к тому времени уже двукратная чемпионка

мира среди взрослых, взяла золотую медаль на юниорском чемпионате мира. Редкий случай в профессиональном спорте. Это золото также было первым в отечественном фехтовании.

Надежда Арская:

«Раньше не было такого многообразия соревнований, как сейчас. Только чемпионат мира, Кубок европейских чемпионов и турнир соцстран. В то время из-за «железного занавеса» нас толком никто не знал. Иностранцы, подверженные пропаганде, думали, что мы приедем поголовно в валенках и телогрейках. А мы приезжали в красивых туфельках и шикарной одежде. Например, Шура Забелина в холодное время года всегда была в каракулевой шубке. Относились к нам потрясающе. Если всех встречали на автобусах, то нас — на личных автомобилях. Нами восхищались не только потому, что мы почти всегда выигрывали, но еще и потому, что выглядели хорошо (*смеется*)»

Историческая победа

Следующим шагом должно было стать выступление на Олимпиаде в Риме в 1960 году. В Италию ехала молодая дерзкая женская команда, готовая принести славу стране. Несмотря на успехи на чемпионатах мира, сборная СССР по фехтованию не могла похвастать существенными достижениями на Олимпиадах, поэтому нашу команду воспринимали, скорее, как темную лошадку.

Забелина потом вспоминала, насколько ее поразила церемония открытия на «Стадио Olimpico», где летали вертолеты, играл военный оркестр и царил великолепная атмосфера. Колчанова в своей книге «Фехтование в лицах» записала монолог Александры Ивановны о ее Олимпийских играх. «Принято считать, что Олимпиада — это праздник. Миллионы людей в дни Игр прикованы к телевизорам, затаив дыхание, следят за их событиями. Тысячи людей готовятся к главным стартам четырехлетия — не только спортсмены и тренеры, но и модельеры, художники, певцы, композиторы, архитекторы, строители... И все это здорово, потому что создает атмосферу неповторимого по своему размаху и содержанию действия. Я человек эмоциональный, и на меня тоже внешние атрибуты Игр производили впечатление, все это осталось в памяти и живет во мне и сейчас. Но если говорить о том, чем наполнены Олимпийские игры, то мне близки слова поэта Роберта Рождественского: «Игры? Кто назвал игрою эти дни наперечет? Потом, нервами и кровью завоеванный почет», — вспоминала Забелина.

Перед Играми в Риме от женской сборной СССР ждали медалей, но говорили о них очень осторожно, стараясь не спугнуть удачу. Все шло отлично до стадии полуфинала, где нашу



Женская сборная СССР по фехтованию на рапирах: Галина Горохова, Светлана Баранова, Татьяна Самусенко, Валентина Прудскова, Валентина Растворова, Александра Забелина, 1964

команду ждала мощная сборная Франции. Поначалу девушки обменивались выигранными боями, а затем преимущество захватили французки. Причем судьи явно симпатизировали им, трактуя спорные эпизоды исключительно в их пользу. Тренер наших спортсменов Манаенко в какой-то момент не выдержал и потребовал прервать встречу и заменить арбитра. Споры продолжались несколько часов, в итоге судья пообещал быть внимательнее, а в помощь ему отрядили двух наблюдателей, что в конечном счете и помогло сборной СССР вырвать победу в этом тяжелейшем матче. В финале были повержены венгерки, и Забелина вместе с командой принесла женской сборной Советского Союза первое золото в истории турниров по фехтованию на Олимпиадах.

Очередные Игры, которые прошли в Токио в 1964 году, Забелина пропустила — спортсменка ждала ребенка. Но уже к Мехико-1968 снова была готова. Состав сборной СССР сильно обновился, в команду пришли молодые Елена Белова и Светлана Чиркова. Однако на уровне мастерства нашей дружины это не сказалось,

советские фехтовальщицы считались главными фаворитами Игр в командном турнире и оправдали выданные авансы. В финале им вновь противостояла сборная Венгрии, и вновь все закончилось уверенной победой команды из СССР.

Кошмар в Мюнхене и третье золото Игр

На момент выступления в Мехико Забелиной был уже 31 год. Вставал вопрос о продолжении карьеры и подготовке к очередному олимпийскому циклу. Александра все взвесила и решила идти на свою третью Олимпиаду. Для этого ей предстояло победить на чемпионате СССР, потому что только первое место открывало дорогу на Игры в Мюнхене. В итоге цель была достигнута, и Забелина поехала на Олимпиаду. К сожалению, в личном турнире ей снова не удалось себя проявить, как и на предыдущих Олимпиадах, за что прославленная спортсменка частенько себя корила.

Зато как же здорово она выглядела в командных турнирах! Там она отдавала все и делала порой даже больше, чем могла. Тренеры



К сожалению, в личном турнире Забелиной так и не удалось завоевать олимпийское золото, зато в командных она делала порой даже больше, чем могла

и партнеры в один голос называли ее лучшим командным бойцом. На Играх в Мюнхене она мечтала о третьем золоте, но та Олимпиада, к несчастью, запомнилась всем не только спортивными достижениями.

Праздник спорта в Германии был испорчен кровавым террористическим актом. Жизнь в Олимпийской деревне перешла на военный режим, а Игры и вовсе оказались на грани срыва. Соревнования постоянно откладывались. Нервы были на пределе. Забелина с ужасом вспоминала те дни. Хотя поначалу о трагическом исходе операции даже не сообщалось. Подробности выяснились только потом.

В конце концов организаторы приняли решение продолжить Игры, и турнир по фехтованию состоялся. Сборной СССР уже в который раз в финале предстояло сразиться с соперницами из Венгрии. Команда, куда, помимо Забелиной, входили Горохова, Белова, Самусенко и Чиркова, поначалу проигрывала. Но затем девушки собрались и выиграли. Главный вклад в победу внесла именно Забелина, выигравшая в командном турнире 14 из 18 боев.

Для Александры это заветное третье золото из-за кошмарных событий получилось самым сложным. Красивая точка в карьере была поставлена. За 17 лет в сборной она становилась обладательницей не только олимпийских медалей, девять раз выигрывала чемпионат мира и 23 раза побеждала на чемпионате Советского Союза. Несмотря на спортивные достижения и популярность, Александра вела очень скромную жизнь.

Однажды Забелину пригласила к себе на Рождество одна из итальянских фехтовальщиц. Ей хотелось показать советской подруге все красоты и достопримечательности Италии. Они ездили даже на горный курорт в Швейцарию и любовались видами Альп. Итальянка интересовалась жизнью коллеги и спрашивала, есть ли у той вилла, яхта, спортивная машина. Александра Ивановна отшучивалась, не могла же она признаться, что за долгую карьеру ей удалось приобрести лишь «Жигули», да и те со временем начали разваливаться. Как и многие спортсмены тех лет, Забелина не только не создала финансовой подушки, но в какой-то момент, чтобы

Поединок между Галиной Гороховой и Александрой Забелиной. Чемпионат СССР, 1966



Кубок европейских чемпионов. Сборная команда «Динамо», 1968

свести концы с концами, была вынуждена продать часть трофеев. Но любовь к стилю, красивой одежде осталась у нее навсегда, гардероб Александры часто становился предметом обсуждения ее фехтовальных подруг.

Блестящая тренерская карьера

После окончания спортивной карьеры Забелина перешла на тренерскую работу в родном «Динамо» и снова добилась успеха. Целый ряд ее учеников стали выдающимися спортсменами. К примеру, Мария Мазина стала олимпийской чемпионкой Сиднея в командной шпаге. Мазина и Юлия Гараева взяли бронзу в этом же виде на ОИ-1996 в Атланте, а Марина Соболева и Татьяна Фахрутдинова поднимались на высшую ступень пьедестала почета чемпионата планеты.

Надежда Арская:

«Перейдя на тренерскую работу, Шура воспитала замечательных девочек. Она ставила потрясающую технику своим ученицам и доводила ее до совершенства. Проблема в том, что раньше фехтовали только на рапирах. Ее девочки: Мария Мазина, Юлия Гараева, Таня Фахрутдинова — были сильными мастерами, но никак не могли пробиться в сборную. И тут в 1991 году появляется отдельный зачет в шпагах. Я тогда как директор клуба «Динамо» приняла волевое решение, чтобы ученицы Забелиной перешли на шпагу к тренеру Валентину Вдовиченко. Девчонки уже в 1996 году стали бронзовыми призерами Олимпийских игр, а в 2000 году Маша Мазина в составе команды выигрывает олимпийское золото. Шура сначала немного обижалась, но потом приняла это. Ей действительно было тяжело расставаться со своими ученицами, но, я думаю, в итоге решение было правильным. У Забелиной потом появились другие девочки, хотя не такие сильные. В любом случае можно смело говорить, что именно она воспитала Мазину и Гараеву»

Правда, девочки к тому моменту перешли от Забелиной к другому тренеру — Валентину Вдовиченко и стали чемпионками уже в фехтовании на шпагах. Дело в том, что в 1991 году международная федерация расширила программу фехтования и ввела отдельный зачет в шпагах, в связи с чем некоторые рапиристки решили попробовать себя в новой дисциплине. Тем не менее они справедливо считаются воспитанницами Забелиной, ведь именно она поставила им технику. С этим согласна и директор фехтовального клуба «Динамо» Надежда Арская.

Ее ученица Марина Соболева в интервью сайту «Зал славы отечественного фехтования» рассказывала, что Александра Ивановна всегда оставалась удивительно скромной и была готова прийти на помощь любому, кто в ней нуждался. «Я пришла к Александре Ивановне в 1984 году взрослой по совету Манаенко. К тому времени уже была чемпионкой мира среди юниоров и среди взрослых, но так случилось, что результаты пошли на спад. Своим трудолюбием, отношением к фехтованию и к жизни вообще Забелина меня заразила. В следующем году я стала чемпионкой СССР, а в 1986-м снова выиграла чемпионат мира. На тренировках Александра Ивановна отработывала каждое движение, мне казалось, что она спать ложится с этими мыслями, чтобы наутро прийти и сказать, что нужно делать. На соревнованиях после неудачного боя спрашивала: «Ты что, ее пожалела?» И всегда подбадривала: «Ты можешь!» Забелина — человек очень сильный, держала нас уже одним своим присутствием. К ней многие обращались за советом, и я не помню случая, чтобы она не помогла, всегда говорила что-то дельное».

В 2005 году имя Александры Забелиной включено в «Зал славы отечественного фехтования».

Прославленная чемпионка скончалась 27 марта 2022 года, ей было 85 лет. Восьмикратный чемпион планеты Алексей Якименко подчеркнул, что это большая утрата не только для нашего фехтования, но и для всего российского спорта. А четырехкратный олимпийский чемпион Виктор Кривошусов в интервью RT особо отметил ее человеческие качества: «Конечно, мы были с ней отлично знакомы. Александра — добрая, честная, отзывчивая и красивая женщина. Я ведь учился у этого поколения, когда еще не выступал за сборную СССР, а только пришел в фехтование. Оно уже тогда считалось звездным, а мы только начинали, но все равно работали все вместе в одном зале и плотно общались. Учился в том числе у Забелиной, набирался опыта. Забелина — целая эпоха». [📄](#)

Как московское «Динамо» стало лучшей волейбольной командой страны

Волейбольное «Динамо» переживает лучший период в новейшей истории. После десятилетия без больших побед команда начала лопатой грести трофеи. В сезоне-2020/21 — три титула из трех возможных! Казалось, удержаться на этой высоте нереально, но у ребят получилось

ТЕКСТ // ПАВЕЛ РЫЖКОВ ФОТО // РОМАН КРУЧЕНИН, ГЛЕБ САЛОВ

Сезон-2020/21 был настоящим космосом: увереннейшая победа в регулярном чемпионате (24 победы и два поражения), потом феерический «Финал шести». Между делом — Кубок России и Кубок ЕКВ (второй по значимости трофей в клубном европейском волейболе). Некоторые полагали, что команду неминуемо ждет кризис второго сезона. На динамовцев все настраивалось по-особенному. Да и конкуренты здорово усилились. Особенно это касается питерского и казанского «Зенита». Предварительный этап вроде бы подтвердил теорию: бело-голубые во втором туре чемпионата выиграли Суперкубок, но в итоге финишировали только третьими. Однако в решающей стадии все перевернулось: непростой полуфинал с Питером (3:1) и валидольный финал с новосибирским «Локомотивом» (3:2) — «Динамо» предельно собранно провело самые главные матчи сезона. И защитило титул.

В XXI веке это удавалось только «Локомотиву-Белогорью» Геннадия Шипулина и казанскому «Зениту» Владимира Алекно — командам-династиям. Возможно, теперь наступает эпоха «Динамо» Константина Брянского.

В чем секрет успеха?

Первое, безусловно, главный тренер Константин Брянский. Практически в каждом интервью динамовские игроки говорят об особой атмосфере, когда все в команде заточено на достижение победных результатов. Это не просто дружеский коллектив, где людям приятно общаться друг с другом. Волейболисты «Динамо» объединены одной целью — выигрывать. Всегда и везде.

Второе — подбор игроков. Если питерский «Зенит» — абсолютный чемпион по тратам на трансферном рынке, то «Динамо» в последние годы проводит образцово-показательную точечную селекцию, за которую отвечает спортивный директор Сергей Заиченко. В кратчайшие сроки ему удалось провести полную перезагрузку состава бело-голубых. В 2019-м по приглашению Заиченко в команду вернулся связующий Павел Панков, ставший настоящим лидером коллектива. Еще через год «Динамо» пополнили Ярослав Подлесных, Цветан Соколов, Вадим Лихошерстов и Антон Семышев. Болгарский диагональный до этого провел средний сезон в Казани, там же был и не имевший особой игровой практики Лихошерстов. Семышев не мог



**ВК «Динамо»
(Москва)**

**Чемпион СССР
1945–1948, 1951**

**Чемпион России
2005/06, 2007/08,
2020/21, 2021/22**

**Победитель
Кубка России
2006, 2008, 2020**

**Обладатель
Суперкубка России
2008, 2009, 2021**

**Финалист
Лиги чемпионов
2009/10**

**Обладатель
Кубка CEV
2011/12, 2014/15,
2020/21**



найти общий язык с руководством в Белгороде. В Москве же у Брянского ребята преобразились, став важнейшими игроками золотой команды.

Перед сезоном-2021/22 «Динамо» опередило остальные топ-клубы в борьбе за доигровщика сборной России Дениса Богдана. Теперь он, Подлесных и Семышев — ключевые доигровщики. Отпустив бельгийца Сэма Деру, бело-голубые освободили полноценное место под Лаури Кермина (по регламенту можно не больше двух легионеров), и финский либеро стал одним из украшений чемпионата. Такие попадания — симбиоз вдумчивой трансферной работы Заиченко и тренерских методик Брянского.

Наконец, третье. Павел Панков. Сердце и мотор команды. И ее капитан. По итогам всех финалов, которые были выиграны москвичами за два года, именно его признавали самым ценным игроком. И каждый раз это было заслуженно. Павел не только шикарный дирижер и один из лучших подающих в лиге — он тот самый человек, который может повести за собой, когда все идет не так. Панков лидер как в раздевалке, так и на площадке. И с ним совершенно новыми красками заиграли первые темпы — высоченные Лихошерстов и Илья Власов. Эти центральные наводят ужас своими быстрыми атаками из-под потолка. Но штука в том, что с другими связующими такого эффекта нет. На все 100 процентов они раскрываются только с Панковым.



Константин Брянский. Тренер-победитель

— Помните, как из «Новы» вас пригласили в «Динамо»?

— «Нова» из года в год прогрессировала. В декабре 2018-го шла на седьмом месте в чемпионате, а «Динамо» — в районе девятого-десятого. Но в самарском клубе возникли заметные проблемы с финансированием — платежная ведомость превышала возможности клуба. Это как раз совпало с приглашением из Москвы. И такой вариант стал выходом для всех. Я и несколько игроков перешли в передовой клуб с богатой историей, «Нова» облегчила финансовую нагрузку.

— Не смущали проблемы «Динамо» на тот момент?

Это сейчас команда выиграла два подряд чемпионства, а тогда плелась в середине таблицы.

— Я предполагал, что мы сможем добиться большего. Проблемы меня не смущают. Привык их решать, а не бояться.

— Что сказало руководство, когда по итогам того сезона вы заняли седьмое место?

— Это не то, на что рассчитывали. Но все понимали, что команда перестраивалась, я пришел только в декабре, и седьмое место стало логическим завершением того года.

Все видят только финал и медали. А вот сколько пота и крови пролито ради этого, знают единицы. Понимание полной картины приносит большое удовлетворение

— Сколько времени нужно тренеру, чтобы построить команду?

— А всегда индивидуально. Вот с «Динамо» у нас получилось за 1,5 сезона. В чемпионате-2019/20 мы закончили «регулярку» на четвертом месте, что уже было ощутимым прогрессом. Но сезон остался незавершенным из-за пандемии COVID-19. Мы готовились именно к решающим матчам, и кто знает, как бы все сложилось, если бы они состоялись.

— В футболе, бывает, тренера ставят перед фактом: мы купили новых игроков. Как шла работа над трансферами у вас? Кампания в 2020 году получилась топовой: Соколов, Подлесных, Лихошерстов, Семышев.

— Не так, что пошли на распродажу и набрали там команду. Была совместная работа менеджмента и главного тренера. Каждую кандидатуру подробно обсуждали, аналитическая группа отслеживала интересующих нас игроков. Серьезные приобретения требуют серьезного подхода.

— Но это же скорее редкость, когда сразу столько игроков так вписывается? Вадим и Цветан в Казани так не играли.

— Я бы еще напомнил, что Семышева мы приобрели только в сентябре, когда у него возникли какие-то проблемы с Белгородом. У Антона и со здоровьем было не все гладко. Это сейчас, оглядываясь назад, можно говорить, как хорошо он вписался. А тогда его переход вообще не выглядел однозначным. И вложить в него пришлось много.

— В 2020 году вы выиграли Кубок России и выглядели предельно спокойным. Хотя на тот момент внутренних трофеев у «Динамо» не было 12 лет.

— На самом деле были гордость и вместе с тем понимание, что мы на правильном пути. Но я четко видел, что команда, которая у нас сформировалась, способна на большее. Ведь чемпионат — это более сложная история.

— Но «Динамо» победило и там. Какие ощущения, когда команда набирает ход и выигрывает турнир за турниром: Кубок России, Кубок ЕКВ, национальный чемпионат?

— Гордость за ребят. Все видят только финал и медали. А вот сколько пота и крови пролито ради этого, знают единицы. Понимание полной картины приносит большое удовлетворение от проделанной работы.



— Весной 2021-го вы понимали, что следующий сезон будет тяжелее?

— Естественно. Если до этого мы были темными лошадками, то выходить в статусе чемпионов — совсем другое. Соперники настраиваются иначе. Они хотят победить, но при этом на них не давит груз ответственности, ведь если они проиграют нам, никто слова не скажет. А играя раскованно, порой выдаешь очень интересные матчи.

— В прошлом сезоне были чувствительные поражения. Это нервировало?

— Постфактум я могу рассказывать, что все было под контролем. Мы просто продолжали работать и шли от игры к игре. В сезон вошли тяжело, и этому есть ряд причин. В частности, больше половины основы играло в сборной. Сначала Олимпийские игры, потом чемпионат Европы. Вернулись они только в конце сентября. Уставшие и разобраные. Набирать приходилось уже в течение сезона. И к «Финалу шести», самому важному этапу, мы были на ходу.

— Выиграть золотой матч на тай-брейке — самое крутое, что может быть в волейболе?

— Для зрителя — да, супер. Финал стал настоящим украшением. Для тренера и команды пять партий — серьезная, изнурительная работа. Хотя золотые медали в итоге перекрыли вообще все. Трудности, потери. Мы же еще в де-

кабре в финале Кубка потеряли Илью Власова — одного из ключевых игроков. Пришлось полностью перестраивать игру, менять акценты. Преодолеть это все — наша общая большая победа.

— Вы, кстати, были в тренерском штабе на Универсиаде-2015, и в той сборной играли молодые Власов и Панков. Уже тогда было заметно, что они суперталанты?

— Они, безусловно, одаренные, но, поверьте, на одном таланте далеко не уедешь. Без работы он ничего не стоит. У ребят на данный момент все хорошо получается. Но это процесс. Нельзя останавливаться. Прекратишь подпитывать талант работой — встанешь.

— Вот у Власова был период спада. Несмотря на выдающиеся физические данные, он стал удаляться от сборной, не выделялся в клубе. Но последние два года Илья в полном порядке. Как удалось «перезагрузить» его?

— Мы не только много работаем, но и общаемся внутри коллектива. С каждым разговаривали, каждому был обозначен курс, по которому он может развиваться. Кому-то это дало толчок для совершенствования. Например, Илье. Команда — это вообще сложное сообщество. В ней могут играть выдающиеся таланты, но не давать результата. И наоборот. Важно создать именно коллектив единомышленников, чтобы игроки могли рассчитывать друг на друга в сложные моменты.

Идет слухок, будто «Динамо» может побеждать только в «Финалах шести». В этом сезоне будет плей-офф. И хочется доказать, что мы можем быть первыми в любом формате

— Панков выглядит так, будто ему от природы пред-назначено быть капитаном. Или он сделал себя таким?

— Трудно сказать, насколько в нас изначально заложены лидерские качества. Мне кажется, что характер, как и талант, оттачивается работой и верой в свои силы. Настоящими лидерами все-таки становятся, а не рождаются.

— Цветан Соколов после второго чемпионства сказал: «Да, Брянский жестковатый. Но это дает результат. А не за этим ли все мы собрались?» Понравилась такая характеристика?

— Я требовательный к деталям и стремлюсь, чтобы, выходя на работу, мы не говорили о ней, а выполняли. Жестковатость иногда состоит в том, чтобы мотивировать игрока на то, на что он не был настроен. Поэтому к подобным характеристикам я отношусь спокойно.

— Никогда не замечал, чтобы вы повышали голос на играх. Даже в критические моменты.

— Игра — это вершина айсберга. Огромный пласт работы мы выполняем в ходе тренировочного процесса. И истерические выпады в кульминационный момент бессмысленны. Эпизодически криком кого-то можно взбодрить, но на дистанции — не думаю.

— Ходят легенды про ваши тренировки в тренажерке. Правда, что даже сейчас работаете с более серьезными весами, чем многие игроки?

— Да, стараюсь поддерживать себя в форме. А у игроков просто нет задачи заниматься с предельными весами. Мы нацелены на другое. Если я, поднимая большой вес, травмируюсь, это не так страшно, как если бы то же самое произошло с игроком. Поэтому никакого соревновательного процесса у нас нет. Я состязаясь сам с собой.

— Какой у вас личный рекорд в жиме?

— 120 килограммов.

— Владимир Алекно, Геннадий Шипулин, Николай Карполь, вот вы. Есть какая-то закономерность, что больших успехов в тренерской деятельности добиваются те, кто, играя, не был суперзвездой?

— Не стал бы искать в этом закономерность. Бывает повсякому.

— Алекно выигрывал чемпионат 10 раз.

— Это достойно большого уважения.

— Для вас это вызов?

— Вызовы есть всегда. Но я соревнуюсь только со своим вчера. Хочу быть завтра лучше, чем сегодня. А насчет титулов, сравнения все любят. Но глобально все мы работаем в разных условиях, в разное время, а порой и по разным правилам.

— Можете ли представить, что сейчас, в стремительно меняющемся мире, всю жизнь проработаете в одном клубе?

— Ну, я уже работал в двух. Но могу сказать, что «Динамо» создает все условия, чтобы работать здесь можно было долго и плодотворно. И я благодарен за это. А загадывать или говорить лозунгами не считаю правильным. Все меняется. Приходят и уходят спонсоры, меняются векторы и концепция развития — никто не знает, что будет завтра. Но прямо сейчас меня все полностью устраивает.



Павел Панков. Идеальный капитан

— Конец сентября прошлого года. Позади Лига наций, серебро Олимпийских игр, Евро. С каким эмоциональным состоянием вы вернулись в «Динамо»?

— Был как выжатый лимон. Спасала только семья, которая сильно поддерживала морально. Но состоялся разговор с тренерским штабом. Говорили, что, несмотря ни на что, нужно готовиться к Суперкубку. В итоге выиграли его.

— Легендарный Сергей Тетюхин рассказывал, что после Олимпиад он до Нового года всегда играл на автопилоте.

— Что касается физического состояния, оно-то было неплохим. Я же большую часть лета не играл. Выдохся разве что морально. Тем более это были мои первые Олимпийские игры. Потом сразу чемпионат Европы. Эмоций потратил очень много.

— К тому же играли вы за эти четыре месяца в сборной по минимуму.

— Это правда. Было тяжело после такого сезона, когда мы все время побеждали, оказаться на скамейке запасных. Но это сборная, я отбросил все амбиции в сторону и полностью посвятил себя команде. Старался принести пользу своей поддержкой, выходами на подачу.

— Сколько времени вам потребовалось, чтобы полностью вернуться в привычный режим в клубе?



— Да весь сезон не было нормального режима. Потому что полноценной подготовки не получилось. Это сейчас мы готовимся постепенно, поэтапно. А тот сезон выдался безумно тяжелым. Спасибо тренерскому штабу и команде, что мы его все-таки выиграли.

— Позапрошлый сезон стал для «Динамо» золотым — выиграли все. А в декабре прошлого года проиграли Кубок России. Насколько это завело?

— Вы не представляете! Мы постоянно выигрывали, а тут бах — 0:3 в финале. Это оставило осадок. И мы сделали все, чтобы реабилитироваться в чемпионате.

— По ходу финала Кубка вы еще потеряли Власова. Константин Брянский сказал, что после этого пришлось перестраивать всю модель игры.

— Так и было. Потеря Ильи стала огромной даже в эмоциональном плане. Он для нас — полкоманды. Как никто, чувствует, когда кому-то что-то нужно подсказать, когда — завести. Про игру вообще не говорю: Власов в центре сетки — угрозу ощущают все. Мы не так часто играем через центр, но, если он на площадке, можно со спокойной душой разгружать края.

— Вы вместе играете с юношеских сборных России. Правильно понимаю, что из всех центральных именно с Власовым у вас наилучшее взаимопонимание?

— Так и есть. Больше того, я ему и в человеческом плане полностью доверяю. Он мой лучший друг.

— Когда Илья травмировался, на замену встал Белогорцев. Многие были уверены, что теперь вы точно просядете, однако Максим справился очень достойно. Вас это сильно удивило?

— Вообще не удивило. У нас в центре очень серьезная конкуренция, и каждый готов встать в состав. С Максимом игра пошла другая. Более скоростная. И в «Финале шести» он в центре несколько раз выловил на блоке соперников в ключевые моменты — тем самым многим все доказал.

— По ходу «Финала шести» Власов, который все еще восстанавливался, поддерживал команду со скамейки активнее и эмоциональнее всех.

— Это правда. И нам его эмоции и рев были просто необходимы. Они заводили команду. Илья был практически с нами на площадке.

— Первое чемпионство — вы лихо пронесли по сезону, и в «Финале шести» мало кто сомневался, что выиграет «Динамо». Прошлый год — тяжелейший, но удалось защитить титул. Где брать мотивацию на третий заход?

— Даже не представляете, какая у меня сейчас мотивация. Выиграть хочется даже больше, чем в первые два раза. Идет слухок, будто «Динамо» может побеждать только в «Финалах



шести». В этом сезоне будет плей-офф. И очень хочется доказать, что мы можем быть первыми в любом формате. Сейчас проходим полноценные сборы, все работают как никогда.

— **Как вы отреагировали, узнав, что новым главным тренером сборной будет Константин Брянский?**

— Обрадовался. Сразу набрал, поздравил. Но не сказать, что я удивился. Это напрашивалось. Какие могут быть варианты после двух чемпионств и такой игры?



Ярослав Подлесных. Всегда голодный до побед

— **Вы пришли в «Динамо», и команда сразу же выиграла два чемпионства. Это как-то связано?**

— Ха-ха. Да нет. Все зависит только от команды. В нашем виде спорта один человек не сможет сделать вообще ничего. Последние успехи — заслуга всей структуры «Динамо».

— **Почему после «Кузбасса» выбрали именно «Динамо»? На вас был спрос везде.**

— Выбор был непростым. Мне и в Кемерове все нравилось. Но я узнал, что многие из того чемпионского состава уходят в другие клубы. На фоне этого очень продуктивными получились разговоры со спортивным директором «Динамо» Сергеем Заиченко и главным тренером Константином Брянским. Они объяснили, что строится команда не на один сезон, а создается долгосрочный проект. Именно это перевесило все. Подобрались ребята примерно моего возраста, а мы еще достаточно молодые. Поэтому что-то уже выиграли и намерены продолжать дальше.

— **Голод до побед в команде, когда только пришли, ощущался? Ведь внутренних трофеев не было 12 лет.**

— Безусловно. Но, если честно, этот голод есть во всех топ-командах. В «Динамо» же мы находились в предвкушении чего-то серьезного. По комплектации было понятно, что у нас все хорошо.

— **«Динамо» — не самый богатый клуб страны, но выиграл два чемпионства подряд. Как объясняете?**

— Начнем с того, что премиальная часть у нас очень даже неплохая (*смеется*). Плюс в спорте далеко не всегда решают деньги. Я, например, на площадке вообще о них никогда не думаю. Мне просто безумно хочется побеждать.

Мы задали себе очень высокую планку и теперь настраиваемся на победу в любом турнире. Уверен, «Динамо» по силам выполнить все поставленные задачи

— **Выиграть Лигу чемпионов с нынешним клубом реально?**

— Абсолютно. Вспомните прошлый сезон. Я даже не про шесть побед в группе, а про игру. Там у нас она была на порядок лучше, чем в чемпионате. Ошибок практически не допускали. И к четвертьфиналу подходили полностью уверенными в себе. Тем более ответный матч у нас был в Москве. Мы точно навели бы шороху. Увы, российские команды отстранили на самом интересном...

— **Все говорят, что защищать чемпионство было гораздо сложнее, чем завоевывать первый раз. По этой логике следующий сезон будет еще тяжелее?**

— У меня такой логики нет. Каждый сезон непростой и непохожий на другой. Хочется защищать титул вообще всегда. Но какого-то особенного давления в этой связи я не чувствую. А вот мотивация — да. Обожаю побеждать, люблю волейбол. Таких эмоций, как на площадке, больше нигде не получишь. Тем более когда выигрываешь трофей. Ни за какие деньги такое не купишь.



Николай Ступаков. Центр принятия решений

— **Николай Валерьевич, главный тренер и игроки в один голос говорят, что успехи последних двух сезонов только разожгли в них желание побеждать. Как генеральный директор вы согласны с этим утверждением?**

— На все 100 процентов. Спорт — это азарт и постоянное движение. Любая остановка в развитии неминуемо приводит к поражению. Мы уверены, что наша команда еще даже не вышла на пик своих возможностей. Все ребята по-настоящему голодны до побед, которые, в свою очередь, достигаются каждодневной кропотливой работой.

— **Когда в декабре 2018 года команду возглавил Константин Брянский, была ли уверенность в том, что «Динамо» с ним вернется на вершину российского волейбола?**

— В тот момент у нас сложилось четкое понимание, что в команде назрели серьезные перемены. Тогдашние лидеры уже были не готовы бороться за самые высокие места, и наша позиция в турнирной таблице ярко отражала положение дел. Инициатива пригласить Брянского принадлежит нашему спортивному директору Сергею Заиченко, который уже тогда видел в нем большой тренерский потенциал. Обсудив ситуацию, мы решили, что в «Динамо» должен быть сформирован коллектив

амбициозных игроков, находящихся в самом расцвете спортивных сил и обладающих достаточным опытом. Данная концепция была одобрена президентом клуба Михаилом Васильевичем Шекиным, после чего началась работа по ее реализации. Пять титулов за два сезона — лучшее доказательство правильности нашего пути.

— **В сезоне-2021/22 порадовала еще и молодежка. Команда «Динамо-Олимп» оформила золотой дубль, выиграв чемпионат и Кубок Молодежной лиги.**

— Да, при этом команда под руководством Эдуарда Сенина сделала это, что называется, за явным преимуществом. Динамовская школа и молодежка традиционно одни из сильнейших в России. Наш капитан Павел Панков и либеро Евгений Баранов — воспитанники «Динамо», да и в других командах Суперлиги есть немало волейболистов, прошедших школу бело-голубых. За этими успехами также стоит серьезный труд тренерского штаба, игроков и сотрудников команды. Еще раз хотел бы поздравить ребят с удачным сезоном и призвать не останавливаться на достигнутом. Их главные матчи еще впереди.

— **Павел Панков говорит, что ему уже не терпится выйти на площадку. А вы также с нетерпением ждете старта сезона?**

— Конечно! Мы все соскучились по волейболу, и очень здорово, что в августе состоится Спартакиада сильнейших, на которой «Динамо» будет представлять сборную Москвы. Финальная часть турнира пройдет на нашей арене на улице Василисы Кожинной, и столичные болельщики смогут сполна насладиться игрой лучших волейболистов. К сожалению, российские команды не сыграют в Еврокубках, но клубный сезон в любом случае обещает быть насыщенным и интересным, а «Динамо» предстоит бороться за титул чемпиона России, Кубок и Суперкубок России. Мы задали себе очень высокую планку и теперь настраиваемся на победу в любом турнире. Уверен, что благодаря слаженной работе внутри клуба и поддержке спонсоров «Динамо» по силам выполнить поставленные задачи. [📌](#)

Звезда, влюбленная в «Динамо»

Очаровательная звезда театра и кино *Аглая Шиловская* совершенно точно была бы фаворитом конкурса «Миссис Динамо», если бы такой существовал. Она яркая, молодая, красивая. Старается не пропускать ни одного матча бело-голубых. Когда в Москве, обязательно идет на трибуны. Когда на съемках, смотрит с телефона. До сих пор переживает из-за проигранного Кубка России. Беседовали мы в понедельник, потому что в воскресенье играло «Динамо». «Торпедо» было повержено 4:0. Аглая пришла на разговор довольная

БЕСЕДУ ВЕЛ //// ПАВЕЛ РЫЖКОВ

Все началось с шаурмы

— **Вы и футбол. Как так получилось?**

— Я болею за «Динамо» с четырех лет. Именно тогда впервые попала на стадион. Сначала, правда, ходила за шаурму — ребенку это куда интереснее. Потом увлеклась. Все, конечно, благодаря папе (кинорежиссеру и сценаристу Ильи Шиловскому. — *Прим. ред.*). Вот он настоящий динамовский фанат. Был. В прошлом году его не стало... Когда мы вышли в финал Кубка России, в меня как будто вселился дух отца, потому что орать хотелось исключительно матом. Смотрела полуфинал по ходу очередных съемок — спряталась



Интересно было ходить на стадион с папой

ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА И ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

Чудо, что мне удалось так быстро влиться в динамовскую семью. Со мной здороваются ветераны. Это приятно!

в вагончике с телефоном. Стараюсь не пропустить матчи. Если уж совсем не получается, обязательно ищу обзор.

— **А как ваш папа начал болеть за «Динамо»?**

— Это смешная история. Маленьким он топил за ЦСКА. Но как-то армейцы проиграли «Динамо», и папа так расстроился, что стал болеть за них. Потом понял, что метаться — не очень перспективная история, и решил «закрепиться» тут. У меня и дедушка, Всеволод Николаевич, один из немногих в МХТ, кто болеет не за «Спартак», а за «Динамо». Это уже семейное.

— **Муж вашу страсть разделяет?**

— А он фанат ЦСКА. Так что дома у нас всегда зеленое поле. Но ЦСКА — это наши друзья. Когда-то встречалась с молодым человеком, он болел за «Спартак». Папа сразу сказал, что с ним у нас не получится. И был прав (*смеется*)!

Сценарии отца

— **Когда «Динамо» вылетело из Премьер-лиги, сильно переживали?**

— Больше — за папу. Хотя это был шок. Помню, шли с мамой по центру, висел огромный плакат «Динамо», и на нем написано: «Позор».

Но бросать болеть мы и не думали. Первая лига так первая. Знали, что вернемся. И вот теперь — бронза чемпионата и финал Кубка России.

— **На котором вы были на трибунах.**

— Даже на VIP! Однажды на вечере памяти Станислава Говорухина, в его картине «В стиле JAZZ» я в 2010-м дебютировала, мы общались со Львом Лещенко. И я ему сказала, что тоже болею за «Динамо». Он обрадовался и тут же позвал на игру. Там я со многими познакомилась. И было безумно приятно, когда руководство клуба потом пришло ко мне на спектакль.

— **Кто любимый игрок?**

— Очень нравится Арсен Захарян. Молодой, обаятельный и вселяющий надежду. И еще Константин Тюкавин. Импонирует эта парочка! Да и в целом у нас подобрались хорошие ребята. На свое столетие «Спартак» выиграл Кубок — о'кей. Но теперь 100-летний юбилей намечается



Дедушка тоже болельщик «Динамо»

у «Динамо», и пришла наша очередь брать трофей. Здорово сделать это на домашнем стадионе. Отец, кстати, им восхищался. Каждый раз говорил: «Это лучшая арена!» Мы всегда ходили на А306.

— **Самым обсуждаемым событием финала Кубка стало выступление МакСим. Вы поняли феномен ее «Знаешь ли ты»?**

— На фоне поражения мне как-то вообще было не до этого. Хотя Люсе Чеботиной еще тяжелее — петь для своих болельщиков после поражения очень непросто. Но это футбол. Даниил Фомин всегда забивал пенальти, а тут не получилось. Не представляю, что творилось у него на душе. Ему — только лучи поддержки.

— **Вы так ловко оперируете фамилиями футболистов. Слушаю и удивляюсь.**

— Я хорошо помню период, когда играли Данни, Кержаков и Воронин. Тогда тоже была классная команда. Но совсем плотно стала вникать в детали после того, как ушел папа. Наш последний поход на футбол с ним — игра с «Локомотивом». Выиграли 5:1. И мы так хорошо провели вечер, поговорили о каких-то глубоких вещах, что я теперь не могу и не хочу бросать это важное для него дело. Чудо, что мне удалось так быстро влиться в динамовскую семью. Со мной здороваются Сергей Степашин, ветераны. Мне это приятно.

Папа написал много сценариев — про Льва Яшина, Игоря Нетто, Эдуарда Стрельцова, Валерия Воронина. Да, не все они играли в «Динамо», но он привил мне огромное



Кадр из сериала «Ловушка для королевы»

уважение к тому поколению. Папа досконально знал историю. Убедена, придет время, и я реализую все его сценарии про футбол.

«Динамо»? Свой!

— **Что вам нравится в походах на стадион?**

— Огромная заслуга генерального директора Павла Пивоварова и всего руководства «Динамо», что сегодня футбол — это не только спорт, но и развлечение, праздник. Как же круто, что приходит столько детей и людей в возрасте. Недавно шла в кепке с буквой «Д». Навстречу мальчик на самокате в такой же. Подмигнули друг другу. Это как опознавательный знак.

— **Если вам, как Люсе Чеботиной, предложат спеть перед одним из матчей?**

— Это было бы огромной честью! Мы выиграем Кубок, а я пою We are the Champions — просто сказка. Лев Валерьянович, между прочим, хочет, чтобы у команды появился новый гимн — современный, молодежный. В этой связи есть определенные надежды на Егора Крида, который тоже болеет за «Динамо». У нашей команды вообще потрясающие фанаты. Вы знали, что за бело-голубых в свое время были Юрий Никулин и Евгений Леонов? Какая мощная компания! Обожаю этих актеров!

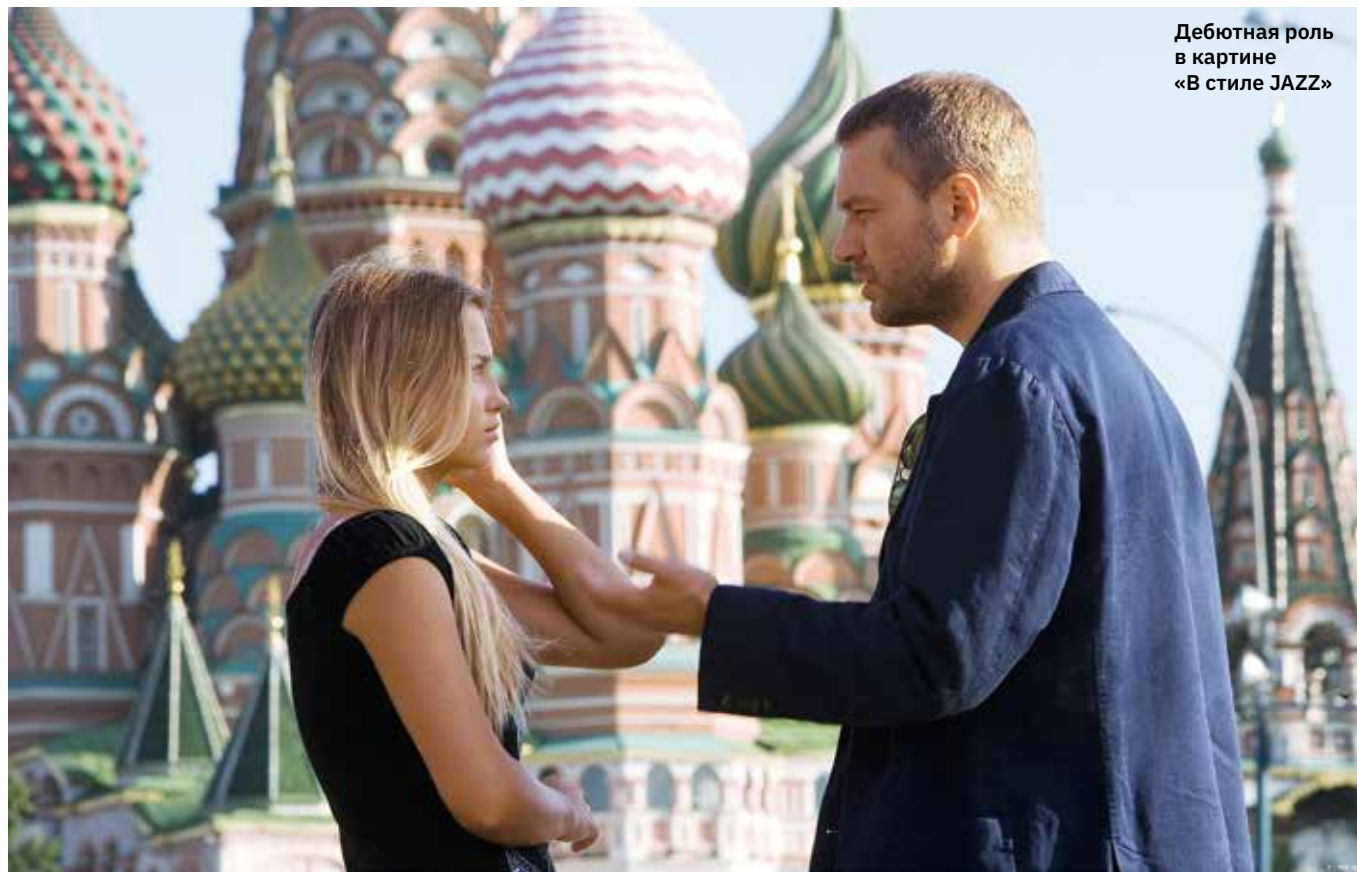
— **Как и все.**

— Кстати, история. Снималась сейчас в Гжели. Вдруг подходит какой-то дядечка и сочувственно говорит: «Вы, наверное, пропустили вчерашний матч из-за съемок?» Так и было. Не посмотрела игру с «Амкалом». Товарищескую, но все же. И тут он достает мне вымпел и магнит с той игры! В этот самый момент другой актер поворачивается ко мне: «Ты болеешь за «Динамо»? Правда? И я!» И давай обсуждать последние игры и новости. Остальные стоят, ничего не понимают. А мы буквально пять минут назад познакомились, но одно предложение — и все перевернулось. Потому что этот чувак свой, динамовский.

Большая победа на Первом

— **Победа на шоу «Три аккорда» на Первом канале — насколько это важное для вас достижение?**

— Очень! Как Кубок России для «Динамо» (*улыбается*). Дело в том, что за две недели до того, как меня туда позвали, умер папа. Во-первых, он почему-то всегда ждал, что меня пригласят в это шоу. Я не понимала, а он говорил, что там у меня получится раскрыться. Все-таки «Точь-в-точь», где я участвовала раньше, — немного другой формат. Во-вторых, отец всегда восхищался Александром Розенбаумом и мечтал, что когда-нибудь я исполню его «По снегу, летящему с неба». И именно ее я решила спеть в финале... Со мной в том сезоне были Елена Ваенга, Евгений Дятлов, Сергей Пенкин, и о победе я даже не задумывалась. Просто пела в свое удовольствие. И тут бац — Ирина Круг в финале дает мне джокера. Вот тогда я поняла, к чему идет дело.



Еще важный момент: там я познакомилась с самим Розенбаумом. Теперь с гордостью могу назвать его другом. Он меня не раз выручал. Если бы папа про это узнал, он бы обалдел!

— После победы было ощущение, что закрыли гештальт? Восемь лет назад вы не прошли слепые прослушивания в «Голосе», а теперь ходите на Первый как к себе домой, выигрываете музыкальные конкурсы.

— Абсолютно верно подмечено! Сейчас я на Первом действительно как дома. Знаю на канале уже, кажется, всех по именам, включая ребят, которые выдают микрофоны. А «Три аккорда» стали красивым завершением. После этого решила взять паузу с шоу. С одной стороны, это моя работа, с другой — постоянно в таком ритме непросто.

Но через месяц на меня сваливается Илья Авербух с предложением принять участие в «Ледниковом периоде»...

— А от такого не откажешься.

— Вот и я подумала, когда еще будет возможность покататься с олимпийскими чемпионами? Увы, там не пошло. Этот лед, падать больно — у меня ноги были просто синие. Плюс появились проблемы со здоровьем. И объективно: где я, а где, например, Федор Федотов, который снимался в «Серебряных коньках»?

Он суперски катался, а я первый раз встала на коньки. Мы изначально в неравных условиях. Это как сейчас спеть мне или прохожей с улицы. Макс Шабалин, чемпион мира и мой партнер, злился. Не понимал, почему не могу сделать какие-то простые, на его взгляд, вещи. Я объясняла: первое — мне 29 лет, второе — я никогда не каталась на коньках и третье — фишка этого шоу как раз в том, чтобы собрать людей, которые будут учиться с нуля...

Но все равно здорово, что оказалась в этом мире. У меня театр, кино, шоу-бизнес, и вот немного окунулась в «фигурку». Там своя вселенная. Безумно рада, что довелось познакомиться с Женей Медведевой. Даже была у нее на дне рождения. Невероятно талантливый человек. Они с Даней Милохиным вообще крайне милы и вызывали у меня примерно те же эмоции, как Тюкавиным с Захаряном.

Детство и счастье

— Я хорошо понимаю, что такое спортивная семья.

Тренировки с раннего детства, постоянные разговоры об очках, голах и секундах. А что такое актерская семья?

— Некоторые могут сказать, будто у меня не было детства. Но папа любил повторять: «А что в вашем понимании детство? Жечь нитки?» Так он называл ничегонеделание. Ну да, я особо не курила в подъездах. Но в целом мне давали свободу. Были поездки за город к бабушке и дедушке — там я отрывалась по полной. Вместе с тем уже в 15 лет училась в институте.

Я москвичка примерно в тысячном поколении. Родилась в центре и хорошо его знаю. Здесь каждый уголок с чем-то связан

— В 15?!

— Да, окончила школу экстерном и поступила в Щукинское училище. У меня было насыщенное детство. Приходилось где-то переступать через «не хочу». При этом вопрос «кем же я буду, когда вырасту?» не стоял. Потому что уже в четыре года играла в опере в Большом театре. Родители понимали, что предрасположенность к актерству есть. Но меня точно никто не мучил. Во время тренировок на «Ледниковом периоде» увидела, как девочка лет 8–10 едет и рыдает. Тренер, заметив мой ошалевающий взгляд, объяснил, что это нормально. А мне стало дурно. Разве так должно быть? Какое-то время говорила, что костями лягу, лишь бы ребенок не был связан с актерской профессией, теперь так же хочется сказать и про спорт. Хотя, если футбол и в «Динамо», то ладно (*смеется*). На самом деле, важно разглядеть талант. Популярно высказывание: «Главное, чтобы ребенок был счастлив». Но счастье — сложное понятие. Я, например, счастлива: мне платят деньги за то, что я делаю бы и бесплатно. Однако само по себе ничего не дается — ни голос, ни роли, ни голы. В любом ремесле, чтобы добиться чего-то, нужно вкалывать.

Голливуд

— Как любой футболист мечтает играть в Лиге чемпионов и на чемпионате мира, так и любой актер — в Голливуде?

— Сложно сравнивать. Нынешние тенденции в Америке меня настораживают. Вот взять «Оскар». Из последнего мне реально понравились только «Бердмен» и «Зеленая книга». Но в целом сейчас такие правила игры, что отдает заоблачным идиотизмом.

— Вы про излишнюю толерантность?

— Обязательно должен быть черный, лесбиянка, кореец — без этого набора «Оскар» не получить. А какое это имеет отношение к искусству? Вместо того чтобы думать над сценарием, людям приходится вспоминать, есть ли у них в сюжете гей. Получается, оценивается не твор-

чество, а следование каким-то негласным правилам. Мне, скорее, надо думать, как в своей стране достичь высот.

— У кого особенно хотели бы сняться в России?

— Очень сильно — у Валерия Тодоровского. Половину его фильмов знаю наизусть. Интересно было бы поработать с Жорой Крыжовниковым. Ну и в целом хотелось бы хорошего материала. В последнее время он редко ко мне приходит. Поэтому я жду своей роли. В музыкальном плане мне есть чем похвастаться. А в кино я пока еще не раскрылась.

Федор Михайлович

— Как только в поисковиках вбиваешь ваше имя, тут же выскакивают слухи про личную жизнь. В спорте такого нет.

— Да вы что! В этом смысле я чиста. Сравнить с другими людьми из шоу-бизнеса невозможно. Я же не разводилась, ни с кем не обсуждала личную жизнь подробно и публично. Да у меня даже соцсетей нет! Поэтому я максимально закрыта от всего. Так что тех, кто забывает в «Яндексе» «Аглая Шиловская с тем-то» или «Аглая Шиловская голая», ждет разочарование.

— Хотя была съемка для журнала Maxim.

— Это другое (*смеется*). Серьезно, все проходило под чутким руководством папы. Мы встретились с Александром Маленковым, главным редактором, и он предложил массу вариантов, как все можно сделать красиво. Когда еще оказываться на обложке таких журналов, если не в 23–24 года? В 70? Я была в отличной форме, и все получилось абсолютно не пошло. На любом пляже есть девушки в куда более откровенных купальниках. Даже дедушка сказал, что делать это именно так и в тот момент было правильно. В шоке была только бабушка (*смеется*).

— Вы как-то говорили, что любимый писатель — Достоевский. Да и называли вас в честь Аглаи из «Идиота».

— И моего мужа зовут Федор Михайлович!

— Сколько знаков в вашей жизни.

— Вы не представляете! Я еще переехала к нему из 78-й квартиры в 78-ю. Очень смешно получилось. При этом сейчас не могу сказать, что Достоевский мой любимый писатель. Он, безусловно, великий. Но на данном этапе мне ближе Михаил Булгаков.

— Страна, в которой мечтаете побывать?

— Скажу вам так: больше всего сейчас хочу побывать в Карелии и на Алтае. Когда мне показывают фото этих мест, дух захватывает. Такая красота! Но все никак не получается добраться.

— Мы живем в лучшем городе не планете?

— 100 процентов! Я москвичка примерно в тысячном поколении. Родилась в центре и хорошо его знаю. Каждый уголок связан с чем-то. Не могу представить, что должно произойти, чтобы я переехала в какой-то другой город мира.

— Как минимум, туда должно переехать «Динамо».

— Ха-ха. Это точно. Проезжая по улицам своего города, все время ловлю себя на мысли: какой же я счастливый человек, что живу именно здесь! [▶](#)



Юрий Никулин

Большой драматический актер и неподражаемый клоун, одно появление которого вызывало улыбку. Юрий Никулин был всенародным любимцем, а еще страстным болельщиком футбольного «Динамо»

Родился в небольшом городе Демидове Смоленской области. Его родители были актерами местного драматического театра, позднее отец основал свой мобильный театр «Теревьюм». Когда мальчику исполнилось четыре года, семья переехала в Москву. Любовь к актерскому мастерству проявилась у Юры еще в детстве. На сцене школьного драмкружка он проводил все свободное время.

В 1939 году ушел в армию, прошел Финскую, а потом и Великую Отечественную войну. Защищал Ленинград, пережил блокаду, освобождал Прибалтику. Был награжден медалями «За отвагу», «За оборону Ленинграда», «За победу над Германией».

По окончании войны Никулин подал документы во ВГИК, но председатель комиссии не обнаружил в нем актерского таланта и порекомендовал заняться чем-то другим. В итоге он поступил в студию клоунады при Московском цирке на Цветном бульваре. Отучившись, несколько лет работал ассистентом самого известного клоуна того времени Карандаша, затем сам стал звездой манежа, а с 1982 года — директором и художественным руководителем цирка.

Карьера в кино началась только в 36 лет. Никулин дебютировал в комедии «Девушка с гитарой», где обратил на себя внимание начинающего режиссера Леонида Гайдая. Тот сразу оценил чувство юмора и неповторимую мимику актера. Но Юрий Владимирович умел не только смешить. Режиссерам было понятно, что в нем есть и огромный драматический талант. Поэтому ничуть не хуже комедийных ролей зрители помнят его проникновенные образы в фильмах «Когда деревья были большими», «Чучело», «Двадцать дней без войны».

Помимо любви к цирку и кинематографу, у Юрия Никулина была еще одна — любовь к «Динамо». Он регулярно посещал матчи футбольной команды. Демобилизовавшись с фронта, первым делом поехал с отцом на стадион — пропустить игру со «Спартаком» казалось невозможно!

В декабре 2021 года в честь 100-летия Никулина болельщики «Динамо» развернули на трибуне огромный баннер с изображением актера.

Создатели оксфордской «Энциклопедии кино» внесли имя Юрия Никулина в список «Великих комиков мира». [Д](#)



Перед матчем «Спартак» — «Динамо». СК «Олимпийский», 1987

Слышать смех — радость.
Вызвать смех — гордость
для меня

Если каждый из нас сумеет
сделать счастливым другого
человека, хотя бы одного,
на земле все будут счастливы

Больше всего в жизни
не люблю жадность,
ложь и подлость

Слабый всегда уступает
дорогу сильному, и только самый
сильный уступает дорогу всем

Будьте самоучками, не ждите,
пока вас научит жизнь

Никогда не мстите подлым
людям. Просто станьте
счастливыми. Они этого
не переживут

Я буду счастлив, если обо мне
потом скажут: «Он был добрый
человек». Это не значит, что
я всегда добрый. Но доброта —
на первом месте

Часто вспоминаю слова Карандаша:
«Влезть на гору легче, чем потом
на ней удержаться»

Я человек неприхотливый, мне очень
мало нужно для счастья. Как-то на улице
одна женщина кричала: «Какое счастье!
Купила копченой колбасы по десять
рублей!» У нее на лице было настоящее
счастье! И я был счастлив, глядя на нее

Некоторые не выдерживают, когда над
ними смеются. Но я мечтал об эстраде

Много доброго можно сделать,
если у тебя хорошее настроение

В каждой профессии должен быть
элемент поэзии. Люди, которые любят
поэзию, становятся благороднее

МОЕ ЛЮБИМОЕ ЗАНЯТИЕ — ЖИТЬ

Счастье — это очень просто. Я утром
встаю. Мы с женой пьем кофе.
Завтракаем. И я иду на работу в цирк.
Потом работаю в цирке. Вечером
возвращаюсь домой. Мы с женой
ужинаем. Пьем чай. И я ложусь спать



В память
о знаменитом
болельщике

ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



Хоккей на траве не попадает у нас в первые строчки спортивных новостей, несмотря на то что входит в олимпийскую программу и пользуется в мире большой популярностью. Правда, в «Динамо» на него обратили внимание еще в конце 90-х. Сегодня динамовские команды успешно выступают в Суперлиге и обеспечивают игроками сборную, а также растят себе достойную смену. О том, как это происходит в Татарстане, рассказывает тренер Людмила Юшкова

БЕСЕДУ ВЕЛА // ЕКАТЕРИНА ОВЧАРОВА

ФОТО // ЛЮДМИЛА ЮШКОВА

Людмила Юшкова со своими воспитанницами



Нас в городе все знают

— Недавно вы со своими девочками вернулись со Спартакиады учащихся. Награды привезли?

— Конечно! Команда 2006 года рождения выиграла серебро. В финале сыграли 0:0 с «Динамо» (Электросталь), но по буллитам проиграли. У нас с ними давнее соперничество, то они оказываются сильнее, то мы.

— Расскажите о вашей школе: сколько детей в ней занимается, какого возраста?

— Про общее количество детей сказать трудно. Кроме хоккея на траве, в школе олимпийского резерва «Динамо» есть и футбол, и тяжелая атлетика. Непосредственно у меня занимается около 80 девочек. Набираем в основном с семи лет, а в 18 их «забирает» Суперлига, то есть профессиональные клубы.

— Какой процент выпускников попадает в Суперлигу?

— Где-то 50 %. У нас есть еще училище олимпийского резерва. Некоторые девочки поступают в училище и начинают играть в Суперлиге. Например, моя старшая дочь с 16 лет выступает в Суперлиге и сборной.

— Сейчас как раз время набора. Как он проходит?

— Набираем детей в Казани и Зеленодольске. Непосредственно моя группа тренируется в течение года в Зеленодольске, а в Казань выезжаем на игры и летом. Зеленодольск — город небольшой, нас все тут знают. Раньше объявления развешивали, теперь в этом нет необходимости. Больше всего обычно приходит восьмилетних, они уже годик-другой позанимались плаванием, танцами и потом — к нам. Семилеток достаточно много, а вот маленьких, шести лет, мы берем не всех, смотрим, чтобы были шустрые, координированные. В этом году хочу поэкспериментировать — взять несколько пятилетних ребят.

— Давайте уточним. Вы набрали пятилеток. Они будут тренироваться со всеми вместе или со своим тренером?

— Специального тренера для маленьких детей нет. Каждый набирает себе группу и ведет ее до выпуска.

— А когда уже поздно начинать заниматься?

— 10 лет — это предел. Старше мы берем только в том случае, если ребенок до этого посещал спортивную секцию.



— Бывает, что к вам в школу приезжают из других регионов?

— Редко, но бывает. Вот сейчас у нас занимаются две девочки из Краснодара и две из Питера.

— В школе есть интернат?

— Нет, девочки из Краснодара несколько месяцев у меня жили, потом поступили в УОР, туда, как в любой другой колледж, берут с восьмого класса. А питерские младше, одна приехала с бабушкой, другая — с мамой. Снимают здесь квартиры. На следующий год тоже будут поступать в УОР.

— Чтобы семья переехала в другой город ради занятий ребенка, должны быть очевидные перспективы.

— Они вполне очевидны. Уже с 14 лет ребенок получает стипендию, если его команда входит в тройку, ему заводят карточку, перечисляют деньги. Попадаешь в Суперлигу — там хорошая зарплата, поездки за рубеж. Все официально, по контракту, стаж идет. К тому же играть в нашем виде спорта можно достаточно долго, некоторые почти до 40 лет выступают. Не то что в футболе. И попасть в хоккей на траве гораздо проще, чем в футбол или в волейбол, — нет большой конкуренции. В нашем виде спорта есть уникальный игрок Надежда Чергурдаева, она входит в Книгу рекордов России как самый возрастной спортсмен в игровых видах.

Начали заниматься — учеба пошла в гору

— В хоккее на траве особый хват. Детям сложно его освоить?

— У детей все происходит быстро. Некоторые сразу хватают клюшку — и вперед, как будто они с пеленок в хоккей на траве играли. Кстати, наш вид спорта способствует интеллектуальному развитию. Вот этот самый хват, когда правая рука снизу, а левая сверху, задействует оба полушария мозга. Многие родители отмечали, что после того как ребенок стал заниматься, учеба пошла в гору, внимание и память улучшились.

— Как быстро удается найти ребенку место на площадке, понять, какое амплуа ему ближе?

— Обычно мы с этим определяемся к 10–11 годам. Тогда уже понятно, кто быстро бежит, кому нравится забивать, а кому защищаться и т.д. Но иногда и позже меняем игроков местами. Однажды был матч, где мы вели с очень большим преимуществом. И девочкам стало уже неинтересно. Тогда я взяла и поставила защитников в нападение, а нападающих — в защиту. Одни спокойно заиграли, а другие начали проситься обратно на свое место.

— А как выбираете вратаря?



Мяч

Твердый с гладкой поверхностью. Окружность от 22,4 до 23,5 см; вес от 156 до 163 г. Сделан из прочного пластика. Сердцевина представляет смесь пробковых опилок, каучука и вяжущего химиката. Цвет обычно белый, но могут использоваться и другие расцветки, контрастные к поверхности поля

— Как правило, в воротах у нас играют девочки крупненькие. Родители приводят дочь, говорят: она, конечно, не для спорта, но, может, попробуете? А дочь оказывается отличным вратарем. Да, бегать ей трудно, однако у нее хорошая реакция, координация. Вратарь должен видеть поле и подсказывать игрокам, кому куда бежать, то есть голова должна соображать. Не зря же считается, что вратарь — это почти полкоманды.

— Что включает в себя физподготовка?

— С физподготовкой у нас все отлично. Девочки сначала идут к тренеру на растяжку минут на 40, а потом ко мне на тренировку. Без хорошей разминки запросто можно получить травму. Кроссы, конечно, бегаем — на поле одного владения клюшкой мало, там большая беговая нагрузка, надо к ней подготовиться.

— А в тренажерный зал ходят?

— Маленькие нет, только взрослые.

— Теоретические занятия с детьми проводите?

— А как же, она очень важна. Теория у детей начинается с 10 лет. Девчонки берут ручку, блокнотик, все записывают. Я беру доску и на ней им все объясняю. Ошибки так же разбираем.

В России на всю страну десять полей

— В каких соревнованиях ваши воспитанники принимают участие?

— Для самых маленьких проводят всероссийские соревнования «Смена», для детей постарше — «Подросток», потом «Травушка». А с 14 лет мы уже участвуем в первенстве России. Дальше — чемпионаты России по возрастам. Еще бывает Спартакиада учащихся и молодежи.

— Возможно, сейчас не совсем актуальная тема, но все же — в международных соревнованиях дети участвуют?

— Непосредственно мои девочки — нет. А вот когда старшая дочь занималась, ее команда часто летала на турниры в Испанию. И между прочим, призовые места занимала. Мальчишки были в Индии и на чемпионате Европы, тоже с медалями возвращались. Но уже несколько лет мы никуда не ездим — сначала пандемия, а теперь санкции. В данный момент играем с белорусами, у них довольно сильные команды, и парни и девушки. — Читала, что в мире хоккей на траве очень популярен. А у нас он почему-то аутсайдер.

Попасть в хоккей на траве гораздо проще, чем в футбол или волейбол, — нет большой конкуренции





— За границей он невероятно популярен, особенно в Бельгии, Нидерландах, Германии. И в теплых странах, конечно. Занятия платные, иногда стоят так дорого, что отдать детей в секцию могут только состоятельные люди. Игры проходят при полном аншлаге, билетов не купить. Ну и полей там очень много. В Нидерландах, например, в одном городе может быть десять. А у нас на всю страну десять.

— **Так дело в полях?**

— Ну поля действительно очень дорогие. Для хоккея на траве нужно особое покрытие, особый ворс. Поэтому и хоккей у нас развит далеко не везде. Играют в Москве, Питере, Казани, Электростали, Барнауле, Перми, Екатеринбурге, Крымске, Волгодонске, Азове. Вот, пожалуй, и все.

— **Про свою базу расскажите: какие на ней условия?**

— В холодное время года тренируемся дома, в Зеленодольске, в школьном спортзале. А еще у нас есть спортивный комплекс «Маяк» с резиновым покрытием. Летом, как я уже говорила, ездим в центр хоккея на траве в Казань. Там два поля, каждое с системой полива, раздевалки, трибуны — вся необходимая инфраструктура.

— **Много зрителей приходит на игры?**

— Это большой вопрос. На наши соревнования приходят в основном родители, бабушки, друзья. А вот на матчи чемпионата России действительно приходит много зрителей. В Казани собирается полный стадион.



Некоторые сразу хватают клюшку — и вперед, как будто они с пеленок в хоккей на траве играли

Ушла из банка и ни капельки не жалею

— **Как вы сами пришли в хоккей на траве?**

— Я никогда не играла. Я работала в банке.

— **Что?!**

— В банке. Ездила с командой дочери, которая занималась хоккеем на траве. В какой-то момент их тренер Анна Евгеньевна Удрас, она сейчас в Москве работает, предложила мне попробовать себя в роли тренера. Я свою работу бросать даже не думала, поэтому отказалась, а потом решила, получила педагогическое физкультурное образование и вот уже восьмой год занимаюсь с девочками.

— **Невероятная история! А почему она вам предложила стать тренером?**

— Я, когда ездила с ними на игры, не могла удержаться, кричала, кому куда бежать, что делать.

— **То есть делали то, за что родителей обычно ругают?**

— Нет, я же не лезла со своими советами. Но я видела и понимала, что можно изменить в игре.

— **И вам это было настолько интересно, что вы пошли учиться на тренера?**



Основные составляющие клюшки — ручка (рукоятка) и крюк.

- С левой стороны поверхность плоская, с правой — овальная
- Игровая сторона — вся плоская часть и та часть рукоятки, которая находится над плоской частью
- Крюк изогнутый и не может быть окантован, не может иметь металлические вставки, расщепления и заостренную форму

- Максимальная длина крюка — 10,2 см
- Изгиб — не более 2,5 см
- Длина клюшки обычно составляет 85–90 см
- Ширина — 5 см

Клюшки изготавливают из синтетических материалов. Общий вес клюшки не должен превышать 737 г



— Ну, во-первых, это не так долго и не так сложно. У меня же было одно высшее образование. Второе — фактически переподготовка. Я училась всего полтора года. Меня очень поддержал муж, он директор школы олимпийского резерва по спортивной гимнастике. Его воспитанники на Европе первые места занимают. Думаю, он видел, что это мое. И я правда ни капельки не жалею.

— **У вас, получается, вся семья спортивная?**

— Почти вся. У меня четверо детей. Две дочери в спорте, а еще одна дочь и сын увлекаются музыкой.

— **Вторая дочь, которая в спорте, чем занимается?**

— Тоже хоккеем на траве. Ей девять лет, тренируется с шести. Сейчас уже ездит на турниры со взрослыми, даже забила на соревнованиях «Смена» и «Подросток». Надеюсь, со временем станет отличной нападающей.

— **Скажите, в нынешней ситуации, когда наш спорт под санкциями, не будет ли у детей меньше мотивации им заниматься?**

— Нисколько. К нам же дети приходят маленькие, им не поездки за границу интересны, а спорт сам по себе. Даже те, кого родители за руку привели, поиграют раз-другой, и просыпается азарт. Малыши беззаботные, у них глаза горят не «потому что», а просто так. Им лишь бы были соревнования. Иногда в первый день уже спрашивают: когда у нас соревнования? Я говорю: вот когда клюшку научитесь держать, тогда и будут. Так



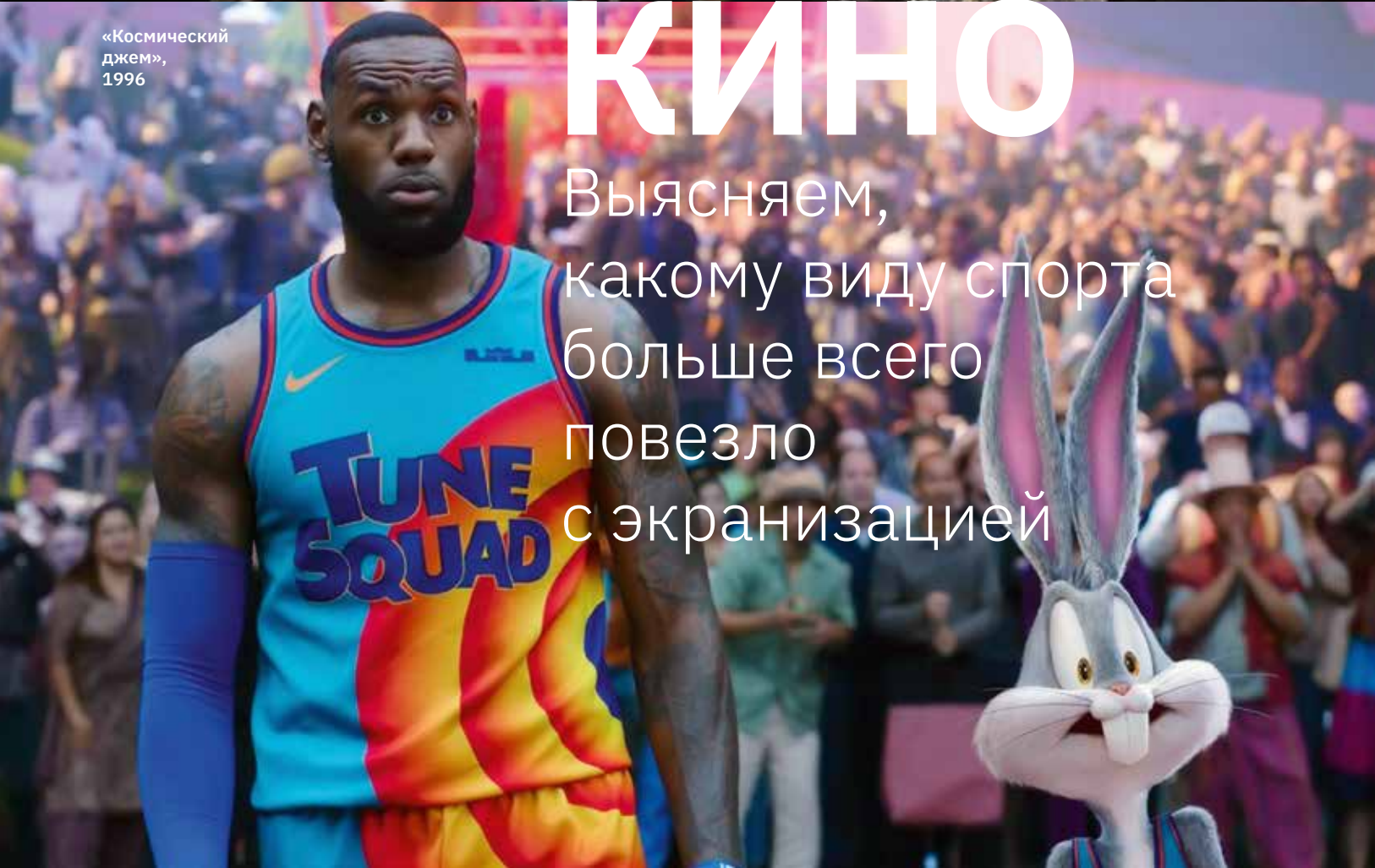
что не думаю, что это скажется на детях. Другое дело — профессиональные спортсмены, которые сейчас остались без стартов, без конкуренции, вот им тяжело.

— **Какие у вас цели как у тренера?**

— Мне хочется, чтобы как можно больше воспитанников попало в Суперлигу и сборную. А еще — вырастить хороших девонок. Пусть они и не будут выступать на высоком уровне, но станут самостоятельными, успешными, без вредных привычек. Я им даже сама говорю: «Девочки, как же я вами восхищаюсь. Каждый день приходите на тренировку, когда все кругом гуляют с пацанами, торчат в подъездах, курят, пьют». Нет, их это вообще не интересует. Девочки, которым сейчас 16 лет, — мой первый набор, стипендию получают. Одна рассказывает: я решила на ипотеку откладывать, хочу свою квартиру. Другая на машину копить собирается. У них какие-то свои серьезные цели. Поэтому больше всего хочется вырастить хороших детишек и чтобы у них в жизни все удачно сложилось. Старшим девчонкам советую ребят брать из спорта. Когда у людей одно дело, они лучше понимают друг друга. И ходить далеко не надо — в команде по хоккею на траве есть замечательные мальчишки. Моя дочка уже девять лет встречается с парнем, он тоже в Суперлиге играет. Они с 14 лет вместе, при этом каждый своим делом занят. Так что здесь и вторую половинку найти можно. Вот такие вещи даже важнее, чем спорт. [Л](#)



«Живая
сталь»,
2011



«Космический
джем»,
1996

МАГИЯ КИНО

Выясняем,
какому виду спорта
больше всего
повезло
с экранизацией

Спорт — это состязание. Так почему бы не устроить его среди *спортивных фильмов*, чтобы понять, какая дисциплина заслуживает звание короля экранизаций? Разумеется, составить предельно объективный рейтинг невозможно. Сайт «Кинопоиск» на запрос «спортивный фильм» выдает 1963 результата

ТЕКСТ // РУСЛАН БАКИДОВ

Анализ всевозможных топов на тему «Лучшие спортивные фильмы всех времен» показал, что чаще всего туда входят картины о боксе, баскетболе, американском футболе и бейсболе. Поскольку бейсбол наименее понятная для нашего зрителя игра, фильмы о нем в конкурсе не участвуют. К тому же по старой спортивной традиции лидеров должно быть три. Теперь определим критерии, по которым сравнивались дисциплины, и принцип начисления баллов.

По одному баллу будет начисляться, если:

- фильм снят выдающимся режиссером;
- фильм топовый и при этом основан на реальных событиях;
- фильм получил престижную награду («Оскар» и «Золотой глобус»);
- в фильме креативно обыграна спортивная тема.

Бокс

Выдающиеся режиссеры

Клинт Иствуд — икона американской поп-культуры. Немногословный блондинчик в пончо, чьего мула лучше не пугать (ведь перед животным придется извиняться, иначе пуля в лоб), брутальный коп по имени Гарри, ворчливый старик с непробиваемыми принципами и стильным маслкармом в гараже — Иствуд подарил миру множество запоминающихся образов. А в один прекрасный день решил, что и сам хочет покричать на коллег по актерскому цеху. Итог — десятки блестящих картин и два режиссерских «Оскара». Один из них — драма «Малышка на миллион» (2004). История об упертой официантке, напросившейся в ученики к старенькому тренеру по боксу, покорила зрителей, критиков и академиков, раздающих «Оскары». Если бы это был просто фильм о людях, любящих прыгать на скакалке в пыльном зале и дубасить друг друга на ринге, зрители позабыли бы его на полпути из кинотеатра домой. Но «Малышка



«Али»,
2001

ФОТО: ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



«Малышка на миллион», 2004

«Малышка на миллион» — это высказывание умного человека на важную тему: даже если нам не суждено победить, мы всегда можем проиграть на собственных условиях

на миллион» — это высказывание умного человека на важную тему: даже если нам не суждено победить, мы всегда можем проиграть на собственных условиях.

Еще один маститый кинодеятель, решивший покружить с камерой вокруг боксерского ринга, — Рон Ховард. Он отправлял загрированного Джима Керри похищать Рождество («Гринч — похититель Рождества»), запускал Тома Хэнкса в космос («Аполлон-13») и сводил с ума Рассела Кроу («Игры разума»). Ну а в 2005-м свет увидела его спортивная драма «Нокдаун». Пожалуй, одна из лучших картин нулевых о втором шансе. Успешный некогда боксер Джеймс Брэддок (Кроу) во времена Великой депрессии лишился всего, кроме обаяния, стойкости и горячего желания сохранить семью. Благодаря этим качествам и капельке удачи Брэддок возвращается в бокс и в главном поединке завоевывает чемпионский титул. Рон Ховард мастерски играет на чувствах зрителей, которые всегда сопереживают героям, потерпевшим крах, но не позволившим себя сломить.

Чтобы убедить самых распоследних скептиков, что боксу повезло с постановщиками, назовем еще одно имя — Мартин Скорсезе. Да, у Маэстро всего один «Оскар», но мало кто усомнится, что Скорсезе в числе величайших

режиссеров современности. В 1978 году Роберт де Ниро предлагает ему снять фильм о боксере Джейке ЛаМотте. И хоть Скорсезе никогда не любил картины о спорте, помявшись, он принимает предложение. И выдает очередной шедевр — «Бешеный бык». О природе насилия. Человеческой боли. Бронксе 40–50-х годов. И конечно же, о боксе.

+3 балла

Реальные события

В боксе всегда хватало ярких противоречивых личностей, чья жизнь складывалась так, что лучшие режиссеры планеты, узнавая о ней, вскрикивали: «Я просто должен снять об этом парне фильм!» ... а потом с удивлением обнаруживали, что кто-то этим уже занимается. К примеру, жизнь Мухаммеда Али удостоилась сразу нескольких экранизаций (в одной из них, картине «Величайший» 1977 года, прославленного боксера играет... он сам). Самой же известной художественной картиной о легендарном боксере является «Али» Майкла Манна. Фильм не стал прорывным, но исполнитель титульной роли Уилл Смит так вжился в образ, что зрители видели в кадре именно Али, а не «того забавного парня из «Людей в черном».

В фильме «Боец» Дэвида О. Рассела рассказывается реальная история о боксере Микки Уорде, который в перерывах между боями укладывал асфальт на улицах родного Лоуэлла. И не в рамках благотворительной акции или пиар-кампании — это был его способ заработать на жизнь до момента, когда он стал претендентом на чемпионский титул.

А трагичная судьба Рубина Картера, осужденного на три пожизненных срока, но добившегося пересмотра дела и освобождения, вдохновила режиссера Нормана Джуисона на съемки картины «Ураган». И хоть ленту критиковали за искажение фактов, Дензел Вашингтон блестящей игрой вытянул фильм и придал ему статус культовой спортивной драмы.

Прибавляем к списку уже упомянутые в другой категории картины «Нокдаун» и «Бешеный бык» и получаем на выходе

+5 баллов

Награды

Вот и настало время доставать боксерский козырь. «Рокки». Самая известная и успешная спортивная драма всех времен, чей заработок в мировом прокате в 200 раз превысил производственные затраты. Картина запустила карьеру Сильвестра Сталлоне, обзавелась кучей продолжений и даже парой спин-оффов, а еще завоевала три «Оскара». А теперь накидываем в общую кучу «Оскар» от «Малышки на миллион», «Бойца», «Бешеного быка» и по «Золотому глобусу» от «Урагана» и «Крид: наследие Рокки».

+6 баллов

Креативный подход

Боксу подфартило и в этой категории. В 2011-м в прокат выходит фантастическая лента Шона Леви «Живая сталь», события которой разворачиваются в недалеком будущем. По сюжету фильма бокс признан слишком жестоким видом спорта, и теперь по рингу прыгают роботы, управляемые людьми. А бывшие боксеры вынуждены как-то приспособиться к новым реалиям. У главного героя Чарли Кентона (Хью Джекман) это выходит не то чтобы хорошо. Еще хуже у него получается найти общий язык с внезапно появившимся сыном. Шон Леви снял трогательный семейный фильм, интересно обыгрывающий боксерскую тематику.

+1 балл

Американский футбол

Выдающиеся режиссеры

В этой категории американский футбол представлен только одним именем. В 1999 году «поиграть в мяч» решил не абы кто, а Оливер Стоун, обладатель двух режиссерских «Оскаров». До этого он в основном снимал политические триллеры и антивоенные драмы, но в преддверии нового тысячелетия решил отдохнуть от высказываний на серьезные темы. Картина «Каждое воскресенье» действительно выглядит... «по-воскресному». Слово режиссер снимал его по



«Вспомни титанов», 2000



«Каждое воскресенье», 1999

выходным, чтобы отвлечься от будничных размышлений о том, «куда же катится Америка». В его ленте по-прежнему много ярости, энергии и драматизма, но до «Вьетнамской трилогии» «Каждое воскресенье», конечно же, не дотягивает. Да и в самом жанре спортивной драмы фильм Стоуна о тренере, пытающемся вернуть былое величие своей команде, ничем не выделяется. Главный плюс картины — прекрасная актерская работа Аль Пачино. Мотивационная речь, которую произносит его герой перед своей командой ближе к финалу, стала куда популярнее самого фильма.

+1 балл

Реальные события

Александрия (штат Вирджиния), начало 70-х. Расовая сегрегация еще не канула в Лету, но местные власти решают объединить две школы: для белых и чернокожих. Помимо прочего это означает, что представители двух рас впервые будут играть в одной школьной команде по американскому футболу. Ну и как им сразаться с соперниками, если до этого они постоянно бодались друг с другом? Новый тренер команды (тоже темнокожий) должен примирить ребят. Но он идет куда дальше и примиряет жителей всего городка. Эта

реальная история легла в основу прекрасной ленты «Вспоминая титанов». Она напоминает нам не только о самих «Титанах», но и том, что улыбка сильнее вражды.

Еще один фильм, поднимающий расовый вопрос, «Экспресс: История легенды спорта Эрни Дэвиса» рассказывает о талантливом футболисте, который стал первым чернокожим спортсменом, победившим в чемпионате университета по американскому футболу. Если не хватает веры в себя, эта картина может помочь вам обрести ее.

Далее картина «Мы — одна команда». В 1970 году в авиакатастрофе гибнет университетская команда по американскому футболу. Жители города не совсем понимают, как справиться с этой трагедией... пока на горизонте не появляется харизматичный и полный энергии тренер Джек Ленджиел, решающий собрать новую команду. Если бы за ленту взялся маститый режиссер — тот же Иствуд или Ховард, возможно, получилась бы по-настоящему яркая драма о преодолении боли, смирении и вере в то, что даже в самую ненастную погоду где-нибудь да пробьется солнечный луч. Но фильм снял Джозеф Макгинти Никол, а он звезд с неба не хватал. Поэтому имеем что имеем: драму на один просмотр.

Куда большим художественным весом обладает фильм 2009 года «Невидимая сторона». Майкл Оэр (Куинтон Аарон) — крупногабаритный черный парень, который живет где придется, но в основном на улице. Учится в школе и знаниями не блещет. Казалось бы, у этого парня нет будущего. Но однажды его подмечает женщина из хорошо обеспеченной семьи и приглашает в свой дом. Просто так, по велению сердца. Поддерживаемый новой семьей, Майкл вступает в школьную команду по американскому футболу, а в будущем и вовсе становится одним из самых ценных игроков профессионального клуба «Балтимор Рэйвенс». Правдивая история о том, что сострадание и любовь по-прежнему самое ценное, что есть в этом мире. Не зря картина стала одним из главных киношных событий 2009-го и собрала по миру 309 миллионов долларов, превзойдя производст-

венный бюджет больше чем в 10 раз. Не «Рокки», конечно, но результат достойный.

+4 балла

Награды

«Оскар» за лучшую женскую роль. Сандра Буллок, «Невидимая сторона».

+1 балл

Креативный подход

Ну а тут по нулям.

Баскетбол

Выдающиеся режиссеры

Как и в случае с американским футболом, баскетбол привлек внимание только одного прославленного режиссера. Зато дважды. Автор множества пронзительных социальных драм и обладатель почетного «Оскара» 2016 года Спайк Ли так любит этот спорт, что в 1998-м выпустил картину «Его игра», а спустя всего два года — «Любовь и баскетбол». В первой Джейк Шатлсуорт (Дензел Вашингтон), осужденный за убийство, получает шанс выйти на свободу раньше положенного срока. Для этого ему нужно уболтать своего сына, талантливого баскетболиста, поступить в строго определенный университет. Вот только будет ли это так просто, учитывая, что шесть лет назад Шатлсуорт убил его мать? Это история отцов и детей, вражды и примирения и бесконечной любви к баскетболу.

Во второй работе меньше «спайковского» надрыва, но чуть больше теплоты и искренности. Возможно, поэтому лента «Любовь и баскетбол», рассказывающая о парне и девушке, которые сперва полюбили баскетбол, а потом друг друга, была лучше принята зрителями.

Да, режиссер один, но картины две, так что

+2 балла



«Движение вверх», 2011



«Тренер Картер», 2005

Ни один рейтинг не претендует на окончательную истину. Если вам стало интересно, то вы всегда можете составить свой

Реальные события

Один из самых известных фильмов о баскетболе «Тренер Картер» основан на реальных событиях. В 1999 году Кен Картер, возглавивший баскетбольную команду в одной из школ Ричмонда, и вправду отстранил от тренировок игроков, которые плохо учились. Раздолбаи повозмущались, но были вынуждены взяться за учебники... Так, любовь к баскетболу заставила сразу нескольких ребят переосмыслить свое отношение к учебе да и к жизни в целом.

В 1966 году баскетбольный тренер Дон Хэскис набрал в свою команду темнокожих игроков, чем разозлил много людей, в те времена еще не успевших осознать, что расизм — далеко не норма. Спустя сорок лет Джеймс Гартнер снимает на основе этой истории картину «Игра по чужим правилам», которая становится одним из самых популярных фильмов о баскетболе.

«Движение вверх» — единственная отечественная картина в нашем конкурсе. История победы советской сборной на Олимпиаде-72. В основе сюжета в общем-то случайность — ошибка рефери, раньше времени давшего свисток об окончании игры между СССР и США в финале турнира, когда у американцев было преимущество в одно очко. Ошибка была исправлена и в течение трех возвращенных секунд наша команда забросила решающий мяч. Кстати,

в фильме показаны исторические кадры — момент, снятый шестью камерами. И тот самый радостный крик комментатора Нины Ереминой, за который ей «прилетело» от председателя Гостелерадио Сергея Лапина — надо уметь держать себя в руках. Картина была тепло принята критиками, собрала внушительную кассу, но породила вместе с тем много споров, допустимо ли искажать факты в художественном фильме, если речь идет о реальных людях.

«Дневник баскетболиста» больше про наркотики, саморазрушение и тяжелый путь к исцелению, чем про спорт. Тем не менее поэт и музыкант Джим Кэрролл, чья история и рассказывается в этой ленте, действительно неплохо играл в баскетбол и однажды вполне мог стать профессиональным баскетболистом, если бы не пристрастился к героину.

+4 балла

Награды

По нулям.

Креативный подход

Джо Питка в 1996 году скреативил так скреативил. Сняв далеко не идеальную, но все же забавную комедию «Космический Джем» о том, как Майкл Джордан вместе с командой мультяшек спасает мир от межгалактических злыдней. С помощью игры в баскетбол, естественно.

Еще один фильм, в котором интересно обыгрывается баскетбольная тема — эта старая, добрая комедия из 80-х «Волчонок». Что если капитан самой никудышной баскетбольной команды в городе в одну прекрасную ночь узнает, что он потомственный оборотень? Не питающий страсти к человечинке, но все равно мохнатый и сильный. Будет ли он использовать новые способности, чтобы стать популярнее или поймет, что быть человеком сложнее, но правильнее? Режиссер Род Дэниэл задает в своей картине хорошие вопросы. А потом бесхитростно на них отвечает. Но так уж в этих 80-х было принято.

+2 балла

Итог:

Бокс: 15 баллов (золото)

Баскетбол: 8 баллов (серебро)

Американский футбол: 6 баллов (бронза)

Победа бокса, пожалуй, не случайна. Бескомпромиссное сражение главного героя с антагонистом один на один, да еще и в ограниченном пространстве — это ли не прекрасная кульминация для любой истории.

Однако не стоит забывать, что при иных критериях и альтернативном способе подбора фильмов преимущество может оказаться на стороне другого вида спорта. И если вы небольшой поклонник бокса, не расстраивайтесь — ни один рейтинг не претендует на окончательную истину. Если вам это интересно, вы всегда можете составить собственный.

Любите кино! Занимайтесь спортом! [📺](#)



Лев Россошик

Праздник, который всегда со мной

Последняя книга, написанная известным журналистом Львом Россошиком, посвящена его любимому виду спорта — волейболу. В ней всё — Олимпийские игры, а Россошик работал на четырнадцать, чемпионаты мира и Европы, игроки, тренеры, спортивные функционеры... Выразительный язык автора делает истории яркими и живыми. Ощущение, что волейбол — это праздник, передается и читателю.



Никита Симонян

Футбол — только ли игра?

Переиздание книги, вышедшей почти 30 лет назад. Никита Симонян, олимпийский чемпион, многократный чемпион страны и обладатель Кубка, заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер, живая легенда футбола, вспоминает свой жизненный путь и тех, с кем сводила его судьба, а среди них были уникальные личности, например, бразильские футболисты Пеле, Гарринча, Вава, Диди.

**ВЫБОР
РЕДАКЦИИ**



**Игорь Ашманов,
Наталья Касперская**
Цифровая гигиена

В книге «Цифровая гигиена» ее авторы — Игорь Ашманов и Наталья Касперская — рассматривают актуальные риски и угрозы для общества, порождаемые цифровой средой. Книга побуждает взрослых людей погрузиться в цифровой поток, получить ясное представление о природе целого ряда явлений и технологий, об опасностях, которые ожидают нас и наших детей в «цифровых джунглях». Она поможет не только осознать проблемы, но и научит справляться с ними, раскрывая способы существования человека в виртуальной реальности и механизмы ее воздействия на сознание индивида, группы и общества в целом.

Довольно подробно авторы описывают угрозы, подстерегающие пользователей социальных сетей, описывают методы сетевой манипуляции, в том числе с целью вовлечения молодежи в деятельность деструктивных сообществ, аргументированно доказывают ее губительный характер. В то же время в книге даны ценные советы, как использовать информационное пространство с пользой для себя, ребенка, государства, раз уж «цифра» неизбежно наступает.

Книга, изначально предназначенная для родителей, учителей и подростков, в реальности получилась весьма интересной для широкой аудитории. Она не претендует на полноту проработки конкретных тем и всего спектра явлений в этой сфере, но написана живым, простым, понятным каждому языком, содержит множество примеров, ссылок, цитат и захватывает с первых страниц. Ее можно читать с любой главы.

Настоятельно рекомендуем.



Рэй Курцвейл, Терри Гроссман
Transcend. Девять шагов на пути к вечной жизни

В книге описаны способы поведения и питания, которые помогут быть здоровым. А начинать стоит с тренировки мозга: читать, упражняться в разгадывании кроссвордов и sudoku, играть в логические игры. Авторы рассказывают о процессах в нашем организме — от чего ухудшается работа сердца, какие гормоны самые опасные, а какие полезные. Эта книга для тех, кто хочет жить долго-долго.



Александр Горбунов
Пушкин и Пеле. Истории из спортивного закулисья

Всегда интересно узнать, как люди из мира спорта ведут себя в обычной жизни. Об этом и рассказывает в своей книге журналист Александр Горбунов. Некоторые истории кажутся невероятными, некоторые проливают свет на поступки известных спортсменов и тренеров. Например, почему Михаил Гершкович яростнее всего забивал именно «Спартак». Или почему Игорь Численко мог не выйти на поле в товарищеском матче сборных Англии и СССР в 1967 году.



Юрий Никулин
Почти серьезно

Великий советский клоун иронично рассказывает о себе и своих близких, известных и малоизвестных артистах цирка и кино, с которыми он был дружен или просто знаком, о том, как рождались полюбившиеся всем репризы. В книге много фотографий разных лет: детство, фронтовые годы, работа на манеже, роли в кино, семья, период директорства в цирке на Цветном бульваре.



Клаус Бернхардт
Депрессия и выгорание

Подавленное настроение, постоянное чувство усталости, нарушение сна, тревожность — вот лишь некоторые симптомы депрессии. Как же с ней справиться самостоятельно? Автор, психотерапевт с большим опытом, разработал свою методику: простые и эффективные упражнения не потребуют много сил и времени, но за пару недель позволяют выйти из тяжелого состояния. Книга предназначена не только для страдающих от депрессии, но и для тех, кто хочет помочь своим близким вернуться к нормальной жизни.



////// ПОДГОТОВЛЕНО РЕДАКЦИЕЙ «МЧС МЕДИА»

Удивительный симбиоз суровой северной природы и рукотворного гения — это *Карелия*. Необъятные лесные просторы, прозрачные озера и реки, поросшие мхом болота и седые скалы — как будто декорации для уникальных произведений русского деревянного зодчества и древних артефактов. Само время тут, кажется, замерло, и вот-вот оживут герои старинных преданий. Только в этом краю можно ощутить, что тишина действительно звенит

КРАЙ ЗВЕНЯЩЕЙ ТИШИНЫ



Земля «тысячи озер»

Карелию называют землей тысячи озер. На самом деле их более 60 тысяч. По числу озер эта территория занимает первое место не только в России, но и в мире. Самые известные — Ладожское и Онежское. Многие озера обязаны своим происхождением тектоническим подвижкам земной коры, но большинство — воздействию ледников. Первые — более глубокие и имеют обычно вытянутую форму, высокие скалистые берега и малое количество островов. Конфигурация озер ледникового происхождения значительно разнообразнее: их отличает обилие островов, заливов, проливов и относительно небольшая глубина.

Озера соединяются между собой реками и образуют довольно развитую водную систему, однако многоводных рек в Карелии мало, русла их не разработаны. В основном здесь преобладают маленькие речушки, некоторые напоминают, скорее, ручейки. Протяженность самой длинной карельской реки Кеми всего 360 км.

Водоемы в сочетании с богатыми хвойными лесами и создают тот удивительный климат, который притягивает всех. Кстати, первый российский курорт появился именно в Карелии. В Кондопожском районе были обнаружены минеральные источники, богатые железом, и в 1719 году по указу Петра I там открыли бальнеологический и грязевой курорт «Марциальные воды».

Выбери свой маршрут

Сегодня наиболее популярные направления — острова Киж и Валаам, архипелаг островов в Белом море, Онежское озеро и Ладожские шхеры. Но это далеко не все, что может



предложить туристу Карелия. Активно развиваются новые треки-коллаборации, когда спортивный поход совмещается с познавательным туром. Арендовав катер, можно отправиться в паломничество по православным святыням Валаама или Соловецких островов. Хотя Соловки относятся к Архангельской области, самый короткий путь к ним — с карельского берега, из Кеми или Беломорска.

Те, кто интересуется археологией, могут совершить настоящую научную экспедицию к комплексу наскальных рисунков горного парка «Рускеала». А тем, кто любит сказки, интересно будет посетить «Остров добрых духов» — самодетельный музей скульптур из дерева, где собраны сотни различных экспонатов, от гигантских комаров до избушек на куриных ножках.

Сплавляясь по рекам, можно останавливаться в палатке на берегу, а можно заходить в небольшие рыбацкие деревушки, чтобы отведать блюда национальной кухни.

Если вы раздумываете, брать ли в путешествие детей, отбросьте сомнения — в Карелии много развлечений как для подростков, так и для малышей. Скалолазание, трекинги в упряжках с хаски, посещение детских парков, пикники на берегу рек и озер, поездки на катере и т. д.

Подготовка на берегу

На водном маршруте особое внимание следует уделить безопасности. Участникам походов на маломерных судах необходимо иметь в группе медицинского специалиста. Само судно должно быть годным к плаванию, с исправной системой управления. На борту должен иметься ремонтный комплект и спасательные жилеты.



Готовясь к походу, кроме запаса продуктов и сменной одежды в непромокаемом мешке, надо взять фонарики, свечи и дополнительные аккумуляторы для телефонов.

Удаляться от берега можно только на расстояние, указанное в паспорте судна. Каждый участник должен знать маршрут, точки останова, ночевки и иметь при себе номера телефонов сотрудников Госинспекции по маломерным судам (ГИМС). При отсутствии связи надо уметь привлечь внимание спасателей. Для этого используют сигнальные ракеты и шашки, сигнальное зеркало или любой предмет, который может его заменить.

Прокладывая маршрут в шхерах, надо учитывать наличие подводных препятствий. Если вас застал сильный ветер, выбирайте подветренную сторону, двигаться на открытой воде нельзя. Стоянку следует устраивать на ровной местности не менее чем в 10 метрах от воды. Рекомендуется избегать стоянок на высоких округлых островах. Их берега, как правило, покрыты толстым слоем мха. Даже в засушливый период под ним присутствует влага.

«Основные враги туристов — не изменчивая карельская погода, а элементарная беспечность при подготовке маршрута, — говорит Владимир Бирючков, начальник ГУ МЧС России по Республике Карелия. — Несоблюдение элементарных правил безопасности и переоценка своих физических возможностей часто приводят к негативным последствиям. Не устаем повторять: отправляясь в поход, обязательно зарегистрируйте свою группу в местной службе спасения на водах. Непредвиденные ситуации могут произойти даже с самыми опытными туристами. А зная точный маршрут следования группы, спасатели быстрее придут на помощь».

ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЧС РОССИИ, СЕРГЕЙ РЫБАКОВ, ВАДИМ НЕНАРОКОВ, ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ



Сплавы

Карелия традиционно считается центром водных видов спорта: каякинг, каноинг, рафтинг, сплавы на плотках, тубах, байдарках и катамаранах — каждый сможет найти для себя вариант, соответствующий уровню физической подготовки.

В южной Карелии наибольшей популярностью пользуется Шуя. Эта река изобилует порогами, но они достаточно легкие. Удобный подъезд дает возможность организовать здесь как однодневные сплавы и туры выходного дня, так и многодневные. Шую очень часто выбирают начинающие спортсмены: летом река мелеет, и даже семьи с детьми могут безопасно спуститься по порожистым участкам.

Для более опытных туристов подходят маршруты по рекам Охте и Пистайоки. Сплав по Охте — это преодоление перекатов и порогов высокой категории сложности, а путешествие по Пистайоки — удивительное погружение в мир дикой природы, так как на берегах реки практически нет населенных пунктов.

Ладога

Крупнейший в Европе пресноводный водоем овеян множеством легенд и преданий, многие из них дошли до наших дней, и местные жители с удовольствием поделятся ими с туристами. Именно в глубинах Ладожского озера проживает мифическое чудовище, поднимающее страшные штормы. В подводном царстве Ладоги гостил и легендарный новгородский гуслир Садко.

Выбор отдыха на озере разнообразен: пешие походы, велосипедные и автомобильные туры, мотокроссы, рыбалка, охота, водные путешествия, сплавы и даже пляжный отдых.



Самый популярный туристический трек — круговой маршрут, рассчитанный на несколько дней. Он пролегает через многочисленные острова, самые крупные из которых — Валаам и Коневец. Путешественники увидят фьорды, шхеры и рифы, а на самих островах — красивейшие монастыри с храмами, часовнями, трапезными и скитами.

Отправляясь в круиз по Ладоге самостоятельно, следует помнить, что у озера «непростой» характер. Угодить здесь в шторм проще простого, тем более что начинается он внезапно. В случае возникновения ситуации, требующей вмешательства, инспекторский состав ГИМС реагирует на сообщение оперативно, даже если сигнал пришел ночью. Выход в озеро осуществляется в течение 30 минут.

Онега

Онежское озеро не уступает по красоте и величию «старшей сестре» — Ладоге. Здесь тоже огромное количество островов, каждый из которых имеет свой уникальный ландшафт. Визитная карточка Онеги, да и всей Карелии, — Кижские шхеры и самый большой остров архипелага Кижь, где находится всемирно известная Преображенская церковь, построенная, по преданию, из бревен и без единого гвоздя.

В восточной части озера есть удивительные артефакты: Онежские петроглифы — рисунки на камне. К настоящему моменту учеными обнаружено несколько сотен петроглифов,

изображающих людей, животных, а также нерасшифрованные пока сакральные символы древних народов, населявших эту территорию.

На Онеге тоже случаются сильные штормы. Рассказывают об особенных ветрах, характерных для этого озера и не раз становившихся причиной несчастных случаев. Шквалистые дуют с юго-востока и поднимают на озере сильное волнение, а резкий юго-западный ветер способен без труда перевернуть любое небольшое судно. Характер у озера капризный — достаточно получаса, чтобы поднялась волна в полтора метра. Однажды спасателям пришлось эвакуировать с острова семью, которая добралась туда на катамаране, а выйти обратно не смогла — налетевший шторм переломал весла и рули.

Наиболее опасны открытые участки озера. Например, район Большое Онего или Повенецкий залив. В Кижских шхерах опасность связана в основном с обилием луд — длинных каменистых отмелей, чрезвычайно затрудняющих прибрежное плавание моторных и парусных судов. Бывает, можно спокойно идти на моторе в 30–40 метрах от береговой линии, а в 50 метрах от нее судно садится на камни. Поэтому плавание в этих проливах возможно только по фарватерам, оборудованным створами.

Вода в Онежском озере, особенно в центральной части, прогревается незначительно. В летние месяцы температура в поверхностных слоях составляет 15–16 °С, а в штормовую

При Петре I в Карелии был открыт первый в России бальнеологический курорт на минеральных источниках, богатых железом, которые обнаружили в Кондопожском районе

погоду, вследствие интенсивного перемешивания воды, падает до 10–12 °С. В такой холодной воде не помогут даже спасательные жилеты. Если летом на озере преобладают кратковременные шквалы, то осень — пора постоянных, более сильных ветров. Волнение в 4–5 балла — обычное явление. Короткая и крутая волна в прибрежных районах из-за многократного отражения от островов и каменистых отмелей становится беспорядочной, плавание в таких условиях превращается в настоящее испытание. Температура воды в начале сентября уже не превышает 7–8 °С.

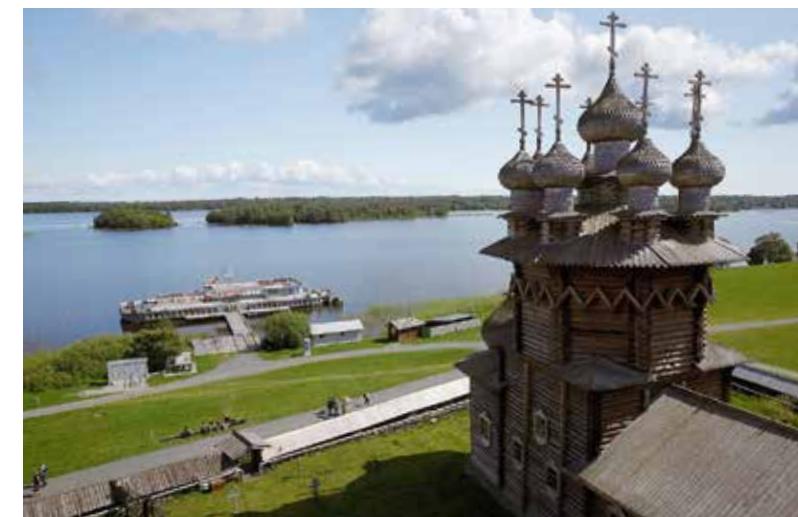


Дары природы

Тем, кто предпочитает спокойное времяпрепровождение, можно посоветовать рыбалку и тихую охоту. В реках и озерах Карелии водится огромное количество рыбы: окунь, щука, хариус, форель, лещ, семга, горбуша, корюшка и др. Сезон открывается весной и длится до поздней осени. Для сохранения экосистемы на некоторых водоемах вводят запрет на ловлю в летние месяцы. Поэтому любителям рыбалки рекомендуется заранее уточнять, где можно законно и безопасно ловить рыбу. В некоторых местах свежепойманную рыбу вам тут же закоптят, пожарят или приготовят из нее уху на сливках.

Грибы и ягоды собирают с июля по октябрь. Из грибов наиболее распространены белые, подосиновики, подберезовики, маслята, лисички и грузди, из ягод — земляника, малина, черника, голубика, вороника, морошка, брусника, клюква. Лесные ягоды содержат гораздо больше витаминов, минералов и микроэлементов. В отличие от садовых, за которыми ухаживает человек, дикорастущим ягодам приходится самим бороться за выживание, поэтому «иммунная система» у них развита лучше.

Какими бы ни были ваши интересы, в Карелии вы обязательно найдете что-то для себя. Она притягивает путешественника нордической красотой, встречает гостеприимным объятием рек и озер и дыханием северных лесов. Этот край навсегда останется в вашем сердце неповторимым силуэтом деревянных церквей на фоне заходящего в зеркальную воду солнца. [Д](#)



- Любая самостоятельная туристическая группа, прибывшая в Карелию на активный отдых, должна обязательно зарегистрироваться и получить инструктаж по технике безопасности в Карельской республиканской службе спасения на водах, которая

находится в Петрозаводске на улице Онежской флотилии, дом 43а, телефон (814-2) 73-35-16.

- Кроме того, регистрацию можно осуществить в администрациях районов Карелии, а также в поисково-спасательных отрядах службы спасения, которые

находятся в Кондопоге: (814-51) 5-10-85, Медвежьегорске: (814-34) 2-13-01, Кемь: (814-58) 5-68-90 и Сортавала: (814-30) 2-29-13.

- Желательно, чтобы в ходе движения по выбранному маршруту руководитель

группы один раз в сутки связывался по телефону со спасателями и докладывал о местонахождении. С Единой службой спасения можно связаться по телефону 01 или сотовому 112-1.



Болельщицкое кредо — всегда!

Моя жизнь тесно связана с «Динамо»: я работал в общественном пресс-центре, участвовал в создании первого клуба болельщиков, продвигал идею введения абонементов. Застал — уже в разумном возрасте — три наших чемпионства! Увижу ли еще, не знаю, но очень хотелось бы

ТЕКСТ // ЯН ГУНЧИКОВ
ИЛЛЮСТРАЦИИ // НИНА КОЛЧИНА

Папа возражать не стал

Болесть за футбольное «Динамо» я начал в шесть лет, в 1958 году. Когда речь идет о таком возрасте, это скорее не твои воспоминания, а семейная легенда. Хотя частично я тот момент помню, по крайней мере обстоятельства. Дело было так: по воскресеньям наша семья приезжала с официальным визитом к дедушке с бабушкой, папиным родителям. Эта сторона моей родни еврейская. И бабушка устраивала прием, готовила всякую национальную еду, острую, с большим количеством овощей, которую обожала моя русская мама и совершенно не выносили дед с папой да и я тоже. Еще у них был телевизор КВН с крошечным экраном и линзой. И в тот памятный день мы поели и сели смотреть футбол. Дедушка им не интересовался, а папа болел за «Спартак», как и большинство московских евреев в те времена. Играли как раз «Спартак» — «Динамо». Наверное, динамовцы играли не очень, потому что их вратарю приходилось все время выручать. Кстати, в том сезоне «Спартак» стал чемпионом. Матч закончился со счетом 0:0. И после игры папа спросил: «Ну что, понравилось?» — «Да!» — «За кого будешь болеть?» — «За того мужика, который все поймал». — «Так нельзя, футбол — командная игра. Ты должен выбрать команду». — «А он за какую команду играет?» — «За «Динамо». — «Вот я и буду болеть за «Динамо». Папа был либералом и возражать не стал.

По семейным обстоятельствам

Следующий, 1959 год я помню отчетливо. У нас дома появился телевизор «Рекорд», уже без линзы. Осенью «Динамо» выиграло чемпионат СССР. В решающем матче мы встречались с «Локомотивом». Сначала блестящий левый защитник Кузнецов забил в свои ворота, а во втором тайме Федосов перекинул «великого» вратаря Маслаченко, которому, если его послушать, Яшин мячи подавал, и наши обеспечили себе чемпионство.

В 1960-м я пошел в школу и сам стал играть в футбол. Тогда же у меня появился товарищ из класса Витя Григорьев. С ним мы ходили на стадион — сначала с родителями, потом самостоятельно. И ходим по сей день. Уже много лет у нас абонементы на соседние места. А в детстве, помню, когда мы учились во вторую смену, родители писали записки классному руководителю: «Отпустите моего сына после 2-го урока по семейным обстоятельствам». И мы шли на футбол или смотрели по телевизору.

*Родители писали
классному руководителю:
«Отпустите моего сына
после 2-го урока по семейным
обстоятельствам».
И мы шли на футбол*

Мама в футболе тоже разбиралась, знала игроков. Она была девушка пафосная, как теперь говорят, ей больше нравилось ходить на игры сборной. Но и на московское «Динамо» со мной ходила, а еще симпатизировала тбилисскому. Однажды на трибуне «подралась» с грузинами. Когда тбилисцы забили, те сказали ей что-то колкое, а когда забили москвичи, мама стукнула кого-то из них сумочкой. В шутку, конечно. Тогда публика на стадионе вообще была другой, все относились друг к другу с уважением. Мы сидели в основном на Северной трибуне. Если туда билет взять не удавалось, на Восточной. На Восточную билет стоил дешевле, детский — всего 10 копеек. Лет с 14 я ходил на футбол уже без взрослых. Периодически появлялись объявления, что детей должны сопровождать родители, но мы как-то эти требования обходили.

В гуще событий

На первом курсе института в 1970 году я пришел работать в общественный пресс-центр при стадионе «Динамо», вернее, меня позвал туда Юра Шейн. С его младшим братом, кстати, болельщиком «Спартака», мы учились в одном классе и до сих пор большие друзья, с Юрой тогда просто общались. И как-то он предложил мне записаться в общественный пресс-центр, в который сам уже вступил. Я, конечно, согласился.

Руководил им Виктор Иосифович Осипов, но я имел дело в основном с замами: Игорем Доброновым и Олегом Кузнецовым. Вообще, в пресс-центре оказалось много интересных людей: Паша Алешин, Миша Щеглов, Игорь Уткин, Юрий Сидоров, Валентин Евстигнеев. Работа в нем давала какие-то поблажки и с проходом на стадион. Хотя нам с Витей этого не требовалось — к тому времени мы познакомились с Риммой Кирилловной, старшим кассиром «Динамо». Был еще начальник

билетного отдела, какой-то мелкий отставной из КГБ или МВД, но заведовала всем она. Однажды мы просили билет в кассе, а она намекнула, что надо бы накинуть 10 копеек. Мы так и сделали, и получили билет не куда-нибудь, а на 24-й ряд Северной трибуны, то есть через проход от правительственной ложи. С тех пор только так и ходили. Смотрим, где Римма Кирилловна, и к ней со своими два двадцать. Разумеется, никакие динамовские генералы в ложе нас не интересовали, мы смотрели на поле. А вот корреспонденты, стоящие под нами, раздражали сильно, тем более что их количество со временем росло. Помню, как уже в 90-х гоняли Васю Уткина: иди отсюда, смотреть мешаешь.

В пресс-центре мне немножко не повезло, я мечтал делать программки, писать книги, но Олег Кузнецов направил меня в детско-юношеский сектор. Я должен был по субботам и воскресеньям ходить на матчи детских и молодежных команд и все конспектировать — кто как сыграл, у кого какая статистика и т.д. А потом докладывать Кузнецову. Кстати, на выездные матчи мне тоже приходилось ездить в разные районы Москвы.

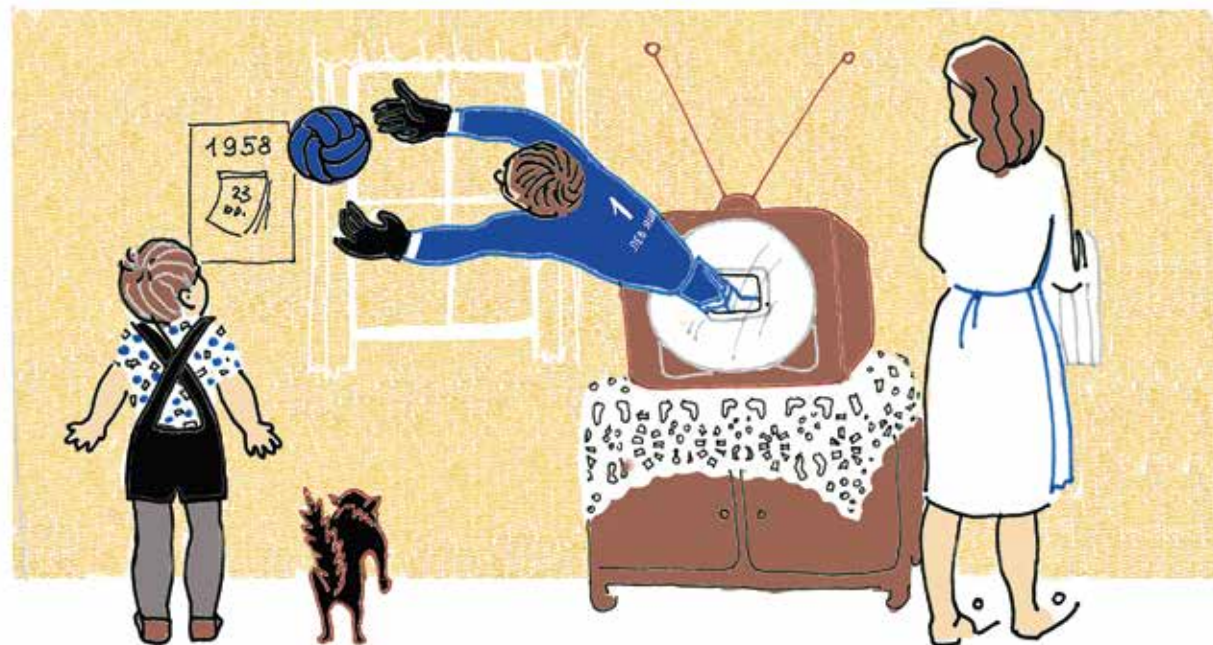
В этой работе было мало захватывающего, зато я хорошо помню Колю Толстых, он был капитаном команды 1956 года. Такой правильный, волевой, дошел до основы. Неудивительно, что он стал потом председателем федерации футбола, говоря по-старому. Очень порядочный, целеустремленный, но слишком бескомпромиссный для нашего футбольного серпентария.

Даешь абонементы!

Года через три я ушел из пресс-центра. А в конце 80-х судьба вновь привела меня в «Динамо». Прочитал где-то объявление, что создается клуб болельщиков, и решил поучаствовать. В то время в СССР как раз разрешили общественные организации, и клуб болельщиков «Динамо» стал первой официально зарегистрированной в Минюсте, со своим уставом, со всем, что положено. Не профсоюз, не партия, а клуб болельщиков! И я участвовал в его создании и входил в правление.

Помню, на первое собрание пришли Никулин и Леонов и сидели скромно среди других. Потом их руководство быстренько посадило в президиум и пригласило в правление клуба. Но они оба отказались, объяснив, что работать не смогут, а просто числиться не хотят, но если нужно что-то подписать, поспособствовать, то они с удовольствием. И тот и другой были очень воодушевлены тем, что динамовские болельщики объединятся и у них будет свой клуб.

На собрании стали обсуждать, чего бы мы хотели. Я сказал: «Во всем мире давно есть абонементы, давайте сделаем их и в «Динамо». Все сразу поддержали эту идею, в том числе Николай Александрович, он тогда был начальником команды. И в 1989-м у нас появились абонементы. Молодым фанатам чуть ли не бесплатно дали на Западную трибуну. Остальным — кто куда хотел, на Северную, Южную... Мы с Витей, чтобы не обижать Римму Кирилловну, по-прежнему покупали абонементы у нее соответствующим образом, потому что традиция.



Как член правления клуба я устраивал первый организованный выезд в Вильнюс, кстати, абсолютно бесплатный. Два вагона болельщиков — мама моя, что там творилось! Мы контактировали с местной милицией, в результате минимум эксцессов.

Я проработал активно около трех лет, потом как-то отошел от дел — занялся «большой» политикой. Наверное, наш клуб закончил свое существование вместе с Советским Союзом, поскольку был зарегистрирован в Минюсте СССР.

Заграничная любовь

Кроме «Динамо» у меня есть еще одна страсть — английский футбол. Я, признаться, вообще англофил, люблю все английское, а не французское, как большинство у нас. Даже когда читал «Трех мушкетеров», был за лорда Винтера. В 1966 году посмотрел по телевизору чемпионат мира, он проходил в Англии. Показывали разные города, стадионы, и я стал абсолютным фанатом. Естественно, болел (тогда еще болел) за сборную СССР, а уже в финале — за англичан. И стал потом интересоваться, искать информацию.

Позже, начав ездить за границу, все ждал, пока «Динамо» куда-нибудь выйдет. Сгонял с командой на Мальту, в Норвегию, еще куда-то. Но мы вылетали очень быстро. И я подумал: я же за сборную Англии болею, дай-ка буду ездить за ней. Вообще побывать на финале чемпионата мира или Европы было моей заветной мечтой. Еще в 1991 году твердо знал, что она никогда не исполнится, а спустя девять лет поехал на чемпионат Европы, проходивший в Голландии и в Бельгии. В 2004 году в Португалии я уже подружился с английскими болельщиками. И должен заметить, что к русским англичане относятся очень позитивно. Когда узнавали, что из России, обязательно старались угостить выпивкой. И всегда говорили: мы же союзники.

Ранее английские клубы были дисквалифицированы, а потом дело едва не дошло до сборной: на чемпионате Европы — 2000 в маленьком бельгийском городе Шарлеруа английские болельщики чуть не перебили немецких — полиция еле спасла их. После этого английская федерация решила создать клуб болельщиков Englandfans club. Не будучи членом этого клуба, ты не мог получить билет ни на один выездной матч. Я в 2004-м тоже вступил в этот клуб. К настоящему моменту объездил почти всю Европу, осталось шесть стран — членов УЕФА, в которых я не был. Да и по остальному миру тоже покатался немало. В клубе у тебя есть рейтинг — чем больше матчей ты посетил, тем он выше. Если количество билетов на международные матчи ограничено, то достаются болельщикам с высоким

Клуб болельщиков «Динамо» стал первой в стране общественной организацией, официально зарегистрированной в Минюсте

рейтингом. Я отношусь именно к таким. Поэтому побывал и в Африке, и в Южной Америке, правда, в Бразилии только на товарищеских матчах, на чемпионат мира не полетел. Мои английские друзья по клубу тоже не поехали, сказали, небезопасно и очень дорого. На Евро-2016 с женой оказались свидетелями той известной заварушки, в которой обвинили российских фанатов. Вообще, чаще всего с ней вдвоем путешествуем, футбол ее не интересует, у нее чисто туристические цели. Обычно жена следит за жеребьевкой и прикидывает, куда поехать. Единственный, кто ей нравился, это Оуэн. Говорила все время: «Миша забьет».

Последние годы из-за ковида никуда не ездили. Теперь и вовсе без шансов...

Зачем про исторический облик наврали?

Я видел много футбольных арен и хочу поделиться мыслями о нашем стадионе. На мой



взгляд, он ужасный. Не говорю о том, что пока его строили, платили в пять концов, но главное — построили неправильно. Конечно, я не архитектор, но мне есть с чем сравнивать. Тридцатитысячники везде делают с «дырками», то есть боковые трибуны отделены от центральных, а у нас все полностью закрыто. В 90-х, когда Толстых хотел перестраивать стадион, предполагалось взять за образец датский «Паркен». Он бы нам больше подошел. Этот неудобный, что удивительно, учитывая вложенные в него деньги. Взять хотя бы сиденья — ни сесть нормально, ни программку положить. И еще одно, хотя стоило бы сказать об этом в первую очередь, — нам наврали про исторический облик. Ведь ничего не сохранили. Зачем оставлять этот портал, а над ним — огромными буквами ВТБ? Мне скоро 70 лет, но я прекрасно понимаю, что жизнь идет вперед, и вряд ли на этом месте можно было сохранить старый стадион. Честнее было бы сказать: мы все сносим и строим новый. А так похоже на насмешку.

Надо все обнулить

Сегодня фанаты бойкотируют матчи из-за Fan ID. Я не знаю, почему они так уперлись. Мое членство в клубе болельщиков английской сборной, по сути, аналог Fan ID. У меня есть книжечка, без которой я не могу пройти на стадион даже при наличии билета. Правда, за 15 лет у меня ее ни разу не проверили, но теоретически могут. Есть также виртуальный счет — чем больше я посетил матчей, тем больше у меня очков и, следовательно, выше рейтинг. А еще Englandfans club гаранти-

Обычно жена следит за жеребьевкой и прикидывает, куда поехать. Правда, у нее чисто туристические цели, футбол ее не интересует

рует болельщику клуба, что, когда он придет на матч своей команды, не встретит на центральной трибуне болельщика команды соперника. У нас же все сидят вперемешку, и это почему-то никого не смущает. Да, в Англии членство в клубе болельщиков платное — 75 фунтов за два года. Но давайте и у нас сделаем платное и введем определенные преференции.

Люди подозревают, что наше государство использует их регистрацию в каких-то других целях, например, для призыва ребят в армию или еще как-то. И эти подозрения абсолютно справедливы, но надо иметь в виду, что нашему государству про нас и так все известно. Молодежь об этом не задумывается, когда в метро прикладывает айфон к турникету. Я-то пенсионную карточку прикладываю. Хотя в ней тоже про меня все есть.

А вот то, что людей банят за какие-то прошлые грехи, неправильно. Надо все обнулить. Административка у тебя или даже уголовка, к Fan ID это не должно иметь никакого отношения. Я не читал закон, возможно, к нему действительно есть вопросы, но тогда нужно конкретно по пунктам разбирать, что не так. Эту историю с регистрацией надо просто докрутить.

P. S. После того как я рассказал свою историю, решил оформить Fan ID, на самом деле это называется «карта болельщика». И столкнулся с таким идиотизмом! У меня как у адвоката высшая степень допуска на «Госуслугах» — электронная подпись оформлена. Но я должен в сто второй раз подтверждать личность — новое фото и всякая прочая ерунда. Мало того, подтверждать надо в МФЦ, и не простом, а «золотом» — в моем районе от удивления рты раскрыли и с трудом разобрались, что надо обращаться в один из восьми МФЦ. И это на всю Москву! Я теперь лучше понимаю фанатов, но на футбол, ребята, все равно ходите, футбол — это жизнь. [📄](#)



«ДИНАМО» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К НАМ!


vk.com/vfso_dynamo

t.me/vfsodynam

[VFSO DYNAMO](https://www.youtube.com/VFSO_DYNAMO)



БОЛЕЕШЬ ЗА «ДИНАМО» —

СНИМАЙ ТАПОЧКИ, ПРИХОДИ НА СТАДИОН!

ХОККЕЙ
С ШАЙБОЙ

•

ВОДНОЕ ПОЛО

ВОЛЕЙБОЛ

•

ХОККЕЙ
С МЯЧОМ

•

БАСКЕТБОЛ

ХОККЕЙ
НА ТРАВЕ

•

ФУТБОЛ