

Мы:



YouTube



СКОРО:



ОФИЦИАЛЬНЫЕ СТРАНИЦЫ

В СОЦСЕТЯХ



Репортаж
с чемпионата
Европы по боксу



"Пульс"
в ударе!



Советы фаната
физических
упражнений

Лучшим игроком Всероссийских соревнований по футболу «Кожаный мяч» признан якутянин Игорь Пономаренко

Следующая цель – олимпийская путевка!



После успеха в Болгарии Василий подвел итоги своего выступления, поделился настроением перед мировым первенством, а также рассказал, как он впервые пришел в бокс.

- Василий, поздравляем с первым серьезным успехом на взрослом ринге! Как тебе далась эта победа?

- Спасибо большое. Это пока самый большой успех на взрослом уровне. Был отлично готов к этим соревнованиям. Ехал в Болгарию только за золотой медалью. Рад, что оправдал доверие тренерского штаба и болельщиков. Сейчас я чувствую гордость за свою страну, за всю Россию и за родную Якутию. Хочу поблагодарить всех, кто за меня болел, кто переживал и кто меня поддерживал, своего личного тренера Артура Пахомова, спортивное руководство республики. Это не только моя победа - это наша общая победа.

- Финальный бой против британца Харви Хорна ты выиграл очень уверенно. Какой из поединков чемпионата Европы стал для тебя самым сложным?

- Думаю, что в финале показал свой лучший бокс, а вот самым тяжелым был полуфинальный бой с болгаринцем. Выиграв два раунда, в концовке отдал инициативу. Видимо, сказалось то, что я был свободным в первом круге. Долго не мог войти в колею. Почти неделю ждал, чтобы выйти на ринг. Для меня лучше боксировать, чем ждать.

- В каждом бою ты демонстрировал разнообразный бокс. Работал то первым номером, то вторым. Ты выбираешь тактику в зависимости от противника?

- Да, каждый раз стараюсь совершенствовать свой бокс. Могу боксировать первым номером, когда надо идти в размен. Могу также спокойно работать вторым номером и ловить на контратаках. Смотря какой противник. К каждому сопернику надо приспосабливаться. Должен быть другой подход. Иначе в современном боксе никак. Со временем научился менять и стойку. Могу боксировать левой и правой. Оттачивал ее годами. Сейчас уже при вык, все автоматом получается. Бокс - это ведь не только удары, но и тактика. Как в шахматах.

Министерство по делам молодежи и семейной политике РС(Я)

Министерство спорта РС(Я)

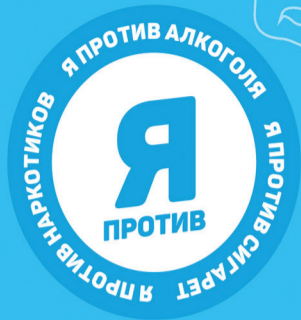
Управление федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по РС(Я)

Окружная администрация ГО "город Якутск"

Медиагруппа "Ситим"

ЯРМОО "ЗОЖИГАЙ"

ВХОД СВОБОДНЫЙ!
ПОДРОБНОСТИ НА:
VK.COM/ZOZHIGAI



ФЕСТИВАЛЬ **ЗОЖИГАЙ**

ВМЕСТЕ С НАМИ!
27-29 АВГУСТА 2015

• СКЕЙТПАРК • ГОРОДСКОЙ ПАРК • СК "СЕРГЕЛЯХСКИЕ ОГНИ" •

BEATBOX, BEATMAKING, BREAKDANCE, BMX, FOOTBALL-FREESTYLE,
GRAFFITI, HIP-HOP, HOUSE, CYBERSPORT (COUNTER-STRIKE),
PANNA, POPPING, PARKOUR, RAP, ROLLERBLADING, SLALOM, C-WALK,
SKATEBOARDING, STREETBALL, TRICKING, WAACKING, WORKOUT

ФЕСТИВАЛЬ «ЗОЖИГАЙ ВМЕСТЕ С НАМИ!» – ЭТО УРАГАННАЯ СМЕСЬ ЭКСТРИМА, ТАНЦЕВ, ТВОРЧЕСТВА, СПОРТА, ХИП-ХОПА. СОЧНЫЕ МАСТЕР-КЛАССЫ И АВТОГРАФ СЕССИИ ХЕД-ЛАЙНЕРОВ И НАСТОЯЩИХ ПРОФИ УЛИЧНОЙ КУЛЬТУРЫ. ЯРКИЕ БАТТЛЫ МАСТЕРОВ СВОЕГО ДЕЛА, ПОДАРКИ ОТ ПАРТНЕРОВ ФЕСТИВАЛЯ! ЕСЛИ НАЧАТЬ ОПИСЫВАТЬ ВСЕ ФИШКИ ФЕСТИВАЛЯ – ПОЛУЧИТСЯ СРЕДНИХ РАЗМЕРОВ КНИЖКА, ТАК ЧТО ПРИХОДИ, БУДЕТ КРУТО!

ГОСТЬ
ФЕСТИВАЛЯ:
ДЕНИС ПАВЛОВ
BMX



WHELLRIDE

Василий Егоров: «Это наша общая победа»

Позавчера (18 августа) в актовом зале Дома правительства № 2 была проведена пресс-конференция, посвященная победе Василия Егорова в чемпионате Европы по боксу.

— 9 лет не побеждал якутский боксер в чемпионатах Европы, — такими словами начал пресс-конференцию первый заместитель министра спорта РС(Я) Георгий Балакшин. — Я вместе с генеральным директором ОАО «РИК» Петром Алексеевым присутствовали в чемпионате Европы, начиная с полуфинальной стадии. Лично мне понравились все бои Василия Егорова. Радует, что он прибавлял от боя к бою. А если взять в целом, то сборная России выступила не очень удачно, в полуфинал пробившись всего 4 россиянина. Первый шаг в сторону Олимпийских Игр в Рио-де-Жанейро сделан. Теперь Василий должен готовиться к чемпионату мира, который пройдет в начале октября в Дохе (Катар). Его задач минимум — пробиться в финал этих соревнований.

Личный тренер Василия Егорова, главный тренер сборной РС(Я) по боксу Артур Пахомов рассказал об этапах подготовки к 41-му чемпионату Европы. Так он рассказал об спарринговых боях, сгонке веса и особен-

ностях акклиматизации.

— Сначала сборная России прошла учебно-тренировочный сбор в среднегорье, — сказал Василий Егоров. — Мы тренировались в Армении, на известной спортивной базе «Цахадзор». Затем были сборы в Подмосковье. Я набрал хорошую спортивную форму. И, так как я выступал в лиге WBS, у меня был самый высокий рейтинг среди боксеров моей весовой категории. Поэтому я начал чемпионат с четвертьфинальной стадии и провел всего три боя. Очень рад, что стал чемпионом Европы. Считаю, что это наша общая победа, победа Якутии. И я очень благодарен за помощь и поддержку Республиканской инвестиционной компании, ШВСМ, Чурапчинскому институту физкультуры и спорта, акционерному коммерческому банку «Алмазэргиэнбанк», Целевому фонду будущих поколений РС(Я) и конечно же своим землякам, мегинцам.

Василию Егорову, Артуру Пахомову и Георгию Балакшину было задано довольно много вопросов.



Василий Егоров самым сложным для него боем назвал встречу с хозяином ринга болгаринотом Тинко Банабаковым. «С ним был тяжелый бой, — сказал он. — Банабаков — высокий, длиннорукий, что было очень неудобно». Был задан вопрос об основных соперниках Василия Егорова на предстоящем чемпионате мира. «Главный тренер сборной России Александр Лебзяк дал задание специальной группе, — ответил на этот вопрос Артур Пахомов, — чтобы

они сделали картотеку на ведущих боксеров мира. Так что мы имеем данные почти всех боксеров нашей весовой категории». Артур Иннокентьевич высказал свое мнение и об уровне чемпионата: «Любители бокса должны знать, что чемпионат Европы котируется выше боксерского турнира Европейских Игр. Если бы Вася выступил на этих Играх, то он стал бы чемпионом».

Корреспондент «СЯ» задал вопрос Георгию Балакшину, чтобы он

оценил качество судейства на чемпионате Европы. «Судейство в боксе всегда субъективно, — сказал Георгий Балакшин. — Несколько боев с участием россиян судьи явно засудили. А так бой оценивают 5 боковых судей. Компьютер по определенным критериям «отсекает» двоих и выдает решение трех судей».

Спортивный журналист Родион Кривогорницин подарил Василию Егорову бейсболку и футболку с логотипами боксерского олимпийского турнира, купленные в 2004 году, во время Олимпиады в Афинах. «Эти вещи я хранил 11 лет, — сказал он. — И вот, наконец, время пришло! Я желаю, чтобы Вася в следующем году выступил на Олимпийских Играх».

В конце мероприятия приятная миссия — награждение. Первый заместитель министра спорта Георгий Балакшин вручил Василию Егорову грамоту министерства спорта РС(Я) и единовременное вознаграждение в размере 300 000 рублей. А заслуженный тренер РФ и РС(Я) Артур Пахомов получил благодарственное письмо министерства спорта РС(Я) и единовременное вознаграждение в размере 150 000 рублей.

Федор РАХЛЕЕВ.

Стрелок Айаал Макаров: Нам некогда расслабляться Команда стрелков из Якутии — снова лучшая!

Не будет преувеличением, если скажем, что спортинг в Якутии как вид спорта набирает большие обороты. Именно спортсмены-спортингисты все чаще приезжают с различных престижных российских и международных чемпионатов с абсолютными победами. А спортивные журналисты то и делают, что успевают констатировать успехи наших стрелков. И вот снова победа! Команда Якутии в составе именитых стрелков Айаала МАКАРОВА, Степана ЧЕПАЛОВА, Николая КОБЯКОВА вернулась с уверенной победой с чемпионата России по большому спортингу.

— Я хочу отметить, что чемпионаты России по спортингу проводятся три раза в год, так как различается три вида: большой спортинг, компакт-спортинг и спортинг дуплетный. На этот раз наши спортсмены вернулись с очередной победой из города Тольятти, где 7-8 августа состоялся чемпионат России по большому спортингу. Это один самых сложных видов спортинга, когда траектория полета тарелок более разнообразная, а дальность достигает до 80 метров, — подчеркнул Иван МАКАРОВ, президент Федерации стендовой стрельбы и спортинга республики во время встречи с именитым стрелком Айаалом Макаровым и исполнительным директором Федерации Айхалом ГАБЫШЕВЫМ.

Стрелки Якутии уверенно заняли первое место, опередив сильнейшие команды России, в том числе из Брянска, Санкт-Петербурга, Москвы. А в личном зачете, где участников было 144 стрелка, чемпион мира, Европы Айаал Макаров занял третье место в абсолютной категории, Николай Кобяков седьмое место и Степан Чепалов — девятое место. В категории «В», где принимают участие кандидаты в мастера спорта и стрелки, имеющие 1 разряд, Альберт КУЗЬМИН занял второе место, а Сергей Кобяков — 4 место.



— Наши стрелки снова показали мастерство высокого класса. Они доказали, что уверенно входят в десятку сильнейших стрелков страны. Хочется также отметить наших начинающих спортсменов, это Мир АКИМОВ, занявший четвертое место в категории начинающих «С» и Василий ДОДОХОВ, который в той же категории занял пятое место.

Конечно, такой результат — это итог совместной работы целой команды. Выражаю благодарность за систематическую поддержку руководству Министерства спорта республики, Школы высшего спортивного мастерства, — отметил далее Иван Константинович.

Наши стрелки не устают радовать своих болельщиков. В апреле якутяне снова испытали чувство гордости за Айаала Макарова, когда он стал чемпионом Европы по компакт-спортингу, выбив 199 очков из 200!

А впереди — новые соревнования.

«Хорошо, что вот так один за другим проводятся соревнования, постоянно находишься в спортивной форме, некогда расслабляться!» — говорит именитый стрелок Айаал Макаров.

Пресс-служба Федерации
стендовой стрельбы и спортинга РС(Я).

Якутия — лидер в ДВФО по числу кандидатов в Сборную России на Игры в Рио-де-Жанейро



В Петропавловске-Камчатском прошло совещание руководителей региональных олимпийских советов двух федеральных округов - Дальневосточного и Сибирского. В его работе приняли участие представители 13 регионов, в том числе министр спорта Республики Саха (Якутия) Михаил Гуляев.

Совещание прошло под председательством Генерального директора ОКР Владимира Сенглеева.

Одной из главных тем обсуждения стало эффективное использование спортивной инфраструктуры регионов для подготовки национальных сборных команд России. По словам Владимира Сенглеева, Федерация горнолыжного спорта и сноуборда уже сейчас рассматривает возможность проведения ряда учебно-тренировочных сборов национальных команд на Камчатке, в том числе во время подготовки к Олимпиаде в Корею.

«Мы сегодня обсуждали данный вопрос с губернатором Камчатского края, он уделяет этому большое внимание. Поэтому, я надеюсь, представители разных видов спорта будут готовиться к Олимпийским играм и на территории Камчатки, и на Сахалине тоже. Сразу скажу, что конкуренции между двумя этими регионами нет. Горнолыжники, например, смогут тренироваться на Камчатке, а на Сахалине будут в большей степени проходить сборы команды по лыжным гонкам, — сказал Владимир Сенглеев. — Специалистам, конечно, ещё предстоит детально изучать природно-климатические возможности и особенности данных регионов, насколько условия здесь могут симитировать то, что будет происходить в Южной Корее».

О подготовке к РИО-2016 года и об участии в ней регионов участникам совещания рассказал руководитель Управления содей-

ствия олимпийской подготовке ОКР Александр Грушин.

«Сегодня в список кандидатов в олимпийскую команду России для участия в Играх в Рио входят 171 спортсмен от Сибирского федерального округа и 30 от Дальневосточного. Приблизительно такая же картина была накануне Игр в Лондоне. По количеству представленных в этом списке спортсменов по СФО безоговорочным лидером является Красноярский край (с положительной динамикой) и Новосибирская область (с отрицательной динамикой), по ДФО — Республика Саха (Якутия), Хабаровский и Приморские края. В «пул потенциальных медалистов» на сегодняшний момент входят 18 спортсменов от СФО и 3 ДФО, причем больше всего представителей от Алтайского края, Иркутской и Новосибирской областей», — сказал он.

На совещании активно обсуждалась и тема массового спорта. С Программой содействия развитию массового спорта «Олимпийская страна» и возможностями участия в ней региональных олимпийских советов коллег познакомил начальник Управления программ развития массового спорта ОКР Игорь Павлов.

«Одно из ключевых направлений Программы ОКР «Олимпийская страна» — развитие клубного спортивного движения. В рамках Программы на конкурсной основе отбираются проекты, направленные на создание новых и поддержку действующих школьных, студенческих и некоммерческих спортивных клубов. Сейчас такой конкурсный отбор проходит среди проектов региональных олимпийских советов ЦФО, СЗФО, СКФО, ЮФО и КФО. Осенью подобный конкурсный отбор будет объявлен для остальных федеральных округов», — пояснил Павлов.

По итогам совещания участники обсудили направления деятельности ОКР и свое участие в их реализации, обменялись мнениями. В ходе визита на Камчатку представители регионов также посетили горнолыжные базы «Морозная» и «Эдельвейс», биатлонный комплекс им. В.Фатьянова.

Пресс-служба минспорта РС(Я)



СИЛАЧ РОДОМ ИЗ НЕРЮНГРИ

Город Нерюнгри многим поклонникам спорта известен как земля замечательных спортсменов, физически сильных, могучих людей. "Нерюнгринский Геракл" - Николай Колодко, его сестра - чемпион мира по мас-рестлингу Татьяна Григорь, родная дочь - серебрянный призер Олимпийских игр в Лондоне по толканию ядра Евгения Колодко, борец вольного стиля, победитель многих всероссийских и международных турниров Евгений Коломиец, хоккеисты-чемпионы России из Серебряного Бора, мастера кожаной перчатки, баскетболисты, футболисты и другие.



И вот буквально в эти августовские дни выпускник 9 "Б" класса школы № 18 г.Нерюнгри Дима Греца завоевал чемпионский титул в первенстве Европы среди юношей по тяжелой атлетике в весовой категории свыше 94 кг. Внешний вид шестнадцатилетнего силача очень внушительный - 140 килограммов при росте 197 см! Чемпионат Европы проходил в г.Ландскрон (Швеция).

Разговор о том, как все было, состоялся на пресс-конференции в спорткомплексе "Дохсун" под руководством начальника Управления детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва РС (Я) Василия Ивановича Егорова - непосредственного руководителя и организатора всех достижений в детско-юношеском спорте республики.

Всегда приятно и полезно беседовать с умными людьми о деле.

Тренер

Как рассказал тренер чемпиона Никита Сергеевич Авраменко, сам тоже мастер спорта по тяжелой атлетике, кровный нерюнгринец, выпускник Хабаровской Академии физической культуры и спорта, с пятилетним стажем тренерской деятельности, этот текущий год для воспитанников Нерюнгринской РСДЮСШОР прошел довольно продуктивно. Была проделана большая работа, и со стороны тренерского коллектива и со стороны спортсменов. Ну и, конечно, со стороны руководства Управления. Старания воздались конкретными успехами. Владимир Капустин, Олег Ивлев, Никита Михайлов стали обладателями серебрянных и бронзовых медалей на финальных со-

ревнованиях VII Спартакиады России среди школьников. Есть намерение и дальше идти вперед. Не останавливаться, ни на какие преграды не реагировать. И, если надо, пробивать стены лбом.

Никита Авраменко как тренер и специалист по избранному виду спорта оставляет очень хорошее впечатление. Открытый и открытый, он отвечал на вопросы журналистов грамотно, профессионально, со знанием своего любимого дела.

По его словам, тяжелая атлетика - это высококоординационный, скоростно-силовой олимпийский вид спорта. Штанга - это такой снаряд, который в любом виде спорта может помочь очень сильно. То есть железом в первую очередь развиваются физические качества спортсмена. Если правильно работать со снарядом, это может пригодиться и в боксе, и борьбе, и беге, и прыжках, да почти во всех видах спорта. Правда, штанга - король спорта, но она нужна всем.

Что касается потенциала ребят, результат зависит от количества приложенных усилий. Если усилий будет достаточно, то можно идти на самые высокие горы, цели достигать. От спортсменов требуется колоссальная работа, это огромный труд. А от тренерского коллектива требуется максимальное усилие, увлеченность процессом. Ну и, конечно, от руководства республики - поддержка. Без этого никак. Чем выше спорт, тем острее стоят вопросы питания, витаминизации, восстановления, лечения. Олимпийский помост есть наивысшая точка в спортивной деятельности у тренера и спортсмена. Все возможно при определенных условиях. Нет ничего невозможного.

Если смог один, смогут и другие.

Сейчас основная база находится в Нерюнгри. Наибольшую часть времени занимаются там. Дмитрий Греца уже год, как был включен в состав сборной России. И остальные ребята после успешного выступления, по итогам Спартакиады, тоже стали членами сборной страны. В этом году было семь федеральных сборов за счет сборной России. Это тоже дает определенный результат. Когда спортсмены вярятся в одном котле, видят друг друга, видят соперничество, ну и, конечно, амбиции какие-то появляются. А так, в основном дома занимаются.

Как тренер Никита Авраменко старается давать ребятам посильные нагрузки в определенном возрасте. Никто из тренеров не перегружает детей, когда они только начинают заниматься. Больше работают на гибкость. Конечно, в начальных стадиях тренировки бывают и слезы на глазах. А как же иначе? Ползания по залу, и ходить не могли от растяжки.

На самом деле бытует такой стереотип, что штанга влияет на рост, но практика и жизнь показывают в точности до наоборот. Ребята, приходя на секцию, за каких-то полтора-два года вырастают выше своих родителей, на что родителям приходится только удивляться. Ну и общефизические параметры детей тоже растут. Дело в том, что занятия штангой укрепляют сосуды и суставы. Все в меру, и вообще, здорово!

Что касается результатов и динамики развития, Дима Греца растет на глазах. На позапрошлой Всероссийской Спартакиаде он был шестым, потом первый два года подряд. Конкурентов в стране

сейчас по возрасту у него нет. В мире был четвертым. На Европе спокойно и уверенно "на одной ноге" выступил. Не прилагал особых усилий. Динамика хорошая. Растет парень хорошо. Перспективы много.

Сочетание таланта, самородка, подготовки? Здесь совокупность многих вещей. И его понимание цели, которую преследует, его понимание мечты, которая у него есть, и он с пониманием относится к режиму: к режиму сна, режиму питания, режиму восстановления, отдыха, не позволяя себе ничего лишнего. То есть потихонечку идет к своей заветной цели. Здесь в совокупности и работа спортсмена, и работа тренера. Они оба много работают, много анализируют. Не стоят на месте. Когда возникают вопросы, - ответы всегда находятся. Пока препятствий нет. Талант спортсмена - это, прежде всего, упорство, все остальное можно достигнуть трудом.

Дима Греца как человек осознанно понимает, к примеру, что надо спать в десять часов, потому что он знает, для чего это делается, и здесь у него не возникают вопросы и сомнения. Парень работает осознанно, профессионально. Настроен на высокие результаты.

Что касается целей и планов, - это, конечно, золотой пьедестал Олимпийских игр. Они будут стараться к этому идти всеми "правдами и неправдами". Без трудностей, наверное, не получится. Сейчас такое время.

Дима Греца

Тяжелой атлетикой начал заниматься с десяти лет. Пришел просто подкачаться, заинтересовался, понравилось, - и начал заниматься. И вот так по сегодняшний день. К чемпионату Европы готовились хорошо, были на сборах

в Сочи и Чехии. Все сделали на высшем уровне. Разминочный помост и сам помост выступлений - классные. В России выступил на два подхода просто для первого места, без конкуренции. А на первенстве Европы пришлось стараться, чтобы выиграть. Дух соперничества там был. Это он чувствовал. Спортсмены на высоком уровне, поднимают, выигрывают. Россия в тяжелой атлетике всегда занимала первые места. Надо выполнить движения правильно, продержаться все углы, выпрямиться. Главное, думать о движении, а не о другом, что мешает во время подхода.

У него вес свыше, поэтому нет ограничений в приеме пищи. Ест то, что нужно. Это белки для поддержки мышц. С тренером друг друга понимают, работают над ошибками, поэтому понимает, как надо выступать. На следующих соревнованиях не повторит свои ошибки и подымет еще больше, чем в прошлый раз. Очень сильно переживал и из-за волнения, эмоции, поднял меньше, чем нужно было. В ближайшее время первенство мира и Европы. К ним готовиться надо будет.

Выполняют тестовые упражнения, это чтобы ноги сильнее становились - приседание 240 кг один раз, тяга 210 кг без лямок, на раз. Есть и разные упражнения. Если надо закрепить мышцы спины, то тяги, качают мышцы спины, для ног - приседы, упражнения на плечи и другие, смотря для чего надо работать.

Его отец был большой, весил 130 кг, рост 196 см и был широк в плечах. Себя богатырем не считает, как обычный юноша. Среди друзей есть занимающиеся разными видами спорта, что не мешает им общаться, понимать друг друга. Желает своим сверстникам заниматься спортом, упорно тренироваться, чтобы тренер попался хороший,

понимал и помогал всегда, родители чтобы тоже понимали и поддерживали вместе с тренером. Что очень важно. К сожалению, отец и брат умерли, сестра не работает, а мама - домохозяйка, проживают на ее пенсии. Десятилетний племянник растет богатырем, весит 70 кг.

Дима прежде всего мечтает стать олимпийским чемпионом. Для этого необходимо тренироваться, тренироваться и тренироваться. Кто больше тренируется, тот и выигрывает. Не гуляет. Режим соблюдает строго. Фанат спорта. Питается тем, что мама приготовит. У него еда самая обычная. Кумира в спорте нет, рассчитывает только на себя самого.

У министра

Чтобы и дальше дать талантливому юноше-самородку физическое совершенство и развитие, продвижение в спорте, руководство спорта республики в лице министра спорта Михаила Дмитриевича Гуляева, начальника Управления детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва Василия Ивановича Егорова, 1 зам. директора Училища Олимпийского резерва им.П.М. Дмитриева Леонида Николаевича Спиридонова провели прием тренера Нерюнгринской РСДЮСШОР Никиты Сергеевича Авраменко и его воспитанника Димы Греца. В деловом разговоре были затронуты вопросы зачисления на 1 курс УОР Димы Греца, зачисления штатным тренером в отделение тяжелой атлетики УОР Никиты Сергеевича Авраменко и создания всех необходимых условий для тренировок и подготовки высококлассных спортсменов.

Началась подготовка к чемпионату мира среди юниоров по тяжелой атлетике. Успехов!

Василий ПОСЕЛЬСКИЙ.





«БЛАГОДАРЯ», ЗОЛОТАЯ БОЛГАРИЯ!

Василий Егоров стал чемпионом Европы по боксу!



«Благодаря» - по-болгарски означает «спасибо». Болгарская земля всегда была благосклонна к якутским спортсменам. В 2001 году в городе Софии чемпионом мира по вольной борьбе стал легендарный Герман Контоев, в 2006 году в Пловдиве свою третью победу на чемпионате Европы одержал наш прославленный боксер Георгий Балакшин. Победные традиции продолжают! Именно здесь свою первую крупную победу на взрослом ринге добился флагман сегодняшнего бокса Якутии Василий Егоров – в городе Самокове 21-летний якутянин завоевал титул чемпиона Европы.



Болгария – замечательная страна с очень дружелюбным и приветливым народом. Столица государства – город София, что в переводе с греческого означает мудрость, мастерство. Болгария одна из самых старых стран Европы, которая первая из всех ввела кириллицу, созданную просветителями славян братьями-монахами Кириллом и Мефодием. Это неудивительно, ведь они сами были болгарами. Для любителей спорта Болгария прежде всего ассоциируется со знаменитыми футболистами Христо Стоичковым, Димитаром Бербатовым, борцами Валентином Иордановым, Радославом Великовым, теннисистом Григором Димитровым, боксером Серафимом Тодоровым и многими-многими другими. Кстати, Тодоров присутствовал на соревнованиях. Этот человек известен всему миру не только своими громкими титулами, но и прежде всего тем, что нанес единственное

поражение великому Флойду Мейвезеру. Было это в 1996 году в полуфинале Олимпиады в Атланте. Как признался трехкратный чемпион мира, серебряный призер ОИ-1996 Серафим Тодоров, Мейвезер каждый год просит у него реванш, предлагая немислимые гонорары. Ну, не будем отвлекаться – перейдем к чемпионату Европы.

Чемпионат Европы-2015 проходил не в столице страны, а в маленьком городке Самоков, что находится в 70 км от Софии. Соревнования Старого Света являлись отборочным этапом к чемпионату мира, который пройдет в октябре в Катаре. Отметим, что поболеть за Василия Егорова в Болгарию вылетела армия якутских болельщиков. Группа поддержки была неподражаема. Якутяне с громкими речевками, национальным флагом поддерживали не только своего земляка, но и всех российских боксеров. Их даже похвалил главный тренер сборной России Александр Лебзяк.

Неудачный старт для россиян

Если на прошлом ЧЕ в Минске россияне «катком» прошли по соперникам, то в этот раз старт сборной РФ на европейском ринге получился не таким, как хотелось

бы. Половина состава команды были уже на ранней стадии турнира. В весе до 81 кг Идрис Шахманов в стартовом бою уступил ирландцу Йозей Уорду – 0:3 (25:30, 27:30, 26:30). На стадии 1/8 финала потерпели фиаско Вячеслав Ташкараков (до 52 кг) и Раджаб Бутаев (до 69 кг). Ташкараков уступил французцу Эли Конки – 0:3 (28:29, 28:29, 28:29), а Бутаев – ирландцу Адаму Патрику Нолану – 0:3 (28:29, 28:29, 28:29).

На этом беды сборной России не закончились. В четвертьфинале фиаско потерпели сразу два российских боксера. Адлан Абдурашидов (до 60 кг) уступил Отару Ераносяну из Грузии, а супертяжеловес Магомед Омаров (+91 кг) проиграл Петару Белберову из Болгарии.

Ситуация для тренерского штаба сборной России стала просто критической. Однако дело поправили оставшиеся четыре боксера, которые с блеском прошли полуфинал и дальше на одном дыхании завоевали золотые награды. В числе этих героев был якутянин Василий Егоров, который спустя 9 лет принес Якутии золотую медаль Старого Света.

Напомним, что в последний раз из якутских боксеров на европейском ринге выступал Георгий Балакшин. В 2011 году в турецкой Анкаре легендарный спортсмен выиграл серебряную медаль в весовой категории до 51 кг. До этого Балакшин три раза выигрывал аналогичные старты (Пермь-2002, Пула-2004, Пловдив-2006). Давайте вспомним, как Василий Егоров до был долгожданную победу.

¼ финала. Егоров-Кармона

Задачей-минимум для Василия, как и у остальных боксеров, было войти в шестерку лучших, что давало право участвовать на мировом первенстве. А там, как известно, уже будут разыгрываться именитые олимпийские лицензии. Действующий чемпион России в весе до 49 кг в первом круге был свободным, поэтому начал свое выступление сразу со стадии четвертьфинала. Таким образом, для выполнения минимального плана Василию достаточно было выиграть один бой. И он справился со своей первоочередной задачей! На стадии ¼ финала якутский боксер со счетом 3:0 переиграл испанца Самуэля Кармона Эредиа и вышел в полуфинал чемпионата Европы.

Однако бой выдался не таким простым. В начале раунда действующий чемпион России пропустил несколько ощутимых ударов, действуя слишком открыто. Это заставило понервничать не только тренеров, но и болельщиков. Кармона Эредиа старался задавить мощью, полагаясь на свой жесткий правый удар. Первый раунд получился равным, но дальше уже «балом правил» Василий Егоров. Лидер сборной России стал успешно работать на контратаках,





взрывался сериями ударов и, главное, - попадал. Пару красивых комбинаций якутского спортсмена зал встретил аплодисментами. Стало заметно, что Егоров заметно превосходит своего визави в скорости и тактике, действовал гораздо умнее и разнообразнее. В концовке третьего раунда судья снял очко у испанца за то, что тот открыто шел головой на соперника. Но и без этого было уже понятно, что победа должна достаться российскому спортсмену. Так и вышло. Итоговый счет 3:0 (30:26, 29:27, 30:26) – Василий Егоров в полуфинале чемпионата Европы! Тем самым он обеспечил себе как минимум бронзовую медаль, так как в боксе не бывает борьбы за третье место. Как заметили наши тренеры, в начале боя Василий немного суетился, не зря говорят, первый бой – он трудный самый.



½ финала. Егоров - Банабаков

За выход в финал якутянин взял верх над хозяином ринга Тинко Банабаковым из Болгарии и тем самым задал победный тон для российской команды. Поединок получился упорным, первые два раунда остались за Егоровым, но болгарский боксер прибавил в концовке встречи и заставил понервничать при оглашении итогов. Однако судьи отработали четко и справедливо, отдав заслуженную победу россиянину.

«Вася не должен был отдавать инициативу в третьем раунде, все-таки против него был хозяин ринга. Тем не менее первые два раунда он провел хорошо. Конечно, выход в финал такого престижного турнира дорогого стоит, но мы не хотим останавливаться на достигнутом. Мы должны выиграть золотую медаль. Думаю, нам это по силам», - сказал после полуфинального боя личный тренер Василия Артур Пахомов.

Финал. Егоров - Хорн

Соперником Василия Егорова по финалу стал 20-летний британец Харви Хорн, который в полуфина-

ле в упорном бою с минимальным счетом победил триумфатора вторых Юношеских Игр в китайском Нанкине Руфата Гусейнова из Азербайджана - 3:0 (30:27, 30:27, 30:27). Интересно, что именно этого боксера месяц назад победил другой российский боксер Батор Сагалуев на Европейских Играх в Баку.

В этом бою Василий показал свой лучший бокс на болгарском ринге. Все три раунда прошли под подавляющим преимуществом чемпиона России. Как говорится, порхал как бабочка, жалил как пчела. Без преувеличения, представитель якутской школы бокса по всем статьям разобрал крепкого британца. Судьи отдали победу россиянину единогласным решением. Теперь Вася чемпионом не только России, но и всей Европы! В этом году якутские спортсмены просто балуют нас победами на континентальных первенствах. Вспомните триумф Айаала Макарова в спортинге, борцов вольного стиля - Айаала Лазарева на чемпионате Азии и Виктора Лебедева на Европейских Играх. Теперь «эстафетную палочку» перехватил Василий Егоров. Поздравляем молодого спортсмена с первым большим успехом и желаем успеха на чемпионате мира!

После финального боя своим мнением поделился первый заместитель министра спорта Якутии,

бронзовый призер Олимпийских игр, чемпиона мира, трехкратный чемпион Европы Георгий Балакшин.

«Теперь, я думаю, можно с уверенностью сказать, что в этом весе у нас появился очень интересный, самобытный боксер, способный решать любые задачи на любом уровне, с чем хочу поздравить и Федерацию бокса России, и самого Василия, - сказал Георгий Балакшин. - Что касается непосредственно боя, на мой взгляд, Егоров выиграл все три раунда, несмотря на то, что судьи последний отдали англичанину. Первые два раунда он действовал первым номером, в третьем, почувствовав, видимо, что побеждает, начал контратаковать, но и то, и другое у него получалось одинаково хорошо. Несмотря на то, что некая усталость все же чувствовалась в действиях, он достаточно много двигался в ринге, проводил неожиданные для соперника атаки с дистанции, выбрасывая очень эффективные удары сбоку. Почти все попали в цель. В нужных ситуациях сблизился, начиная атаки с корпуса с переводом на голову. В общем, с головой, как мы говорим, боксировал.... А англичанин, если честно, мне больше понравился в предыдущем полуфинальном бою, чем сегодня. Может быть, потому что там соперник ему многое позволял? Но это, опять же, пока-

затель мастерства Егорова. Да, в третьем раунде Василий поменял приносившую ему победную тактику – чуть потолкался, побоялся с соперником, но он, повторюсь, и этот раунд не проиграл».

Сборная России - первая в общем зачете!

Помимо Василия Егорова награды высшей пробы в копилку сборной России принесли Виталий Дунайцев (64 кг), Петр Хамуков (75 кг) и Евгений Тищенко (91 кг). С четырьмя золотыми медалями российская команда стала лучшей в общекомандном зачете. Вторыми стали ирландцы (2-0-1), третьими - британцы (1-4-1). Напомним, что в прошлом чемпионате Европы-2013 в Минске российские боксеры завоевали пять золота, одно серебро и три бронзы. Награды высшего достоинства тогда принесли Давид Айрапетян (49 кг), Армен Закарян (64 кг), Александр Беспутин (69 кг), Никита Иванов (81 кг) и Алексей Егоров (91 кг).

По итогам чемпионата Европы Тищенко, Егоров, Дунайцев, Хамуков и Абдурашидов (6 место) получили право выступить на октябрьском чемпионате мира в Дохе (Катар). Ранее этого права добился Бахтовар Назиров (до 56 кг), победивший на Европейских играх. На мировом первенстве будут разыгрываться олимпийские лицензии - от одной до трех в зависимости от категории.

На данный момент из россиян олимпийские лицензии имеют - Миша Алоян (52 кг, AIBA Pro), Владимир Никитин (56 кг, WSB), Армен Закарян (64 кг, AIBA Pro), Раджаб Бутаев (69 кг, WSB) и Андрей Замковой (69 кг, AIBA Pro), Петр Хамуков (75 кг, WSB) и Артем Чеботарев (75 кг, AIBA Pro), Алексей Егоров (91 кг, AIBA Pro). На Играх-2016 можно будет выставить лишь одного боксера в каждой категории. Пока команда Лебзяка не имеет путевок всего в четырех весовых категориях – 49 кг, 60 кг, 81 кг и свыше 91 кг. Для этих боксеров шанс обратиться на главный старт четырехлетия представится на чемпионате мира, а затем на квалификационных турнирах в Стамбуле и Баку. Соответственно, впереди все самое интересное. До встречи в Катаре!

Чемпионы и призеры:

- До 49 кг.**
1. ВАСИЛИЙ ЕГОРОВ (РОССИЯ)
 2. Харви Хорн (Великобритания)
 3. Тинко Банабаков (Болгария) и Ришат Хусейнов (Азербайджан)

- До 52 кг**
1. Даниэл Асенов (Болгария)
 2. Мухаммад Али (Великобритания)
 3. Нандор Ксака (Венгрия) и Хосе Келвин Де ла Ньеве-Линарес (Испания)

- До 56 кг**
1. Майкл Джон Конлан (Ирландия)
 2. Кайс Ашфак (Великобритания)
 3. Франческо Майетта (Италия) и Арам Авагян (Армения)

- До 60 кг**
1. Джозеф Кордина (Великобритания)
 2. Отар Ераносян (Грузия)
 3. Энрико Лакруз (Нидерланды) и Элиан Димитров (Болгария)

- До 64 кг**
1. ВИТАЛИЙ ДУНАЙЦЕВ (РОССИЯ)
 2. Пэт Маккормак (Великобритания)
 3. Эвальдас Петраускас (Литва) и Дин Уильям Уолш (Ирландия)

- До 69 кг**
1. Эймантас Станионис (Литва)
 2. Павел Костромин (Белоруссия)
 3. Кларенс Ибрагим Гойерам Боянг (Швеция) и Юба Сиссоко Ндиайе (Испания)

- До 75 кг**
1. ПЁТР ХАМУКОВ (РОССИЯ)
 2. Томаш Яблонски (Польша)
 3. Заал Квачатадзе (Грузия) и Сальваторе Кавалларо (Италия)

- До 81 кг**
1. Джозеф Уорд (Ирландия)
 2. Петер Мулленберг (Нидерланды)
 3. Хрвое Сеп (Хорватия) и Джошуа Буатси (Великобритания)

- До 91 кг**
1. ЕВГЕНИЙ ТИЩЕНКО (РОССИЯ)
 2. Игор Павел Якубовски (Польша)
 3. Т.Пулев (Болгария) и Т.Гришунинс (Латвия)

- Свыше 91 кг**
1. Филип Хргович (Хорватия)
 2. Флориан Шульц (Германия)
 3. М.Нистор (Румыния) и П.Белберов (Болгария)

Николай БЯСТИНОВ.





Василий Егоров: "Моя следующая цель – путевка на Олимпиаду"

Спустя девять лет затишья 21-летний уроженец села Хара Мегино-Кангаласского улуса Василий Егоров принес Якутии долгожданную золотую медаль чемпионата Европы по боксу. Теперь якутский боксер не только чемпион России, но и всего Старого Света. Впереди его ждет чемпионат мира, где будут разыгрываться именные олимпийские путевки.



Карьера Василия Егорова похожа на поучительный рассказ под названием «Чемпионами не рождаются, а становятся». Будучи юношей, наш герой звезд с неба не хватал - не выигрывал ни первенства России, ни Международные Игры «Дети Азии» и тому прочее. Был хорошим старательным боксером. Однако, Василий каждый день совершенствовался, трудился в поте лица и мечтал когда-нибудь стать олимпийским чемпионом. Неписанный закон спорта гласит: те, кто полностью отдаёт себя тренировкам и несмотря ни на что идут к своей цели, - их труд когда-нибудь обязательно вознаграждается. И вот Егоров впервые громко заявил о себе в 18-летнем возрасте. В 2011 году он неожиданно для всех стал победителем первенства России среди юниоров в подмосковном Голицыне. «Тогда меня никто не знал, выступал в роли «темной лошадки». Можно сказать, сотворил сенсацию», - вспоминает будущий чемпион Европы.

С этого момента карьера молодого боксера пошла по нарастающей. Через год Василий вновь выиграл юниорское первенство страны в городе Новосибирске, а затем удостоился бронзовой награды первенства Европы-2012 в Калининграде. На этом Егоров не успокоился и в 2013 в году в Оренбурге стал уже трехкратным победителем первенства РФ среди юниоров.

В том же году Василий решил впервые попробовать себя на взрослом чемпионате

России, который проходил в Хабаровске. И не прогадал. С первой же попытки 19-летний боксер занял второе место, уступив по очкам лишь неоднократному чемпиону России, вице-чемпиону Европы Бэлику Галанову из Бурятии.

Дальше – больше. Следующий 2014 год выдался необычайно «урожайным». Василий Егоров выиграл все, что возможно было выиграть. А самое главное – за весь сезон не проиграл ни одного боя.

Во-первых, выиграл престижный международный турнир класса «А» в Хабаровске и тем самым выполнил норматив мастера спорта РФ международного класса. Неугомонный якутский боксер также стал победителем чемпионата РФ среди студентов, триумфально выступил на Спартакиаде молодежи России в Казани и на чемпионате мира среди студентов в Якутске. Ну, а самым главным успехом года стала победа во взрослом чемпионате России в Ростове-на-Дону. Тогда в финале новоиспеченный чемпион страны со счетом 3:0 одолел своего опытного земляка Александра Самойлова, выступающего за Хабаровский край. Свой главный бой Василий провел в полуфинале, где по всем статьям разоборался с главным фаворитом соревнований – двукратным чемпионом Европы, двукратным призером мира, призером Олимпийских игр-2012, шестикратным чемпионом России Давидом Айрапетяном (3:0). В этом бою Василий полностью переиграл своего

именитого конкурента и на деле доказал, что уже сегодня готов к роли лидера национальной сборной. Не зря организаторы чемпионата присудили якутскому мастеру специальный приз «За волю к победе».

Заметный прогресс молодого боксера можно еще объяснить тем, что он вовремя попал в руки многоопытного тренера Артура Пахомова, который является первым тренером нашего олимпийца Георгия Балакшина. Кстати, Георгий впервые стал чемпионом России в 18 лет, а чемпионом Европы - в 20. Практически как Егоров. Чувствуете параллель?

В текущем сезоне Василий Егоров провел множество боев на полупрофессиональном ринге в рамках Всемирной серии бокса, где разыгрывались олимпийские путевки. Выиграл бои против представителей Великобритании, Алжира, Китая и Марокко, но, увы, на выезде уступил мексиканцу Хоселито Веласкесу. Этот проигрыш не сломил дух якутянина, и сегодня он завоевал титул чемпиона Европы...

После успеха в Болгарии Василий подвел итоги своего выступления, поделился настроением перед мировым первенством, а также рассказал, как он впервые пришел в бокс.

- Василий, поздравляю с первым серьезным успехом на взрослом ринге! Как тебе далась эта победа?

- Спасибо большое. Это пока самый большой успех на взрослом уровне. Был отлич-



но готов к этим соревнованиям. Ехал в Болгарию только за золотой медалью. Рад, что оправдал доверие тренерского штаба и болельщиков. Сейчас я чувствую гордость за свою страну, за всю Россию и за родную Якутию. Хочу поблагодарить всех, кто за меня болел, кто переживал и кто меня поддерживал, своего личного тренера Артура Пахомова, спортивное руководство республики. Это не только моя победа - это наша общая победа.

- Финальный бой против британца Харви Хорна ты выиграл очень уверенно. Какой из поединков чемпионата Европы стал для тебя самым сложным?

- Думаю, что в финале показал свой лучший бокс, а вот самым тяжелым был полуфинальный бой с болгаринцем. Выиграв два раунда, в концовке отдал инициативу. Видимо, сказалось то, что я был свободным в первом круге. Долго не мог войти в колею. Почти неделю ждал, чтобы выйти на ринг. Для меня лучше боксировать, чем ждать.

- В каждом бою ты демонстрировал разнообразный бокс. Работал то первым номером, то вторым. Ты выбираешь тактику в зависимости от противника?

- Да, каждый раз стараюсь совершенствовать свой бокс. Могу боксировать первым номером, когда надо идти в размен. Могу также спокойно работать вторым номером и ловить на контратаках. Смотря какой противник. К каждому сопернику надо приспосабливаться. Должен быть другой подход. Иначе в современном боксе никак. Со временем научился менять

и стойку. Могу боксировать левой и правой. Оттачивал ее годами. Сейчас уже привык, все автоматом получается. Бокс – это ведь не только удары, но и тактика. Как в шахматах.

- Расскажи, как ты пришел в бокс? Почему выбрал именно этот вид спорта?

- Мой старший брат Николай раньше занимался боксом, является мастером спорта России. В свое время даже два раза становился победителем первенства страны среди юношей. Именно старший брат меня в детстве заразил боксом. Сейчас он работает тренером. Стараюсь всегда со мной ездить на соревнованиях.

- Ты сказал, что твой брат Николай был боксером. Кто еще в твоей семье занимался спортом?

- Вообще, я из спортивной семьи, где здоровый образ жизни и физическая культура превыше всего. Отец увлекается лыжным спортом, мать – бывшая легкоатлетка. Старшая сестра Алена занималась волейболом, другой старший брат Михаил занимал призовые места на республиканских соревнованиях по национальным прыжкам.

- Полагается ли чемпиону Европы заслуженный отдых, или сразу поедете на сборы? Дальше, какие планы?

- Отдохнем всего девять дней, а затем снова тренировки и сборы. Съезжу к родным, наберусь сил. Очень соскучился по малой родине, почти полтора месяца не был дома.

- Не устаешь от такого плотного графика и множества перелетов, сборов?

- Да нет, это ведь наша работа. Моя цель – золотая олимпийская медаль. Она является моим стимулом, и я буду к ней стремиться. Спортсмен ведь должен быть максималистом. Первый шаг к Рио-2016 уже сделан. Теперь осталось успешно выступить на чемпионате мира в Катаре.

- По нынешним правилам олимпийскую путевку получает только финалист чемпионата мира. Готов ли ты к этому?

- Я постараюсь сделать все, чтобы выступить максимально достойно. Будет сложно, но я чувствую, что готов к выполнению этой задачи. В сборной России в моем весе здоровая конкуренция, поэтому опускать планку нельзя.

- После завершения карьеры Георгия Балакшина во взрослом уровне у нас, мягко говоря, образовался застой. И вот твои яркие победы в последние годы стали настоящим лучом надежды для якутских болельщиков. Как ты к этому относишься?

- Очень приятно такое слышать. Знаю, что многие на меня очень надеются, переживают и желают успеха. Это большая ответственность и в то же время огромный стимул. Надежды людей меня окрыляют на новые высоты. Теперь все зависит от меня. Путь обещает быть нелегким, но я готов к трудностям. Буду работать и дальше приносить радость своим землякам. Уверен, что главные мои успехи еще впереди.

Николай БЯСТИНОВ.





Приятно вспомнить!



Два российских рекордсмена по числу побед в чемпионатах Европы – Александр Малетин и Георгий Балакшин

В связи с победой Василия Егорова в чемпионате Европы освежим память и вспомним великолепные победы Георгия Балакшина в чемпионатах Старого Света.

Про достижение Балакшина вспомнили и комментаторы телеканала «Боец». Они сокрушались, что капитан сборной России не смог стать 4 года назад в Турции четырехкратным чемпионом Европы. В конце, перечислив фамилии выдающихся советских и российских боксеров, подытожили, что никому из отечественных боксеров не удалось стать четырехкратными чемпионами Старого света.

Вспомним о них и мы, благо есть повод. Советские и российские боксеры, по три раза становившиеся чемпионами Европы: Владимир Енгибарян (1953, 1957, 1959 – здесь и далее после фамилий боксеров приводятся годы их триумфов в чемпионатах Европы), Олег Григорьев (1957, 1963, 1965), Андрей Абрамов (1957, 1959, 1961), Рикардас Тамулис (1961, 1963, 1965), Виктор Рыбаков (1975, 1979, 1981), Василий Шишов (1981, 1983, 1987), Александр Ягубкин (1981, 1983, 1985), Исраэль Акопкоян (1985, 1989, 1991).

По-разному сложились их судьбы. Первый советский трикратный чемпион Енгибарян с 1993 года жил в Ка-

лифорнии и умер в феврале 2013 года. Андрей Васильевич Абрамов скончался в мае 1995 года, когда ему было 59 лет. Рикардас Тамулис в апреле 2008 года погиб трагически, при неизвестных обстоятельствах упал с балкона. Александр Ягубкин внезапно умер два года назад в Донецке. Ему было всего 52 года.

Из советских триумфаторов в чемпионатах Европы ныне здравствуют четверо, то есть половина советских рекордсменов. 58-летний Виктор Рыбаков и 77-летний Олег Григорьев – московские пенсионеры. 54-летний Василий Шишов живет и работает в родном городе – Самаре. Исраэль Акопкоян в последние годы занимался политикой, живет в Армении.

А из российских боксеров европейскими трикратными стали только двое. Это – наш Георгий Балакшин (2002, 2004, 2006) и его друг по сборной страны Александр Малетин (2000, 2002, 2004). Малетин живет и трудится в Нижневартовске. Ровно год назад (по приглашению Балакшина) приезжал в Якутск во время чемпионата мира среди студентов. Александр Иванович сейчас официальное лицо – главный тренер сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа.

– Мы с Гошей нередко были спарринг-партнерами, – вспоминал он про былые годы автору этих строк, – и весело, играючи бокси- ровали. Он в шутку говорил: «Ну, все, Саня, конец тебе! Я сейчас тебя нокаутирую!» «Ах, так да?!» – я при-

нимал его игру, нарочито делал суровое лицо, и мы стремительно кружились по рингу. Ну, у меня вес-то больше, и я шел вперед. А он уходил красиво, очень легко двигался, ловко уклоняясь от ударов. Гоша быстрый, шустрый. Мне тоже приходилось «включать скорость» и передвигаться также быстро, как и он. А ему, чтобы уходить от атак боксера, который намного его тяжелее (а значит, и удары весомее) – нужно двигаться вдвое быстрее, чтобы не попасть под его удары. Гоша – большой мастер, настоящий талант.

Из всего написанного логично вытекает вопрос: «А кто является абсолютным рекордсменом по числу выигранных чемпионатов Европы?» Это – поляк Збигнев Петшиковский (1955, 1957, 1959, 1963). Петшиковский (1934 года рождения) – выдающийся боксер, три раза становился призером Олимпийских Игр, одиннадцатикратный чемпион Европы. Позже был известен как тренер и спортивный функционер, умер в мае прошлого года в польском городе Бельско-Бяла. Кстати, Збигнев Пет-

шиковский спокойно мог бы стать и пятикратным чемпионом Старого Света. Чемпионат Европы 1961 года он пропустил из-за травмы.

В спорте разговоры типа «если бы да кабы» не имеют права на существование, но все же жаль, что наш Георгий Балакшин не повторил в 2011 в Турции «бородатый» рекорд поляка Петшиковского. Но, думаю, рекорды Балакшина и Малетина простоят довольно долго. Да, есть ряд российских боксеров, которые по два раза побеждали в чемпионатах Европы. Но Раимкуль Малахбеков (1993, 2002) и Евгений Макаренко (2002, 2004) давно повесили перчатки на гвоздь, а Александр Поветкин (2002, 2004), Артур Бетербиев (2006, 2010) и Егор Мехонцев (2008, 2010) – теперь профессиональные боксеры. Альберт Селимов (2006, 2010) поменял гражданство, выступает за сборную Азербайджана. В июне он стал чемпионом I Европейских Игр. А ветеран сборной Давид Айрапетян (2006, 2013) год назад в полуфинале чемпионата России сенсационно проиграл нашему Василию Егорову.



Георгию Руслановичу есть что вспомнить о былых боях

Все бои Георгия Балакшина в чемпионатах Европы

Чемпионат Европы-2002. Пермь (Россия)

1/8. БАЛАКШИН – Рустам Рахимов (Германия) – 21:8
¼. БАЛАКШИН – Руфат Мамедов (Азербайджан) – RSCO 2
½. БАЛАКШИН – Игорь Самойленко (Молдавия) – RSCO 3
Финал. БАЛАКШИН – Александр Александров (Болгария) – 28:18

Чемпионат Европы-2004. Пула (Хорватия)

1/16. БАЛАКШИН – Вахаган Авагян (Армения) – 16:8
1/8. БАЛАКШИН – Бато-Мунко Ванкеев (Белоруссия) – WO
¼. БАЛАКШИН – Джером Томас (Франция) – 37:17
½. БАЛАКШИН – Рустам Рахимов (Германия) – 26:15
Финал. БАЛАКШИН – Николос Изория (Грузия) – 39:21

Чемпионат Европы-2006. Пловдив (Болгария)

1/8. БАЛАКШИН – Франтишек Фабер (Чехия) – 27:3
¼. БАЛАКШИН – Игорь Самойленко (Молдавия) – 34:16
½. БАЛАКШИН – Бато-Мунко Ванкеев (Белоруссия) – 28:9
Финал. БАЛАКШИН – Самир Маммадов (Азербайджан) – 43:30

Чемпионат Европы-2011. Анкара (Турция)

1/16. БАЛАКШИН – Иван Фигуренко (Белоруссия) – 22:6
1/8. БАЛАКШИН – Селчук Екер (Турция) – 15:13
¼. БАЛАКШИН – Стефан Иванов (Болгария) – 16:10
½. БАЛАКШИН – Винченцо Пикарди (Италия) – 27:19
Финал. Эндрю Селби (Уэльс) – БАЛАКШИН – 13:10

RSCO – Победа ввиду превышения разницы в 15 ударов.
WO – Победа ввиду неявки соперника

Euroboxing-2015:

выступление российских боксеров, или статистика свидетельствует



Василий ЕГОРОВ



Виталий ДУНАЙЦЕВ



Евгений ТИЩЕНКО



Петр ХАМУКОВ

1/16 финала

75 кг. Петр ХАМУКОВ – Мартин Ларсен (Норвегия) – 3:0
81 кг. Джо Уорд (Ирландия) – Идрис ШАМХАНОВ – 3:0

1/8 финала

52 кг. Эли Конки (Франция) – Вячеслав ТАШКАРКОВ – 3:0
60 кг. Адлан АБДУРАШИДОВ – Эдгарас Скурделис (Литва) – 3:0
64 кг. Виталий ДУНАЙЦЕВ – Евгений Долголевец (Белоруссия) – 3:0
69 кг. Адам Нолан (Ирландия) – Раджаб БУТАЕВ – 3:0
75 кг. Петр ХАМУКОВ – Ибрагим Булафдал (Бельгия)
91 кг. Евгений ТИЩЕНКО – Даррен О'Нейл (Ирландия) – 3:0
+ 91 кг. Магомед ОМАРОВ – Гвидо Вианелло (Италия) – 2:1

Четвертьфиналы

49 кг. Василий ЕГОРОВ – Самуэль Кармона (Испания) – 3:0
60 кг. Отар Ераносян (Грузия) – Адлан АБДУРАШИДОВ – 3:0
64 кг. Виталий ДУНАЙЦЕВ – Дмитрий Галагот (Молдавия) – 3:0
75 кг. Петр ХАМУКОВ – Валерий Харламов (Украина) – 3:0
91 кг. Евгений ТИЩЕНКО – Сергей Корнеев (Белоруссия) – 3:0
+ 91 кг. Петар Белберов (Болгария) – Магомед ОМАРОВ – 3:0

Полуфиналы

49 кг. Василий ЕГОРОВ – Тинко Банабаков (Болгария) – 3:0
64 кг. Виталий ДУНАЙЦЕВ – Дин Уолш (Ирландия) – 3:0
75 кг. Петр ХАМУКОВ – Заал Квачатадзе (Грузия) – 3:0
91 кг. Евгений ТИЩЕНКО – Тервел Пулев (Болгария) – 3:0

Финалы

49 кг. Василий ЕГОРОВ – Харвей Хорн (Англия) – 3:0
64 кг. Виталий ДУНАЙЦЕВ – Пат МакКормак (Англия) – 3:0
75 кг. Петр ХАМУКОВ – Томаш Яблонский (Польша) – 3:0
91 кг. Евгений ТИЩЕНКО – Игорь Якубовский (Польша) – WO

Все 40 российских чемпионов Европы

В советский период чемпионами Европы становились 61 боксер сборной СССР. А в «новейшее время» ровно 40.

Раимкуль МАЛАХБЕКОВ (1993, 2002), Игорь КНЫШИН (1993), Алексей ЛЕЗИН (1996, 2000), Альберт ПАКЕЕВ (1996), Александр МАЛЕТИН (2000, 2002, 2004), Александр ЛЕОНОВ (2000), Александр ЛЕБЗЯК (2000), Сергей КАЗАКОВ

(2002, 2004), Георгий БАЛАКШИН (2002, 2004, 2006), Тимур ГАЙДАЛОВ (2002), Андрей МИШИН (2002), Михаил ГАЛА (2002), Евгений МАКАРЕНКО (2002, 2004), Александр ПОВЕТКИН (2002, 2004), Геннадий КОВАЛЕВ (2004), Олег САИТОВ (2004), Гайдарбек ГАЙДАРБЕКОВ (2004), Александр АЛЕКСЕЕВ (2004), Алексей ТИЩЕНКО (2006), Давид АЙРАПЕТАН (2006, 2013), Али АЛИЕВ (2006), Альберт СЕЛИМОВ (2006, 2010), Андрей БАЛАНОВ (2006), Матвей КОРОБОВ (2006), Артур БЕТЕРБИЕВ (2006, 2010), Ислам ТИМУРЗИЕВ (2006), Леонид КОСТЫЛЕВ (2008), Егор МЕХОНЦЕВ (2008, 2010), Миша АЛОЯН (2010), Эдуард АБЗАЛИМОВ (2010), Артем ЧЕБОТАРЕВ (2010), Сергей КУЗЬМИН (2010), Армен ЗАКАРЯН (2013), Александр БЕСПУТИН (2013), Никита ИВАНОВ (2013), Алексей ЕГОРОВ (2013), Василий ЕГОРОВ (2015), Виталий ДУНАЙЦЕВ (2015), Петр ХАМУКОВ (2015), Евгений ТИЩЕНКО (2015).

Материалы подготовил Федор РАХЛЕЕВ.



Виктор Лебедев: «Наверное, моя борьба скучная, но в спорте важен результат»

Легковес сборной России Виктор Лебедев готов к чемпионату мира лучше, чем год назад. Так считает сам двукратный чемпион мира, о чем он поведал в интервью, которое дал корреспонденту wrestdag.ru на проходящих в эти дни в Кисловодске сборах национальной команды по вольной борьбе.

- После твоей неудачи на прошлогоднем чемпионате мира приходилось слышать, что ты проиграл, потому что не смог восстановиться после сгонки веса. Не повторится ли это в Лас-Вегасе?

- Действительно, в Ташкенте я очень тяжело сошел. В какой-то момент даже хотел отказаться от поездки на чемпионат мира. Я ведь понимал, что у меня нет достаточного объема проделанной работы для сгонки веса, последующего восстановления, а потом еще и проведения нескольких схваток, однако, все же рассчитывал на резервы организма. Увы, проиграл чемпиону мира Хасану Рахими. Не хочу оправдываться, мол, не восстановился. Проиграл, значит, где-то не доработал. В этом году вряд ли такое повторится. Чувствую себя совсем по-другому, набрал необходимый объем, восстанавливался и на Евроиграх, и на чемпионате России довольно-таки неплохо.

- Жаждешь взять реванш у иранца?

- Не то чтобы у меня были какие-то реваншистские настроения, но победиться с Рахими хотелось бы. Прежде всего, чтобы и тренеры, и я сам смог оценить результаты своей работы. И, конечно, хочется порадовать болельщиков наградой высшей пробы.

- Ты обычно побеждаешь с небольшим перевесом в баллах, в том числе соперники, явно уступающие тебе в классе. Почему не пытаешься развить успех? Чем объясняется такая тактика?

- Наверное, моя борьба скучная для зрителя, но в спорте важен резуль-

тат. Даже не знаю, как ответить на этот вопрос, просто так складывается. Бывает так, что всё выходит неосознанно, а иногда по ходу схватки, складывающейся в мою пользу, начинаю думать о том, что через 15 минут следующий поединок, что надо сэкономить силы. У каждого поединка свои особенности, своя история.

- Как воспринял информацию о том, что Джамал Отарсултанов будет бороться за путевку на Олимпиаду в весе до 57 кг?

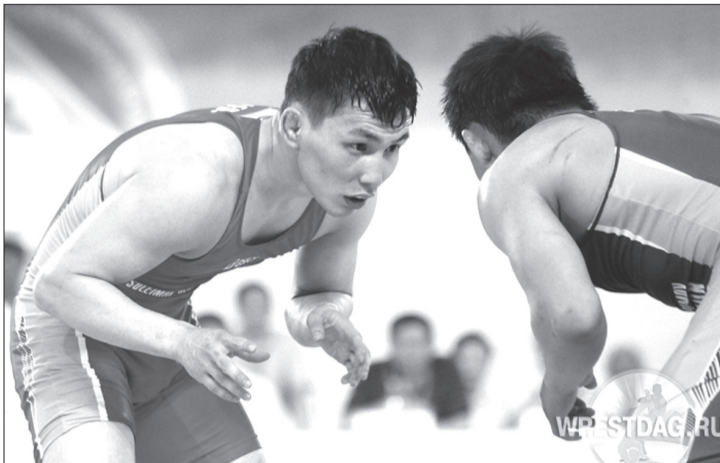
- Воспринял довольно спокойно. Этот вес открыт для всех, всем, как говорится, добро пожаловать в 57. Джамал - не простой боец, олимпийский чемпион, мы довольно хорошо знаем друг друга. Могу только пожелать и нам с Джамалом, и всем остальным легковесам удачи, и пусть победит сильнейший!

- Но на схватку с Джамалом, в случае если встретитесь, наверняка будешь настраиваться по-особому?

- Не только на него. Есть еще молодые Мусукаев и Тускаев, опытные Богомоев, Исрапилов и Гебеков, растут сильные якутские легковесы. Так что все ребята достойны победы, и со всеми будет непросто.

- Когда после чемпионата России 2012 года ты долгое время отсутствовал, ходили слухи, что ты собираешься выступить за другую страну. Было такое?

- Да, были предложения из нескольких стран бороться за них. Я посоветовался с тренерами, со старшими товарищами, и они убедили меня, что я вновь могу стать лидером в своем весе в России. Я их послушался



и начал работать. Тем более что очень соскучился по нашей международной борцовской семье, по сборам, тренировкам.

- Виктор, ты помогаешь молодым якутским борцам, выдаешь им премии от себя, делишься опытом, что тебя заставляет это делать?

- Считаю своим долгом помогать молодым, для них это тоже стимул. Мне самому было бы приятно, если бы меня, когда я был юношей, поддерживали именитые борцы Якутии. В таком возрасте очень важна поддержка как моральная, так и материальная. Ребята молодцы, они сегодня показывают результаты, и это обнадеживает.

- Кого считаешь самым перспективным якутским борцом, который в будущем мог бы занять место лидера в сборной Саха-Якутии?

- Честно говоря, трудный вопрос. Сейчас именно в категории до 57 кг в Якутии высокая конкуренция. Не хочется никого обидеть или забыть, но выделил бы Дмитрия Аксенова, Арьяна Тютрина и Николая Охлопкова. Эти ребята прогрессируют на глазах.

- А Виктор Рассадин? Многие специалисты о нём лестно отзываются.

- С Рассадиным мы занимаемся у одного тренера. Виктор также один из самых перспективных борцов. Скорее всего, он перейдет категорию до 61 кг.

- У тебя гостил чемпион мира-2006 болгарин Радослав Великов. Вы дружите?

- Да. С Радославом я познакомился несколько лет назад в Красноярске перед ярыгинским турниром. Тогда я еще был молодым, а он уже титулованным борцом, и я был рад, что мне представилась возможность поработать с ним в паре. С тех пор мы поддерживаем с ним дружеские отношения. Болгарин часто приезжает в Якутию готовиться к важным стартам, ведь у нас в зале в основном легковесы. Совместные тренировки с таким опытным борцом полезны и для нас, и мы всегда рады его приездам к нам.

- Знаю, что ты любишь поохотиться, какая у тебя самая крупная добыча?

- Я родился и вырос в самом северном районе Якутии - Томпонском улусе, в селе Тополино, где испокон веков охотились. Раньше мужчины выходили на зверя, чтобы добыть пропитание для семьи, а сегодня такой необходимости нет. Но, видимо, эти

традиции у нас в крови, они в нас генетически заложены. Я сам охотюсь с семи-восьми лет. Я не охотник за трофеями, к крупной добыче никогда не стремился, хотя бывало в моей жизни что и медведя добывал. Больше всего мне нравится охотиться на снежного барана. Мы как раз с Денисом Царгушем были на такой охоте, помню, в Интернете даже были снимки с нашей добычей. Это, скорее, спортивный интерес, потому что снежный баран - осторожное животное, и выследить его очень тяжело.

- У тебя растет сын, хочешь ли ты, чтобы он пошел по твоим стопам?

- Моему сыну Михаилу - семь лет, а дочке Елене - четыре. Хочу ли я, чтобы Миша боролся? Не знаю. Наставить точно не буду. Выбор за ним, а я поддержу его в том, чем он будет заниматься.

- По завершении карьеры думаешь ли связать свою жизнь с борьбой?

- Конечно. Вряд ли я буду заниматься тренерской работой, но буду стараться поддерживать молодых, делиться с ними опытом, и, вообще, содействовать развитию борьбы в Якутии.

- Значит, не исключено, что мы когда-нибудь услышим о турнире на призы Виктора Лебедева?

- Пока рано об этом говорить, но думаю, что такой турнир будет. Хотелось бы, чтобы на него приезжали борцы из других регионов страны. В Якутии очень гостеприимный народ. Мы всегда рады видеть у себя спортсменов из братских республик - Дагестана, Северной Осетии, Чечни, Кабардино-Балкарии и других уголков России. Спорт объединяет, и если я смогу как-то способствовать сближению наших народов, буду только рад.

Арун ИБРАГИМОВ.

II Всероссийский горный марафон на полюсе холода «Ольчан-2015»

15 августа состоялся II Всероссийский горный марафон на полюсе холода «Ольчан-2015». Пробег прошел в горно-таежной местности Оймяконского района Якутии на Ольчанском перевале в 40 км от п. Усть-Нера, сообщает пресс-служба ЯРО «ОПОРА РОССИИ».

В 11.00 спортсмены из Таттинского, Чурапчинского, Оймяконского районов Якутии, Якутска, Хабаровска, Уфы, Тольятти, Геленджика стартовали, чтоб побороться за призовой фонд в размере 900 000 рублей.

Преодолев трассу в 42 км по смешанному лесу, мари, лесотундре и непосредственно по гористой части Ольчанского перевала, участники финишировали дистанцию подъемом на высшую точку перевала на высоте 1200 м над уровнем моря.

Первым до финиша через 4 ч 42 мин после старта добрался 7-кратный чемпион России в горном беге, призер Чемпионата мира 2012 года и уже 2-кратный чемпион горного марафона «Ольчан» Андрей Сафронов, г. Уфа. Вторым финишировал известный марафонец, чемпион Европы Дмитрий Митяев, г. Геленджик. А третье место по праву завоевал Чечун Юрий из г. Тольятти.

За победу призер I степени был удостоен кубка победителя и главного приза в размере 500000 рублей. II степени - суммы в размере 300000 рублей, III - 100000 рублей.

Александр Крылов, Сопредседатель ЯРО «ОПОРА РОССИИ»:

«Идея проведения марафона родилась у ОПОРовцев в прошлом году. Посетивший нас тогда Председатель «ОПОРЫ РОССИИ» Александр Бречалов, будучи сам известным марафонцем, натолкнул нас на мысль, что необходимо воспользоваться богатейшей природой Якутии, самой создавшей условия для организации и продвижения в нашем регионе горного бега. О том, что площадкой для марафона станет Оймяконский улус, было решено тогда. Оймякон, как полюс холода, - это туристический бренд, который нужно продвигать и развивать, а красота Ольчанского перевала и возможность проложить по нему трассу, соответствующую установленным нормам, еще раз убедили нас в правильности выбранного места проведения. Вдохновленные идеей, мы окунулись в подготовку I горного марафона «Ольчан-2014», который прошел 6 сентября прошлого года. Конечно, сталкивались с различными трудностями, но, проведя первый марафон, ОПОРовцы четко решили, что «Ольчан» станет ежегодным. Более того, уже получено согласование с Министерством спорта РС (Я),



Федерацией легкой атлетики Якутии и Общественным комитетом по горному бегу России на присвоение марафону статуса Чемпионата России. Работа в этом направлении продолжается и сейчас, и мы уверены, что в скором времени «Ольчан» и вовсе станет Чемпионатом мира. Огромную благодарность хочется выразить за помощь и поддержку в организации и проведении уже второго марафона нашим партнерам - Администрации МО «Оймяконский район», золотодобывающим артелям «Золотое Оймяконье» и «Поиск Золото», Интернет-провайдеру «ЯкСтар», ГК «ЭПЛ Даймонд», ГК «РозТор», КРЦ «Муус Хайа», ООО «Чистая вода», компании «Майтона», ТВЦ «Строительный рынок», магазину «Японец».

Каждый спортсмен выложился на полную, стойко преодолевая все трудности и препятствия. Нельзя не отметить, что впервые за двухлетнюю историю марафона «Ольчан» участие в нем приняла девушка - Лидия Томская из Вилюйска, не побоявшаяся ни общего зачета у женщин и мужчин, ни известных именитых спортсменов. Мы поздравляем призеров с заслуженной победой! А у тех, кому не удалось добраться до финиша в числе тройки победителей, впереди целый год для тренировок и подготовки к III Всероссийскому горному марафону «Ольчан-2016».

Андрей Сафронов, г. Уфа, победитель II Всероссийского горного марафона «Ольчан-2015»:

«Очень здорово снова стать победителем, тем более было за что бороться - приз в 500000 за первое место! В этом году многое было по-новому - больше известных спортсменов, более сильная конкуренция, трасса, удлинненная с 31 км до 42, но так даже интереснее было состязаться и приятнее побеждать. «Ольчан» отличается от всех марафонов, в которых я участвовал: экстремальные условия, экстремальная трасса. Поэтому каждый приезд на «Ольчан» - это новое испытание на выносливость, на скорость, новая победа над собой!»



За Олимпийские лицензии!

14-16 августа в московском Дворце Спорта "Динамо" прошел первый этап турнира по тхэквондо WTF Мировой серии «Гранд-При». В турнире приняли участие спортсмены, входящие в TOP-31 Олимпийского рейтинга WTF.

Турнир является класса G-4, победитель автоматически прибавляет к своему Олимпийскому рейтингу WTF дополнительные 40 баллов. К тому же у турнира достаточно привлекательный призовой фонд: за первое место - \$5000, второе \$3000, третье \$1000.

Во второй день турнира участвовали спортсмены весовой категории до 58 кг, где очередную победу одержал иранец Фарзан Заде Фаллах. Отмечу, что на чемпионате Мира Руслан Поисеев встретился с Фарзаном в полуфинальном бою, где уступил ему со счетом 11:12. В данное время иранец занимает первую строчку в мировом рейтинге WTF и числится как один из претендентов на золотую медаль в Рио.

К сожалению, на этом турнире наш земляк прошел всего два круга. В первом он встретился с товарищем по команде Михаилом Артамоновым, управившись с ним досрочно, он вышел на корейца Ча Те Мун, где проиграл ему со счетом 9:22.

Комментирует тренер Яков Потапов:

- Сейчас Руслан в своем весе занимает четырнадцатое место, а в олимпийском рейтинге двадцать пятое. Для того, чтобы железно войти в список участников Олимпиады, он должен войти в шестерку лучших. Сегодня сборная России вылетает в Бразилию, где пройдут совместные сборы. Потом с четвертого по восьмое сентября в Израиле состоится открытый рейтинговый турнир класс G-1. Если Руслан отличится на этом турнире, то на свой счет он добавит десять баллов. Потом восемнадцатого и двадцатого сентября в Турции пройдет второй этап «Гран-При», класса G-4. Если Руслан упустит возможность завоевать лицензию через рейтинг, то будет отбираться через европейский континент.

Саина ШЕЛОМОВА.

Встречаемся в СОЧИ!



14-20 сентября в Сочи пройдут первые Всероссийские пляжные игры, а первые Всемирные пляжные игры запланированы на 2019 год и тоже в столице XXII зимних Олимпийских Игр.

Предполагается, что в программу Всемирных игр могут войти сразу 26 видов спорта – 13 пляжных (американский футбол, бодибилдинг, шары, чирлидинг, летающий диск (фрисби), футбол, гандбол, минигольф, регби, сумо, теннис, волейбол, борьба), 3 гибридных (соревнования спасателей, пятиборье, триатлон) и 10 водных (водное поло, гребля на байдарках и каноэ, драгонбот, академическая гребля,

парусный спорт, аквабайк, спортивная рыбалка, серфинг, подводные виды спорта, водные лыжи/вейкборд).

На сегодняшний день стали известны имена спортсменов, которые попали в состав сборной республики для участия в первых Всероссийских играх.

Итак, в мас-рестлинге в весе до 70 кг участвует Александр Дмитриев-Спартаец, а в свыше 90 кг заявлен мастер спорта РС(Я) Юрий Протопопов. Среди женщин в весе до 65 кг участвует спортсменка из Мегино-Кангаласцев Алина Турчина.

В хапсагае в весе до 70 кг выбор тренеров пал на броскового спортсмена с молниеносной реакцией Ньургуну Бугулова, который на чемпионате мира по пляжной борьбе в Мангалии выступил в весе до 90 кг и неожиданно для всех удостоился серебряной медали, тем самым сотворил настоящую сенсацию этого сезона. В этом же весе за свой счет поедет обладатель серебряной и бронзовой медали чемпионатов мира по пляжной борьбе Денис Сивцев. В весовой категории до 80 кг честь республики защитит лучший хапсагаист 2014 года, многократный чемпион и абсолютный победитель республиканских турниров Игорь Софронеев. Кроме того, от знаменитого спортивного клуба «Бэдэр» Мукучинского наслега участие примут несколько ребят. Среди них мастера спорта РС(Я) по хапсагаю Кирилл Павлов, Петр Максимов, которые намерены высту-

пить в весе до 55 кг, а в весовой категории до 62 кг будет участвовать Василий Попов. По словам тренера Михаила Иванова, на днях свой окончательный ответ даст один из его лучших учеников Петр Иванов (70 кг).

В якутских прыжках среди мужчин участие примет мастер РС(Я), многократный чемпион республики, победитель и призер турниров по многоборью Егор Филиппов, который на сегодняшний день является беспорным лидером республики. Среди женщин будет участвовать не менее титулованная Сун-Гу Алексеева, воспитанница Ивана Чиркоева.

В якутской вертушке конкуренцию составит победитель Игр Дыгына-2014 Петр Старостин, который в этом году на турнире сильнейших, несмотря на непогоду и щедро морозящий дождь, сумел прокрутиться 53 «тутум эргиир». Также здесь возможно участие Егора Филиппова, который в этом виде спорта показывает весьма неплохие результаты.

А мы напоминаем, что для участия в первых Всероссийских пляжных играх вам нужно подать заявку по электронному адресу modun@mail.ru с пометкой «Всероссийские пляжные игры». Все вопросы можете обговорить по телефону 34-00-90. Учтите, что заявитель берет на себя все расходы, связанные с приобретением авиабилета, места размещения и питания.

Саина ШЕЛОМОВА.



Элляевич, рекордсмен Мира!

Старший тренер республики по мас-рестлингу, сотрудник РЦНВС Николай Константинов выехал в Курск в командировку, где 12-16 августа параллельно с Кубком мира по силовым видам состоялся Открытый Кубок Черноземья по мас-рестлингу. Николай Элляевич провел семинар для судей и тренеров, продемонстрировал мастер-классы по якутскому перетягиванию палки для участников Кубка Черноземья, где проходил отбор на сентябрьский чемпионат России.

В свободное время он принял участие в Кубке мира-2015 WPC/AWPC по пауэрлифтингу, жиму лежа, становой тяге и народному жиму. В возрастной группе 55-59 лет в категории 74 кг он стал победителем в становой тяге, установив мировой рекорд во второй попытке (190 кг) и превзойдя его еще два раза в следующих (202,5 и 207,5 кг)!!! Четвертая попытка была сделана им для обновления рекорда. Любопытно, что до его выступления высшее достижение – 185 кг – показал американский лифтер, но его результат по всем параметрам был побит нашим мадьяны.

Напомним, что 58-летний Николай Элляевич Константинов является мастером спорта Якутии по мас-рестлингу, чемпионом России среди ветеранов, двукратным победителем Игр Манчаары, неоднократ-

ным чемпионом республики, судьей международной категории по этому виду. В молодости Николай успешно занимался боксом, был кандидатом в мастера спорта СССР, становился призером Спартакиады народов ЯАССР, победителем и призером республиканских турниров, двукратным чемпионом ЯГУ. Известен как неутомимый пропагандист мас-рестлинга, под псевдонимом Модун освещает в республиканской печати спортивные события. Он не только тренирует молодежь, следуя его примеру, по стопам отца идут дети – сын Сергей и дочь Намына также успешно занимаются мас-рестлингом.

Владислав КОРОТОВ.

Марафоны Марата в Москве

16 августа в Москве состоялся Музыкальный полумарафон, который от традиционного отличается тем, что атлетов на дистанции сопровождает «живая» музыка. Участие в стартах на Лужнецкой набережной приняли 6000 спортсменов. В общей сложности они пробежали 21 километр.

Спортивный блогер и мотиватор для многих любителей и профессионалов спорта Марат Николаев успешно прошел дистанцию на хэндбайке и завоевал

первое место.

Стоит отметить, что московские хэндбайкеры в июне объявили сбор средств (300 тысяч рублей) на организацию участия Марата Николаева в Московском Музыкальном полумарафоне. Правда, в марафоне Марат участвовал на арендованной спортивной коляске, но это не мешало завоевать ему золотую медаль.

Справка «СЯ»

Хэндбайк – это велосипед для инвалидов, еще его называют ручным велосипедом, вы крутите педали руками, а не ногами. Это актуально для людей с поражением опорно-двигательного аппарата.



Якутские лучники завоевали золото и серебро

В прошлые выходные в Чебоксарах на стадионе «Олимпийский» завершилось первенство России по стрельбе из лука среди юниоров.

В личном зачете в классическом луке на дистанции 60 метров среди юниорок 1995-1997 годов рождения якутянка Валентина Евдокимова заняла 2 место. Одержав 4 победы, в пятой финальной стрельбе она уступила Жибземе Дамбаевой из Бурятии – 24:26, 22:26, 24:25.

Еще одна наша лучница Розалина Тимофеева заняла 5 место.

В упражнении «Микст» в классическом луке среди спортсменов 1998-2001 годов рождения Мичил Алексеев и Дайаана Васильева заняли 1 место. Они оставили позади себя 16 команд. В финальной стрельбе они победили пару из Иркутской области – 35:32, 35:34, 36:26.

Родион КРИВОГОРНИЦЫН.





Советы фаната физических упражнений



Системный администратор ЯГСХА Валерий Готовцев – настоящий фанат гимнастических упражнений. Это – его хобби. Ему уже 50 лет, но он запросто может совершить кулбит, закрутить сальто, сделать очень сложное даже для действующих спортсменов упражнение «крокодил». Это когда отжимаются от пола и держат туловище прямо, параллельно полу, касаясь его только руками. В общем, Валерий Иванович – ходячая реклама здорового образа жизни.

Зимой проводит секцию во Дворце спорта «50 лет Победы», а весной и летом проводит массовые утренние зарядки на площади Дружбы. У него есть постоянный контингент занимающихся. Сейчас уже можно сказать, что он разработал собственную оздоровительную систему. В эту систему тщательно подобраны и чуточку переделаны для возможности и менталитета северянина упражнения из ушу, цигун, йоги и так называемой шведско-немецкой системы гимнастики.

Это интервью в какой-то степени нестандартное, так как целиком посвящено его системе, взглядам и жизненной философии. Его мысли и рассуждения могут быть полезны не только приверженцам оздоровительных систем, но и действующим спортсменам. Физик по образованию и системный администратор по профессии, Валерий Иванович смотрит на физическую культуру немножко под другим углом.

– Валерий, давайте начнем нашу беседу с азов. Обычно новички начинают заниматься с большим энтузиазмом, но вскоре остывают, так как начинают болеть и ныть мышцы, наваливается чувство усталости.

– Новички должны постепенно наращивать нагрузки. А у нетренированного обязательно будут болеть мышцы, так как организм начинает перестраиваться. В этот момент люди, особенно возрастные, начинают опасаться: «Ой, оказывается, занятия плохо отражаются на моих суставах, позвоночнике...» Поэтому тут очень важна постепенность. И обязательно нужно прислушиваться к своему организму. Как он реагирует на те или иные нагрузки? Раз организм начинает перестраиваться, то он обязательно отреагирует болью в мышцах. Какая-то старая травма может дать о себе знать. Это нормально, так и должно быть.

В таких случаях не надо делать резких и сильных движений. Нужно переходить к более легким упражнениям, увеличив их интенсивность. Если болевые ощущения очень острые, то заниматься не стоит. Живой организм по любому будет реагировать на резкое изменение образа жизни. Здесь важно прочувствовать тонкую грань: изменения происходят в лучшую или худшую сторону? Если организм меняется в лучшую сторону, тот тут, как говорится, нужно сразу поймать птицу за

хвост и постепенно наращивать нагрузки. «Движение – жизнь», это известная аксиома, поэтому при обдуманном подходе обязательно будут изменения в лучшую сторону.

– У тебя множество своеобразных фишек, чтобы пробудить интерес к занятиям. Например, проводя занятия, ты часто спрашиваешь у людей: «Кто самый лучший тренер?»

– Да, занимающийся должен отталкиваться от своего самочувствия, состояния здоровья на данный момент. Инструктор знает о твоём самочувствии только с твоих слов, поэтому самым лучшим тренером является сам занимающийся. Если он варьировать занятия исходя из своего физического состояния, то все будет нормально.

– В последнее время, если вопрос касается утренней гимнастики, то часто слышим о пользе суставной гимнастики.

– Человеческое тело не нужно рассматривать по частям. Это единое целое. И 80% нашего организма состоит из воды. Если ты начинаешь усердно разрабатывать суставы, то положительные изменения произойдут во всем организме. Организм начинает вырабатывать полезные гормоны. И это, поверьте, намного эффективнее и полезнее, чем пить таблетки, пользоваться разными мазями.

Китайская медицина при любой болезни не делает упор на лечение какой-то одной части тела, одного органа, рассматривая человека как одно целое. Суставы, например, болят из-за нарушения обмена веществ. А как улучшить обмен веществ? Нужно, чтобы правильно функционировала кровеносная система. Для этого нужно делать очень интенсивные и эффективные физические упражнения. Никакие лекарства не заставят правильно функционировать кровеносную систему, разве что изменится состав крови.

– Чтобы начать регулярно заниматься физкультурой, нужен сильный настрой. А то бесконечное количество раз можно говорить: «Начну с понедельника (с лета, после праздников)».

– Да, важно обуздать свои мысли. «Скверные мысли себе во вред», – гласит народная пословица. Скажем, человек найдет себе сто оправданий, чтобы не делать утреннюю зарядку: «О, зачем так по утрам мучиться, и так на работе очень устаю, да и суставы у меня побаливают». Все, человек себя настроил соответ-

ствующим образом.

– В одной популярной российской газете я прочел: «Никакой утренней гимнастики! И где вы видели животное, которое, проснувшись рано утром, вскочило и начало бы бегать как сумасшедшее? Оно проснулось, потянулось, упало, полежало, опять встало, подползло к миске, полакало, опять упало. Примерно так же должен вести себя и человек».

– Зарядка зарядке рознь. Мы на то и «хомо сапиенс», чтобы подойти к вопросу утренней зарядки с умом. Утреннюю зарядку нужно начать именно с потягиваний и растягиваний. И в максимально возможном объеме нужно стараться двигаться медленно. В этом случае происходит так называемая протяжка мышц, улучшается кровообращение и питание всех тканей.

В моих утренних занятиях никто не начинает с ходу энергично прыгать и интенсивно махать всеми конечностями. Сначала все разминаем пальцы рук, чтобы через нервные окончания пальцев разбудить мозг. А с мозга идут рефлективные сигналы на внутренние органы. Все: организм уже настроен на утреннюю зарядку. На человека, систематически делающего утреннюю зарядку, это действует как щелчок электрического выключателя. И он готов к соответствующей нагрузке.

Главное в утренней зарядке – постепенность действий. После разминания пальцев рук постепенно

переходим к разработке суставов. Разминаем все суставы без исключения. Потом специально акцентирую внимание на потягивания и растягивания. Люди делают эти упражнения с большим удовольствием.

– Ты рассказывал, что на твои утренние занятия иногда приходят случайные люди. На лице ухмылка: «Ах, зарядочка...» Но вскоре эта ухмылка слетает, так как видят, что бабушки делают сложные для них упражнения намного легче и качественнее.

– На занятия приходят разные люди. Есть у меня, например, упражнение на равновесие, которое я назвал «уражением доброй феи». Чтобы правильно выполнить это упражнение, нужны сильные мышцы, координация и хороший вестибулярный аппарат. Нетренированному человеку с ходу это упражнение никак не осилить.

Если человек системно, шаг за шагом делает физические упражнения, то он постепенно начинает прогрессировать. Проходит месяц, другой, и он очень легко делает упражнение, которое раньше ему не удавалось.

– Сейчас большинство людей к сорока, пятидесяти годам задумываются о своем здоровье. Курильщики бросают курить, баловавшиеся спиртными напитками люди резко завязывают с этим делом, мол, своя доля цистерны уже выпита. А кто-то старается все свести к шутке и прибаутке: «Вы не курите и не пьете, так здоровенькими помрете?»

– Ну, во-первых, здоровые люди не умирают. А во-вторых, есть стереотип мышления. Человеку, например, стукнуло столько-то лет. И он думает: «О, все уже, молодость прошла, теперь я буду сдавать с каждым годом». И все, в организм запускается соответствующая программа, и чело-

век, действительно, начинает заметно сдавать.

Зачем себя так настраивать? Мы же не враги сами себе. Есть люди, которые и в 70, и в 80 чувствуют себя хорошо. Естественно, не надо себя запускать, заниматься физкультурой и пересмотреть свой рацион питания. А в 40-50 лет, при соответствующем образе жизни, можно дать фору молодым на 100 очков вперед.

К занятиям физкультурой нужно подходить творчески. Я, например, собственный вес использую как природный тренажер. Если делаешь приседание, то нужно одолеть собственный вес. Если одну ногу закидываю вверх как можно выше, то нужно иметь хорошее равновесие. Так я все упражнения делаю скоординированно. Все это я и называю природным тренажером. Если все время стараться выполнять очень сложные упражнения, то идет соответствующая физическая нагрузка. Эти нагрузки можно варьировать, исходя из своего состояния.

– Помню твои главные принципы – постоянность, постепенность, посильность.

– Да, это очень понятные и действенные принципы. Нужно выбрать подходящее упражнение. Оно для тебя не должно быть слишком легким или, наоборот, слишком сложным. Если какое-то упражнение для меня слишком легкое, то я увеличиваю интенсивность или амплитуду. Так можно усложнить или, если так можно выразиться, подогнать под себя то или иное упражнение.

И не нужно слишком долго делать одни и те же движения. В среднем я делаю 15-20 упражнений. Для меня нормально, когда каждое упражнение делаю на пределе сил и после окончания всего комплекса чувствую усталость. А если нет, то для меня это потерянное время.

– Многие молодые люди просто идут в тренажерный зал и работают до изнеможения.

– Здесь у меня свое представление о человеческом организме. Для меня весь человеческий организм, начиная с кончиков пальцев ног и кончая теменью, – это условная длинная веревка. У этой «веревки» не должно быть утолщений.

Да, люди в тренажерках занимаются до седьмого пота. И они усилительно разрабатывают то бицепс, то трицепс, то квадрицепс... В результате, эта наша условная «веревка» в каких-то определенных местах утолщается до определенных размеров. А ведь народная мудрость гласит: «Где тонко – там и рвется». То есть если они получают травмы, то в «тонких», неразработанных местах. Мне все это не по душе. Если мы говорим физическая культура, то это должна быть, прежде всего, гармоничная физическая культура. Образцами здесь могут послужить античные скульптуры. И часто бывает такая картина: рельефно мускулистый, накачанный, широкоплечий человек не может поднять ногу на определенную высоту.

(Продолжение следует).

Федор РАХЛЕЕВ.





Фестиваль ГТО!

С 23 по 29 августа в Белгороде состоится первый Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», посвященный 70-летию Победы в Великой Отечественной войне.

В Фестивале примут участие сборные команды школьников от 11 до 15 лет из более чем 75 субъектов Российской Федерации. Честь нашей республики будут защищать восемь юных спортсменов, которые на отборочном этапе показали лучшие результаты. Тренировка сборной команды проходит под руководством специалиста физкультурно-оздоровительного отдела УФКиМС Александра Чугунова.

«Сборная республики состоит из учащихся школ города Якутска, Хатасс, Табаги и Тулагино. Первый этап сборов по подготовке к Фестивалю был проведен с 13 по 25 июля в летнем спортивно-оздоровительном лагере «Эрэл». По итогам этого этапа была отобрана сборная команда для участия в Фестивале ГТО в Белгород. Начиная с 6 августа на стадионе «Туймаада», ФМ «Дохсун» и в стрелковом тире ДЮСШ



№4 проходят учебно-тренировочные сборы. Мы ежедневно работаем над совершенствованием общей физической подготовки. Надеюсь, ребята покажут достойный результат. Делегацию от республики возглавит началь-

ник физкультурно-оздоровительного отдела Управления физической культуры и массового спорта Александр Брызгалов»

Программа Фестиваля включает спортивную, образовательную и культурную часть.

Пожалуй, самым ожидаемым событием станет торжественное вручение золотых знаков отличия от рук олимпийских чемпионов и легендарных спортсменов, являющихся почетными посланцами ГТО.

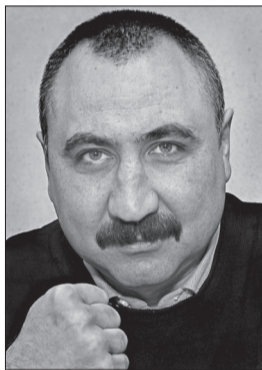
В рамках Фестиваля запланированы проведение акции «Наследники Победы» с участием ветеранов Великой Отечественной войны, возложение цветов к Вечному огню, социальная акция «Займись спортом! Участвуй в ГТО!», интеллектуально-развлекательная игра «ГТО. Перезагрузка», проведение познавательных мастер-классов с известными спортсменами и встречи с общественными деятелями.

Они будут соревноваться за золотой значок ГТО:

Лилия Кравченко – МОБУ СОШ №16 г. Якутска
Лилиана Егорова – МОБУ «Саха-гимназия»
Татьяна Ляшквич – МОБУ СОШ с. Табага
Амелия Чугунова – МОБУ СОШ №5 г. Якутска
Юрий Спиридонов – МОБУ СОШ с. Табага
Айсен Жирков – МОБУ СОШ п. Тулагино
Егор Сленцов – МОБУ СОШ с. Хатассы
Станислав Цыпандин – МОБУ «Якутская городская национальная гимназия»

Саина ШЕЛОМОВА.

Александр Лебзяк: «Василий Егоров психологически настроил всю команду на победный лад»



Итоги чемпионата Европы по боксу, который завершился в Болгарии, подводит главный тренер сборной России Александр Лебзяк.

лад. В моральном плане его победа на старте финального дня, одержанная, кстати говоря, в день рождения президента республики Саха-Якутия, которую Василий представляет, была очень важна. В том числе и для самого боксера в плане его перспектив. Он сегодня, безусловно, первый номер в весовой категории до 49 кг. Очень большие надежды с ним сейчас связываем на предстоящем чемпионате мира в Катаре, тем более что в этой весовой категории у нас пока нет олимпийской лицензии. Что касается неудачников... Надо, безусловно, в первую очередь сказать о Вячеславе Ташкаракове (до 52 кг), у которого на подступах к медалям судьи явно отняли победу в бою с французом. Потом даже сами члены французской делегации подходили – извинялись, но они были не причем: понятно, что в этом весе расчищали дорогу к пьедесталу болгарскому боксеру, который и стал в итоге чемпионом. С судьями, конечно, тут (и не только) беда. После того, как решением АИБА было отменено правило подачи протеста на действия боковых судей, они чувствуют себя, на мой взгляд, безнаказанно. На этом чемпионате точно около десяти боев закончились не в пользу того, кто, действительно, победил... Первоначально, если честно, я думал, что и нашего Раджаба Бутаева (до 69 кг), с кем мы тут связывали свои золотые перспективы, засудили в бою с ирландцем. Но при тщательном видеонализе этого боя стало понятно, что Раджаб действительно проиграл. Немного, но проиграл. Как, к сожалению, и Адлан Абдурашидов (до 60 кг) – грузинскому боксеру. За Адлана вдвойне обидно, ведь с ним мы тут связывали не только наши медальные планы, но и в перспективе борьбу за олимпийскую лицензию на чемпионате мира, которой в этом весе у нас пока нет.

Перед этим чемпионатом мы имели семь путевок на октябрьский чемпионат мира в Катаре, где будут разыграны олимпийские лицензии в Рио-де-Жанейро-2016. Семь выигранных квот на первых Европейских играх в Баку. Как так получилось, что после этого чемпионата их осталось только шесть. Объясните этот парадокс?

– Все просто. Да мы имели семь путевок на чемпионат мира, но дело в том, что они именные, и мы решили оставить из них только одну – в весовой категории до 56 кг, владельцем которой стал чемпион Европейских игр Бахтовар Назиров. Его фамилия – уже в официальном объявленном списке АИБА участников чемпионата

мира-2015. Остальных решили поменять с учетом их дальнейших перспектив на чемпионатах Европы и мира. Проще говоря, дали шанс более сильным боксерам завоевать путевку на чемпионат мира, где будут разыгрываться лицензии на Олимпийские игры. Но не все получилось так, как мы хотели. Например, перед самым вылетом нашли запрещенный препарат в организме Никиты Иванова (до 81 кг). Парень восстанавливался после нокаута, полученного в одном из боев турнира АРВ, пользовался какими-то медикаментами, которые оказались в списке запрещенных, поэтому пришлось везти на чемпионат заявленного запасного в этом весе бронзового призера последнего чемпионата России Идриса Шахманова. Он, мягко говоря, не оправдал надежд. Если бы, например, привезли сюда в этом весе бронзового призера Европейских игр Павла Силягина, он наверняка был бы сейчас с путевкой на чемпионат мира. Но мы, узнав слишком поздно о проблемах Иванова, не успели переизменить Шахманова на Силягина. В этом, конечно, была наша ошибка. Да и некоторые из тех, на которых рассчитывали, отказываясь от шести уже выигранных путевок на чемпионат мира, если честно, подвели. Тот же супертяжеловес Магомед Омаров, который после первого выигранного боя у очень непростого итальянца, просто сдал следующий – болгарскому «перворазряднику», нокаутированному в следующем поединке. А в категории до 60 кг нам еще повезло – возим отсюда путевку в этом весе на чемпионат мира, потому что боксер, которому проиграл Адлан Абдурашидов, дошел до финала. Магомед, Адлан и еще некоторые из тех, кого я считал сильнее ребят, завоевавших в Баку путевки на чемпионат мира, элементарно не оправдали надежд. Отсюда и шесть лицензий в Катар после семи, которые уже были в нашем кармане. В ринге надо умирать, добиваясь поставленных целей. Если, образно говоря, не умер, то должен выползть оттуда со словами: я отдал в этом бою все, что имел! Вот этого я не увидел у тех ребят, которые меня разочаровали. А это все, кроме Ташкаракова, кого не было на пьедестале почта.

Какие сейчас планы у команды?

– Десять дней на отдых. А 26-го августа уже начинаем сбор в Кисловодске. Стартует подготовка к чемпионату мира.

Николай БАСТИНОВ.



Велогонщики Якутии покорили опасную трассу

Активисты велоспорта при поддержке Федерации велоспорта РС(Я), магазинов «X-Sport», «Veloban.ru», мастерской «Stark» и «Фабрики печати и штампов» провели вторую командную велогонку по пересеченной местности с обилием подъемов, опасных спусков, песков, ухабов, кочек и других технических элементов, сообщает велолюб Якутска.

В соревновании в составе четырех команд приняли участие 18 спортсменов из разных улусов республики.

Со старта благодаря спринту выбились в лидеры велосипедисты Андрей Попов, Егор Васильев, Павел Габышев и Степан Кириллин. Половину первого круга четверка лидеров держалась на относительно близком расстоянии, но после затяжных подъемов и технических участков А.Попов и Е.Васильев вырвались вперед. Павел рассказал, что активно занимается кросс-фитом, поэтому обладает огромной выносливостью, что помогло ему не только преодолеть трассу, но и занять четвертое место в индивидуальном зачете и поднять свою команду на вторую строчку в командном зачете. Третье место занял более опытный спортсмен Степан Кириллин, который на протяжении многих лет участвует в велогонках и постоянно тренируется.

В это время происходила нешуточная борьба между Анатолием Алексеевым и ветераном легкой атлетики 1957 года рождения Ярославом Торговкиным. На подъемах выигрывал Ярослав на легком карбоновом найнере (велосипед с 29-дюймовыми колесами), на спусках – Анатолий на двухподвес найнере.

Очередной раз показал хорошую езду школьник Стасик Фазлеев, который, начиная гонку с самого конца, боясь в кого-нибудь врезаться, обогнал на своем тяжелом, непредназначенном для гонок велосипеде большинство соперников, финишировав седьмым. Остальные участники проехали трассу по мере своей подготовки и тренировок. Двое не смогли финишировать – один участник, несмотря на то, что тренировался на трассе до этого три дня, вторых завернул не туда, потерял пару минут и не стал продолжать путь, другой спортсмен порвал цепь.

Трасса для велогонки понравилась абсолютно всем участникам, так как требовала от спортсмена не только физической силы, но контроля управления, техники, самообладания, выносливости и целеустремленности. Падений в этот день было не сосчитать – это корневые участки, пески, дикие спуски, изматывающие подъемы. Тем не менее никто не получил серьезных ранений, только ссадины. Так, например, А.Попов на первом круге разогнался на скоростном спуске, но, как оказалось позже, из-за плохо работающей вилки перевернулся, сделал пару кувырков, сгладив удары, и быстро продолжил свой путь.

Результаты индивидуального зачета:

Егор Васильев - 1ч34м36с;
Андрей Попов - 1ч38м23с;
Степан Кириллин - 1ч39м42с.

Участники выразили желание, чтобы дальнейшие велогонки по пересеченной местности проходили по таким же сложным трассам и на как можно большее количество километров. Организаторы соревнования выражают благодарность строителям трассы, спонсорам, судье Сардане Петровой и всем участникам.

Светлана Кобякова об ушу, энергии «ци» и тонкостях Востока



– Светлана, в чем секрет того, что китайские оздоровительные системы (ушу, цигун, тайцзицюань) распространились по всему миру и стали очень популярны?

– Потому что все они имеют великолепный оздоровительный эффект. Занимаясь, например, ушу и цигун, можно тренировать не только тело, но и дух. Человек гармонично развивается. В этом вся причина. Нужно только стараться понять основную суть этих систем, так как китайский взгляд на мир отличается от западного.

– Все мы, начиная с детского сада и начальной школы, занимаемся так называемой шведско-немецкой классической системой гимнастики. И эти физические упражнения разительно отличаются от упражнений китайских оздоровительных систем.

– Да, подходы очень разные. Западный подход основан на том, что нужно качать мышцы, тем самым развивая физическую силу. А китайский подход основан на том, что кроме всего этого есть энергия «ци», которая циркулирует по каналам и меридианам. Принципиальная разница в этом. А так, да, мы все люди западной, европейской культуры, которая распространена по всему миру.

Если человек будет комбинировать и классическую, и китайскую гимнастику, то ничего страшного. Есть определенный стереотип: китайцы все физические упражнения делают медленно, плавно. Это не так, в китайской гимнастике также есть движения порезе (смеется). Так как ушу это боевое искусство, со временем трансформировавшееся в оздоровительную систему. И иероглифы, обозначающие это слово, читаются как «военный, боевой».

– Инструктора ушу говорят, что энергия «ци» перетекает по телу по так называемым меридианам и каналам. Все это с трудом доходит до человека с западным менталитетом. Во время занятий вы ощущаете перетекание этой энергии?

– Да, ощущаю. Вот, например, человек делает упражнения тайцзицюань. И мне со стороны видно: делает ли он эти упражнения чисто механически или в нем циркулирует энергия «ци».

– В китайской гимнастике я заметил, что, например, если человек вытягивает руку вперед, то другая отходит назад и так далее. Это, наверно, исходя из постулата китайской философии, по которому противоположности должны взаимодействовать таким образом.

– Ну да, можно и так сказать. И не только в смысле того, что одна рука пошла вперед, а другая назад. Так одна рука может быть «пустой», а другая – «полной». Или же есть такое понятие как расслабление перед напряжением, которые плавно чередуются.

– И я еще думаю, что основная фишка китайцев в единстве теории и практики, древней философии и физических движений. Если, например, в китайской философии говорится о том, что мягкое может одолеть твердое, то все это подтверждается упражнениями жесткого цигуна. То есть слова с делами не расходятся.

– Да, теория и практика органично перекликаются. В Китае (и не только) есть люди, которые глубже изучают, анализируют все эти вещи. Но я вам скажу, что основная масса китайцев, которые занимаются тайцзицюань, не забывают голову всеми теоретическими изысками. Китайцы просто выходят на площадку и занимаются. То есть там, где европеец пытается думать и уяснить суть – китаец просто делает, делает и делает.

Но я, в принципе, смотрю на китайцев и думаю, что у них вместе с молоком матери впитано что-то такое, которое мы не понимаем. Приходят, например, два человека (китаец и европеец). Оба, что называется, «нулевые». Смотришь на китаец – он все упражнения делает как-то сумбурно, бестолково. А у европейца мозги работают, все упражнения выполняет очень тщательно, стараясь

Якутские СМИ время от времени охотно берут интервью у инструктора Центра ушу и цигун «Небесная река» Светланы Кобяковой. Она всегда очень доходчиво, с тонким юмором рассказывает о сути восточных оздоровительных систем.

В начале 90-х она занималась в секции кикбоксинга, затем карате-кёкусинкай. В начале «нулевых» в Якутске заработали секции ушу и цигун. И именно в этих оздоровительных системах она нашла то, что искала. А именно – гармонию духа и тела.

В этом интервью мы старались задать ей вопросы, которые раскрыли бы главные принципы китайских оздоровительных систем.



выполнить максимально правильно. Проходит некоторое время. Китаец значительно продвинулся вперед, все упражнения делает просто отлично, а европеец остался на таком же уровне. Он очень старается, но движения, несмотря на старание, – «пустые». И я не могу сказать, в чем же здесь дело.

– Это, наверно, как в случае с олонхо. С эпосом можно ознакомиться на русском или английском языке, но более глубокое восприятие возможно только в якутском языке. Оригиналу всегда лучше любой копии.

– Да, наверно, то же самое происходит в случае с ушу, цигун и тайцзицюань. В школе ушу деревни Чень, куда я еду каждое лето, занимается множество детей и молодых людей, у которых есть проблемы со здоровьем. То есть у китайцев в этом отношении немножко другой подход. А у нас, если человек болеет, то ему стараются дать побольше отдыха.

Среди китайцев довольно мало людей, говорящих на английском языке. И я там разговорилась с одним парнишкой. «Я очень сильно болел, – рассказал он, – да так, что не смог по-

сещать занятия в университете. И я все лето тренировался в этой школе. Сейчас чувствую себя гораздо лучше. Буду тренироваться до начала зимы, и со следующего семестра продолжу учебу в университете».

– Слышал, что у китайских докторов четкий подход к больному. Все явления окружающего мира, включая человека и природу, интерпретируются китайской медициной как взаимодействие между двумя началами инь и ян. И они, например, говорят: «Вот у вас жар и болит голова, значит в вашем организме «инь» стало пре-валировать».

– Если обратиться к китайским докторам, они примерно так и скажут. Западная медицина и китайская – это две разные вещи. Китайский доктор еще может сказать примерно следующее: «У вас энергии ветра мало, а слизи – много». Но, на самом деле, простые люди не оперируют такими понятиями. Они, как и тот парнишка говорят: «Я заболел, и мне нужно больше тренироваться». Не знаю как, но это работает.

– Но как идти тренироваться с высокой температурой?

– Скорее всего, это связано с тем, что тайцзицюань, например, связан с циркуляцией энергии. Если энергия «ци» правильно циркулирует по телу, то это само собой произведет исцеляющий эффект.

– В книжных магазинах полки просто ломятся от обилия литературы о китайских оздоровительных системах. В связи с этим у меня вопрос: может ли человек самостоятельно заниматься по книге?

– По книге можно выучить только общую схему. В ушу есть, скажем так, внутренние вещи, которым может научить только учитель. Даже по видеоролкам сложно постичь. Нужно заниматься непосредственно у учителя, причем только у хорошего.

– О, даже видеofilm в этом деле не помощник? А мне каза-

лось, что простейший комплекс упражнений можно сделать.

– В принципе можно сделать, но это получается просто механическое повторение. Биополе, энергетическое поле это не просто слова. Такие вещи действительно существуют. Непосредственный контакт, взаимодействие с тренером происходит и на таком уровне.

– Мне кажется, что упражнения ушу и цигун пошли бы на пользу всем спортсменам.

– Конечно, упражнения ушу и цигун можно применять абсолютно в любых видах спорта. Самое главное – они помогут сконцентрироваться. Если спортсмен умеет хорошо сконцентрироваться, то он приложит максимум усилий на то или иное действие.

Во многих странах тренеры в учебно-тренировочный план включают медитацию. Если с должной концентрацией проводить медитацию, то это очень хорошо восстанавливает силы. Да, обычному человеку нужно приложить максимум усилий, чтобы правильно сконцентрироваться. Но у спортсмена высокого класса с этим не должно быть никаких проблем.

– Занятия в вашем Центре ушу и цигун «Небесная река» в основном проходят в зале. Мне кажется, что плавные и мягкие движения ушу и цигун здорово бы смотрелись на фоне природы.

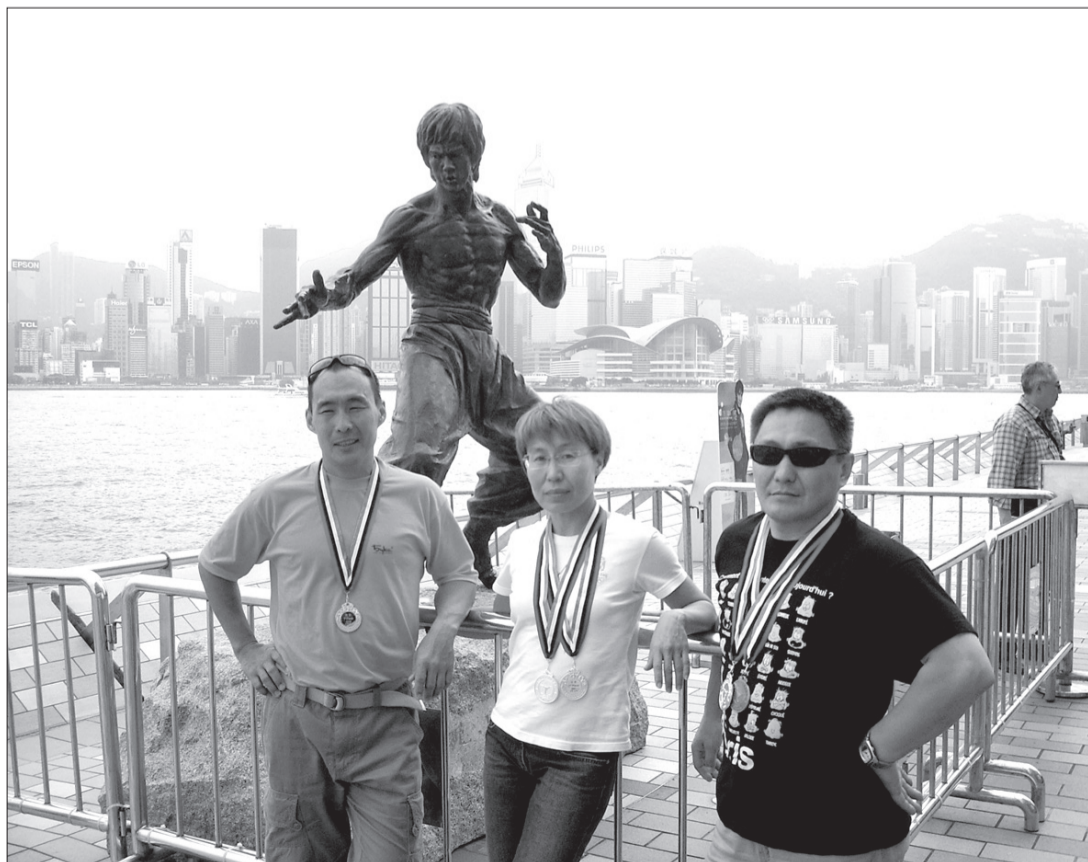
– На свежем и чистом воздухе, да еще на фоне природы лучше заниматься. Это однозначно. Но у нас природные условия таковы, что систематические занятия лучше проводить в помещении. Зимой – очень холодно, а летом комары докучают. Но, бывает, что мы иногда занимаемся в парке. Когда мы ездили к нашему китайскому учителю Шень Чжи, то занимались на берегу моря. Это было очень красиво и незабываемо.

– Раньше вы занимались кикбоксингом и карате-кёкусинкай. В этих видах не нашли то, что искали?

– На самом деле, я нисколько не жалею, что попробовала себя в этих видах спорта. В этих видах спорта я научилась получать по «дыне» и не паниковать. Это тоже хороший урок. И сейчас я, бывает, захожу в зал, где идет тренировка по ушу-саньда. И, честно говоря, мне нравится бить не только по «груше», но и по спарринг-партнеру.

Любая физическая активность полезна. Ушу самый универсальный вид спорта, которым может заниматься любой. И конечно же я считаю его самым лучшим.

Федор ПАХЛЕЕВ.





В Алдане состоялось Первенство по летнему биатлону

14 августа в Республиканской специализированной детско-юношеской спортивной школе стартовало Первенство Республики Саха (Якутия) по летнему биатлону среди юношей и девушек 2001 – 2004 годов рождения.

Справка «СЯ»

Летний биатлон – сочетает бег и стрельбу (кросс - биатлон). Первый Чемпионат мира по летнему биатлону состоялся в 1996 году в Хохвильцене (Австрия). Программа соревнований включала индивидуальную гонку и спринт. Первыми в истории летнего биатлона Чемпионами мира стали россияне, выигравшие индивидуальную гонку: Алексей Кобелев и Олеся Тупиленко.

В первый день соревнований прошла индивидуальная гонка в дистанции 4 км с двумя огневыми рубежами, из положения лежа. По регламенту соревнований биатлеты стреляли из пневматического оружия с расстояния 10 метров. За каждый промах прибавлялось 20 секунд штрафа, всего участие приняли 45 спортсменов.

Первыми на старт вышли юноши 2001 – 2002 года рождения. Здесь I место занял Шубин Константин (Хангаласский улус), II место Аржаков Иван (Олекминский улус) и III место Чувашев Артем (г. Алдан). Среди юношей 2003 – 2004 года рождения I место занял Арбатский Александр (г. Ленск), II место Павликов Данил (г. Нерюнгри Спорт+) и III место занял Процук Александр (п. Чульман).

Среди девушек 2001 – 2002 года рождения I место заняла Стуканева Ксения (г. Алдан) II место Абсарова Альбина (п. Чульман) и III место Иванова Юлия (г. Ленск). Среди девушек 2003 – 2004 года рождения I место заняла Попова Айнура (г. Вилюйск) II место Ерецкая Алина (г. Алдан) и III место Бронникова Людмила (г. Нерюнгри Спорт+).

Во второй день Первенства спортсмены соревновались по спринту с двумя огневыми рубежами, где каждый промах – это дополнительный штрафной круг. Кратковременный

дождь не смог испортить настроение спортсменов. Азарт, стремление к победе юных спортсменов – не передать словами. Среди юношей 2001-2002 г.р. лучший результат показал Лотов Тимур (Хангаласский улус), как говорится, и в стрельбе он был точным, и в кроссе показал лучшее время. Второе место у Давыдова Ивана (п. Чульман), замкнул «тройку» призеров Попов Ярослав (г. Ленск). Среди юношей 2003-2004 г.р. Арбатский Александр (с. Беченча Ленский улус) сделал дубль, серебро у Бочкарева Максима (п. Чульман) и бронзовая медаль у Процук Александра (п. Чульман).

Среди девушек 2001-2002 г.р. Стуканева Ксения (г. Алдан) также повторила чемпионство, 2 место заняла Кулешова Екатерина (п. Чульман), 3 место у Ивановой Юлии (г. Ленск). Среди девушек 2003-2004 года рождения выиграла гонку Викторова Аделина (п. Чульман), на втором месте Родионова Елена (команда г. Нерюнгри спорт+) и Петрова Регина (п. Чульман) замкнула «тройку» призеров. С такими результатами завершились первые соревнования по летнему биатлону в Якутии.

При огромной популярности биатлона в нашей стране, можно с уверенностью сказать, что якутскому биатлону быть!

К сведению родителей:

В Якутии открыты секции по биатлону в Мирном, Нерюнгри, с. Амга, и в Алдане. В г.Алдан работает тренер – преподаватель из г. Уфа Альберт Тагатович Сафаров, а также при Республиканской специализированной детской спортивной школе г.Алдан функционирует интернат.

Недалек тот день, когда и наши дети побегут быстрее и лучше мегапопулярных звезд биатлона М.Фуркада, О. Е.Бьорндалена.



«Пульс» в ударе!



7 августа в Воронеже стартовал финальный турнир Всероссийских соревнований по футболу «Кожаный мяч» в средней возрастной группе среди мальчиков 12-13 лет. Республику представила сборная команда «Пульс» (Марха), тренер Василий Ивочкин.

Справка «СЯ»

Выдающийся голкипер Лев Яшин предложил создать турнир для ребят, мечтающих стать легендами футбола. Турнир под названием «Кожаный мяч» быстро стал популярным.

Все матчи прошли на поле стадиона «Факел». В свободные от игр дни участники турнира посетили первенство ФНЛ «Факел» (Воронеж) – «Енисей» (Красноярск). Также прошли обучающий мастер-класс от профессиональных футболистов.

В финальном матче, состоявшемся 15 августа на воронежском стадионе «Факел», сошлись команды «Пульс» и «Вектор» (Новохоперск). Игра носила упорный характер: ведя в счете 2:0, «Пульс» упустил инициативу и про-

пустил три мяча. И только в концовке встречи сумел уйти от поражения. Основное время сильнее не выявило – 3:3, а в серии пенальти удача улыбнулась юным футболистам с Дальнего Востока. Сразу два игрока «Пульса» удостоились номинаций. Лучшим защитником был признан Никита Футин, а номинацию Лучший игрок вручили Игорю Пономаренко. Кроме того, юным футболистам команды «Пульс» был вручен сертификат на право посещения одного из отборочных матчей национальной команды к Евро-2016.

Всего в турнире участие приняли 12 сильнейших команд:

- Группа А**
Вектор (Новохоперск)
Хасми (Кабардино-Балкария)
Псков (Псков)
Крылатское (Москва)
Метеорит (Челябинск)
Витязь (Тульская область)
- Группа В**
Пульс (Якутск)
Грань (Владимирская область)
Луч (Самара)
Новосиликатный (Алтайский край)
Пищевик (Беслан)
Дворцовый Округ (Санкт-Петербург)

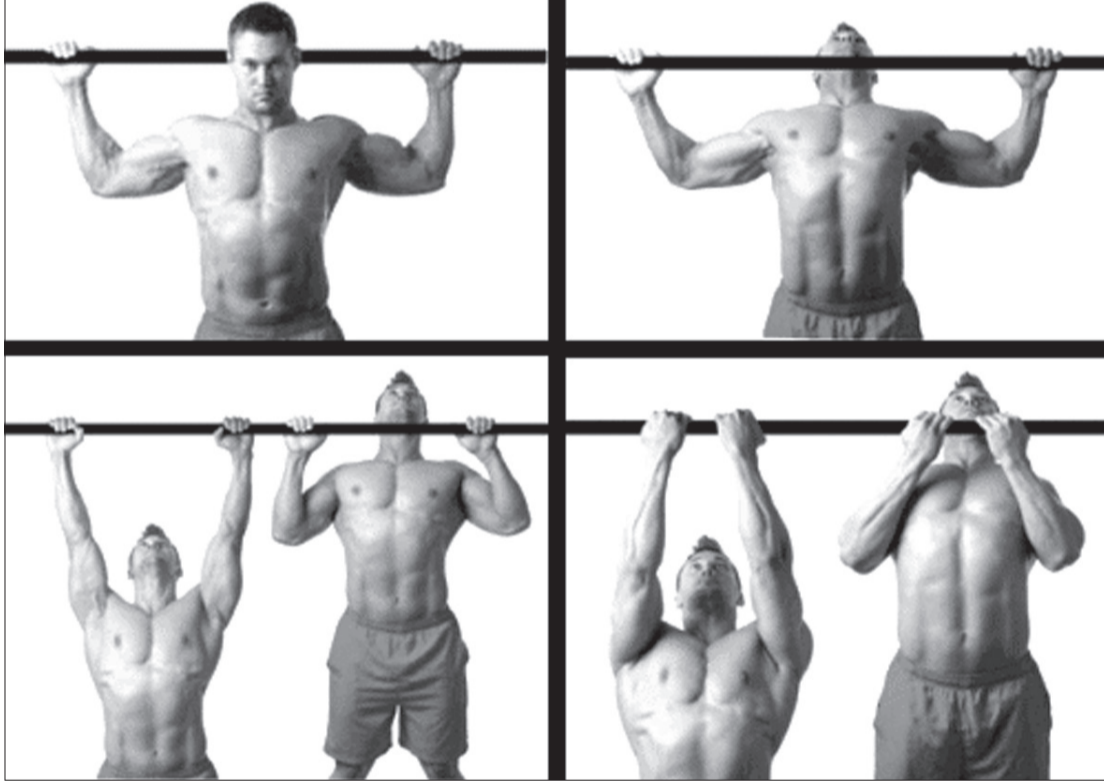
<p>20 Августа в 17:30</p> <p>ФК «Якутия» Якутск vs ФК «Чита» Чита</p>	<p>23 Августа в 17:30</p> <p>ФК «Якутия» Якутск vs ФК «Сибирь-2» Новосибирск</p>
<p>9 Сентября в 17:30</p> <p>ФК «Якутия» Якутск vs ФК «Томь 2» Томск</p>	<p>12 Сентября в 17:30</p> <p>ФК «Якутия» Якутск vs ФК «Иртыш» Омск</p>
<p>Место проведения стадион Туймаада, ВХОД 100 рублей, детям до 16 лет БЕСПЛАТНО.</p>	



Трюки на турнике



Когда сильные и ловкие парни выполняют всевозможные трюки на турнике – это смотрится зрелищно и очень мотивирует. Сразу хочется у них научиться, чтобы точно также поражать окружающих фишками на турнике. Если вы знаете, с чего начать и в каком направлении двигаться – нет ничего невозможного. И мы вам это докажем! В этой статье настоящие профи турника поделятся с вами практическими советами, чтобы вы смогли научиться трюкам. От нас знания, от вас – практика! Вперед!



Для большинства занятия на турнике ограничиваются одними подтягиваниями. Это скучно. Турник способен дать вам намного больше! Если освоить основные элементы, можно научиться выполнять невероятные фишки и трюки на турнике. Всю прелесть этого снаряда оценили и в России, появилось даже направление любителей подобных трюков, которое называется «Street workout».

Один раз увидев подобное, каждый парень хочет научиться таким трюкам. Однако, переходить к освоению таких сложных техник стоит только после того, как вы без труда сможете подтягиваться не менее 10 раз. Ведь для того, чтобы во время выполнения трюков риск повреждений был минимальным, у вас должны быть сильные мышцы, крепкие связки и хорошая координация. Если подтягивания вы освоили, значит, пора переходить к практическим советам по освоению простейших элементов!

Подготовка к фишкам на турнике

Выполнение необычных трюков на турнике требует много терпения и тренировок. Будьте

логичным и последовательным в своей подготовке к трюкам: начинайте с самых простых элементов на турнике, например, выход силой на одну руку, подъем переворотом, флажок.

Опытные спортсмены рекомендуют начинать трюки на турнике с выхода на одну руку. Подтянитесь и перенесите вес своего тела на одну руку, вторую при этом выведите локтем вверх над перекладиной. Затем аналогичным образом выведите второй локоть и отожмитесь вверх, пока не поднимитесь на прямые руки.

Как сделать флажок на турнике?

Возьмитесь за вертикальную опору турника разносторонним хватом и отожмитесь от опоры, поднимая при этом тело параллельно полу. Чтобы выполнять этот трюк на турнике, вам потребуется хорошая силовая подготовка. Например, отжимайтесь на брусьях, широко расставив руки, 5-10 подходов по 10-12 повторений. Чем шире брусья, тем сложнее и эффективнее вы будете тренироваться!

Отработав эти базовые движения в своих воркаут-тренировках на турнике и приобретя уверенность в своих силах, вы можете уже осваивать более сложные приемы. Желательно, чтобы ваше обучение трюкам контролировал опытный атлет, который знает технику выполнения упражнений на турнике. Он сможет не только подсказать, как правильно двигаться, но и подстрахует вас при выполнении более сложных элементов.

На отработку оборотов на турнике уходит много времени даже у подготовленных спортсменов. Поэтому первое время многие элементы лучше выполнять в гимнастическом зале, чтобы при падении избежать серьезных травм.

В мастерстве трюков на турнике важна не только сила, но и умение удерживать равновесие. Развить чувство баланса поможет простой элемент «крокодил». Возьмитесь за перекладину узким хватом, наклоните корпус вперед. Ваши локти должны согнуться под узким углом, чтобы тело выровнялось перпендикулярно полу. Попробуйте в таком положении удержать баланс. Сначала это будет нелегко, но упорные тренировки сделают свое дело!

нужно делать подтягивание, просто поднимите ноги до перекладины, затем нырните ими, после этого поднимитесь на прямые руки. Если подъем ног окажется для вас сложным, сначала отработайте этот элемент отдельно в своих воркаут-упражнениях на турнике.

Выходы на турнике. На две руки

Выход на две руки сделать гораздо труднее, но вы справитесь! Его можно делать двумя способами: рывковым и силовым. В рывковом выходе перед подтягиванием делается мах ногами, который и дает необходимый рывок. Силовой вариант намного сложнее: здесь подтягивание выполняется исключительно за счет силы рук. Сначала оба локтя выводятся во флажок, затем следует отжимание до упора вверх.

Если вы только начали осваивать фишки на турнике, в первые тренировки можно включить рывковый выход. Постепенно уменьшайте рывок, стараясь поднимать тело только силой рук. Помните, что во время выхода на две руки грудь не касается перекладины.

Стульчик

Один из вариантов выхода силой – «стульчик» на турнике. В этом трюковом элементе перекладина турника располагается за спиной, таким образом получается выход силой сзади. Как это сделать? Возьмите перекладину прямым хватом и подтяните ноги вверх, нырните ими между рук, повиснув вниз головой. Затем перекиньте ноги через перекладину, чтобы выйти в упор сзади.

Когда вы научитесь выполнять элемент «стульчик», вы созрели для более сложного финта – выхода из-под турника! Он состоит из двух этапов, каждый из которых зависит от вашего умения держать равновесие. Первая фаза – это уже известный «стульчик», когда ноги располагаются между руками, а задняя поверхность наколенника опирается о перекладину. Выполните ногами движение вверх и вперед, одновременно поворачивая корпус под перекладиной.

Если вы хотите научиться выполнять различные фишки на турнике, не теряйте времени, начинайте прорабатывать элементы, которые мы вам рассказали. Если даже самые простые упражнения у вас не получаются, скорее всего, следует задуматься и потратить время на улучшение общей физической формы. Недостижимых целей не бывает, и через несколько месяцев упорных интенсивных тренировок вы сможете освоить классные трюки на турнике!

Фишки на турнике

Наработав силовую базу и умение держать равновесие, можно переходить к более плотному изучению фишек. Среди трюков на турнике выделяют несколько групп элементов: подъемы, повороты, выходы силой, перехваты и многие другие. Начинать подготовку к выполнению фишек на турнике лучше с подъемов.

Подъемы на турнике с переворотом

Первый и самый простой элемент, который должен освоить начинающий уличный спортсмен – это подъем переворотом. Возьмитесь за турник прямым хватом, подтянитесь, подайте нижнюю часть корпуса вперед и закиньте ноги за перекладину. Повернитесь и поднимитесь на прямые руки, перекладина должна находиться на уровне низа живота.

Перышко

Если подъемы вам дались легко, попробуйте усложненный вариант этого элемента. Вся сложность заключается в том, чтобы не дать корпусу коснуться перекладины во время выполнения. Звучит легко, однако попробуйте это сделать! Откроем секрет: чтобы добиться этого, в момент подтягивания нужно выполнить резкий бросок ногами и одновременно с этим отжаться.

Склепка

Подъем разгибом, или склепка на турнике, – классический вариант подъема. Во время выполнения не





ПОЛОЖЕНИЕ конкурса на лучший логотип ГБУ РС (Я) «Управление детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва»

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Цель конкурса – привлечение широкого круга людей к созданию фирменного логотипа Государственного бюджетного учреждения Республики Саха (Якутия) «Управление детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва» (далее – ГБУ РС (Я) «УДЮС и ПСР»).

1.2. Инициатором конкурса является администрация ГБУ РС (Я) «УДЮС и ПСР».

1.3. Организацию конкурса и награждение победителя осуществляет администрация ГБУ РС (Я) «УДЮС и ПСР».

1.4. Подведение итогов конкурса и определение победителя осуществляет Конкурсная комиссия.

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

2.1. Конкурс проводится с 18 августа 2015 года по 07 сентября 2015 года.

2.2. Итоги конкурса подводятся в период с 08 сентября по 14 сентября 2015 года публикацией в газете «Спорт Якутии» и на официальном сайте учреждения.

3. ПОРЯДОК И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

3.1. В конкурсе могут принимать участие коллективы организаций, предприятий всех форм собственности, творческие мастерские и студии, отдельные специалисты, а также иные физические лица.

3.2. К участию в конкурсе принимаются работы, поступившие в период с 18 августа 2015 года по 07 сентября 2015 года.

3.3. Каждый участник может выставить на конкурс неограниченное количество работ (логотип) при условии соблюдения всех предъявляемых к работе требований.

3.4. В заявках, присланных на конкурс, должны быть указаны следующие сведения: Ф.И.О., электронный адрес, контактный телефон. Работы без указания этих сведений к конкурсу не допускаются.

3.5. Работы и заявки для участия в конкурсе направляются в адрес Конкурсной комиссии по электронному адресу Udyspsr@mail.ru. В теме письма указывается название конкурса.

3.6. Работы выполняются на основании Технического задания (Приложение 1).

3.7. Для участия в конкурсе его участники представляют жюри конкурса следующие материалы (далее – материалы):

- черно-белое изображение логотипа (jpeg).

- цветное решение логотипа (jpeg). Пропорции черно-белого изображения и его цветového решения должны совпадать.

- полноцветный вариант логотипа на листе формата А4 в двух экземплярах.

- черно-белый вариант логотипа на листе формата А4 в двух экземплярах.

- пояснительная записка (с описанием деталей и общей идеи логотипа – актуальность, образность и т.д.) в двух экземплярах.

3.8. Участники конкурса представляют материалы на конкурс по адресу: 677000 Республика Саха (Якутия), г. Якутск, ул. Лермонтова, дом 62/5, ФМ «Дохсун» (отв. Колосова Моника Гаврильевна, каб. 331, тел. (8 4112) 40-22-61)

3.9. Материалы принимаются до 07 сентября 2015 года ежедневно, кроме субботы и воскресенья, с 10.00 до 17.00 часов местного времени.

3.10. Иногородние участники конкурса могут представлять материалы почтой по адресу, указанному в пункте 3.8. настоя-

щего Положения.

3.11. Определение победителей конкурса осуществляется путем голосования членов Конкурсной комиссии. При оценке представленных проектов Конкурсная комиссия учитывает следующие критерии:

- соответствие материала объявленным целям конкурса, глубина раскрытия темы;

- новизна, оригинальность, качество и техника исполнения представленной работы;

- возможность практического использования;

3.12. Приз победителю конкурса составляет 10 тысяч рублей.

3.13. Участник конкурса гарантирует, что сведения о нем, представленные на конкурс, являются достоверными.

3.14. Участник конкурса гарантирует, что присланные на конкурс работы не нарушают авторских или имущественных прав третьих лиц.

3.15. Конкурсная комиссия вправе потребовать от победителя доработки эскиза.

3.16. Победитель конкурса автоматически передает ГБУ РС (Я) «УДЮС и ПСР» авторские и имущественные права на работу, присланную им на конкурс.

3.17. Конкурсная комиссия вправе отклонить все заявленные работы, в случае не соблюдения условий Положения.

3.18. Отправка работ в адрес Конкурсной комиссии является подтверждением, что участник конкурса ознакомлен с Положением о конкурсе и согласен с порядком и условиями его проведения.

Контактная информация
Организаторы конкурса – ГБУ РС (Я) «УДЮС и ПСР».
Тел. 8 (4112) 40-22-61, 40-25-16
E-mail: Udyspsr@mail.ru

Состоится I оздоровительный женский забег "Бегущая Лена"

Женский портал kerekuo.ru от имени всех жительниц города Якутска 23 августа 2015 года готовит I оздоровительный женский забег на дистанцию 3 км в пользу защиты экологии нашей реки Лены – «Бегущая Лена».

Приглашаем всех жительниц и гостей города выйти на забег в воскресное утро и вместе с нами пробежать, кто-то может пройти ходьбой и выразить свою озабоченность экологией нашей реки и привлечь к ней больше внимания, также заодно поправить свое здоровье. В день мероприятия спортивную разминку проведет Марфа Пахомова - основательница спортивного клуба «Сулус», тренер по марафонскому бегу, выступят артисты эстрады и будут разыграны призы среди участниц, зарегистрировавшихся на сайте kerekuo.ru.

Для участия в забеге нужно зарегистрироваться на сайте kerekuo.ru и подойти 23 августа в 11 ч на Площадь Победы в спортивной удобной одежде и отличном настроении. Участие и регистрация бесплатные.

Разработай логотип – получи 10 000 рублей!

ГБУ РС (Я) «Управление детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва» объявляет конкурс на разработку логотипа учреждения.

Подведение итогов конкурса и определение победителя осуществляет Конкурсная комиссия. Работы принимаются с 18 августа по 07 сентября 2015 года.

Работы оцениваются по следующим критериям:

- соответствие материала объявленным целям конкурса, глубина раскрытия темы;

- новизна, оригинальность, качество и техника исполнения представленной работы;

- возможность практического использования.

Работы и заявки для участия в конкурсе направляются в адрес Конкурсной комиссии по электронной почте udyspsr@mail.ru. В теме письма обязательно указывается «На конкурс логотипа».

Победитель будет объявлен 14 сентября 2015 года и получит 10 000 рублей!

С подробной информацией Вы можете ознакомиться на официальном сайте учреждения <http://udyspsr.ykt.ru/> или в газете «Спорт Якутии» от 20 августа 2015 года.

Объявляется отбор детей в возрасте от 10 лет в школу – интернат по футболу

с.Ломтука Мегино-Кангаласского улуса. Тренер по футболу Слепцов Андрей Гаврильевич. Заявки подаются по адресу: maya-football@yandex.ru

сотовый тел. 89142985958

От имени Министерства спорта РС(Я) и спортивной общественности выражаем глубокие слова соболезнования родным и близким по поводу кончины ветерана спорта, заслуженного учителя Якутской АССР, заслуженного тренера РС(Я) **Александра Александровича АГЕЕВА.**

SIBERIA Dota 2 Cup

«SIBERIA Dota 2 Cup*» - это ежегодный открытый турнир с денежным призовым фондом по популярной игре Dota 2. В 2014 году 19 декабря был проведен турнир с призовым фондом (38 000р.), в турнире приняло участие 64 команды из города Якутска, в каждой команде по 5 человек плюс 2-3 запасных игрока, в общем счете участвовало около 400 человек, начиная от школьного возраста. В финал вышли 4 команды, которые сразились за призовые места в СК 50 ЛЕТ ПОБЕДЫ с прямой трансляцией на большом LED экране с комментаторами. За турниром наблюдало около 2 500 человек.

В этом году состоится очередной турнир «SIBERIA Dota 2 Cup*», призовой фонд которого составляет 100 000р. (FRR**, BTB***, SPTM****, ZZ*****). С апреля по июнь 2015г. прошли 3 сезона отборочных игр, где в каждом сезоне по 64 команды боролись за право выйти на Гранд финал «SIBERIA Dota 2 Cup*», который состоится 22 августа и 23 августа в КЦ "Сергеляхские огни" 2015 г.

Общее число участников Турнира 2015 года примерно свыше 800 человек.

Начало: 22 августа 12:00
Конец: 23 августа 22:00

22 августа:
12:00 - Открытие
12:45 - 15:00 - Первая игра (Первая пара команд)
15:00 - 15:30 - Перерыв
15:30 - 17:30 - Вторая игра (Вторая пара команд)
17:30 - 18:00 - Перерыв
18:00 - 20:00 - Третья игра (Играют победители Первой и Второй игры)

23 августа:
12:00 - Начало
12:30 - 14:30 - Четвертая Игра (Играют проигравшие Первой и Второй игры)
15:30 - 16:00 - Перерыв
16:00 - 18:00 - Пятая игра (Играют проигравший Третьей игры с победителями Четвертой игры)
18:00 - 18:30 - Перерыв
18:30 - 21:30 - Финальная игра
21:30 - 22:00 - Закрытие

SIBERIA Dota 2 Cup* - Сибيريا Дота 2 кап
FRR** - ЭфЭрЭр
BTB*** - БиТиБи
SPTM**** - ЭсПиТиЭм
ZZ***** - ДаблЗет

Возраст: 16+

СПОРТ ЯКУТИИ

Учредитель –
Министерство спорта РС(Я)
Медиагруппа "Ситим"

Генеральный директор –
Мария Христофорова

Главный редактор
Александр Посельский

Выпускающий редактор
Николай Бястинов

Журналисты

Федор Рахлеев,
Саина Шеломова,
Василий Посельский,
Иннокентий Птицын,
Александр Капитонов.

Верстка
Семен Павлов

Корректор
Анастасия Новгородова

Набрано и сверстано
в компьютерном центре
Медиагруппы «Ситим»

Отпечатано
с готовых диапозитивов
в типографии "Норд Пресс",
ул. Богдана Чижика, 33/4

За достоверность фактов, цифр, названий, имен и фамилий ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов

Зарегистрировано в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций по Республике Саха (Якутия)
25.11.2013 г.
ПИ № ТУ14-00370

Адрес редакции: 677000,
г. Якутск, ул. Кирова, 18, (здание
Бизнес-центра), 7 этаж, каб. 710.
тел: 425-947
факс: 343-613

Электронная почта:
sportyakutii@mail.ru, posel83@mail.ru

Время подписания в печать
по графику: 18:00, фактически: 17:00
Подписной индекс: **54853**
Тираж 3786 экз.
Цена свободная