№ 5, 2017

Азимут

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

X ВСЕМИРНЫЕ ИГРЫ –2017

ВЫХОДИМ НА ТОП-УРОВЕНЬ

ОХОТНИКИ ЗА ПРИЗМАМИ

ИДЕАЛЬНЫХ КАРТ НЕ БЫВАЕТ

Присоединяйтесь!
Петрозаводск
С.-Петербург
Вологда
Смоленск
Москва
Тула
Белгород
Воронеж
Ростов-на-Дону
Сыктывкар
Нижний Новгород
Казань
Пенза
Ульяновск
Пермь
Уфа
Екатеринбург
Тюмень
Челябинск
Ханты-Мансийск
Омск
Томск
Новосибирск
Кемерово
Красноярск
Барнаул
Хабаровск
Владивосток
Южно-Сахалинск
SPORTident
www.sportident.ru

MOSCOMPASS
.RU
АЗИМУТ
2012
АЗИМУТ
2012

СОДЕРЖАНИЕ: №5, 2017

ЮБИЛЕЙ

Поздравляем Г.В. Шура.....5
Г.В. ШУР. Охотники за призмами.....6
К 70-летию Н.Н. Куницына.....34
Ю.В. ДРАКОВ. Рисуйте отсюда и хоть до Парижа.....38

СОРЕВНОВАНИЯ

А.В. ИВАНОВ. Велосезон–2017.....8
Чемпионат Европы, Первенство Европы среди юниоров, Первенство Европы среди юношей и девушек.....10
Чемпионат Мира и Первенство Мира среди юниоров.....12
Э. БОРГ. X Всемирные Игры-2017.....16
С. ЕГОРШИН. Возвращаясь к итогам Чемпионата Мира среди ветеранов 2017 года по ориентированию.....24
О. ЧЕРЕМНЫХ. Велоориентирование в Республике Горный Алтай.....31
А. БАРЫШНИКОВ. Почему официальные соревнования в новых регионах проходят лучше?.....32

ПЕРСОНА

Г. МЕДВЕДЕВ. Я люблю ориентирование за его разнообразие.....14

АКАДЕМИЯ ТРЕНЕРОВ

К. ДАЛИН. Тренировка в помещении подойдет для всего клуба.....21
М. ВИНОГРАДОВ. Выходим на топ-уровень.....22
В. ЖЕРДЕВ. Отрабатывайте технику ориентирования в игровой форме.....30
Четыре упражнения для отработки техники бега.....31

Маркус Лундхольм о важности правильного питания во время соревнований.....23

СПОРТИВНАЯ КАРТОГРАФИЯ

А. ШИРИНЯН. Идеальных карт не бывает.....42
К. ТОКМАКОВ. Надо, чтобы человек был фанатом ориентирования.....44

ОРИЕНТИРОВАНИЕ В МИРЕ

Ориентирование в Англии глазами питерской спортсменки.....45

ЖУРНАЛ «АЗИМУТ» № 5, 2017
RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE

Почтовый адрес редакции: 123060, Россия, Москва, а/я 57.
Зарегистрирован в Государственном Комитете РФ по печати 30.04.97. Регистрационный номер: № 016043.
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ: Глаголева О.Л., Елизаров В.Л., Константинов Ю.С., Кузьмин А.Р., Прохоров А.М., Чешихина В.В., Шур Г.В., Янин Ю.Б.
РЕДАКЦИЯ: ООО «Агентство Азимут», ООО «Издательский дом «Азимут».
Главный редактор: Прохоров А.М.
Шеф-редактор: Виктор Елизаров, azimut-id@mail.ru.
Директор по производству: Екатерина Карташёва, azimut-id@rambler.ru.
Компьютерная вёрстка: Е. Карташёва.
Фотографии: Э. Борг, Ю. Драков, А. Иванов, А. Киселёв, Н. Куницын, М. Переверзина, A. Carlier, M. Reinen.
Переводы: М. Грачёв, В. Елизаров, А. Мишина.
Использованы материалы из журналов: «Суунистая», «Skogssport».
Авторы редакционных текстов: В. Елизаров, А. Прохоров.

Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных объявлений.
Тираж 4500 экземпляров.
Отпечатано в типографии: ООО «Тверской Печатный Двор».

Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.

www.azimut-o.ru

Уважаемые коллеги-ориентировщики!

В этом номере журнала мы подводим итоги спортивного сезона 2017 года. Он был одновременно и очень сложным, и довольно удачным для российского ориентирования. Как и в прошлом году, со всех официальных международных соревнований наши спортсмены вернулись с медалями. Это, безусловно, успех российского ориентирования, и, в первую очередь, слова благодарности и поздравления всем спортсменам сборной команды, тренерам и специалистам спортивного ориентирования, которые своей самоотверженной работой обеспечили столь высокие и достойные результаты. Большое вам спасибо за это!

Кроме того отелось бы подробнее остановиться на мероприятии, которое, к сожалению, не очень хорошо освещалось в средствах массовой информации. Речь идёт о десятых Всемирных Играх, которые в этом году состоялись в польском городе Вроцлав. Сборная России одержала уверенную победу в общекомандном зачёте, и наши спортсмены-ориентировщики внесли свой весомый вклад в этот успех. Российская команда по спортивному ориентированию в составе Натальи Гемперле (Владимирская область), Галины Виноградовой (Алтайский край), Андрея Храмова (Новгородская область) и Дмитрия Цветкова (Ленинградская область) показала очень достойный результат, завоевав две медали на Всемирных Играх. Просто молодцы!

Следующие, одиннадцатые Всемирные Игры 2021 года пройдут в США в городе Бирнингем, и к ним уже сейчас необходимо готовиться. Кстати, и Россия может претендовать на проведение Всемирных Игр 2025 года. Сейчас обсуждается вопрос о возможности подачи заявки от субъекта РФ на их проведение. Что касается городов, которые могут принять эти соревнования, то практика показывает, что ими не могут быть столицы государств, поэтому скорее всего Сочи или Казань в 2025 году могут стать местом проведения Всемирных Игр по неолимпийским видам спорта. Заявочная комиссия начнет работу в 2018 году. Кроме России на проведение Игр2025 году уже претендуют Китай и Южная Корея. Будем следить за развитием ситуации.

И, наконец, пользуясь случаем, хочу ещё раз поздравить первого редактора журнала «АЗИМУТ» Генриха Васильевича Шура с девяностолетием, пожелать ему здоровья, долгих лет жизни и успехов во всех начинаниях!

Президент
Федерации спортивного ориентирования России
С.Г. Беляев

Поздравляем!

11 сентября 2017 г. исполнилось 90 лет первому редактору журнала “Азимут” Генриху Васильевичу Шуру. От всей души поздравляем его с этим знаменательным событием и желаем здоровья, долгих лет и дальнейших спортивных успехов!

ШУР ГЕНРИХ ВАСИЛЬЕВИЧ
УЛИЦА 2 МЕЛИТОПОЛЬСКАЯ д.21-1, кв.91
Г. МОСКВА
117623

Уважаемый Генрих Васильевич!

Сердечно поздравляю Вас с юбилеем.

Вы выстояли в годину тяжёлых испытаний, сохранили веру в правое дело, в добро и справедливость. Опалённая войной молодость, вся Ваша жизнь всегда будут служить для нас и для будущих поколений ярким примером беззаветной любви к Родине, силы духа и несгибаемой воли.

Желаю Вам здоровья, благополучия и всего самого наилучшего.

Президент Российской Федерации **В.Путин**

РОССИЙСКАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ТУРИЗМА

90 лет

Уважаемый Генрих Васильевич!

Поздравляем Вас с 90-летием со дня рождения. Мы признательны Вам за тесное и плодотворное сотрудничество в деле воспитания и обучения студенческой молодежи, а также восхищаемся громадой свершенных Вами дел на благо развития системы профессионально-прикладной физической культуры и спортивного ориентирования в нашей стране.

Вы прошли большой трудовой путь, добились выдающихся успехов в спортивной, научной, педагогической и управленческой деятельности, став одним из основоположников спортивного ориентирования в СССР, а затем и в России, автором многочисленных публикаций по вопросам спортивного ориентирования, главным редактором журнала «Азимут». Вы Заслуженный путешественник России и судья всесоюзной категории, долгое время являлись членом президиума и председателем совета ветеранов Федерации спортивного ориентирования.

Мы гордимся тем, что именно Вы стали основателем развития спортивного ориентирования и внедрения форм профессионально-прикладной физической культуры в образовательную деятельность Российской международной академии туризма.

Вы, Генрих Васильевич – пример доблестного служения идеалам спорта, добра и справедливости, мужества и несгибаемой стойкости для всех нас.

Ректорат и весь коллектив Российской международной академии туризма сердечно поздравляет Вас с этой знаменательной датой и желает Вам крепкого здоровья и творческого долголетия!

Ректор
Российской международной
академии туризма,
доктор политический наук Е.Н. Трофимов

11 сентября 2017г.

ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

Шур Генрих Васильевич

в связи с 90-летием со дня рождения
и за огромный вклад
в развитие и пропаганду
спортивного ориентирования
в городском округе Химки

Начальник Управления
социальной политики
Администрации г.о. Химки *М.С. Степанян*
11 сентября 2017 г.

Г.В. Шур: ОХОТНИКИ ЗА ПРИЗМАМИ

Всякая бывает охота: со стрельбой и кровью, с лаем и изнурительной погоней по следу и тихая – с фоторужьем и еще … спортивная. Вот мы и есть эти «охотники», отдавшие не только сердце, но и многие годы своей жизни любимому лесному спорту – ориентированию, в вечном поиске красно-белых призм.

Разные по профессии, жизненным устоя и политическим взглядам, семейные и холостые, добрые и сердитые, в одиночку и с семьями, в большинстве своем все же оптимисты. Вот уже двадцать лет мы встречаемся на Всесоюзных, а теперь Всероссийских соревнованиях по ориентированию, проводимых исключительно для ветеранов.

Все, кому за 30, имеют право стартовать в этих состязаниях. Есть у нас и самая уважаемая группа патриархов – это те, кому за 80! Она пока малочисленна, ведь отсчет отечественного ориентирования идет с 1959 года. Так что еще не все состарились, да мы и не торопимся. Здесь и асы магнитной стрелки, защищавшие в свое время честь нашей Родины на международных состязаниях, честь своего родного города, спортивного общества; чемпионы и призеры страны, республик. Здесь ветераны Великой Отечественной войны, труда и спорта; отцы и матери, бабушки и дедушки и даже прабабушки и прадедушки, нашедшие в лесном спорте продолжение своей спортивной жизни. Да, это соревнования. С медалями, дипломами и секундами, победами и поражениями. Это борьба. Это спортивный поединок. Не та уже скорость, не тот зоркий глаз, но жажда борьбы, дух соперничества остались теми же. Даже форма состязаний подчеркивает дух борьбы и поиска. Да, мы бегаем по утрам и вечерам. Да, по выходным бросаем все дела, берем детей и внуков и … стремимся в лес на охоту за призмами. Этими красно-белыми «юбками», как мы их называем, расставленными по утру начальниками дистанции.

Мы стремимся «вогнать себя в мыло», задыхаемся на подъемах, с трудом вытаскиваем ноги из болота, пробираемся через чащобу и крапиву к этим контрольным пунктам. Мы бросаем взгляд на карту, компас, забегаем на бугорок, глазами шарим вокруг – наконец-то замелькал в листве красный цвет. Быстрее, еще быстрее, карточку под иглу, хлоп и … снова на охоту. Но бывает, что красный цвет – это осенняя листва, майка соперника или мираж (и такое бывает), уж больно хочется, чтобы это была призма.

Но бывают случаи, ставившие нас в тупиковые ситуации, и от того, как скоро мы из них выбираемся, зависят места в итоговых протоколах. Если бы знать, на каком километре они нас подстерегают. Выручает нас смекалка, эластичные мышцы и острый глаз, как у знаменитого охотника Дерсу Узала. Но пора на очередной КП. Ты сверяешь на ходу попутные ориентиры, все сходится, ура. Ты прибавляешь скорость, вот и острый овражек, где стоит призма, достаешь карточку и … как обухом по голове, призмы нет?! Вот стервецы гуляющие, опять утащили, но где-то должны быть рассыпанные начальником дистанции бумажки на

случай пропажи. Что-то их не видно? Чертовщина какая-то, да и тихо в лесу, где же соперники? И только теперь начинаешь понимать, что ты ошибся, и твой овражек где-то рядом. Осталось принять правильное решение, к сожалению, это не всегда удается сделать быстро. И все же призма найдена. Охота закончилась. Но не тут-то было, этих зверей – КП на сегодня аж 15!

Редко нам удается избежать ошибок, и если бы их не совершали, то, видимо, наш вид спорта канул бы в лету. Вот и последний КП, потные, грязные, все в паутине, на последнем вдохе мы финишируем, а через час уже сидим у костра. Сидим и говорим, говорим, говорим … о работе, спорте, о политике, просто о жизни, о внуках, болячках (что поделаешь, они у нас есть). Говорим о наставничестве, семейных клубах, о будущем нашего лесного и благородного вода спорта. Перебираем карты и дистанции, вспоминаем, какими путями бежали и «охотились» за этими КП. О чем мы только не переговорили в эти счастливые вечера!..

А потом мы устраиваем старт для наших детей и внуков, а здесь их много. И не только своих, но и воспитанников. Многие из нас много лет тренируют ребят. Приходит лето, мы берем отпуск, своих подопечных и едим кочевать. Живем в палаточных лагерях, готовим пищу на кострах и стартуем, стартуем. Пока еще не встречал среди нас человека, пожалевшего о проведенном отпуске с картой и компасом и с рюкзаком за плечами. В свободный от состязаний день мы собираемся в дискуссионном клубе под открытым небом и спорим. Каких только не бывает здесь споров, но чтобы там ни было, мы расходимся с миром.

А вот и последний финальный день. Кто будет сегодня чемпионом, не зря ли ты готовился весь год и в дождь, и в снег, на что ты сегодня способен?

С неохотой сворачиваем свои разноцветные походные домики-палатки, рюкзаки за плечи и … до свидания, гостеприимные поля и луга, леса и долины, лесные трассы и контрольные пункты. Как жаль расставаться, но мы даем друг другу слово встретиться ровно через год. В глаза не говорим, но все, кроме чемпионов, дают себе слово больше тренироваться и через год посягнуть на эти высокие звания.

Быстро пролетает год, и мы встречаемся вновь на лесном стадионе. Вот так мы и живем, бегуны с картой и компасом – охотники за призмами, разделенные по возрастным группам, но объединенные одной привязанностью на всю жизнь, которая называется «спортивное ориентирование».

Г.В. Шур (г. Москва)

ВЕЛОСЕЗОН–2017

Иванов А.В.

2002 год: 15 лет назад во Франции прошел 1-ый Чемпионат Мира,
2017 год: во Франции прошел 8-ой Чемпионат Европы,
2017 год: 15-ый Чемпионат Мира прошел в Литве.

Немного статистики и ощущений от соревнований. Расстояние в пятнадцать лет это большой отрезок времени с точки зрения спортивной карьеры в любом виде спорта. А в велоориентировании – это целая эпоха зарождения, становления и утверждения новой дисциплины в рамках ИОФ (Международной федерации ориентирования), а также национальных федераций Европы, Азии и Океании, Австралии и Америки.

В России велоориентированием начинали заниматься в основном «лыжные» ориентировщики. И поэтому самой сильной их стороной всегда была техника ориентирования. На велосипедах «по-велосипедному» никто практически не ехал. Но постепенно (в течение 3-4 лет), в период с 2002 по 2004 годы, и наши спортсмены стали попадать на пьедестал. Первая медаль (бронзовая) была завоевана Виктором Корчагиным на 2-м Чемпионате Мира на дистанции «мидл», в Австралии, в 2004 году. Уже в следующем году, в Словакии, на 3-м Чемпионате Мира у нас было две золотые медали в личных гонках у Руслана Грицана и серебряная медаль у В. Корчагина на «лонге». А в 2006 году к медалям уже «приехали» шесть спортсменов: золото в женской эстафете выиграли Анна Устинова, Надия Микрюкова и Ксения Черных, а серебро в мужской эстафете досталось Руслану Грицану, Максиму Журкину и Виктору Корчагину.

В 2006-2007 годах стали проводиться юниорские и юношеские старты. В Польше (2006 г.) и Италии (2007 г.) призовые места неизменно занимали Анастасия Свирь, Светлана Поверина, Татьяна Репина, Антон Фолифоров, Валерий Глухов и Григорий Медведев (эпизодически).

…Прошло 10 лет, и взошла звезда Антона Фолифорова. «…Первый после бога…», – писала пресса в Португалии в 2016 году, когда Антон выиграл все личные гонки и эстафету, а также досрочно, четвертый год подряд стал обладателем Кубка Мира. Это, безусловно, выдающийся результат в истории ориентирования, а в велоориентировании пока никто не смог повторить такой успех на одном чемпионате. Таким образом, к 2016-2017 годам произошла смена первого поколения велоориентировщиков в России. Из пионеров нашего вида остался только Руслан Грицан с почетным званием «бессменный бессмертный победитель» (в просторечии «Маклауд»). Он и в этом году добился четырех пьедесталов на Чемпионатах Европы и Мира – три серебряных и один бронзовый финиш.

Особенностью нынешнего спортивного велосезона было то, что два крупных спортивных мероприятия – Чемпионат Европы и Чемпионат Мира проводились с небольшим перерывом между стартами. Этот, безусловно, телевизионный формат, когда между мировыми стартами «Формулы–1» или «Гран-при» в легкой атлетике, ски-турами лыжников, турнирами теннисистов и т.д., проходит не более 2-х недель, для велоориентировщиков оказался пока непосильной ношей.

5 августа закончился Чемпионат Европы во Франции (4-5 гонок), а 20 августа надо было уже стартовать на Чемпионате Мира в Литве (5 гонок). Времени на восстановление практически не было. К такому календарю немногие спортсмены смогли подойти во всеоружии. Большинство спортсменов мировой элиты нацеливалось на Чемпионат Мира, и наши в их числе. Российские спортсмены показали следующий уровень готовности:

Фолифоров Антон – 4 медали (2 серебряных и 2 бронзовых). На Чемпионате Европы он был между 4-ым и 5-ым местом в мировой элите, на Чемпионате Мира однозначно третьим, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показал 5-ый результат в элите.

Руслан Грицан – 4 медали (3 серебряных и 1 бронзовая). На Чемпионате Европы он был 4-ым в мировой элите, на Чемпионате Мира стал 5-ым, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показал 6-ой результат в элите.

Григорий Медведев – 2 медали (1 золотая и 1 бронзовая). На чемпионате Европы он был 9-ым в мировой элите, на Чемпионате Мира – 4-ым, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показал 9-ый результат в элите.

Валерий Глухов – 2 медали (1 серебряная и 1 бронзовая). На Чемпионате Европы он был 8-ым в мировой элите, на Чемпионате Мира стал 10-ым, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показал 11-ый результат в элите.

А.В. Иванов и Д. Севбо

Ольга Шипилова-Виноградова – 6 медалей (2 золотых, 1 серебряная и 3 бронзовых). На Чемпионате Европы она была 3-ей в мировой элите, на Чемпионате Мира – 2-ой, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показала 4-5-ый результат в элите.

Светлана Поверина – 1 бронзовая медаль. На Чемпионате Европы она была 8-ой в мировой элите, на Чемпионате Мира – 10-ой, а по сумме всех девяти стартов ЧЕ и ЧМ показала 11-ый результат в элите.

Анастасия Свирь – 1 бронзовая медаль. На Чемпионате Европы она была 9-ой, на Чемпионате Мира – 10-ой, а по сумме всех стартов ЧЕ и ЧМ показала 12-ый результат в элите.

Остальные члены сборной команды были на 15-20 и ниже местах по общей сумме элитных стартов. Таким образом, во взрослой российской элите на сегодняшний день есть 7 человек (4 мужчины и 3 женщины), которые могут показать результат «красной группы» и способны завоевать от 6 до 10 наград любого достоинства на мировых и европейских форумах велоориентирования. Причем на протяжении 10-11 лет чемпионаты мира для российских атлетов всегда были более привлекательными стартами, чем региональные чемпионаты Европы.

В то же время нельзя не отметить, что интерес к элитному велоориентированию на мировом уровне падает. За 10 лет, с 2007 до 2017 года, уменьшилось количество спортсменов-участников чемпионатов мира на 25 %, а количество стран участниц – с 25 до 23. При этом количество стран-призеров увеличилось с 6 до 9. Примерно такая же тенденция сохраняется и на чемпионатах Европы. Уменьшение стран-участниц с 25 до 22. Количество стартующих спортсменов тоже уменьшилось на 25%, а количество призеров с 4-7 стран увеличилось до 9.

Следует отметить, что юниорские и юношеские соревнования, наоборот, набирают обороты. Так за эти же 10 лет количество стран-участниц соревнований увеличилось с 11-12 до 14-15, количество стартующих молодых спортсменов увеличилось на 25%, а количество стран призеров с 3-4 увеличилось до 8 (+100-115%).

Наши молодые спортсмены в 2017 году оказались полностью боеспособными только в группе юниорок (7 призеров из 7 участниц первенств Европы и Мира) и в группе юниоров (3 призера из 6).

В целом же, в спортивном сезоне 2017 года спортивная сборная команда России по ориентированию на велосипедах добилась выдающегося результата за всю историю участия в международных соревнованиях, проводимых ИОФ.

На Чемпионате и Первенстве Европы во Франции, а также Чемпионате и Первенстве Мира в Литве наши спортсмены завоевали 27 медалей: 6 золотых, 9 серебряных и 12 бронзовых наград.

Из 15-ти участников международных стартов среди взрослых семь человек смогли подняться на пьедестал. У юниорок из семи спортсменок все семь побывали на пьедестале один и более раз, из шести юниоров, шести юношей и шести девушек по три человека попали в медальный лист. Таким образом, половина команды взрослых, юниоров, юношей и девушек и вся команда юниорок смогли стать победителями или призерами официальных стартов ИОФ 2017 года.

Специалисты, работавшие с командой, – это 15 личных тренеров и 3 менеджера:

Кудрявый Александр Павлович (2+3+5=10), Владимирская область;

Моросанова Наталья Валентиновна (1+4+3=8), Москва;

Журкин Максим Владимирович (2+1+3=6), Москва;

Сычевская Светлана Леонидовна и Сычевский Александр Евгеньевич (2+2+2=5), Москва;

по две медали – Елфимов Борис Викторович (Москва), Иванов Александр Васильевич (Москва), Митерева Галина Борисовна (Москва), Сухоловская Ольга Николаевна (Саратовская область);

по одной медали – Свирь Александр Владимирович (Московская область), Захарова Софья Альфредовна (Новосибирск), Грошева Елена (Санкт-Петербург), Калугин Андрей Викторович (Москва), Коломнина Екатерина Сергеевна (Москва), Романов Александр Анатольевич (Москва);

старший тренер Ларина Татьяна Валерьевна (Нижний Новгород);

тренер-врач Бойко Павел Алексеевич (Московская область);

тренер-переводчик Иванов Александр Александрович (Москва).

Чемпионат Европы, Первенство Европы среди юниоров, Первенство Европы среди юношей и девушек

29 июля – 5 августа 2017 года, г. Орлеан, Франция

Два мировых старта, почти одинаковых по количеству стран-участниц и самих участников соревнований, различались по организации проведения как небо и земля.

Чемпионат Европы во Франции в 2017 году, через 15 лет после проведения 1-го Чемпионата Мира в Фонтенбло, был организован даже хуже, чем первенство какого-нибудь – «!!!!!!!». В России даже нет такого городка заштатного, где бы так безответственно отнеслись к участникам соревнований за такие не маленькие деньги.

Местность соревнований – это слабовыраженный рельеф и хорошие дороги. А простые дистанции отбрасывают наш вид от ориентирования к просто гонке друг за другом.

Постоянные стартовые и финишные двух-трехчасовые изоляции, регулярно нарушаемые спортсменами разных англоговорящих стран. И разъяснения адвайзера соревнований, что эти или те атлеты его предупредили о том, что кто-то опаздывает в изоляцию и это все нормально.

Церемонии награждения с неправильными гимнами и ручным подъемом флагов в последний день соревнований.

Совсем не организованный, а «самотечный» банкет, передача без микрофона флага соревнований, – все это наводит на мысль, что основной целью организаторов этих стартов было зарабатывание денег на самом большом за всю историю чемпионатов стартовом взносе, который составлял до половины расходов участников соревнований.

А одинаковая разметка на смотровом перегоне трехэтапной эстафеты у организаторов соревнований и местных лесников, размечающих участки леса для санитарной вырубки как раз в том же самом месте, где начинается разметка смотрового КП чемпионата Европы? Две наши команды – женщин и юниорок – уехали объезжать «лесоповал» на три минуты и остались за пьедесталом на 5-ом и 4-ом месте соответственно вместо 2-го и 1-го места. Как к этому относится?

Если португальский адвайзер на все вопросы говорит: «Мы вас предупреждали», вместо того чтобы «отработать» эту ситуацию с лесниками или хотя бы разную ленточку повесить. Только одни разговоры об «общеевропейских ценностях», а вместо лишнего похода в лес «просто предупреждение». Европа – «сказочная страна», где каждый второй – «Андерсен».

На вопрос: «Почему в неофициальном старте «спринтерская четырехэтапная эстафета двух участников» нельзя пустить у юниоров и юношей с девушками команд больше, чем одна? – ответ: «Потому что карт не напечатано достаточное количество». А напечатать на неофициальный старт на принтере – проблема?

В первый день на награждении «гимн Глинки» пришлось остановить и всей командой хором спеть на весь хоккейный дворец гимн России. Потом на протяжении всего чемпионата к нам подходили совсем незнакомые люди, участники ветеранских стартов и местные организаторы, которые извинялись за конфуз, а про наше пение показывали большой палец и говорили про мурашки, которые бегали у них по телу во время нашего незапланированного концерта.

По спортивным результатам соревнований успешней всего выступили юниоры, завоевавшие 6 медалей (2 золотые, 3 серебряные и 1 бронзовую награды) и первое общекомандное место. Лидерами команды, несомненно, были Ольга Михайлова, завоевавшая три медали – золото в спринте и спринтерской эстафете и серебро на мидле, и Юрий Балев, заработавший две медали – золото в спринтерской эстафете и бронзу в трехэтапной эстафете с Андреем Прозоровым и Федором Щепелевым. Следует отметить и Андрея Прозорова, впервые стартовавшего по группе юниоров и завоевавшего серебряный пьедестал на спринте. И, конечно же, нашу вторую команду юниорок, в составе: Анастасии Чередниковой, Анны Семеновой и Ульяны Сухоловской, сумевшую поддержать своих подруг из первой команды и завоевать второе призовое место в трехэтапной эстафете (проиграв всего, чуть больше 1 минуты чешкам).

Места командного зачета (золото, серебро, бронза = общее количество медалей):	
1. Россия:	2, 3, 1 = 6
2. Чехия:	2, 1, 1 = 4
3. Дания:	2, 0, 0 = 2
4. Франция:	1, 2, 4 = 7
5. Швеция:	1, 1, 0 = 2
6. Швейцария:	1, 0, 1 = 2
7. Финляндия:	0, 2, 1 = 3
8. Литва:	0, 0, 1 = 1

Взрослые спортсмены выиграли 3 медали (1 золотую и 2 серебряные награды) и второе командное место. Золото, несмотря на все установки вышестоящего начальства, смогла привезти для нашей страны Ольга Шипилова-Виноградова, уехав на лонге от француженки Гаель Барле на 3.46 и от будущей победительницы Кубка Мира-2017 англичанки Эмили Бенхам на 4 минуты. Непонятно, зачем на спринте надо было занимать 30-ое место.

В этот же день быстрее всех в лесу двигался Григорий Медведев, но золото ускользнуло к датчанину Расмусу Сёгорду, который всего на 9 секунд опередил Руслана Грицана. А у Григория на одном КП не сработал чип бесконтактной отметки, и он был дисквалифицирован, не получив в этот день заслуженного удовлетворения от самой здорово проведенной им гонки. Вторую серебряную награду Чемпионата Европы для сборной России завоевала мужская команда в составе: Антона Фолифорова, Валерия Глухова и Руслана Грицана. Простые дистанции и близкое расположение КП друг от друга до конца третьего этапа позволили двум командам ехать в плотном личном контакте. Богард, просидев весь этап за Русланом, на финише ускорился и на 0,5 секунды «обогнал» его. Мне показалось это нечестным по отношению к самим спортсменам и всем участникам соревнований. Такое упрощение гонки не дает никакого прогресса ни самим спортсменам, ни виду ориентирования на велосипедах.

Места командного зачета:	
1. Чехия:	4, 1, 2 = 7
2. Россия:	1, 2, 0 = 3
3. Франция:	1, 1, 3 = 5
4. Дания:	1, 1, 2 = 4
5. Финляндия:	1, 1, 0 = 2
6. Великобритания:	1, 0, 1 = 2
7. Эстония:	0, 2, 0 = 2
8. Литва:	0, 1, 0 = 1
9. Швейцария:	0, 0, 1 = 1

В группе юношей и девушек 17 лет в этом году мы значительно отстаем. Всего 2 бронзы в эстафетах и 6-ое общекомандное место. Хуже нас выступила только Португалия и еще 8 стран, которые не смогли попасть на пьедестал французского Первенства Европы, кстати, первого официального старта под эгидой ИОФ для группы 17-летних спортсменов.

Места командного зачета:	
1. Франция:	3, 3, 2 = 8
2. Финляндия:	3, 2, 3 = 8
3. Чехия:	2, 3 ,0 = 5
4. Дания:	1, 0, 0 = 1
5. Австрия:	0, 1, 1 = 2
6. Россия:	0, 0, 2 = 2
7. Португалия:	0, 0, 1 = 1

Команды юношей и девушек, в последний день зацепившись за бронзовые награды в эстафете, могли и этих медалей не получить по невнимательности молодых атлетов к предупреждениям организаторов соревнований.

Все дни Чемпионата Европы в карантине нельзя было пользоваться мобильной связью и навигационными приборами. Наши девушки умудрились в карантине сделать селфи на мобильник и попасться на глаза директору соревнований Мишелю Эдиару. Никакие аргументы, что не только русские нарушают этот запрет, на организаторов не производили впечатления. Шведский представитель написал жалобу, которую в течение двух часов нам пришлось опротестовывать и сочинять апелляцию.

… Из докладной записки в ФСО России: «В последний день соревнований, во время проведения трехэтапной эстафеты, девушки (Ж-17) сборной команды России, находясь в зоне финишного карантина, стали фотографироваться на свои мобильные телефоны. Это было замечено организаторами. Президент федерации ориентирования Франции Мишель Эдиар сделал нашим спортсменкам устное замечание, объяснив им, что если какая-либо из команд подаст организаторам письменную жалобу по этому поводу, то они будут вынуждены дисквалифицировать всю российскую команду.

После финиша всех команд организаторы показали письменную жалобу на российскую команду от представителя шведской делегации о том, что российскими спортсменками были нарушены правила соревнований, а именно, пронесены средства мобильной связи в зону карантина. Организаторы соревнований сказали, что будут вынуждены аннулировать результаты всех российских эстафетных команд, а затем уточнили, что только российской элитной группы у мужчин, так как во время фотографирования с 10:37 до 10:39 шла подготовка к старту мужчин группы элита. (Карантин заканчивался в 10:45, то есть в момент старта мужской элиты).

Мы сначала пытались объяснить организаторам, что девушки делали только личное фото, радуясь третьему призовому месту в своей группе, и что никаких звонков они не делали, так как на телефоне нет денежных средств. Организаторы, посмотрев фотографии на телефоне, согласились с нашими доводами, но так как была написана официальная жалоба, то они вынуждены были как-то реагировать и ничего не могли сделать для разрешения этой ситуации, поскольку это предупреждение действовало все дни для всех участников соревнований, тренеров и представителей команд. Мы попытались поговорить с представителем шведской команды, чтобы он отозвал свою жалобу, но он сказал, что этого делать не будет и что этот протест не против России лично, а против нарушения правил соревнований и т.д.

Затем мы написали официальную жалобу на решение организаторов, о дисквалификации мужской сборной, сославшись на пункт правил ИОФ (раздел МТВО, в редакции 2017 года, подраздел «фейр-плей», пункт 26.11: «получение преимущества/выгоды от действий одного соревнующегося в пользу другого спортсмена путем нарушения правил соревнований»). Указав, что никакого преимущества/выгоды в пользу мужской сборной от действий российских спортсменок, которые делали фото, получено не было. И что это было лишь личное фото себя (селфи), без фотографирования карт и т.д. Никаких звонков девушки не делали. В доказательство этого нами были предоставлены телефоны спортсменок. Таким образом, согласно этому пункту правил, санкции должны коснуться лишь того спортсмена, который был замечен в нарушении правил, но никак не всей команды.

Также в своем письме мы попросили учесть большое количество ошибок и недочетов в организации всего Чемпионата Европы в целом, в том числе многочисленные нарушения правил и предупреждений организаторов спортсменами других стран. В заключение, мы попросили принять во внимание, что российские спортсменки молодые, неопытные и просто не понимали, к каким последствиям может привести нарушение правил организаторов. После нашего письменного обращения организаторы приняли решения не снимать ни одну из российских команд. Шведы это решение опротестовывать не стали. В свою очередь, организаторы обещали сделать письменное уведомление в Федерацию спортивного ориентирования России (от себя или от ИОФ, они на тот момент еще не знали) по поводу этого инцидента». Вот такое «кино» в последний день французского чемпионата.

И еще несколько слов по общим итогам Чемпионата и Первенства Европы. Только шесть стран имеют призеров во всех категориях участников этих соревнований. Самая сбалансированная команда Чехии – по 4 золота, 9 и 7 медалей у молодежи и взрослых. У французов – 75% медалей молодежь и 25% взрослые, 4 и 1 золотые награды соответственно. У финнов еще больший упор на молодежь – 11 против 2 медалей у взрослых, 3 и 1 золотые медали. В нашей сборной соотношение такое же, как у французов – 78 и 23%, 2 и 1 золотые награды. А у датчан команда взрослых заработала больше наград чем молодежь – 4 к 3, зато у молодых все 3 медали золотые, а у взрослых только 1 золото.

А. Фолифоров, Р. Грицан, В. Глухов

А.Чередникова, А.Семенова, У.Сухоловская

Места командного зачета по всем группам:

место	страна	молодежь	взрослые	всего медалей
1	Чехия	4, 4, 1 = 9	4, 1, 2 = 7	8 + 5 + 3 = 16
2	Франция	4, 5, 6 = 15	1, 1, 3 = 5	5 + 6 + 9 = 20
3	Финляндия	3, 4, 4 = 11	1, 1, 0 = 2	4 + 5 + 4 = 13
4	Россия	2, 3, 3 = 8	1, 2, 0 = 3	3 + 5 + 3 = 11
5	Дания	3, 0, 0 = 3	1, 1, 2 = 4	4 + 1 + 2 = 7
6	Швейцария	1, 0, 1 = 2	0, 0, 1 = 1	1 + 0 + 2 = 3

Чемпионат Мира и Первенство Мира среди юниоров

20–26 августа 2017 года, г. Вильнюс, Литва

Литва. С 2008 года в этой стране не было крупных велостартов, а Чемпионат Мира по ориентированию они проводили впервые, но это не помешало организаторам показать высочайший уровень проведения соревнований. Продумано было все до мелочей, начиная от интереснейших дистанций на местности вокруг самого города, а также в самом центре литовской столицы, включая все церемонии награждения, открытия–закрытия, брифинги и телерепортажи. Особенно запомнился последний день. В историческом центре Вильнюса были организованы старт и финиш и прямая телетрансляция спринта. Но «круче» всего в этот деньбыл «банкет». Если в 2008 году в заповедной Ниде вокруг нас на старте прыгали пингвины, то в этот раз все участники соревнований на время превратились в «пингвинов», придя в центральный аквапарк и наслаждаясь шикарным водным экскурсом, без дополнительной оплаты этого мероприятия. Литовцы опять приятно удивили всю велотусовку. Респект и уважение от всех участников Чемпионата Мира!!!

Оглядываясь на начало велоэпохи, всегда ловишь себя на мысли о том, что и тренеров немного было, и спортсменов не больше 100 человек по всем группам. И традиций никаких не было, как в беговом или лыжном ориентировании. И спортсмены, которые начали «велотусить», ничего особенного в ориентировании из себя не представляли, за исключением одного-двух человек. И как-то так получилось, что буквально за одно поколение «велотусовки» нашим спортсменам удалось забраться в «голову паровоза» и возглавлять втечение последних 10-12 лет этот новый вид ориентирования. При том, что и тренеров квалифицированных у нас не было, да и вообще их было мало. Но желание и амбиции у каждого из этих специалистов были огромные. А когда тренер нацелен на самый верх, тогда эта заряженность и передаётся спортсменам, и они начинают соответствовать ожиданиям своих наставников.

До сих пор на всех российских велостартах при любом, даже малом количестве участников тренерские амбиции порождают бурю эмоций, и эта заряженность реализуется высоким уровнем внутренних результатов, даже при низкой конкуренции.

Тренер всегда верит в своего ученика больше, чем сам ученик в себя. И этим своим психологическим настроем эмоционально помогает спортсмену «реализоваться» на соревнованиях лучше и показать результат выше, чем он показывал на тренировках.

Но что делать, если у сильного спортсмена результат «не идет». На Чемпионате Европы сначала 30-ое место на спринте, потом обидное 4-ое на мидле, и только лонг получился победным, но тут же в эстафете «бумажное» 5-ое место, при непонятном настрое на европейские старты.

И тут Тренеру приходится уповать только на старые как мир приметы, которые за рамками логического понимания, но почему то работают – …ремешок на руке, который тренер носил целый год, как заговоренный «вдруг помог» стать «будущему чемпиону» настоящим чемпионом.

Старая примета лыжников: «Пари, заключённое на проигрыш, всегда приведёт к медали». И сразу же, в тот же день – первый день чемпионата мира – золото на мидле. А потом медали на каждой дистанции чемпионата. Да еще это пари, вообще-то разговор ни о чем, «заводит» нашу спортсменку до состояния «вселенской» обиды. И уже надо «доказать всему свету, насколько я хороша, а ты в меня не верил». Примерно эту фразу «говорит тело спортсменки» на уровне подсознания. У русских так всегда – чем хуже, тем лучше.

Места командного зачета:	
1. Россия:	2, 3, 6 = 11
2. Чехия:	2, 3, 0 = 5
3. Финляндия:	2, 2, 0 = 4
4. Великобритания:	2, 1, 1 = 4
5. Италия:	1, 0, 0 = 1
5. Дания:	1, 0, 0 = 1
7. Франция:	0, 1, 1 = 2
8. Эстония:	0, 0, 1 = 1
9. Швейцария:	0, 0, 1 = 1

Практически вся российская команда (первые номера) смогла отметиться на пьедестале.

Но, несомненно, номер один Чемпионата Мира в Вильнюсе, это – Ольга Шипилова-Виноградова. У нее на каждой гонке медаль. А эстафета – это вообще отдельная песня, она на «совести» Ольги – отыграть почти 6 минут и въехать на пьедестал на последних 50 метрах, обогнав самую харизматичную гонщицу последних лет Микаэлу Гигон. Это, зрелище, незабываемое! Спасибо Ольге за целую «кучу» положительных эмоций, такое сражение всегда воодушевляет всех членов команды. Бронзовая медаль в женской эстафете дороже иного золота. И ей не хватило всего12 секунд до второго места.

Только Эмили Бенхам смогла в личных гонках на этом чемпионате обыграть нашу Ольгу и за счет этого выиграть общий зачет Кубка Мира. А 30-ое место в

Ю. Балев

Г. Медведев

О. Сухоловская

В центре О. Шипилова-Виноградова

спринте на Чемпионате Европы отбросило Ольгу на 3-е место в общем зачете Кубка Мира.

Но самое интересное, что почти в это же время в другом городе, в другой стране, на беговом чемпионате мира, её сестра-близнец Наталья тоже попала на пьедестал, завоевав 2 серебра и бронзу. Поневоле поверишь в чудеса на планете Земля. Как такое может быть? Как такая тонкая нить – победная струна – связывает двух сестер на расстоянии тысяч километров, и они почти одновременно выдают максимальный результат в разных соревновательных условиях. Это просто невероятно!!!

5 медалей с 1 по 27 июля у родной сестры Наташи на Чемпионате Мира в Тарту (Эстония) и на Всемирных Играх во Вроцлаве (Польша), и через месяц – 6 медалей у Ольги, с 3 по 26 августа в Париже и Вильнюсе.

У наших мужчин Антон Фолифоров, безусловно, лидер, но золото в этом сезоне досталось не ему. У него 3 медали – серебро и 2 бронзы. И в общем зачете Кубка Мира он уступил свое безоговорочное лидерство Кристофу Богарду.

Но зато, наконец-то, мы дождались, прорыва на 1-ое место пьедестала Григория Медведева. В этом сезоне две личные гонки, выигранные им по времени, на ЧЕ и ЧМ, не были засчитаны Грише. Система бесконтактной отметки, два раза не срабатывала в его натруженных руках, и он был дисквалифицирован. А в третьей дисквалификации, Григорию помогла партнерша по эстафетной команде, которой тоже не удалось обуздать бесконтактную систему отметки во Франции. И только к последнему дню Чемпионата Мира Григорий справился со злым роком 2017 года – бесконтактной отметкой. Он – чемпион мира-2017 в спринте!!! И гимн России звучит в его честь в центре Вильнюса и выгоняет на улицу массу наших бывших соотечественников. Как они искренне радовались знакомой с давних времен музыке, звучащей в центре литовской столицы, и каждый из них подпевал свои слова нашего гимна. А когда эта музыка зазвучала в честь нашего второго победителя в спринте, юниора Юрия Балева, то все наши болельщики уже вместе с нами подпевали и радовались встрече со своей молодостью. Потом втечение часа местные жители не отпускали нас и все рассказывали, как им здесь живется, как они, несмотря ни на что, держат оборону на передовой НАТО и как они соскучились по нам, русским, и хотят, чтобы мы чаще приезжали. Как они переживают за Украину и за Путина, которому приходится «уворачиваться» от полномасштабной войны со своими соотечественниками и т.д.

Про наших юниоров хотелось бы сказать отдельно. В Вильнюсе, спустя 15 дней после Первенства Европы, на мировом уровне смог проехать только Юрий Балев, который выиграл спринт и показал 7-ое, 4-ое и 5-ое места в других гонках, улучшив свои парижские показатели (13-ое, 5-ое, 17-ое и 3-е места). Остальные юниоры-мальчики оказались не готовы к двум стартам подряд и выше 19-20 места в личных гонках никто из них не поднялся. А в эстафете вторая команда не смогла финишировать по причине дисквалификации первого этапа. Первая же команда выше 5-го места подняться не смогла.

У юниорок-девушек дела, конечно, лучше, но лидер команды и триумфатор Первенства Европы Ольга Михайлова (1-ое, 2-ое, 5-ое, 1-ое, 4-ое места), на этом Первенстве Мира ухудшила свои показатели, заняв 8-ое, 11-ое, 6-ое и 20-ое место в личных гонках. Но самое обидное – в победной эстафете, выигранной с преимуществом в 1.5 минуты от второго места и в 6 минут от третьего, она была дисквалифицирована за ошибку на дистанции – проезд по приватной территории. Это последняя её юниорская эстафета, и она не задалась. Очень жаль.

Зато все остальные девушки смогли улучшить результаты своих выступлений, по сравнению с Первенством Европы. И это вселяет оптимизм в преддверии следующего сезона, так как основной костяк сборной остается, из семи спортсменок уходят по возрасту только двое.

Ольга Сухоловская показала 3-е и 5-ое места в личных гонках, против 7-го и 9-го мест во Франции. Дарья Севбо – 3-е и 7-е места, против 5-го и 8-го. Алена Федосеева два раза 4-ая и 2-ая в эстафете, против французских 10-го, 16-го и 4-го места в эстафете. Аня Семенова два раза 13-ая и 2-ая в эстафете, против 13-го и 15-го места и 2-го места в эстафете на Первенстве Европы. Марина Опарина пока отстает от остальных девушек, 17-ое и 18-ое – лучшие её места в личных гонках. Но зато в эстафете Марина не спасовала и не сдала финиш самой двукратной победительнице Первенства Мира Веронике Кубиновой, «начудившей» до этого в лесу.

Места командного зачета:	
1. Франция:	2, 3, 2 = 7
2. Чехия:	2, 2, 3 = 7
3. Дания:	2, 1, 0 = 3
4. Финляндия:	2, 0, 1 = 3
5. Россия:	1, 1, 3 = 5
6. Литва:	1, 1, 2 = 4
7. Швейцария:	0, 1, 0 = 1
7. Австралия:	0, 1, 0 = 1

Итого места командного зачета мужчины и женщины, юниоры и юниорки:	
Россия	3, 4, 9 = 16
Чехия	4, 5, 3 = 12
Франция	2, 4, 3 = 9
Финляндия	4, 2, 1 = 7
Дания	3, 1, 0 = 4
Великобритания	2, 1, 1 = 4
Литва	1, 1, 2 = 4
Швейцария	0, 1, 1 = 2
Австралия	0, 1, 1 = 2
Италия	1, 0, 0 = 1
Эстония	0, 0, 1 = 1

Будем готовиться к следующему сезону и надеется, что всем спортсменам удастся реализовать свои самые амбициозные мечты. А мы, тренеры, поможем им словом и делом показать свой лучший в жизни результат. Ведь в следующем году опять два чемпионата и первенства – «Европа» в Будапеште (Венгрия) с 26 июня по 1 июля и «Мир» в Австрии с 4 по 12 августа.

Я ЛЮБЛЮ ОРИЕНТИРОВАНИЕ ЗА ЕГО РАЗНООБРАЗИЕ

Григорий Медведев

Впервые в своей спортивной карьере московский спортсмен, мастер спорта международного класса Григорий Медведев стал чемпионом мира в дисциплине «велокросс-спринт».

Традиционно журнал «Азимут» представляет читателям героев российского спорта. Сегодня мы встретились с чемпионом мира 2017 года Григорием Медведевым.

- Григорий, сколько лет вы занимаетесь ориентированием? Расскажите, как вы начинали, кто привёл вас в ориентирование и кто был первым тренером?

- Заниматься ориентированием я начал в 2000 году. Родители привели меня в московскую спортивную школу №54 «Ориента», чтобы записать на шахматы. Но меня гораздо больше заинтересовали ребята, выполнявшие необычные упражнения с картой в соседнем зале. Так я и попал в этот замечательный вид спорта, толком не представляя, что меня ждет.

С тренерами мне повезло. Достаточно сказать, что я до сих пор занимаюсь с теми же людьми, что помогали мне делать первые шаги в ориентировании. Это Тремпольцев А.Г., Валуев В.А. и, конечно же, Моросанова Н.В. Все вместе мы являемся спортивным клубом СКИ-О.

- Если можно, что-нибудь из биографических данных.

- Родился я в Москве в марте 1992 года. Но так как мои родители работают в МИД, то периодически ездил с ними и младшим братом в длительные командировки. Так уж вышло, что в первый класс я пошел в ЮАР, затем вернулся в Москву, узнал об ориентировании, в третьем классе уехал в Чехию, где прожил три года, продолжая заниматься ориентированием в местном клубе. Вернувшись в Россию, за пару лет втянулся в наш спорт настолько, что отказался все бросать и ехать с родителями в очередную командировку. Окончил Московскую международную гимназию и поступил в МГТУ им. Н.Э. Баумана, где учусь на инженера.

Живу все так же в Москве, в Крылатском. Тренируюсь в ГБУ «Спортивная школа олимпийского резерва №54 «Ориента» с командой СКИ-О.

- В архивах вашего клуба я видел фотографию, где вы с Татьяной Репиной на плечах у Руслана Грицана. Как развивались события до следующей фотографии, когда вы с Татьяной держите на руках Руслана Грицана?

- Первая фотография была сделана в 2001 году на соревнованиях «GRAND PRIX - Будущие звезды», где мы с Таней стали победителями групп МЖ-10. До следующей фотографии прошло 10 лет. За эти годы Руслан стал многократным чемпионом мира, а мне и Тане удалось завоевать золотые медали на чемпионате мира среди юниоров. Руслан для нас это и маяк, и пример того, как нужно ставить задачи и добиваться успеха.

- Что привлекает вас в ориентировании, почему вы связали свою жизнь с этим видом спорта?

- Я люблю ориентирование за его разнообразие. Ведь каждая местность, каждая дистанция ставит свои задачи, к которым нужно найти подход и решить

их быстрее всех. Меня привлекает необходимость справляться с трудностями на высоком пульсе и держать концентрацию внимания, несмотря на усталость. И мне нравится волнительное чувство таинственности перед стартом, ведь о том, что тебя ждет, узнаешь, только взяв карту в руки.

- В вашей коллекции теперь есть золотая медаль чемпионата мира по спортивному ориентированию в велокроссовой дисциплине спринт, сколько лет вы стремились к этому событию?

- Сложно сказать, когда именно начался путь к этой золотой медали. Пожалуй, пять лет назад, когда я перешел из юниоров в элиту и понял, что нужно переходить на новый уровень мастерства, чтобы бороться с лидерами.

- Как обычно проходит подготовка к сезону? Расскажите о своей команде и о тренировках?

- Подготовка к летнему сезону начинается в феврале. До этого зимой бегаю ориентирование на лыжах. За весну выезжаю с командой на несколько двухнедельных сборов, в остальное время тренируюсь дома. Очень помогают тренировки с Русланом Грицаном. Я знаю его очень давно, и всегда тянулся за ним, очень многому у него научился. Безусловно, сейчас наличие рядом сильного спарринг-партнера идет на пользу нам обоим.

Помимо ориентирования езжу гонки кросс-кантри. К сожалению, часто они совпадают по времени с соревнованиями по МТБО (велоориентирование). В Москве проводится много любительских гонок с очень сильными спортсменами. Нередко получается заезжать в тройку. Считаю, что гонки кросс-кантри должны быть неотъемлемой частью подготовки. Трассы обычно очень требовательны к физической форме и техническим навыкам, позволяют выявить твои слабые стороны, научиться терпеть.

Перед чемпионатом мира делаем длительный сбор. Команда у нас довольно большая, помимо меня и Руслана, с нами ездят еще несколько сильных ребят и два тренера – Наталия Валентиновна Моросанова и Максим Анатольевич Капитонов. Много времени уходит на физическую подготовку, но ближе к стартам делаем упор на тренировки с ориентированием, причем стараемся моделировать дистанции предстоящих соревнований. Наши тренеры вкладывают в это много труда.

- А конкретно сезон этого года как складывался?

- Сезон получился довольно длинным, ведь перед чемпионатом мира в августе были еще чемпионат Европы в конце июля и этап Кубка Мира в июне, а также два блока отборочных соревнований весной. Не всегда все шло гладко, но я рад, что к главному старту удалось подойти в отличной форме и реализовать ее. Главное, в этом году все окончательно сложилось. Пришла уверенность в своих силах, а с ней – спокойствие, столь важное в нашем виде спорта.

- Ну, и был решающий старт.

- Был! А до него четыре тяжелых гонки, всего один день отдыха. Потрачено много сил и эмоций. Несмотря на психологическую усталость, удалось хорошо настроиться и выйти на старт со спокойной чистой головой. А дальше просто четко делал то, что умею. Временами казалось, что еду слишком медленно, но понимал, что это обманчивое впечатление. Держал концентрацию всю дистанцию, и все получилось.

- Какие еще старты для вас самые памятные?

Одними из самых запомнившихся соревнований стали зимние игры «Югра-Москва», в которых я принимал участие в составе сборной Москвы под руководством Александра Геннадьевича Трембольцева в 2006 году. Ханты-Мансийск встретил нас очень гостеприимно, а старты были проведены на самом высоком уровне.

- Какие увлечения у лидера мирового ориентирования?

- Интересуюсь наукой и техникой. Люблю пробовать новые виды спорта. Учусь игре на гитаре.

- Что вы цените в жизни и в людях?

- В людях ценю искренность, упорство и чувство юмора. А в жизни ценю хороших людей.

- Каким вы видите своё будущее после окончания спортивной карьеры, чем бы хотели заниматься и чего достичь?

- Вы знаете, сейчас мне трудно ответить на этот вопрос, так как не знаю еще, когда закончится моя спортивная карьера. Хотел бы сделать что-то стоящее, в том числе и для нашего вида спорта.

- Какими качествами и умениями, должен обладать современный спортсмен-ориентировщик мирового уровня?

- Мне кажется, что спортсмен-ориентировщик топ0уровня должен быть очень универсальным, способным показывать высокий результат на любой местности и в любых условиях, а также обладать психологической устойчивостью, чтобы, несмотря на сбивающие факторы и ответственность, показывать то, на что он готов.

- Что вы хотели бы пожелать ориентировщикам следующих поколений?

- Я хочу им пожелать любить ориентирование, совершенствоваться, идти к своей цели и достигать ее.

- Григорий! Спасибо за искренние ответы. Надеюсь это не последняя золотая медаль в вашей спортивной карьере. Успехов вам во всем!

Президент Федерации спортивного ориентирования г. Москвы А.М. Прохоров

X ВСЕМИРНЫЕ ИГРЫ–2017

Вроцлав, Польша

Всемирные Игры–2017 проходили в польском Вроцлаве с 20 по 30 июля. Победителем в общем зачёте стала сборная команда России, которая завоевала 28 золотых, 21 серебряную и 14 бронзовых медалей. Соревновательная программа X Всемирных Игр, которые принято называть Олимпийскими Играми для неолимпийских видов спорта, довольно насыщенная, и всего за 10 дней прошли финалы в 222 номерах программы.

Игры созданы для продвижения неолимпийских видов спорта в олимпийскую программу и проводятся с периодичностью раз в четыре года. В официальную программу Всемирных Игр включены: парашютный спорт, стрельба из лука, бильярд, боул-спорт, боулинг, каноэ-поло, танцевальный спорт, подводное плавание, фистбол, фризби, гимнастика (художественная, акробатика, аэробика, прыжки на батуте), джиу-джицу, каратэ, тайский бокс, лакросс, корфбол, спасение жизни, ориентирование, пауэрлифтинг, хоккей на роликах, бег на роликовых коньках, артистические катание на роликах, пляжный гандбол, скалолазание, сквош, сумо, перетягивание каната и водные лыжи. В показательную программу Игр вошли: американский футбол, гребля в помещении, спидвей и кикбоксинг.

Всемирные Игры проводит Международная Ассоциация Всемирных Игр (IWGA), созданная по инициативе руководителей 12-и спортивных федераций. Вдохновителем идеи в 1980 году стал тогдашний президент Всемирной федерации тхэквондо и член Международного Олимпийского Комитета южнокореец Ун Ён Ким. В 2001 году Всемирные Игры стали проводиться под патронатом Международного Олимпийского Комитета.

Во Вроцлав съехались спортсмены из 102 стран, общее количество спортсменов – 3168.

Церемония открытия состоялась 20.07.2017 на центральном стадионе Вроцлава.

Открывал Всемирные Игры президент Международного Олимпийского Комитета Томас Бах.

Российские спортсмены традиционно становятся победителями и призёрами этих престижных соревнований мирового уровня. По количеству медалей в общекомандном зачете Россия неизменно занимает лидирующие позиции. Вот и Всемирные Игры 2017 года, на которых Россия одержала ошеломляющую победу, подарили миру целую плеяду новых и ярких звезд спорта. Свою лепту в медальный зачёт российской команды внесли и ориентировщики. На Всемирных Играх в Польше личную медаль завоевала Наталья Гемперле. Она финишировала второй в дисциплине «мидл» (средняя дистанция). Кроме того в Польше наши ориентировщики заняли третье место в смешанной эстафете. За сборную России бежали: Наталья Гемперле (Владимирская область), Дмитрий Цветков (Ленинградская область), Андрей Храмов (Новгородская область) и Галина Виноградова (Алтайский край).

Сборная России доминировала и не оставила соперникам никаких шансов. Таким мнением поделился вице-премьер РФ Виталий Мутко: "Российские спортсмены досрочно стали победителями соревнований, которые по сути своей та же Олимпиада. К последнему дню турнира они завоевали 27 золотых наград, не оставив и шанса соперникам, это абсолютное лидерство. Поздравляю, великолепный результат".

Не смог обойти своим вниманием многочисленные победы России на международном уровне и президент Олимпийского Комитета России Александр Жуков. По его словам, изобилие медалей самой высшей золотой пробы – это лучшее доказательство того, что русские спортсмены побеждают чисто и красиво. А ежедневное исполнение гимна России на самых престижных соревнованиях транснационального уровня, а также торжественное поднятие флага Российской Федерации – лучшая реклама достижения для страны блестящих мирных побед.

А. Храмов, Г. Виноградова, Н. Гемперле, Д. Цветков

РЕЗУЛЬТАТЫ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ НА ВСЕМИРНЫХ ИГРАХ-2017

Майя Альм (Дания) – королева спринта

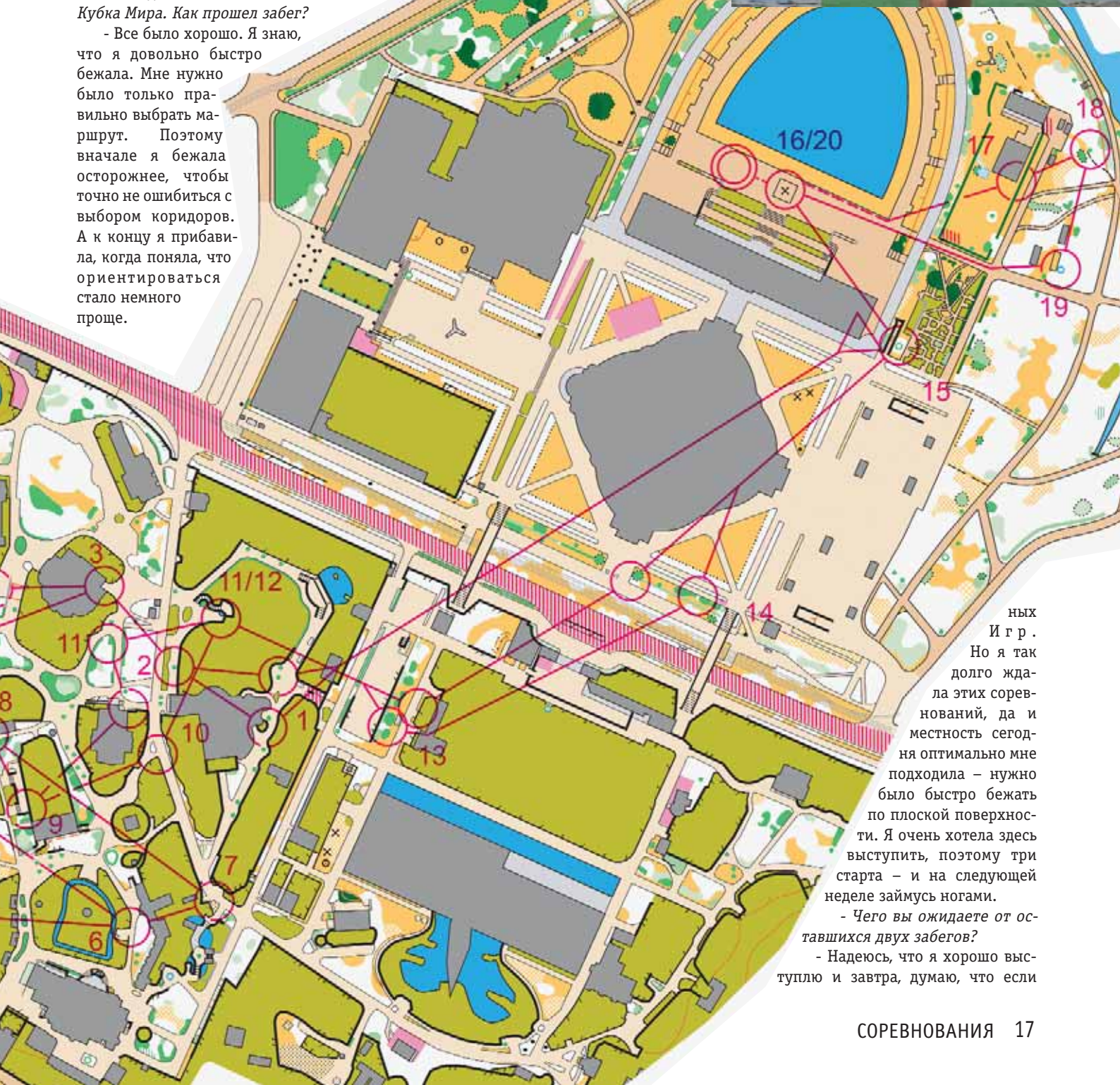
Нет никаких сомнений в том, что Майя Альм – королева спринта в спортивном ориентировании. Три года подряд она побеждала на чемпионатах мира, а теперь стала и чемпионкой Всемирных Игр. В интервью Майя рассказывает о том, как прошел забег, о том, как у нее получается так быстро бегать, о том, как непросто приходится в разгар сезона, и о том, как сильно у нее болят икры.

- Майя, поздравляю вас с очередным впечатляющим выступлением. Местность здесь сильно отличается от Кубка Мира. Как прошел забег?

- Все было хорошо. Я знаю, что я довольно быстро бежала. Мне нужно было только правильно выбрать маршрут. Поэтому вначале я бежала осторожнее, чтобы точно не ошибиться с выбором коридоров. А к концу я прибавила, когда поняла, что ориентироваться стало немного проще.

- В последнее время вы много бегаете еще и на легкоатлетических соревнованиях. Как вы после них восстанавливаетесь, чтобы сил хватило и на сегодняшний забег?

- Ну, я не то чтобы очень хорошо восстановилась. С икрами у меня не сказать что все в порядке. Они довольно сильно болят, так что придется заняться ими после Всемирных Игр. Но я так долго ждала этих соревнований, да и местность сегодня оптимально мне подходила – нужно было быстро бежать по плоской поверхности. Я очень хотела здесь выступить, поэтому три старта – и на следующей неделе займусь ногами.



- Чего вы ожидаете от оставшихся двух забегов?

- Надеюсь, что я хорошо выступлю и завтра, думаю, что если

пробегу дистанцию уверенно, смогу побороться за медали и на средней, но я понимаю, что будет непросто, ведь здесь много технически подкованных ориентировщиков. Но надеюсь, что у меня все получится. И с нетерпением жду спринтерской эстафеты, я побегу в составе датской команды и, думаю, там мы тоже можем рассчитывать на медали. Да, это прекрасные соревнования, мне нравится, как здесь все организовано. Много зрителей, все за тебя болеют, это очень приятно.

- Спасибо. Поздравляю.

Йеркер Люселль (Швеция) знает цену секундам

Спринт у мужчин выдался крайне напряженным. Новоявленный чемпион Всемирных Игр Йеркер Люселль опередил ближайшего преследователя всего на две секунды. Шведскому спортсмену определенно нравятся Всемирные Игры. «Мне кажется, это отличный способ сделать ориентирование глобальным видом спорта», – считает спортсмен. В интервью Люселль говорит о том, насколько для него важна завтрашняя средняя дистанция, ведь это будет его первый забег в лесу в этом сезоне.

- Поздравляю с победой. Вы неплохо выступили на последнем этапе Кубка Мира, а теперь победили здесь. Как прошел забег?

- Забег прошел чудесно. Я допустил несколько ошибок. Я бы мог перепрыгнуть через ту стену, но, увы, потерял одну секунду там, одну секунду здесь. В целом, бегать пришлось много, но я уверенно себя чувствовал на дистанции и не сбавлял скорость. Так что могу сказать, что забег у меня удался.

- А что вы думаете об оставшихся забегах?

- Я жду не дождусь, когда уже снова смогу пробежать «лес-

ную» дистанцию, последний раз я бегал в лесу в прошлом году в Швейцарии. Будет здорово вернуться в лес. Попробую выдать хороший забег. Думаю, будет весело.

- Вам нравится выступать на Всемирных Играх, на соревнованиях, где представлены разные виды спорта?

- Как и на предыдущих Играх в Кали, меня поразил масштаб соревнований, поразили люди, причастные к ним. Возможно, в нашей стране мы придаем не слишком большое значение Всемирным Играм, и зря. Мне кажется, это отличный способ сделать ориентирование глобальным видом спорта. Поэтому эти Игры очень важны.

- Вы опередили соперника всего на две секунды. Вы знали, когда бежали к финишу, что разрыв такой маленький?

- Нет, не знал, я думал, что я был на семь секунд впереди Руслана Глебова, когда я был в зрительской зоне. Я подумал, что надо собраться, а когда финишировал, мне сказали, что Янник отстал от меня всего на две секунды. Я рад, что «перевес» был в мою пользу.

- Поздравляю.

- Спасибо.

Матиас Кибурц (Швейцария): «Я бежал на пределе возможностей».

Матиас Кибурц о забеге на среднюю дистанцию: «Я хорошо провел забег. Я сразу же побежал довольно быстро и увидел Густава Бергмана. Я попытался его обогнать и бежал на пределе возможностей». Также Матиас рассказал, чем ему нравятся Всемирные Игры. «Тут на тебя не давит груз ответственности, как на чемпионате мира по ориентированию». И он с нетерпением ждет завтрашней спринтерской эстафеты: «У нас отличная команда, надеюсь, мы поборемся за золотую медаль».

- Матиас, вчера была «бронза», а сегодня – «золото». Как прошел забег в лесу?

- Как вы понимаете, забег удался. Я сразу же побежал довольно быстро, а после пятого или шестого контрольного пункта я увидел впереди Густава Бергмана, и тогда я побежал еще быстрее, потому что пространство в лесу было открытое, и попытался обогнать его. Я бежал на пределе возможностей. Но когда до него оставалось какое-то расстояние, мне нужно было немного отдохнуть. Потом мы допустили ошибку в зеленой зоне, а потом я опять оказался впереди один, я убежал секунд на сорок, и тогда подумал, что теперь надо просто не терять концентрации, и все получилось.

- Вы победили на средней дистанции на Всемирных Играх уже второй раз подряд. В чем секрет вашего успеха на этих соревнованиях?

- Ну, во-первых, сюда не приехали некоторые сильнейшие спортсмены (смеется). А еще на чемпионате мира на тебя давит груз ответственности, а здесь можно немного расслабиться. Возможно, дело в этом. Мне очень нравится здесь выступать – никакого давления, я просто выхожу на дистанцию и бегу в свое удовольствие. К тому же, всего две недели назад закончился чемпионат мира, я все еще на пике формы. Все просто отлично.

- Сегодня швейцарская сборная завоевала три медали. Каковы ваши шансы в завтрашней спринтерской эстафете?

- У нас подобралась отличная команда, надеюсь, мы поборемся за золотую медаль. Посмотрим. Завтра будет совсем другой забег, но сейчас мы полны надежд на лучшее.

- Поздравляю, удачи завтра.

- Спасибо.

Хелена Янссон (Швеция): «Сегодня был мой день».

Звезда шведской сборной Хелена Янссон о сегодняшнем забеге на Всемирных Играх: «Я знаю, что сделала все, что могла. Это был очень непростой забег с точки зрения техники ориентирования. Местность была очень зеленая, и я старалась сохранять спокойствие и продумывать план на прохождение каждого контрольного пункта. Сегодня был мой день». Пока что Янссон в Вроцлаве все нравится: «В Вроцлаве у нас все было просто чудесно. Мне здесь очень нравится, все виды спорта в одном месте! Я рада, что мы задержимся еще на один день, чтобы посмотреть и на другие виды спорта».

- Хелена, поздравляю с золотой медалью.

- Спасибо.

- На финише вы ждали результата вместе с Наталией Гемперле. Наверное, жутко нервничали?

- Да, нас разделило всего несколько секунд. Но я знала, что сделала все, что могла. Мне забег показался очень непростым с точки зрения техники ориентирования. Иногда тебе везет, и ты выигрываешь драгоценные секунды, а иногда – их выигрывают соперники. Сегодня был мой день, и я этому очень рада.

- Как вы думаете, что именно принесло вам победу в лесу?

- Я старалась сохранять спокойствие на протяжении всего забега. На дистанции было очень много контрольных пунктов, а местность была очень зеленая, поэтому я старалась продумывать план на прохождение каждого контрольного пункта. Я старалась не увлекаться и не бежать слишком быстро, а планомерно, один за другим, проходить контрольные пункты.

- Это уже второе «золото» для шведской сборной. Вы, наверное, этому тоже рады?

- Конечно. В Польше у нас все проходит чудесно. Теперь я жду мужской забег сегодня и эстафету завтра.

- Вы впервые на Всемирных Играх. Как вам здесь?

- Мне очень нравится. Немного напоминает Кубок Мира. Но мне нравится и организация, и то, что тут столько разных видов спорта. Это прекрасные соревнования. Я рада, что мы задержимся еще на один день, чтобы посмотреть и на другие виды спорта, когда наши забеги уже пройдут. Здесь очень здорово.

- Поздравляю и удачи завтра.

- Спасибо.

Азимут

ПОЛИГРАФИЯ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Дизайн, верстка, фотосъемка

Изготовление и печать спортивных карт

Издание книг и брошюр, твердый переплет

Рекламная и деловая полиграфия

8 (906) 072-71-71
azimut-id@rambler.ru

Датская сборная о победе в спринтерской эстафете

Майя Альм: «Я знаю, что единственный способ победить – это думать только о том, как бежишь ты сам. Я не могу обогнать соперников ногами – я должна побеждать хорошей техникой ориентирования… Всегда здорово побеждать вместе с командой. Великолепное чувство».

Сесилия Фриберг Клюснер:

- Вы бежали первый этап. Вас все время ставят на первый этап. Вам понравился забег?

- Да, очень. На дистанции было много развилок, так что с самого начала мне казалось, что это мой индивидуальный забег, но потом со всех сторон начали сбегаться другие спортсмены. Это немного сбило меня с толку, но в целом было весело.

Андреас Хугорд Боэсен:

- Вы бежали второй этап. На первом этапе женщины бежали очень кучно. Вам это не помешало?

- Я оказался в конце этой группы. И до первого контрольного пункта я боялся, что это будет быстрый забег, но решил: что же поделать, надо просто правильно выбирать маршрут, и уже ко второму КП я уже был среди лидеров. И я понял, что надо полагаться только на себя. Казалось, что все бежали в разные стороны. Так что я подумал, что главное – самому хорошо идти по дистанции, тогда и на передачу эстафеты я приду среди первых. Так все и случилось.

- Тут была совсем другая местность. Она вам больше подходит?

- Да уж, лучше такая местность, чем каждые пятнадцать минут бежать 230 метров в гору. Тут мне было проще бежать наравне с лидерами. А в горах было непросто соревноваться с шведами и швейцарцами.

Сёрен Бобах:

- Сёрен, в этом году вы не всегда попадали в состав команды, но вот вы снова пробежали спринтерскую эстафету и победили…

- Побеждать всегда приятно, особенно если это спринтерская эстафета. Это и весело, и забеги всегда напряженные. Мне спринтерская эстафета очень нравится. И я очень рад, что я снова в команде, тем более в такой. У нас превосходная команда, все делают то, что от них требуется, и делают это хорошо. Я очень рад.

- Когда вместе с вами бежит чемпион мира, какая оптимальная стратегия – держаться в группе?

- Ну, ничего выдающегося мне делать не надо. Если я вижу, кто бежит впереди, он бежит быстрее всех и уверен в своих силах. Так что если у меня получается бежать наравне с остальными, то все будет хорошо.

Майя Альм:

- Майя, а вы что думаете по этому поводу, по поводу того, чтобы держаться в группе?

- Мне кажется, меня это всегда немного смешит, когда я жду передачи эстафеты, потому что, я знаю, что от тебя этого ждут. Но, к счастью, я уже много раз это проходила, и теперь я знаю, что единственный способ победить – это думать только о том, как бежишь ты сам. Я не могу обогнать соперников ногами – я должна побеждать хорошей техникой ориентирования. Именно это я сегодня и попыталась сделать. Я так горжусь тем, как сегодня выступила вся наша команда. Было приятно уйти на дистанцию первой. Мне кажется, вся команда сегодня показала себя с лучшей стороны.

- У вас не получилось взять «золото» на Кубке Мира и на чемпионате мира, но теперь вы все равно стали чемпионами. Это большое достижение для команды, да?

- Да, всегда здорово побеждать вместе с командой. Великолепное чувство.

- Поздравляю.

- Спасибо.

Э. Борг (Норвегия)

ТРЕНИРОВКА В ПОМЕЩЕНИИ ПОДОЙДЁТ ДЛЯ ВСЕГО КЛУБА

Тренируемся вместе с Калле Далином

Впервые попав на чемпионат Европы, шведский спортсмен Калле Далин сразу же выиграл «золото» на длинной дистанции, однако на чемпионатах мира он, по собственному признанию, «показывал худшие результаты среди всех шведских спортсменов, выступавших на чемпионате мира больше одного раза». С 2009 года Калле работает тренером по ориентированию, и делится своими секретами тренировок.

Прежде чем приступить к разговору о собственно тренировках, Калле дал три основополагающих совета:

1. Бегайте! Особенно это касается детей и подростков. В спортивном ориентировании нужно уметь и ориентироваться, и бегать. И внимание нужно уделять обоим компонентам.

2. Уменьшайте масштаб карт! Не нужно проводить все тренировки в лесу с картами масштабом, скажем, 1:10 000. Лично я иногда использую там, где это возможно, карты с масштабом 1:50 000. Это неплохой способ внести в тренировки разнообразие и сделать отработку навыков ориентирования более увлекательной.

3. Проводите больше совместных тренировок с вашим клубом. Подростки, начиная с 13–14 лет, могут проводить тренировки почти так же, как взрослые спортсмены. Вместе разминайтесь, а дистанции на тренировках могут быть короче, чем у взрослых. Главное, что совместные тренировки помогут создать и поддержать в клубе дух товарищества.

Тренировка в помещении. В этом году хотелось бы как можно больше рассказать о тренировках, которые максимально легко подготовить и провести. Эти тренировки используются в работе в спортивной академии и в клубе «Коре». Лично мне больше нравятся совместные тренировки, в которых принимает участие либо весь клуб, либо большие группы спортсменов, поэтому я буду рассказывать в первую очередь именно о таких тренировках. В этом номере я расскажу, как можно подготовить точную карту для тренировок в помещении, которую к тому же можно использовать несколько раз.

Зимой в большинстве клубов устраивают одну силовую тренировку в неделю, которая длится примерно один час, а после нее еще один час отводится на какую-нибудь игру с мячом. Я предлагаю время от времени заменять такую тренировку ориентированием в помещении. Потребуется совсем немного подготовки, чтобы делать новые интересные карты для тренировок в абсолютно любом спортивном зале.

Чтобы можно было быстро и просто нанести на карту инвентарь/условные обозначения, нужно подготовить одну базовую карту, на которой уже будут обозначены все или хотя бы часть линий вашего спортзала.

Я для этого использую программу OCAD. Для начала нужно выбрать функцию «Новая карта». Так вы откроете новую, пока еще абсолютно чистую карту без каких-либо обозначений. Чтобы обозначить границы вашей карты, нужно измерить размеры вашего спортзала. Допустим, у вас получилось 30 на 15 метров.

Нарисуйте на карте прямоугольник. Вам в помощь – координаты внизу экрана, они отображают движения мыши, поэтому начертить прямоугольник нужного размера не составит труда. Проще говоря, начинаете вы чертить в координатах 0:0, а заканчиваете – в координатах 30:15. Следующий шаг – нанести линии, начерченные на полу в зале.

Допустим, я выбрал площадку для бадминтона. Тогда мне достаточно замерить, на каком расстоянии от стен зала располагается площадка. Допустим, 1,8 м от короткой стены и 1,2 м – от длинной.

Если это настоящая площадка для бадминтона, то ее размеры должны составлять 13,4 на 6,1 м. Совсем немного расчетов, и площадку можно наносить на карту.

Чем больше линий вы нанесете на карту, тем проще будет потом изображать на ней «ландшафт». Если повезет, у владельцев зала, может оказаться его план, и тогда вам будет достаточно загрузить его в программу и обрисовать линии.

Подробная карта зала пригодится клубу не для одной тренировки, так что разумнее всего сохранить ее отдельным файлом, который вы сможете использовать всякий раз, когда будете создавать новый «ландшафт» для очередной тренировки.

Во время подготовки нанесите на карту инвентарь/условные обозначения, которые собираетесь использовать. Снова вооружитесь рулеткой или метром и измерьте необходимый вам инвентарь, чтобы нанести его на карту в правильном масштабе.

Допустим, я хочу использовать бортики для флорбола в качестве забора, плинты (платформы для опорного прыжка) для обозначения домов, обручи для обозначения следов, оставшихся на земле после углежжения, а фишки (конусы) для обозначения внемасштабных бугров. Вы можете использовать имеющийся инвентарь или принести недостающие предметы с собой.

Поскольку вы заранее подготовили базовую карту, на которую нанесли все линии в зале, у вас не займет много времени сделать точную карту с ландшафтом для тренировки.

Во время самой тренировки линии вам не нужны, поэтому их надо скрыть на карте, когда вы прокладываете тренировочную дистанцию. Контрольные пункты предлагается обозначать системой отметки SPORTIdent. Так контрольные пункты не будет видно издалека, а участники тренировки смогут сравнить свои результаты. Если писать на карте только цифровой код, то проходить «трассу» можно будет в обоих направлениях – так можно устраивать «дуэли».

С помощью карты зала вы сможете провести интенсивную тренировку и отработать навыки ориентирования на высоких скоростях. Ведь на тренировках, проходящих в таком формате, рано или поздно разгоняются абсолютно все. А еще спортсменам придется постоянно разгоняться, резко останавливаться и так же резко бежать снова – а это важные навыки для спринтеров.

Для полноценной тренировки лучше подготовить сразу несколько дистанций. А если кто-то из ваших подопечных пройдет их все, и ему покажется, что этого мало, можно проходить их в обратном направлении и бежать от финиша до старта.

ВЫХОДИМ НА ТОП-УРОВЕНЬ

Зачастую спортсмены и тренеры уверены, что талант является ключом к успеху. Но я убежден, что это не так. Среди важнейших факторов, которые определяют будущее спортсмена, одаренность стоит далеко не на первом месте. В данной статье размышления на тему, что помогает спортсмену выйти на топ-уровень в спортивном ориентировании.

1 Сколько осмысленных тренировок в своей подготовке провел спортсмен. Слово «осмысленные» очень важно. Сотни или даже тысячи спортсменов в своей жизни просто делают что-то на тренировках, бегают на соревнованиях, но их уровень мастерства остаётся тем же самым! Возьмите теннис – сотни тысяч людей в мире играют в большой теннис, несколько раз в неделю выходят на корт. Но сколько в мире Роджеров Федереров или Рафаэлей Надалей?.. Спортсмены высокого уровня (а) тренируются больше, (б) их тренировки направленны непосредственно на рост мастерства. И это, как правило, очень неприятные тренировки, потому что раз за разом, день за днем приходится делать то, что получается плохо или совсем не получается. Во время высокоинтенсивных тренировок приходиться страдать и физически, и психологически, пробиваться через барьер боли и усталости. И нужно всему этому посвятить несколько лет своей жизни, чтобы выйти, наконец, на уровень элиты (сначала национальной, а потом международной). Когда я начал работать с Галиной Виноградовой (в то время ещё Галкиной), она была рядовым мастером с местами в топ-20/топ-30 на взрослых чемпионатах России. За 2,5 года совместной работы (если не считать 1 год беременности и родов), она выиграла первую медаль чемпионата мира. Но потребовалось ещё долгих пять лет работы, чтобы она стала стабильной спортсменкой мирового класса. Сейчас, с позиций накопленного опыта и современных знаний, я вижу, где можно было быстрее пройти этот путь. Но в любом случае речь о годах упорной, кропотливой, изнурительной работы.

2 Пройти этот путь в несколько лет будет значительно легче, если есть опытный наставник. В своем блоге http://vinogradovcoach.blogspot.ru/ я писал про личных тренеров Анны-Маргрет Хаускен, Симоны Ниггли, Хелены Янссон и других спортсменов мирового класса. Тренеров, которые умеют работать на этом уровне, не так много, но они есть (в том числе и в России). При этом всякие специалисты в других видах спорта (чаще обращаются к легкоатлетам) полностью беспомощны в ориентировании. Хотя скорость и выносливость жизненно необходимы ориентировщику, но ориентирование – это не бег на 5000 м, здесь приходится постоянно менять скорость, направление, покрытие, бежать то в подъем, то на спуск, то траверсом, бежать в одиночку и непрерывно принимать точные сложные решения. Поэтому человек, который знает, как подготовить к 10000 м или марафону, без глубокого понимания ориентирования никогда не сможет подготовить осмысленную программу для ориентировщика. Есть, кстати, и возможность самостоятельно выйти на топ-уровень. Хотя это и не типично, но в международной элите есть ряд спортсменов, которые являются тренерами сами для себя (Тьерри Жоржу, Туве Александерссон, Даниель Хубман и некоторые другие). Такой путь более сложен и предполагает наличие постоянных консультантов или иных источников специальных знаний, высокий уровень мотивации (чтобы без пинков тренера выходить и делать тяжелые тренировки день за днем). Кроме того, в отсутствии постороннего взгляда нужна определенная система обратной связи (набор тестов, продуманный дневник тренировок, система анализа О-тренировок/соревнований и т.п.).

3 Для долгосрочного успеха нужна продуманная многоуровневая программа профилактики травм и заболеваний. Без этого никак! Колени и другие слабые места нужно закачивать, укреплять стопы, делать специальную разминку, постоянно работать над техникой бега, употреблять специальные аминокислоты для укрепления связочек. А главное динамика нагрузки должна быть плавной. Травмы возникают не от высоких нагрузок как таковых, а от быстрого прироста в нагрузке. Граница риска 150% от тренировочной нагрузки на текущей неделе по сравнению со средним уровнем нагрузки на предшествующих 4-х неделях. Кроме того, если программа восстановления игнорируется, то это приводит к существенному росту вероятности травмироваться, заболеть или перетренироваться.

4 Для выхода на топ-уровень нужны инвестиции. Выезды на сложные развивающие местности, оборудование и экипировка, оплата труда специалистов, спортивное питание – это всё статьи затрат, которые клуб, сборная, родственники или сам спортсмен должен понести. Нет финансовых вложений в спортсмена и его подготовку – нет будущего в спорте, таковы печальные реалии. При этом в ориентировании фактически нет призовых (на пробегах ориентировщик может неплохо зарабатывать в Европе, что скажем делает Янник Мичельс, а в самом же ориентировании есть лишь О-Ринген и Blodslitet), спонсоры в России весьма неохотно идут на сотрудничес-

тво даже со спортсменами, у которых горсти медалей с чемпионатов мира, а ставок ЦСП Минспорта или контрактов ЦСКА – довольно мало, и опять-таки надо уже быть спортсменом международного класса, чтобы попасть на зарплату. При этом наша сборная, к сожалению, – без денег. Если, скажем, в Майю Альм (шестикратная чемпионка мира) много лет датская сборная вкладывает около 200 тысяч евро в год, то и результат налицо. В шведской и швейцарской сборных – там просто запредельные бюджеты, спортсмены обеспечены и диетологами, и психологами, и травматологами, и физиологами, и биомеханиками, сборами в любой точке мира, их тренировки разбирают и глубоко анализируют оплачиваемые специалисты, работа которых только в этом и заключается. Старший тренер сборной Максим Рябкин, я, некоторые другие специалисты помогаем нашим спортсменам в меру сил, но уровень работы из-за отсутствия финансирования отличается разительно! Сложно от волонтеров ожидать таких же вложений времени и отдачи, как от профессиональных высокооплачиваемых тренеров, которые в соответствующих сборных командах круглый год с утра до вечера думают лишь об успехе своих спортсменов.

Надеюсь, что эта информация даст повод для размышлений и поможет вам.

Виноградов Михаил Александрович, кандидат технических наук, ведущий эксперт Московского центра передовых спортивных технологий (Московский отдел физической культуры и спорта), эксперт Инновационного центра Олимпийского Комитета России

Маркус Лундхольм о важности правильного питания во время соревнований

Маркус Лундхольм выиграл серебряную медаль на Чемпионате Европы по спортивному ориентированию на лыжах, который прошел в 2017 году в Финляндии. Мы поговорили с вице-чемпионом континента о том, как важно правильно питаться во время соревнований.

- Насколько важно правильно питаться, чтобы успешно выступить на соревнованиях?

- Чтобы показать все, на что способен, питаться нужно плотно. Возможно, это не так важно перед спринтом, то есть перед короткой дистанцией, но перед выходом на длинную дистанцию абсолютно точно нужно есть достаточно много.

- Какой прием пищи самый важный во время соревнований?

- Хороший вопрос. Мне кажется, что, наверное, обед. Все-таки бегаешь обычно именно днем. Обед и ужин – вечером накануне забега тоже нужно съесть достаточное количество еды. По крайней мере, для меня это важно.

- На юниорском Первенстве Мира на Украине вы на своей шкуре узнали, что нужно всегда самому заботиться о питании. Расскажите, что там случилось.

- Я был моложе и, наверное, более привередлив в еде. Мне было сложно есть достаточное количество еды, да и ее, в общем-то, было не так много. Это было странно. Обед был не слишком питательным, да и вечером еды не было. Нужно было самому закупать продукты, а я не всегда об этом думал. Так что в ту неделю ел я маловато. Из-за этого было непросто.

- Что вам там давали?

- Завтрак был очень странный. Это могли быть какие-нибудь канапе и рис. Да, что-то в этом духе. Маленькие кусочки фруктов… и ничего по-настоящему питательного.

- И тогда вы поняли, что лучше брать еду с собой, когда вы едете на соревнования?

- Да, к концу той недели мы поняли, что можем пойти и купить себе хлеба. Его можно съесть перед сном и немного набраться сил. И это все меняло кардинальным образом. Потом еще у нас были крекеры «TUC», вокруг них был настоящий ажиотаж. Мы забили крекерами всю комнату, ими в основном и питались.

- Это такие прямоугольные, да?

- Да, маленькие и соленые. Их еще с сыром можно есть.

- А есть что-то, что вы теперь всегда берете с собой в поездки?

- Это зависит от того, где проходит чемпионат. Например, в Красноярск я брал с собой намного больше, чем на ЧЕ в Финляндии. В Скандинавии с едой обычно все в порядке. Там везде можно купить примерно тот же набор продуктов, что и дома. Но я всегда вожу с собой спортивные напитки и батончики – для восстановления после соревнований.

- А сколько примерно вы едите во время чемпионата?

- Меньше, чем в течение недели интенсивных тренировок. Но дни обычно очень длинные, и нормальный ланч съесть редко выходит, потому что в это время ты обычно бегаешь. Поэтому важно хорошенько обедать и есть достаточно еды на ужин. Я обычно ем довольно много. Если я ем мало, мне тяжело бегать.

- А почему вы едите меньше, чем в течение недели интенсивных тренировок? В вас просто не лезет столько еды?

- Нет, просто мне кажется, что так много есть и не надо. Ведь во время соревнований бегаете вы меньше, а значит, и энергии тратите меньше.

- Вы уже поняли, какой рацион для вас оптимален?

- Не все спортсмены привозят с собой дополнительную еду. Но я стараюсь и за границей питаться так, как питался бы дома, в Швеции. Беру с собой еду, чтобы было что съесть вечером и чем перекусить между основными приемами пищи. Так я питаюсь во время соревнований в Швеции, так стараюсь питаться и в поездках. Тут важна стабильность. Она помогает добиться хороших результатов.

Возвращаясь к итогам Чемпионата Мира среди ветеранов 2017 года по ориентированию

Как известно, Чемпионата Мира среди ветеранов 2017 года по спортивному ориентированию проводился в рамках IX Всемирных Игр ветеранов спорта (World Masters Games – WMG-2017), которые прошли в период с 21 по 30 апреля в г. Окленде (северный остров Новой Зеландии).

IX Всемирные Игры ветеранов объединили около 18000 участников (не считая 10000 волонтеров), которые представляли 100 стран мира в соревнованиях по 28 видам спорта.

Наиболее массово на IX Играх был представлен футбол – 2200 участников (на предыдущих VIII играх 2013 года в Италии преобладали легкоатлеты). Спортивное ориентирование собрало 1723 представителя из 40 стран (на предыдущих VIII играх в Италии было около 2600 человек из 45 стран). Немного не догнав прибывших легкоатлетов, оно вышло по массовости на третье место.

Интересно, что число атлетов в возрасте старше 80 лет, стартовавших на IX Играх, составило 277 человек.

Героиней IX Всемирных Игр ветеранов стала 101-летняя жительница Индии Ман Каур, выигравшая в Новой Зеландии с результатом 1 минута 14 секунд золотую медаль в забеге на 100 метров. По словам Каур спортсменки, она начала заниматься спортом в 93 года по совету своего сына.

Ман Каур стала единственной из участниц IX Игр, стартовавшей в возрастной группе «100 лет и старше». Новозеландские СМИ прозвали ее «чудом из Чандигарха (город в Индии)». «Я собираюсь продолжать бегать, и я не собираюсь сдаваться. Буду участвовать в других соревнованиях и не намерена останавливаться», – сказала индийская спортсменка.

От имени всех ветеранов спорта России пожелаем индийской спортсменке доброго здоровья, оптимизма по жизни, многих улыбок и новых спортивных успехов!

Фото 1. Ман Каур – чудо из Чандигарха.

А сами перейдем к краткому знакомству с итогами проходившего в рамках IX Всемирных Игр ветеранов Чемпионата Мира 2017 года среди ветеранов по спортивному ориентированию.

Обратите внимание, организаторы Всемирных Игр ветеранов спорта в лице Международной ассоциации ветеранов спорта (IMGA – International Masters Games Association), по опыту МОК, ведут хронологию своих Игр, обозначают их нумерацию, сохраняют основную статистику. Все это можно видеть даже в русскоязычной Википедии. Значит, руководят IMGA люди, относящиеся ответственно к своей истории.

А вот к Международной федерации ориентирования (IOF) по части отношения к своей истории есть претензии. Во всяком случае, хронологию официальных мировых ветеранских форумов, проводимых под ее эгидой они не ведут и, значит, могут потерять. Действительно, как объяснить тот факт, что в материалах русскоязычной Википедии о первом Чемпионате Мира среди ветеранов говорится, что он прошел в 1996 году в испанской Мурсии.

Автор статьи сам стартовал в Мурсии. И он точно знает, что здесь был всего лишь очередной, восьмой Veteran World Cup (VWC) – Кубок Мира среди ветеранов. Данный факт подтверждает множество материалов об этом Кубке, сохранившихся в архивах автора. Например, информационный бюллетень и спортивная карта полигона того Кубка Мира 1996 года.

Оба документа имеют единую эмблему (призма в центре солнца с лучами), нижняя надпись которой говорит, что это Кубок Мира ветеранов (VWC).

Вот еще несколько доказательств. Информационный бюллетень и приглашение (фото 4, 5). Из них видно, что не только соревнования 1996 года, но и следующий официальный мировой форум ветеранов ориентирования, состоявшийся в 1997 году в Миннесоте (США), был лишь девятым Кубком Мира.

Более того, представлявшиеся в качестве анонса в Миннесоте материалы уже о последующем форуме ветеранов ориентирования 1998 года говорили, что очередной, десятый Кубок Мира состоится чешском городе Нови Бор (фото 6).

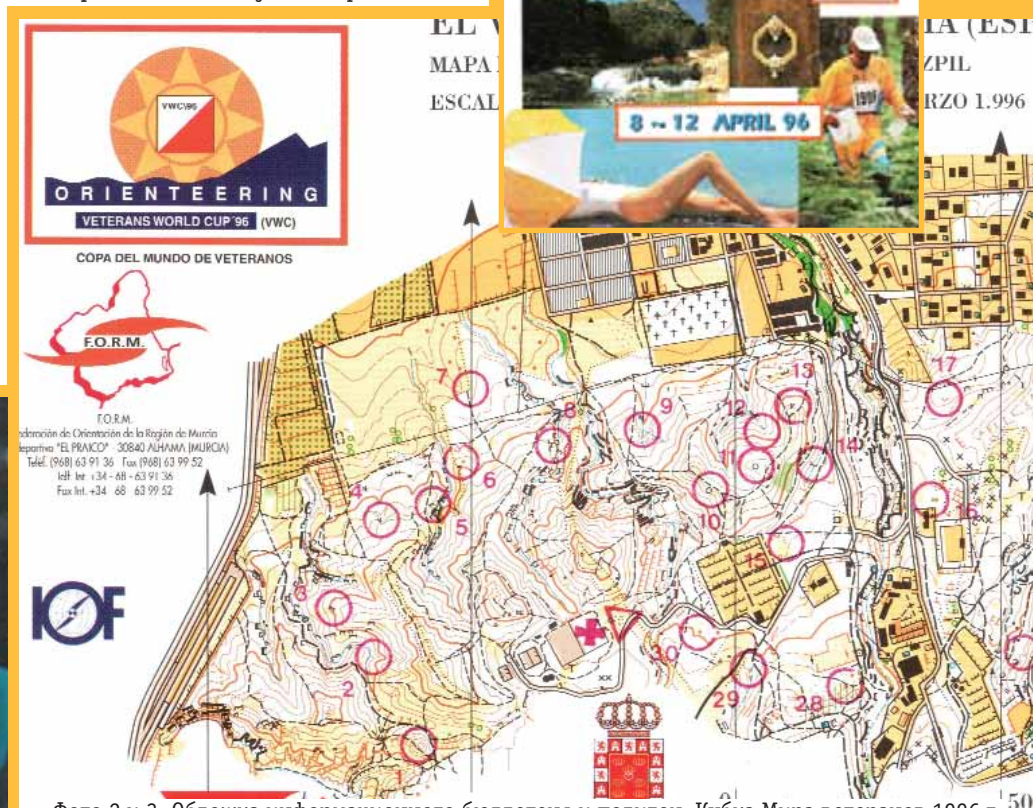


Фото 2 и 3. Обложка информационного бюллетеня и полигон Кубка Мира ветеранов 1996 г.

Но по факту десятый Кубок Мира ветеранов, планировавшийся в Нови Бор в 1998 году, так и не состоялся. Дело в том, что конце 1997 года, 31 октября, исполнилось 100 лет с момента организации первых гражданских соревнований по ориентированию, которые были проведены 31 октября 1897 года спортивным клубом Тьалве около Осло (Норвегия). Поэтому IOF, в рамках плана празднования 100-летия спортивного ориентирования, постановила посвятить юбилею календарь международных соревнований 1998 года и, в том числе в честь этого события, подняло статус международного форума ветеранов до уровня Чемпионата Мира. Поэтому вместо ранее планировавшегося Кубка Мира (VWC), в 1998 году в Нови Бор (Чехословакия) международный форум ветеранов ориентирования прошел как первый Чемпионат Мира ветеранов. В связи с этим на спортивных картах этого форума, вместе с символом 100-летия ориентирования, появилась абривиатура Чемпионата Мира ветеранов (World Masters Orienteering Championships – WMOC), которая и сопровождает наши чемпионаты вот уже 20 лет! (Фото 7.)

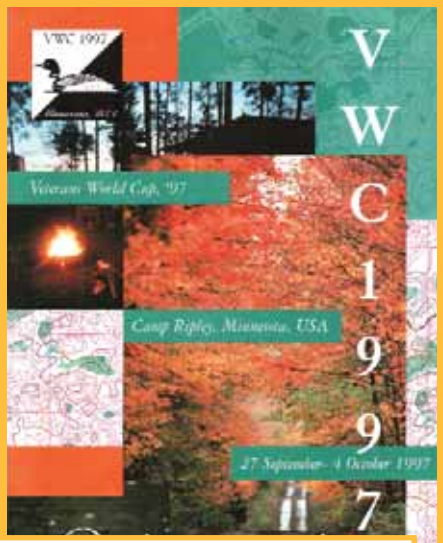
Собственно факт того, что старты в Нови Бор (Чехословакия) стали первым официальным Чемпионатом Мира для ветеранов спортивного ориентирования, официально зафиксирован в материалах англоязычного варианта Википедии. Как следствие, этот факт отражен и на сайтах О_клубов ФСО США (см., например, на фото 8 строку с годом 1998). Они там помнят, что проведенный в 1997 году в Миннесоте Кубок Мира среди ветеранов стал последним.

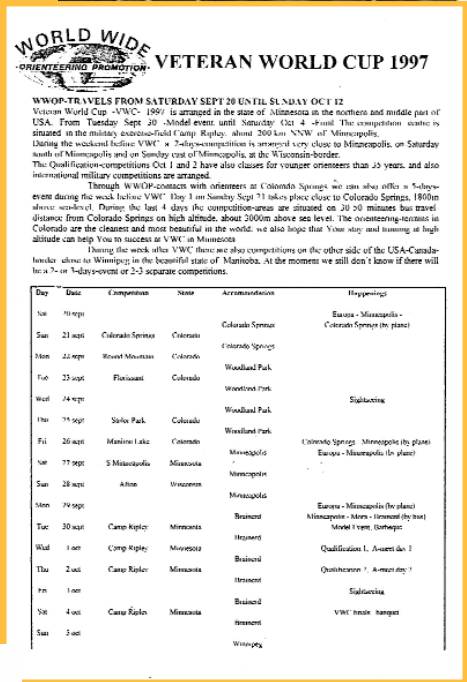
Общая, сведенная автором воедино картина официальных международных форумов ветеранов по спортивному ориентированию (сначала Кубков Мира, а затем чемпионатов мира) с того момента, когда они стали проводиться под эгидой созданной в 1961 году Международной федерации спортивного ориентирования (IOF), сегодня имеет вид, представленный в таблице 1.

В ней автор частично представил данные по числу стран и участников для тех Кубков и Чемпионатов Мира ветеранов, о которых в его архиве сохранились информационные бюллетени. Именно в этих бюллетенях указывается статистика поступивших от конкретных стран заявок на участие в соревнованиях и их суммарное число. Конечно, указанные в бюллетенях числа могут немного отличаться от точных протокольных данных, опирающихся на число реально стартовавших в соревнованиях спортсменов. Однако общая статистическая картина, отраженная в бюллетенях, сохраняется.

Беглый анализ приведенных в таблице 1 численных данных позволяет увидеть несколько моментов.

Первый момент. Изменение в 1998 году названия существовавшего международного форума ветеранов по спортивному ориентированию в сторону повышения его статуса (от Кубка Мира к Чемпионату Мира ветеранов) резко повысило число участников форума. Действительно, для участия в первом Чемпионате Мира среди ветеранов заявки подали 4002 спортсмена из 38 стран. Сразу в полтора-два раза больше, чем ранее приходило заявок на ветеранские Кубки Мира (см., например, 1995, 1996 годы).




WORLD WIDE ORIENTEERING PROMOTION

VETERAN WORLD CUP 1997

WWOP-TRAVELS FROM SATURDAY SEPT 20 UNTIL SUNDAY OCT 12

Veteran World Cup -VWC- 1997 is arranged in the state of Minnesota in the northern and middle part of USA. From Tuesday Sept 30 -Model event until Saturday Oct 4 -Final. The competition centre is situated in the military exercise-field Camp Ripley, about 200 km NNW of Minneapolis.

During the weekend before VWC a 2-days-competition is arranged very close to Minneapolis, on Saturday south of Minneapolis and on Sunday east of Minneapolis, at the Wisconsin-border.

The Qualification-competitions Oct 1 and 2 have also classes for younger orienteers than 35 years, and also international military competitions are arranged.

Through WWOP-contacts with orienteers at Colorado Springs we can also offer a 5-days-event during the week before VWC. Day 1 on Sunday Sept 21 takes place close to Colorado Springs, 1800m above sea-level. During the last 4 days the competition-areas are situated on 30 50 minutes bus travel distance from Colorado Springs on high altitude, about 2000m above sea level. The orienteering-terrains in Colorado are the cleanest and most beautiful in the world. we also hope that Your stay and training at high altitude can help You to success at VWC in Minnesota

During the week after VWC there are also competitions on the other side of the USA-Canada-border close to Winnipeg in the beautiful state of Manitoba. At the moment we still don't know if there will be a 7- or 3-days-event or 2-3 separate competitions.

Day	Date	Competition	State	Accommodation	Happenings
Sat	20 sept				
Sun	21 sept	Colorado Springs	Colorado	Colorado Springs	Europa - Minneapolis - Colorado Springs (by plane)
Mon	22 sept	Round Mountain	Colorado	Colorado Springs	
Tue	23 sept	Flatiron	Colorado	Woodland Park	
Wed	24 sept			Woodland Park	
Thu	25 sept	Stolze Park	Colorado	Woodland Park	Sightseeing
Fri	26 sept	Maskinge Lake	Colorado	Woodland Park	
Sat	27 sept	S Minneapolis	Minnesota	Minneapolis	Colorado Springs - Minneapolis (by plane) Europa - Minneapolis (by plane)
Sun	28 sept	Afton	Wisconsin	Minneapolis	
Mon	29 sept			Minneapolis	
Tue	30 sept	Camp Ripley	Minnesota	Brainerd	Europa - Minneapolis (by plane) Minneapolis - Mora - Brainerd (by bus) Model 1 year, forbeque
Wed	1 oct	Camp Ripley	Minnesota	Brainerd	Qualification 1, A-meet day 1
Thu	2 oct	Camp Ripley	Minnesota	Brainerd	Qualification 2, A-meet day 2
Fri	3 oct			Brainerd	Sightseeing
Sat	4 oct	Camp Ripley	Minnesota	Brainerd	VWC finale banquet
Sun	5 oct			Winnipeg	

Фото 4 и 5. Обложка информационного бюллетеня и Представление Кубка Мира ветеранов 1997 года в Миннесоте (США).

Фото 6. Анонс первоначального приглашения на Кубок Мира ветеранов 1998 года в Нови Бор (Чехословакия).

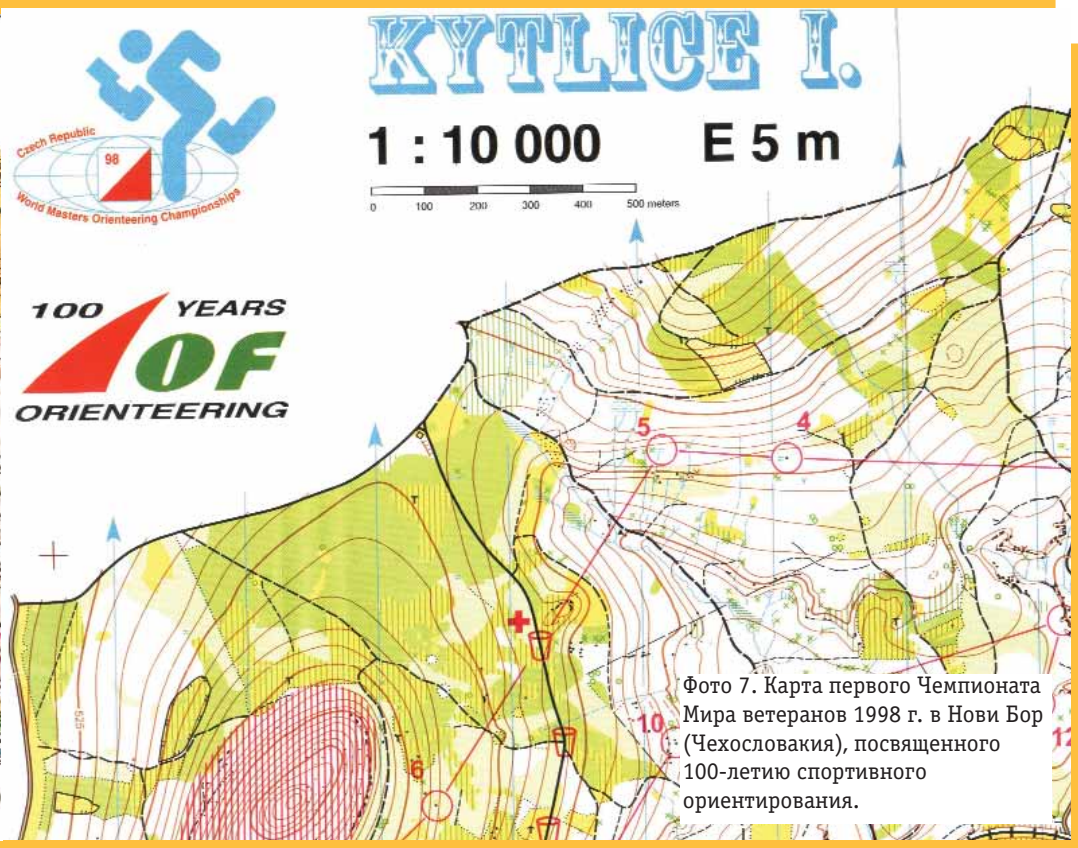
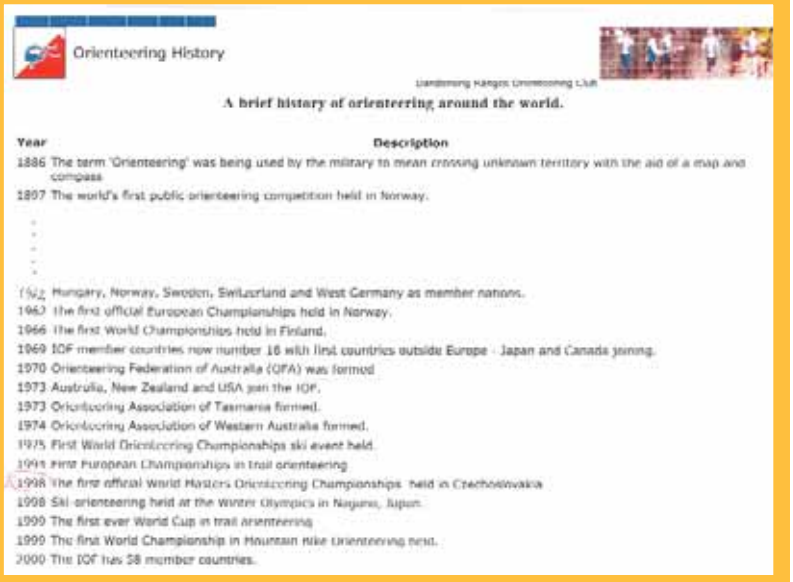


Фото 7. Карта первого Чемпионата Мира ветеранов 1998 г. в Нови Бор (Чехословакия), посвященного 100-летию спортивного ориентирования.



Orienteering History

Dandenong Ranges Orienteering Club

A brief history of orienteering around the world.

Year	Description
1886	The term 'Orienteering' was being used by the military to mean crossing unknown territory with the aid of a map and compass
1897	The world's first public orienteering competition held in Norway.
1962	Hungary, Norway, Sweden, Switzerland and West Germany as member nations.
1963	The first official European Championships held in Norway.
1966	The first World Championships held in Finland.
1969	IOF member countries now number 16 with first countries outside Europe - Japan and Canada joining.
1970	Orienteering Federation of Australia (OFA) was formed
1973	Australia, New Zealand and USA join the IOF.
1973	Orienteering Association of Tasmania formed.
1974	Orienteering Association of Western Australia formed.
1975	First World Orienteering Championships ski event held.
1995	First European Championships in trail orienteering
1998	The first official World Masters Orienteering Championships held in Czechoslovakia
1998	Ski orienteering held at the Winter Olympics in Nagano, Japan
1999	The first ever World Cup in trail orienteering
1999	The first World Championship in Mountain Bike Orienteering held.
2000	The IOF has 58 member countries.

Фото 8. Фрагмент истории ориентирования, снятый с сайта одного из О-клубов ФСО США.

Таблица 1.
Сводная таблица официальных международных форумов ветеранов – Кубков Мира ветеранов (VWC) и Чемпионатов Мира ветеранов (WMOC) – по спортивному ориентированию, проведенных под эгидой IOF.

№ № п/п	Год	Название соревнований	Город	Страна	Видов спорта (WMG/ WMOC)	Число Стран (WMG/ WMOC)	Число уч-ков (WMG/ WMOC)
1	1983	VWC	Лахти	Финляндия			
2	1986	VWC	Мушеэн	Норвегия			
3	1988	VWC	Омоль	Щвеция			
4	1990	VWC	Керменд	Венгрия			
5	1992	VWC	Хобарт	Австралия			
6	1994	VWC	Стратхспей	Великобритания			
7	1995	VWC	Санкт-Петербург	Россия		26	1301
8	1996	VWC	Мурсия	Испания		34	2586
9	1997	VWC	Миннесота	США			
1	1998	WMOC	Нови Бор	Чехия		38	4002
2	1999	WMOC	Орхус	Дания		35	3626
3	2000	WMOC	Фейлдинг	Н.Зеландия			
4	2001	WMOC	Неринга	Литва			
5	2002	V –WMG/WMOC	Мельбурн	Австралия	26/	98/	24886/
6	2003	WMOC	Халден	Норвегия		39	3607
7	2004	WMOC	Асиаго	Италия			
8	2005	VI –WMG/WMOC	Эдмонтон	Канада	25/	89/	21600/
9	2006	WMOC	Винер-Нойштадт	Австрия			
10	2007	WMOC	Куусамо	Финляндия			
11	2008	WMOC	Лейрия	Португалия		39	3546
12	2009	VII –WMG/WMOC	Сидней	Австралия	28/	95/	28676/
13	2010	WMOC	Невшатель	Швейцария		40	4109
14	2011	WMOC	Печ	Венгрия			
15	2012	WMOC	Бад-Харцбург	Германия		41	3643
16	2013	VIII- WMG/WMOC	Турин	Италия	30/ ориент	99/ 45	15394/ 2603
17	2014	WMOC	Порту Аллегре	Бразилия		38	1571
18	2015	WMOC	Гетеборг	Швеция		39	3093
19	2016	WMOC	Таллин	Эстония		42	3610
20	2017	IX –WMG/WMOC	Окленд	Н.Зеландия	28/ ориент	100/ 40	18146/ 1723

То есть решение IOF по изменению статуса ветеранских соревнований в год празднования столетия ориентирования оказался очень результативным. Оно сработало на уровне психологии спортсменов. Ведь чем выше статус соревнований, тем выше мотивация у спортсменов, тем больше спортсменов желают принять в них участие. Кстати, этот факт подтверждает и статистика российских соревнований. Например, летний Чемпионат ветеранов России 2016 года на Урале, в городе Перми, собрал 248 участников. А летний Кубок ветеранов России 2016 года (не смотря даже на то, что проходил он в центральном регионе, где проживает основная масса ориентировщиков), в городе Дзержинске Нижегородской области, собрал лишь 217 участников. Вот еще один свежий факт. В 2017 году оба официальных старта ветеранов проходили в центральном регионе. Летний Чемпионат ветеранов России 2017 года в Тамбове собрал 384 участника. А летний Кубок ветеранов России 2017 года в Воронеже всего лишь 187 участников. Как видим, "Кубок" – для спортсменов, это, все-таки, не "Чемпионат".

Второй момент. Число стран-участниц на ветеранских Чемпионатах Мира (разговор идет о проводимых в Европе), как и число участников этих чемпионатов сохраняется с 1998 года примерно на одном уровне. Стран-участниц примерно 40, участников примерно 3600 человек. В экономике это назвали бы устойчивой стагнацией. Но в ориентировании за истекший период число стран в составе IOF увеличилось. Возросло с 51 до 67! Значимое достижение. Однако на примере числа участников мирового форума ветеранов, роста от данного достижения мы не ощущаем. Похоже, принятые новые 16 стран не оправдали (в смысле развития ориентирования), возлагаемых на них IOF надежд.

Третий момент. Намечается снижение числа участников Всемирных Игр ветеранов. Так, на VIII и IX WMG число участников стало несколько меньше, чем на предыдущих V, VI и особенно – на VII Играх.

О вероятных причинах такого процесса поговорим чуть позднее, а здесь перейдем к краткому знакомству с результатами российской команды, показанными на XX Чемпионате Мира среди ветеранов 2017 года в Новой Зеландии, состоявшемся в рамках IX Всемирных Игр ветеранов.

Прежде всего, поделимся впечатлениями о местности, спортивных картах и трассах.

Сразу скажу, что у автора (бежавшего по группе М65) все

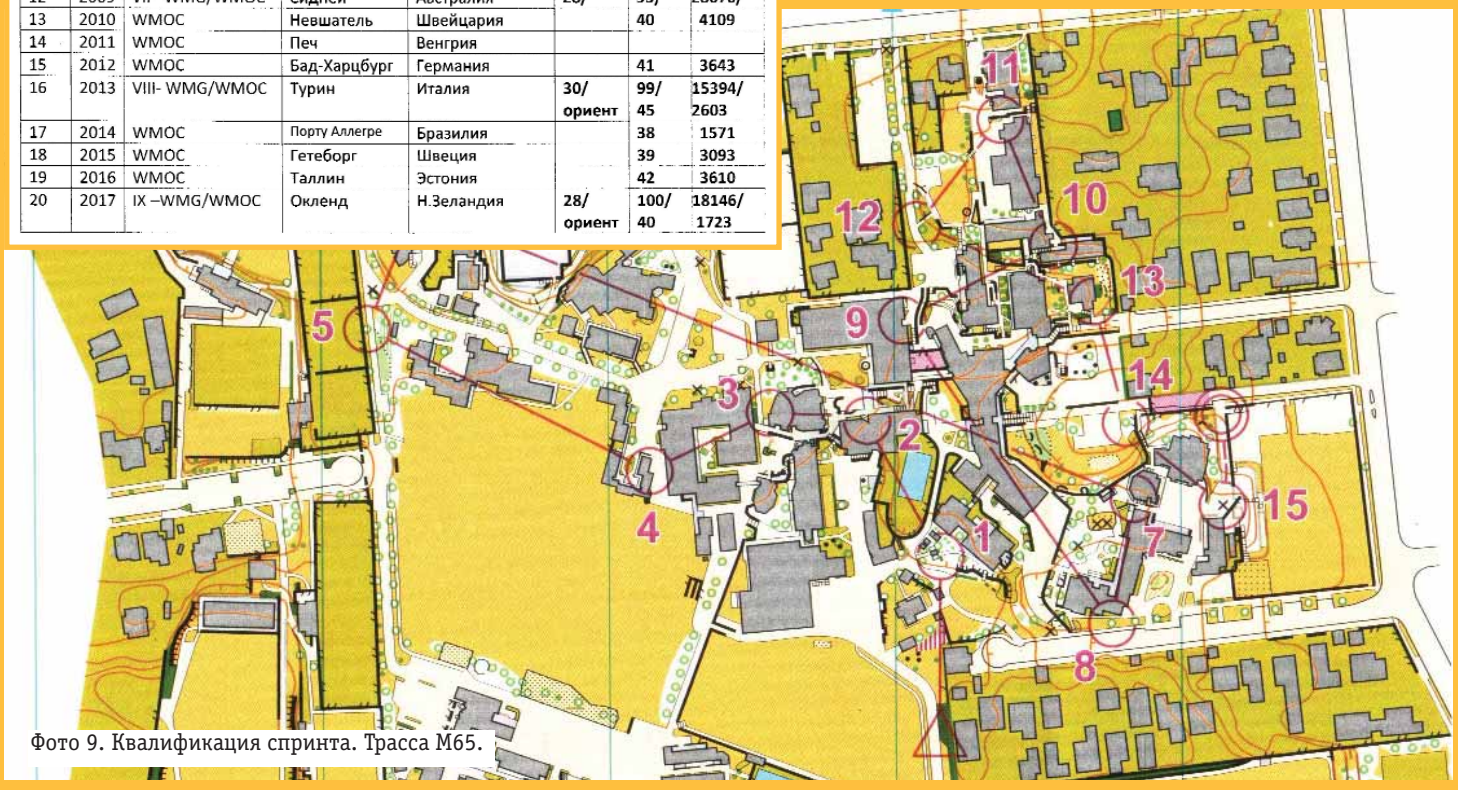


Фото 9. Квалификация спринта. Трасса М65.

три вышеуказанных компоненты, в целом, оставили хорошее впечатление.

Начнем с городского спринта. По картам громких замечаний слышно не было. По мелочи – критиковали, не без этого. Теперь о районах и трассах спринта. И район, и трасса отборочного старта в спринте автору очень понравились. Здесь были все удовольствия: и масса запрещающих знаков, преграждающих путь – непреодолимые заборы, стенки, частные территории (оливки), искусственно закрытые для бега участки (красная штриховка); и ярусы с лестницами; и длинные этапы, где при неверном выборе вас ждало множество тупиков; и этапы с возвратами; и этапы с частыми узкими поворотами. И даже рельеф (фото 9).

Район и трасса для финала спринта оказались не столь интересными. Но и там была своя "засада" – сначала разогнали по парку и по застройке с несложными проулками, а затем резко кинули в застройку весьма интересную, со стенками и тупиками. Кто не притормозил, тот залетел.

В классике (мидл) наиболее интересный район и трасса были предложены во второй день отбора. В этот день в начальной и в средней части трассы планировщики сделали упор на проверку техники ориентирования участников. Их ждал серьезный склон (местами весьма крутой), который требовал полной концентрации мысли во всем: и при выборе пути, и при чтении карты, и при работе с компасом на склоне, который азимут сбрасывал (фото 10). Лишь несколько последних этапов были беговыми.

Район и трассы первого дня отбора на классике и дня финала классики были средней сложности, большей частью беговые. Без интересных "изюминок". Они не столь запомнились, как день второго отбора.

Таблица 3. Таблица неофициального медального зачета WMOC-2017 в городском спринте.

№/№ п/п	страна	Всего участников	Завоевано медалей	В том числе золото	серебро	бронза	Место страны
1	Австралия	205	16	11	2	3	1
2	Швеция	352	13	2	8	3	2
3	Норвегия	145	6	2	2	2	3
4	Финляндия	240	6	2	1	3	4
5	Н.Зеландия	175	6	-	3	3	5
6	США	31	3	1	-	2	6
7	Швейцария	74	3	1	-	2	6
8	Болгария	12	2	1	1	-	8
9	Дания	33	2	1	1	-	8
10	Япония	49	2	1	1	-	8
11	Россия	52	2	-	2 Вершинина Г. (Ж70) Лабутина Л. (Ж75)	-	11
12	Великобритания	90	2	-	2	-	11
13	Австрия	18	2	-	2	-	11
14	Эстония	23	1	-	1	-	14
15	Чехия	49	1	-	-	1	15
16	Латвия	6					
17	Бельгия	23					
18	Франция	22					
19	Германия	22					
20	Словакия	11					
....							
40	Ирландия	1					

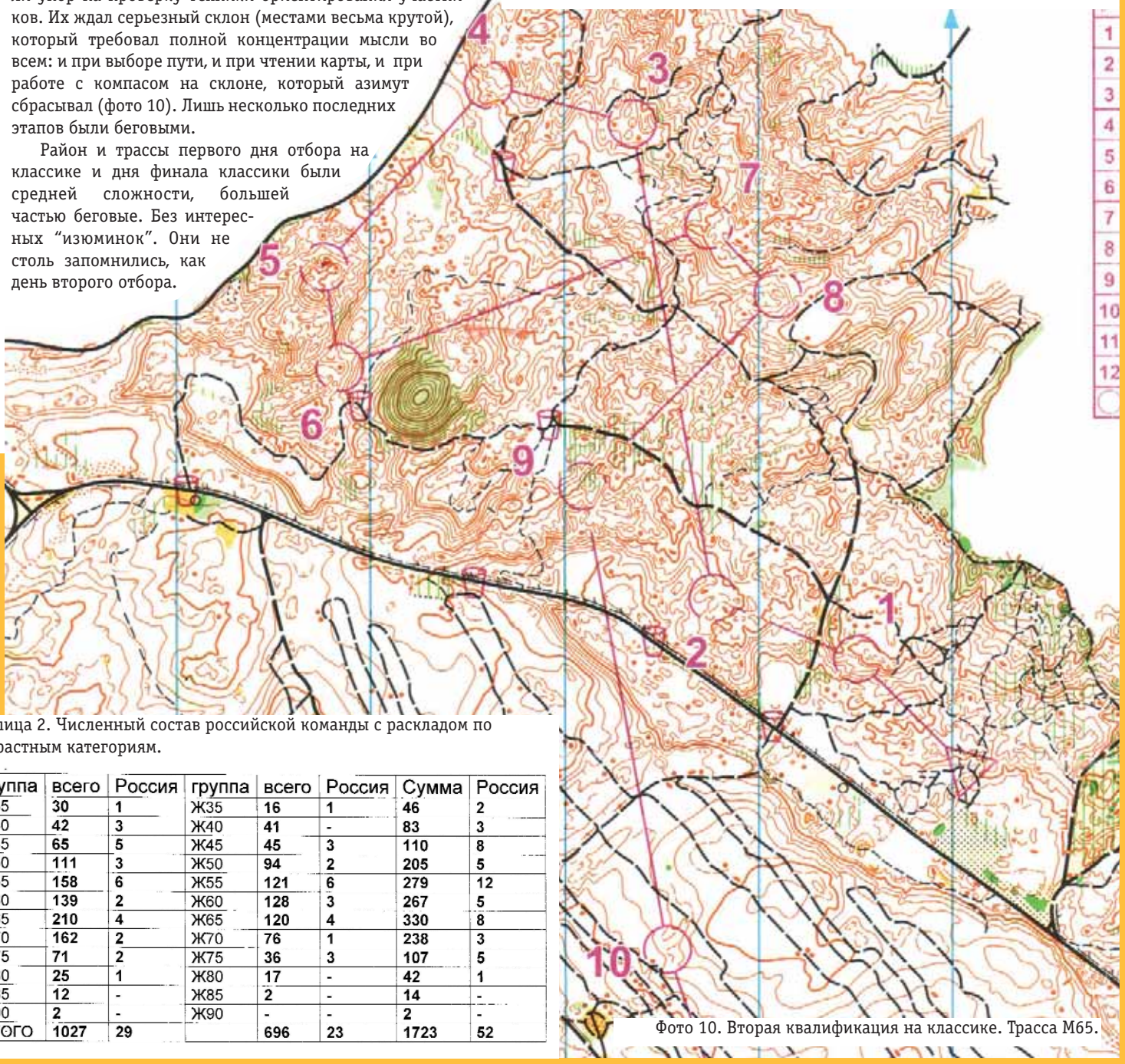


Фото 10. Вторая квалификация на классике. Трасса М65.

Таблица 2. Численный состав российской команды с раскладом по возрастным категориям.

группа	всего	Россия	группа	всего	Россия	Сумма	Россия
М35	30	1	Ж35	16	1	46	2
М40	42	3	Ж40	41	-	83	3
М45	65	5	Ж45	45	3	110	8
М50	111	3	Ж50	94	2	205	5
М55	158	6	Ж55	121	6	279	12
М60	139	2	Ж60	128	3	267	5
М65	210	4	Ж65	120	4	330	8
М70	162	2	Ж70	76	1	238	3
М75	71	2	Ж75	36	3	107	5
М80	25	1	Ж80	17	-	42	1
М85	12	-	Ж85	2	-	14	-
М90	2	-	Ж90	-	-	2	-
ИТОГО	1027	29		696	23	1723	52

Таблица 5. Представительство восьми наиболее активных стран на Чемпионатах Мира среди ветеранов в 2013-2017 гг.

№	Страна	Представительство стран на Чемпионатах мира среди ветеранов				
		2013г. Италия	2014 г. Бразилия	2015 г. Гетеборг	2016 г. Эстония	2017 г. Н.Зеландия
1	Швеция	327	423	646	533	352
2	Финляндия	528	203	626	884	240
3	Норвегия	382	195	384	387	145
4	Россия	337	80	221	272	52
5	Эстония	103	28	162	352	23
6	Великобритания	64	24	56	134	90
7	Швейцария	147	55	130	101	74
8	Дания	62	43	136	83	33

Теперь о выступлении россиян.

Численный состав прибывшей в Новую Зеландию российской команды, с раскладом по возрастным категориям на фоне общего расклада всех участников WMOC–2017, представлен в таблице 2.

Из таблицы видно, что команда России была небольшой (52 чел.) не только по сравнению с командой России, стартовавшей на шестнадцатом Чемпионате Мира в Италии (337 чел.) и восемнадцатом Чемпионате Мира в Гетеборге (221 чел.). Но даже и по сравнению с командой России, стартовавшей на семнадцатом Чемпионате Мира 2014 года в Бразилии (80 чел.).

Выступление россиян, как уже известно, оказалось слабым. Это видно из сводных таблиц 3 и 4 неофициального медального зачета на спринте и на классике.

В городском спринте россиянами было завоевано две серебряные медали. Их принесли команде наши уникальные спортсменки – Вершинина Галина (Ж70) и Лабутина Людмила (Ж75). Благодаря им россияне смогли в этом виде программы поделить в неофициальном зачете 11 место с Великобританией (90 участников) и Австрией (18 участников). Всего же в финал А по городскому спринту прошли из россиян 22 спортсмена (11 женщин и 11 мужчин). Но в десятки сильнейших (кроме названных призеров) сумели пробиться лишь трое мужчин: Гришухин Вячеслав финишировал седьмым в группе М80, а Степанов Виктор (М70) и Лукин Михаил (М60) замкнули десятки в своих категориях. Городской спринт для российских ветеранов – пока еще не наш вид ориентирования (таб. 3).

В классике нашей великолепной Степановой Ирине (Ж65) удалось буквально вырвать для команды единственное "золото"! А Лабутина Людмила (Ж75) завершила свое блестящее выступление на Чемпионате Мира 2017 года "бронзой"! Снова две медали. Но "золото" Степановой И. (фото 11) подняло Россию в неофициальном зачете в классике на 7 место в мировой табели о рангах.

Да и в целом на классике россияне выглядели лучше, чем в городском спринте. Здесь в финал А пробилось от нас 30 спортсменов (17 женщин и 13 мужчин). И в десятках сильнейших россиян на классике оказалось больше, чем в городском спринте. Кроме названных призеров, отметим еще шесть человек. Гришухин Вячеслав занял высокое 4-ое место в группе М80; Макейчик Наталья – 6-ое место в группе Ж50; Фатеева Ольга финишировала седьмой в группе М35, как и Васильева Татьяна – в группе Ж60; Макейчик Сергей показал 8-ой результат в группе М50, а Жукова Валентина – 9-ый результат в группе Ж75.

Но это все же не те результаты, которые должны показывать российские ветераны в неофициальных зачетах на официальных Чемпионатах Мира.

Фото 11. Чемпионка Мира 2017 года Ирина Степанова на верхней ступени пьедестала с флагом России.

Даже просто глядя на статистику представительства восьми наиболее активных стран на Чемпионатах Мира среди ветеранов за последние пять лет (см. таблицу 5) возникает ощущение, что наше место должно быть выше.

Так в чем же дело? С этим вопросом россияне покидали гостеприимный новозеланский город Окленд, столицу IX Всемирных Игр ветеранов 2017 года и, в том числе, XX Чемпионата Мира среди ветеранов по спортивному ориентированию.

В заключение о причинах наметившегося снижения числа участников в соревнованиях Всемирных Игр ветеранов спорта и о выводе Чемпионата Мира по спортивному ориентирования среди ветеранов из программы следующих X Всемирных Игр ветеранов спорта 2021 года в Японии.

Известно, что первые Игры Ветеранов спорта (как оппонента по возрастному интервалу к современным Универсиадам) начинались по инициативе Олимпийских Комитетов отдельных стран – Канады (Торонто, 1985 год), Дании (Ольборг, 1989 год), Австралии (Брисбен, 1994 год). Вопрос организации Игр с точки зрения экономики тогда решался просто. По согласованию с организаторами, международные федерации собирали в одном городе и в один календарный срок свои плановые чемпионаты или Кубки Мира, или иные международные форумы ветеранов. В итоге путем суммирования получалось, что в этих городах в указаный срок возникал комплексный форум – Всемирные Игры ветеранов.

Отступив в сторону, скажем, что по той же экономичной схеме с 2000 по 2003 год проходили и Игры ветеранов спорта России. Тогда тоже объединили Чемпионаты России среди ветеранов по нескольким видам спорта под единое крыло Игр ветеранов. Но что-то там не задалось, и после 2003 года Игры ветеранов спорта из Единого Всероссийского Календаря исчезли.

Однако продолжим. В 1995 году по предложению членов ряда международных федераций была создана Международная ассоциация ветеранов спорта (International Masters Games Association, сокращенно IMGA). Целью ассоциации IMGA стала пропаганда дружбы и взаимопонимания между ветеранами спорта всего мира, независимо от их возраста, пола, расы и вероисповедания, а также поддержание в среде ветеранов спорта всего мира философии Олимпийской хартии "Спорт для всех".

Ассоциация IMGA была признана Международным Олимпийским Комитетом. Ее штаб-квартира разместилась в Лозанне (где находится и штаб-квартира МОК). И уже начиная с IV Всемирных Игр ветеранов в американском Портленде (1998 год), Игры стали проводиться под эгидой IMGA и под покровительством МОК.

Именно с того момента Всемирные Игры ветеранов спорта превратились в крупнейшие международные спортивные форумы, получили признание, закрепились в календаре Международного Олимпийского Комитета, стали полноправными пунктом этого календаря, организуемым и проводимым на регулярной основе.

На этапе тогдашнего подъема, в программу V Всемирных Игр ветеранов (Австралия, Мельбурн, 2002 год) Международная федерация спортивного ориентирования (IOF) и подключила свой, тогда еще V, Чемпионат Мира среди ветеранов.

Однако вскоре после закрепления Всемирных Игр ветеранов в календаре МОК, некоторые международные федерации стали выводить свои официальные Чемпионаты или Кубки Мира из программы Игр.

В результате, на завершившихся IX Всемирных Играх ветеранов 2017 в Новой Зеландии было лишь два вида спорта, по которым параллельно с наградами Игр разыгрывались и награды Чемпионата Мира среди ветеранов. Это были пауэрлифтинг и спортивное ориентирование.

Здесь и возник вопрос – может быть и эти Чемпионаты Мира ветеранов вывести из программы Игр? Зачем по две медали вручать? Ведь выводя Чемпионаты и Кубки Мира из программы Игр и переводя их в тот же год, например, на отдаленные континенты и в отдаленные страны, международные федерации получают дополнительные возможности придать импульс развития своего вида спорта в новом географическом регионе!

Автор убедился в этой выгоде сам, проведя анализ статистики совсем недалекой практики проведения Чемпионатов Мира среди ветеранов по спортивному ориентированию. Так, на семнадцатом Чемпионате Мира (WMOC-2014), который проходил в Порту Аллегре и Канелле (Бразилия), Латинскую Америку представляли 279 спортсменов (Аргентина – 6 чел., Бразилия – 268 чел., Колумбия – 1 чел., Уругвай – 4 чел). А вот Австралию и Новую Зеландию – лишь 5 спортсменов. Теперь посмотрим статистику XX Чемпионата Мира (WMOC-2017), который завершился в Окленде (Новая Зеландия). Здесь все наоборот. Латинскую Америку представляли лишь 11 спортсменов из Бразилии. В то время как от хозяев региона на старт вышло 380 спортсменов (из Австралии – 205 чел., из Новой Зеландии – 175 чел.). А что говорит статистика об участии представителей этих двух удаленных от Европы регионов, если Чемпионат Мира проходит непосредственно в Старом Свете, в Европе? Посмотрим, например, итоги восемнадцатого Чемпионата Мира ветеранов (WMOC-2015) в Гетеборге (Швеция). Здесь от представлявшей Латинскую Америку Бразилии стартовало 40 спортсменов, а от Австралии и Новой Зеландии стартовал 61 спортсмен. Как видим, результаты более-менее для обоих регионов близкие (40 чел. и 61 чел.). Но для того и другого региона это в 6-7 раз меньше случая, когда Чемпионат Мира ветеранов проходил непосредственно в их регионах (см. выше – соответственно 279 чел. и 380 чел.).

Понимая потенциальную пользу для IOF от вывода Чемпионата Мира среди ветеранов из программы Всемирных Игр ветеранов, заволновались представители ФСО Японии. Ведь в Японии запланировано проведение X Игр ветеранов 2021 года! Японцы организовали в Окленде распространение анкеты среди ориентировщиков с вопросом о том, приедут ли они в Японию на X Игры, если там не будет Чемпионата Мира по ориентированию, а будут просто международные соревнования в рамках X Всемирных Игр.

Их волнение понять можно. Ведь при выводе Чемпионата Мира по спортивному ориентированию из программы Всемирных Игр и переводе его в том же году в другое географическое место обязательно сработает упоминавшийся выше психологический эффект. Настроенные на высокие результаты в своих возрастных категориях ветераны из двух предложений по участию (Всемирные Игры ветеранов или Чемпионат Мира ветеранов) на первое место поставят Чемпионат Мира. Поскольку у последнего выше спортивный статус! Поэтому если Всемирные Игры ветеранов не попадут в график их подготовки к Чемпионату Мира ветеранов, то они просто пропустят Игры, нацеливаясь на Чемпионат Мира.

Именно это уже и случилось со многими видами спорта, входящими в программу Игр. Именно это и объясняет наметившееся снижение числа участников на VIII и IX Всемирных Играх ветеранов 2013 и 2017 годов, по сравнению с V, VI и VII.

Тем не менее, для успокоения организаторов очередных X Всемирных Игр ветеранов следует сказать, что (хотя и будет некоторое уменьшение числа участников) Игры от этого сильно не пострадают. Найдется множество ветеранов из числа настоящих энтузиастов-любителей спортивного ориентирования, которые не претендуют на высокие места и которые с удовольствием примут участие в X Играх.

Представительница ФСО Японии в заключительной части церемонии закрытия XX Чемпионата Мира ветеранов по спортивному ориентированию 2017 года обратилась к присутствующим с короткой речью. Она пригласила всех присутствующих принять участие в стартах по спортивному ориентированию, которые через 4 года пройдут в Японии в рамках X Всемирных Игр ветеранов спорта.

Приглашение прозвучало. Соревнования по спортивному ориентированию на X Всемирных Играх ветеранов спорта 2021 года состоятся!

Но будет ли это XXIV Чемпионат Мира (WMOC-2021)?

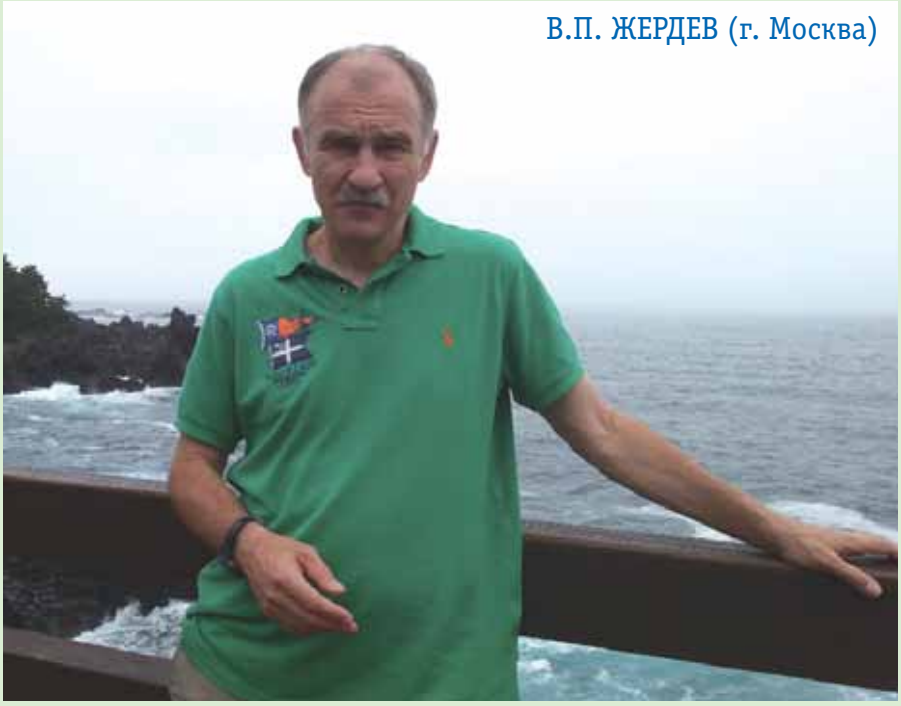
Ответ на этот вопрос нам придется немного подождать.

С. Егоршин,
Нижегородская область

Фото 12. На память об Окленде с медалистками Чемпионата Мира среди ветеранов–2017. Слева направо: И. Степанова, Г. Вершинина, автор статьи, Л. Лабутина, Н. Михонина.

ОТРАБАТЫВАЙТЕ ТЕХНИКУ ОРИЕНТИРОВАНИЯ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ

В большинстве видов спорта довольно просто работать над техникой в игровой форме. Футболист, например, может почти где угодно чеканить мяч, а гимнаст, допустим, ходить на руках. В спортивном ориентировании с этим немного сложнее, но и здесь нет ничего невозможного.



В.П. ЖЕРДЕВ (г. Москва)

В этой статье рассказывается о том, как можно «играть» в ориентирование и отрабатывать технические навыки, даже не бегая в лесу! Надеюсь, прочитав ее, вы сможете у себя в спортивной школе пробежать и длинную дистанцию, где надо постоянно выбирать маршрут (например где-нибудь в Австралии), или спринт в небольшой альпийской деревушке, или технически сложную среднюю дистанцию в Крыму. Но начать предлагаю все-таки с игры в ориентирование…

Ориентирование как игра.

Многие недооценивают игру с поисками сокровища – и зря. Спрячьте сокровище и нарисуйте карту, с помощью которой сокровище можно найти.

Сначала это будет сокровище, потом кусочек изоленты, на котором будет написан номер, обозначающий контрольный пункт, а со временем и целый ориентировочный маршрут. Каждая следующая тренировка будет все больше напоминать ориентировочный забег.

Можно устроить микрозабег между стульями и столами в комнате по составленной участниками карте. Это тоже была бы своего рода охота за сокровищем. Можно попросить ваших подопечных нарисовать карты, скажем, песочницы, комнаты или балкона, и самому расставить на них контрольные пункты. И получится игра не хуже, чем чеканка мяча или ходьба на руках.

Начинать лучше с небольших пространств, чтобы было проще, и рисовать карты, и затем по ним бегать. Освоив азы, дети сами захотят рисовать карты побольше и бегать дальше. Например, если кто-то из подопечных не может тренироваться с остальными в лесу, он вполне может проложить для себя «маршрут» в штаб-квартире клуба или секции.

И тогда детям не придется сидеть дома, даже если бегать с остальными они сейчас не могут.

«Заочная» тренировка.

Чтобы подготовится к интересному или важному для вас старту, бывает не лишним потренироваться с картами, схожими с той местностью, где пройдут соревнования. Самый простой способ – взять карту другого спортсмена и поразмыслить, как бы вы сами прошли ту же дистанцию.

Чтобы потом проверить, насколько хорош был выбранный вами маршрут, можно спросить у того, чью карту вы взяли, какие решения на дистанции принимал он и какие из них оказались правильными. Так вы сможете сравнить ваши решения. Вы можете без проблем взять или скачать заинтересовавшую вас карту, распечатать ее, если нужно, в нескольких экземплярах и раздать вашим подопечным во время занятий.

Спортсмены могут нарисовать на карте свой вариант прохождения дистанции, а затем сравнить его с тем, как дистанцию проходили спортсмены во время соревнований. Этот способ хорошо подходит, если нужно подготовиться к сборам, которые пройдут на новом типе местности, или к соревнованиям вдали от дома.

«Заочный» забег.

Когда дистанция готова и все выборы маршрута измерены, можно приступать к соревнованиям. Все желающие принять участие садятся за стол и берут в руки ручку или карандаш. Перед каждым лежит карта, но она перевернута вверх ногами. Когда ведущий объявит: «На старт, внимание, марш», все участники переворачивают карту и начинают наносить на нее свой выбор маршрута. Ручку от бумаги отрывать нельзя! Если вы выбрали определенное направление, поменять решение уже не получится. Когда вся дистанция пройдена, а спортсмены «прибежали» на финиш, вы записываете, сколько времени они потратили на прохождение маршрута. Затем спортсмены меняются картами друг с другом и участок за участком анализируют всю дистанцию. Можно, например, за каждый метр, где не был выбран оптимальный маршрут, добавлять секунду штрафного времени. Затем добавить общее штрафное время ко времени, которое понадобилось на «прохождение» дистанции. Обладатель самого быстрого времени и объявляется победителем «забега».

Надеюсь, моя статья вдохновит вас и на другие виды «игровых» тренировок.

Удачи!

В.П. Жердев (г. Москва),
Заслуженный тренер России

ЧЕТЫРЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОТРАБОТКИ ТЕХНИКИ БЕГА

Многим ориентировщикам не помешало бы улучшить свою технику бега. Я не раз наблюдал, как ориентировщики бегут, чересчур наклонившись вперед, сильно размахивая руками из стороны в сторону и делая чересчур большие шаги. А надо всегда стремиться бегать так, чтобы тратить как можно меньше энергии. Работать над техникой бега можно и нужно в любом возрасте. Вот примеры упражнений на технику бега.

Всем спортсменам стоит делать упражнения на технику бега несколько раз в неделю. Тренировать нужно и осанку, и координацию движений, и баланс. И не обязательно тратить на все это много времени. Над техникой бега можно работать перед интервальным бегом, перед забегом на технику ориентирования и перед длинной пробежкой. Во время выполнения всех упражнений спину нужно держать прямо. Старайтесь напрягать переднюю часть стопы, а плечи, наоборот, должны быть расслаблены. Руки держите ближе к корпусу, примерно под прямым углом к телу.

- Первое упражнение (Бег с носка на пятку). Выпрямитесь, грудь – вперед. Во время бега сначала поднимайте пятку и маленькими шажочками, не поднимая носки высоко от земли, медленно, но с высокой частотой шагов, бегите вперед. Тело все время нужно держать прямо.

- Второе упражнение (Высокое поднимание бедра). Высоко поднимите колено, чтобы получился острый угол. Затем поставьте ногу на землю под собой. Сначала можно выполнять это упражнение на месте, а потом и пробежаться, высоко поднимая колени.

Важно всегда ставить ногу под собой, чтобы нога двигалась по траектории колеса. Если вы будете выносить стопу далеко вперед, вы будете затормаживать бег. Стопа, которая находится в воздухе, должна быть под прямым углом к голени, стопа не должна провисать.

- Третье упражнение (Бег с захлестыванием голени). Подожмите ногу, высоко держа колено. Вытяните ногу вперед, опустите стопу под собой. Шагать нужно не назад, а вперед.

- Четвертое упражнение (Бег на прямых ногах). Тело держите прямо, бегите, не сгибая ноги в колене, работайте только стопами и лодыжками. Продвигайтесь вперед, приземляясь на вытянутую вперед стопу. С помощью этого упражнения вы укорачиваете беговой шаг, учитесь держать тело прямо и правильно работать руками во время бега.

Упражнений на технику бега множество. Выше приведены четыре базовых упражнения, которые нужно выполнять всем бегунам/ориентировщикам. Упражнения лучше выполнять парами, чтобы контролировать и комментировать друг друга. Выполнять упражнения нужно тщательно, делать лучше по два-три подхода. Удачи!

(Прим. пер. – видео первых трех упражнений см. по ссылке https://runacademy.se/lopteknikovningar-som-battrar-ditt-lopsteg/)

ВЕЛООРИЕНТИРОВАНИЕ В РЕСПУБЛИКЕ ГОРНЫЙ АЛТАЙ

Со 2 по 4 июня 2017 г. ФСО РА провела первый открытый Чемпионат и Первенство Республики Алтай по ориентированию на велосипедах. В соревнованиях приняли участие 43 спортсмена в восьми группах. Усилили наши соревнования ведущие спортсмены Новосибирской области. Участники соревновались в двух видах программы: велокросс-спринт прошел в роще, окружающей стадион в с. Майма, велокросс-классика состоялась в живописных окрестностях Манжерокского озера. Победители и призеры в каждом виде программы были награждены дипломами и медалями.

В календаре соревнований ФСО РА на 2018 год проведение второго открытого Чемпионата и Первенства Республики Алтай запланировано на 20-23 сентября, с целью подготовки к Всероссийским соревнованиям «Сибирские просторы» и Кубку России в городе Новосибирск.

Приглашаем в Горный Алтай велоориентировщиков и всех-всех!!!

Главный судья соревнований
Черемных Олег

ПОЧЕМУ ОФИЦИАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ В НОВЫХ РЕГИОНАХ ПРОХОДЯТ ЛУЧШЕ?

С командой Московской области мы в третий раз съездили во Владивосток на Кубок России по спортивному ориентированию. За это время организация улучшилась и, как мне кажется, обогнала по качеству старты в других регионах. Почему так происходит?

Как проходят соревнования во Владивостоке. Первый раз мы приняли участие в Кубке России во Владивостоке в 2013 году. Тогда мы жили вдалеке от города. Все дни соревнований проходили в пешей доступности, а местность была непростой: «зелёнка» и горы. И если бы не местные ориентировщики, мы бы даже не увидели сам город, и в памяти остались только старты.

В следующий раз мы поехали в Приморский край в 2015 году, и это уже был другой Кубок России. У нас остались совсем другие впечатления. Организаторы предоставили жильё в центре Владивостока, до стартов добирались на машинах и общественном транспорте. Два дня проходили на известном острове Русском, спринт общий старт, например, по территории нового Дальневосточного федерального университета. Лесные дисциплины проводились на местности, которая сильно отличалась от соревнований в предыдущие годы. Дистанции уже были более лояльными, могу даже доказать. Победитель марафона в 2013 году пробежал за 2:22, а в 2015 году – за 1:27.

На соревнованиях в 2017 году традиция продолжилась – мы снова жили в центре города. В первый день Кубка мы оказались на территории горнолыжного курорта, во второй пробежали интересный лонг в районе города Артём, в третий – на самой высокой точке Владивостока, горе Холодильник. С сопки открывался отличный вид на весь город. Нам снова понравилось совмещение соревнований и знакомства с местными достопримечательностями.

Не буду юлить и честно скажу, что у «приезжих» участников были вопросы к отдельным участкам на картах и постановке некоторых пунктов. Но организаторы так старались, что для меня было важнее, как всё было подготовлено и с каким рвением проводились соревнования. Мы ощущали заботу со стороны местных организаторов и спортсменов.

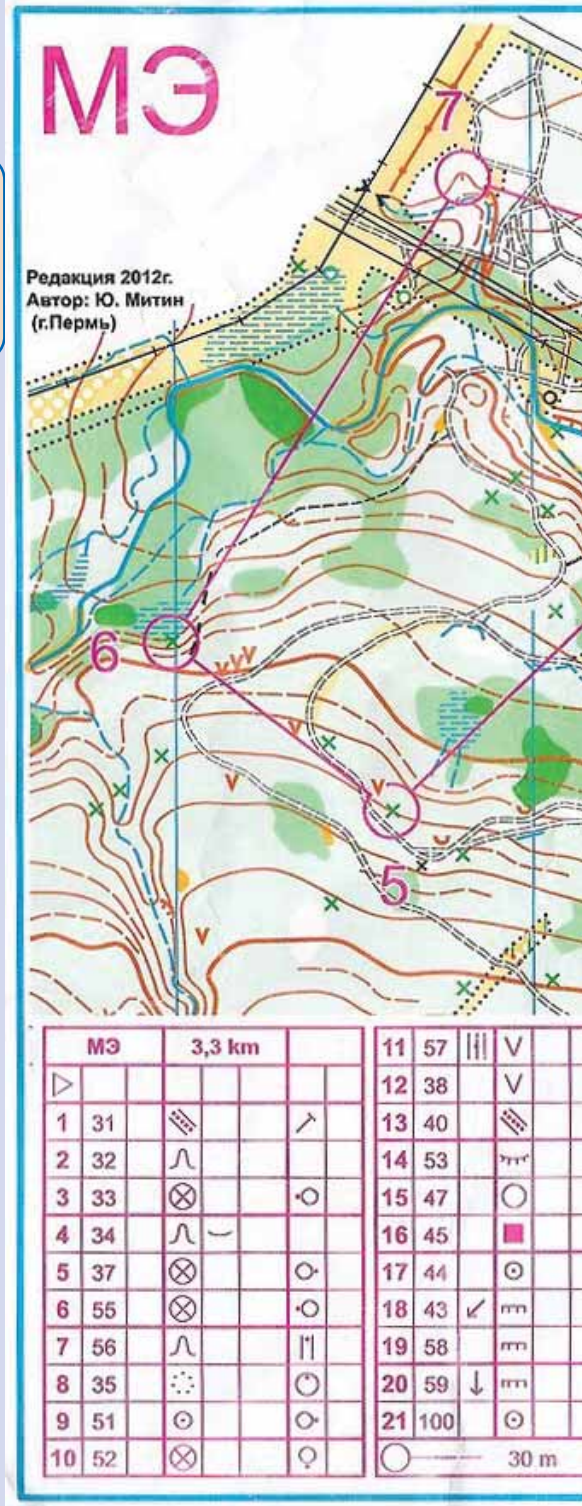
В следующем году Владивосток примет Первенство России, а параллельно с этим пройдут Всероссийские соревнования «Тихий океан». Если вы хотите познакомиться с одним из интереснейших городов нашей страны – это отличная возможность.

Как проходят в других регионах. В прошлом году мы ездили в Республику Бурятию, где, например, организаторы провели соревнования не по самой интересной карте. Зато все дни проходили на берегу озера Байкал, да и соревнования превратились в настоящий праздник с шикарными открытием и закрытием. Я был только благодарен.

В сентябре друзья ездили на Чемпионат России в Саратовскую область. Все рассказывают, как шикарно их встретили организаторы, как приятно было находиться на таком чемпионате.

Создаётся впечатление, что сейчас многие чемпионаты и Кубки России по спортивному ориентированию в центральных регионах проводятся только с одной целью – провести соревнования. Надеюсь, эта тенденция прекратится. Мне кажется, для развития нашего вида спорта важна не только техническая составляющая.

А. Барышников
(Московская область)



ЦЗО "Комета"
КУБОК РОССИИ
М 1:4000
Приморский край г.Владивосток
Н 5м
ФЕДЕРАЦИЯ спортивного ориентирования РОССИИ
ПРИМОРСКАЯ КРАЕВАЯ ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ
www.pkfso.ru
1
2
3
4
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21

К 70-летию Мастера спорта СССР, спортивного судьи Всесоюзной категории, Почетного члена Федерации спортивного ориентирования России Куницына Николая Николаевича

2017 год – год юбилеев значимых для спортивного ориентирования людей, стоявших у истоков развития спортивного ориентирования как самостоятельного вида спорта. Практически во всех регионах нашей страны в этом году празднуют свои юбилейные даты те, кто своей спортивной и трудовой деятельностью сделал наш вид спорта из отдельной дисциплины спортивного туризма достойным и полноправным видом спорта с тридцатью реестровыми дисциплинами.

Сегодня свой 70-летний юбилей празднует московский спортсмен, тренер, судья Всесоюзной категории, организатор соревнований и в прошлом член Президиума Федерации спортивного ориентирования России Николай Николаевич Куницын. Редакция не могла не отметить это знаменательное событие. Главный редактор журнала «Азимут» Александр Михайлович Прохоров встретился с Николаем Николаевичем и записал беседу.

- Николай Николаевич, в далекие шестидесятые годы Вы впервые взяли в руки компас и карту. Как все начиналось?

- В 1966 году произошло возрождение заводского турклуба «Глобус», его возглавил мой будущий тренер Добровольский Виктор Петрович. Парни и девчонки с завода стали регулярно ходить в походы выходного дня. Зимой в 1966 году В.П. Добровольский собрал команду турклуба, в которую включил и меня, для участия в зимних Московских соревнованиях среди юношей и девушек. Наверное здесь и состоялось мое знакомство с картой и компасом. Он много рассказывал про новый вид спорта – ориентирование на местности и убеждал меня попробовать. Конечно, было интересно заняться новым видом спорта, но в то время у меня были увлечения другими видами. Все-таки его настойчивость победила, и спустя два года я пришел на первую летнюю тренировку в Одинцово. 21 апреля 1968 года – этот день я считаю началом данного вида спорта в моей биографии.

Слева направо: председатель оргкомитета ЧМ Александр Кулаков, "король лыж" олимпийский чемпион ЗМС Владимир Кузин, главный судья ЧМ Н. Куницын

Жюри ЧМ, слева направо: ответственный секретарь ФИС; главный судья Н. Куницын; олимпийский чемпион Вячеслав Веденин; представитель Италии, принимающий следующий ЧМ; ответственный секретарь федерации Л/Г РФ Альберт Вахрушев.

Буквально на следующих соревнованиях, первенстве Киевского района города Москвы, 10 мая 1968 года я выполнил 1 разряд.

- А как к этому относились Ваши родители, и кто они были по профессии?

- Родители мои простые люди: мать работала в магазине продавцом, отец работал на заводе, пройдя дорогами Великой Отечественной войны от первого до последнего дня. Я родился в городе Кунцево 29 октября 1947 года, сейчас это – один из элитных округов города Москвы, а тогда это была рабочая окраина, и конечно никто не возражал против моих занятий спортом. В Кунцево прошло мое детство, юношество, да пожалуй, и вся прожитая жизнь. Здесь я закончил 8 классов, ПТУ по профессии токарь, затем 9-11 классы школы рабочей молодежи. В 1968 году поступил в школу тренеров при ГЦОЛИФКЕ по специализации туризм и ориентирование. Работал на заводе в Кунцево.

- Став спортсменом-ориентировщиком, Вы входили в сборные команды различных спортивных обществ. Ваши впечатления этого периода?

- В юности я занимался разнообразными видами спорта: фехтованием, футболом, классической борьбой, туризмом. Перейдя в спортивное ориентирование, я начал серьезно тренироваться и через год выполнил спортивный разряд КМС. Работая токарем на Московском радиотехническом заводе, я быстро попал в сборную МГС ДСО «Труд» и участвовал в матчах с Ленинградским «Трудом» и первенствах Москвы. В 1971 году я отобрался в сборную Москвы и выступал в составе сборной команды с лучшими московскими спортсменами Валерием Игнатенко, Виктором Моховым, Александром Жилиным на Всесоюзных соревнованиях в Ленинграде. В этом же году я выполнил норматив Мастера спорта СССР. То золотое время вспоминаю с большим удовольствием, было много разных спортивных поездок по всему СССР, новые места, новые знакомства это – Родриго Славиньш, Валерий Киселев, Александр Харин, Вацловас Виткус и много других друзей. Все это с большей силой связывало меня с ориентированием. В 1970 году я начал работать в секции спортивного клуба «Кунцево» тренером. У нас подобралась очень сильная команда это МС СССР – Виктор Мохов, Борис Калинин, Дмитрий Никифоров, Елена Йонсен, Евгения Каслова, КМС – Халит Каримов, Игорь Юдин, Василий Савин, Валентина Аниканова, Лариса Баландина и много других ориентировщиков. В тот период в Москве было три силь-

Н. Куницын и экс-президент МОК Хуан Антонио Самаранч.

Нижний ряд, слева направо: 1-ый ЗМС Иван Кузьмин; 2-ой главный судья чемпионата мира по лыжным гонкам среди ветеранов Н.Куницын; 3-ий восьмикратный олимпийский чемпион по л/г Бьерн Дели. Верхний ряд, справа налево: 4-ый (номер 1006) МС Николай Лузин; 7-ой (номер1140) МС Андрей Шведов.
Эта фотография спонсоров и их сотрудников.

Александр Кулаков, Бьерн Дели и Николай Куницын

ных секции: МГУ, МВТУ и Кунцево. Как спортсмен в сборной Москвы я был с 1971 года по 1979 год. Выступал четыре раза в матче городов-героев, несколько раз в матчах Москва–Эстония. В середине 70-х годов радиоэлектронную отрасль перевели из добровольного спортивного общества «Труд» в добровольное спортивное общество «Зенит». Так что я побывал в двух ДСО, а когда был призван и служил в рядах Советской Армии в 1973-1975 гг., выступал в сборной команде Московского военного округа, где стал двукратным чемпионом под руководством тренера В.В. Кривоносова. В годы службы бегал вместе с МС СССР Вячеславом Окиным, Владимиром Худасовым, Ионесом Вилькялисом.

- И каких спортивных достижений Вы добились за время активного спорта?

- Считаю своими наивысшими достижениями в спортивном ориентирование подтверждение норматива МС СССР более 15 раз. Был призером Всесоюзных соревнований (в тот период чемпионатов СССР не проводилось, поскольку спортивное ориентирование не входило в виды спорта ГОСКОМСПОРТа), три раза выигрывал Кубок города Москвы, несколько раз был призером чемпионатов Москвы, неоднократно был чемпионом ЦС ДСО «Труд» и ЦС ДСО «Зенит». Этими спортивными достижениями я горжусь!

- У элитных спортсменов относительно короткий период активного занятия спортом. Что было потом?

- Пройдя путь спортсмена, я настолько погрузился в атмосферу спортивного ориентирования, что дальнейшей жизни вне спорта не видел. Для дальнейшей деятельности в спорте необходимо было получить высшее специальное образование, поэтому с 1979 по 1985 год я поступил учиться на вечернее отделение и без отрыва от производства закончил ГЦОЛИФК по специализации тренер-преподаватель на кафедре лыжного спорта. Дальнейшая моя карьера в спорте приняла новое направление – с 1985 года на заводе, где я продолжал работать, меня выбирают председателем крупного в Москве спортивного клуба «Кунцево».

- Здорово, это начало карьеры спортивного функционера, но, насколько мне известно, Вы одним из первых начали производить инвентарь для спортивного ориентирования.

- В конце 80-х годов в Советском Союзе началось массовое кооперативное движение. В администрации завода мне предложили создать спортивный кооператив, и в 1989 году я организовал спортивно-технический кооператив «Ориентир». Начал шить беговые костюмы, щитки, призмы, изготавливать компостеры, планшеты для ориентирования на лыжах, карточки участников, волчатники, колы и т.д. Все виды продукции и технологии их изготовления разрабатывал сам, на мой летний компостер у меня имеется патент. В кооперативе работало более 30 человек, в основном мои одноклубники-ориентировщики: Юрий Малахаев, Игорь Юдин, Геннадий Никулин, Мария Бурякова и другие спортсмены из спортклуба Кунцево. На нашу продукцию был огромный спрос не только у москвичей, но и у спортсменов из других городов Советского Союза – я был первым в легальном производстве инвентаря.

Судейская коллегия ЧМ. Стоят в последнем ряду слева направо 6-ой Сергей Ольховский, 90% судейской коллегии ориентировщики.

Судейская коллегия пред ЧМ 2004 года. Стоят в верхнем ряду 2-ой слева Сергей Ольховский – директор лыжного стадиона, остальные на 90% ориентировщики Москвы.

- Ваше следующее восхождение на вершину спортивного Олимпа связано с судейской и общественной деятельностью в ФСО Москвы, России. Что или кто вдохновлял Вас на эти подвиги?

- С 1971-72 годов я входил в состав президиума ФСО города Москвы в качестве председателя тренерского совета и председателя спортивно технической комиссии. В 1986 году меня избрали на четыре года президентом ФСО города Москвы, затем с 1991 по 1995 год президентом был А.Б. Красовский. И снова с

1996 по 2004 год меня дважды избирали президентом московской федерации спортивного ориентирования. Одновременно с трудовой и общественной деятельностью я занимался организацией и судейством соревнований, практически с первых лет своих занятий ориентированием. В 1973 году я получил квалификацию спортивного судьи Республиканской категории, а в 1989 г. стал спортивным судьей Всесоюзной категории. В 2004-2007 годах мне пришлось поработать в ФСО России в разных качествах. Я очень любил и люблю спортивное ориентирование, и всё, что я в нем делал и делаю, это от души и с удовольствием.

- Кроме соревнований по спортивному ориентированию Вы много уделяете судейству в других видах спорта.

- В конце 90-х годов, кроме соревнований по спортивному ориентированию я со своими единомышленниками стал судить соревнования по другим видам спорта: это лыжные гонки, кроссы, триатлон, массовые соревнования на спортивных праздниках и т.д. Так сложилось, что отдельные виды спорта в своих технологиях проведения соревнований на тот период слегка отстали, и мы, с нашим огромным опытом в организации и судействе соревнований по спортивному ориентированию, вышли на передовые позиции, и нас стали приглашать.

В 2005 году меня выбрали главным судьей по проведению Чемпионата Мира по лыжным гонкам среди ветеранов в городе Красногорске. Более полутора лет шла подготовка к этому чемпионату, и мы провели его с блеском. Жюри FIS дало самую высокую оценку этому чемпионату по всем аспектам и признало его лучшим за всю историю чемпионатов среди ветеранов. После этих соревнований (очень сложных) все другие соревнования «просто семечки»!

- А тайные увлечения у Вас есть?

- Тайные, они и есть тайные, т.е. только мои личные, а вот серьезное увлечение у меня есть – это коллекционирование значков. Я коллекционирую значки по трем темам: спортивное ориентирование с 1968 года (я думаю, у меня самая большая коллекция в мире, около 6000 экземпляров). Есть один серьезный друг-конкурент, это Альгис Шалкаускас из Литвы. Вторая тема – Олимпиады, я начал её собирать с 2006 года, и третья тема – лыжные гонки, мое увлечение последних лет с 2011 года. В этой теме среди коллекционеров я уже не новичок, и у меня есть ряд редких медалей и значков.

- Вы многое уже сделали для нашего вида спорта. А что Вы хотели и не успели сделать?

- У меня была мечта – провести в качестве главного судьи Чемпионат Мира по лыжному ориентированию в Москве в 2007 году, но меня этой мечты лишили мои же друзья. Глядя со стороны как зритель на этот Чемпионат Мира, проходивший на подмосковной лыжной базе Планерная, мне было очень стыдно за все, что там происходило. Кроме организации подготовки и планирования дистанций. Но не будем о грустном, это пройденный этап. Очень хочу и более 10 лет пытаюсь сделать каталог значков и медалей по ориентированию, но работы там огромное множество. И все-таки я постараюсь это сделать к 60-ой годовщине спортивного ориентирования в России – это июль 2019 года.

- Каким Вы видите спортивное ориентирование в ближайшие 10 лет?

- Спортивное ориентирование развивается по нарастающей, это новые подходы к содержанию и оформлению карт, их масштабы. Новые технологии и электронные системы проведения соревнований, большое разнообразие дисциплин, развитие трех направлений – кросс, велокросс и лыжные гонки, это радует. Но в то же время меня беспокоит тот момент, что уменьшаются площади районов (территорий) для соревнований, усложняется процесс согласования проведения соревнований с владельцами территорий, сложно подобрать инфраструктуру для проведения мероприятий. С развитием информационных технологий организаторы будут стремиться к телекартинке с продолжительностью трансляции до 45 минут, а это значит, мы потеряем настоящее лесное ориентирование на местности, которым я начал заниматься практически 50 лет тому назад. Хотя новому поколению ориентировщиков, возможно, это понравится.

- Ваши пожелания читателям журнала «Азимут», и что нужно сделать для дальнейшего развития нашего вида спорта?

- Чтобы дальше развивать спортивное ориентирование, надо его любить и делать всё, что от нас зависит: участвовать в соревнованиях, готовить новые карты, осваивать современные технологии, организовывать соревнования для всех категорий населения, готовить тренеров и судей, писать книги и не забывать тех, кто был у истоков становления нашего вида спорта, проводить вечера встреч и читать журнал «Азимут».

Николай Николаевич, редакция журнала поздравляет Вас с 70-летием, желает крепкого здоровья, оптимизма и творческих успехов на благо развития спортивного ориентирования, являющегося неотъемлемой частью Вашей жизни.

Главный редактор журнала «Азимут»
Александр Прохоров

РИСУЙТЕ ОТСЮДА И ХОТЬ ДО ПАРИЖА!

22 декабря 2017 года у Почетного члена ФСО России, Судьи Всесоюзной категории, бессменного директора (с 1971 по 2001 годы) первой в СССР ДЮСШ по ориентированию, нашего постоянного автора и героя публикаций Юрия Валентиновича Дракова юбилей – 80 лет! Можно книгу писать, столько всего интересного. В нашей беседе лишь некоторые яркие эпизоды.

Юрий Валентинович заваривает кофе. Свой фирменный, молотый. Беседуем часа полтора-два, подливая крепкий кофеек. Честное слово, с Валентинычем можно говорить, не совру, весь световой день. Историй, поучительных и веселых, море фактов, фамилий, событий, деталей хватит на целую книгу.

Модель жизни.

- Помню, Зинаида Максимовна Смыкодуб, мастер спорта СССР, Заслуженный тренер России, в своих, к сожалению, не опубликованных мемуарах так сказала обо мне: мол, Юрий Валентинович – неисчерпаемый источник юмора и оптимизма. Спасибо, точно угадали, подметили. Наверное, такой вот я по жизни и есть. И раньше, и сейчас.

- В одном из интервью вы как-то подметили: «Как любой вид спорта, ориентирование – это модель жизни. А так как наш спорт достаточно сложный, то эта модель максимально приближена к жизни. В жизни тоже есть действия на опережение, есть восстановление, некоторая степень риска». Действительно, точно подмечено, особенно, если речь идет об ориентировании…

- Васильев – бывший проректор Волгоградского института физкультуры, на этот счет в свое время высказался более емко, по-научному: «Каждый вид спорта – это модель жизни. Ориентирование – многофакторная, многокомпонентная модель».

… становится на четыре кости. Юрий Валентинович стоял, как говорят, у истоков ориентирования в Советском Союзе, и в Челябинской области в частности. Тогда, когда этот вид спорта выпестовывался из туризма. Лет пять назад про это время он сказал так: «Сначала нас от туризма шибко не отличали. Относились по-лёгкому. С течением времени отношение стало меняться, потому что появились случаи, когда ориентировщики начали выигрывать, в том же институте физкультуры, «политехе» – кроссы, лыжные гонки, стали выполнять разряды. И тогда те люди, которые считали, что они шибко великие спортсмены и знаменитые личности, увидели конкурентов из числа ориентировщиков. У нас много случаев, когда спортсмены приходили к нам и из других видов спорта… Основанием, в значительной мере, был туризм.

Второе – это специальность, ведь по специальности я географ, а через это дело связан с картой. Это сочетание и послужило основой дальнейшей деятельности. Ещё я удачно попадал на разные мероприятия. Вот, к примеру, был судьёй контрольного пункта в 1960 году на туристском слёте, где впервые ориентирование проводилось на маломальской карте… В том же 60-м закончил институт и, работая учителем в Уйской школе, был вынужден заниматься подготовкой команды к туристским соревнованиям, в том числе и по ориентированию. И один из первых стартов, в котором мы участвовали, был в Челябинске, в парке. Тогда бегали по пятитысячной карте. Есть ещё фотография, на которой команда из четырех человек. Один становился на четыре кости, изображая планшет. На него стелят эту карту, у одного компас, у другого линейка, транспортир».

Базис и надстройка. А еще создавал первую в СССР специализированную спортшколу (ДЮСШ по ориентированию). Сентябрь 1971 года. Тогда еще понятие спортивное ориентирование, как специализация, только-только входило в обиход. Да, была областная станция юных туристов, но на свет появилась целая областная школа ориентировщиков!

В 71-ом на Челябинскую область был выделен лимит на создание ОДЮСШ. Планировалось, что школу откроют в соседнем Миассе, и это будет «горнолыжка». Но что-то там не пошло, а ориентировщики подсуетились.

- Но все произошло не просто так, – рассказывает Юрий Валентинович. – До этого мы планомерно двигались, создавали целую систему работы. Открывали кружки в общеобразовательных школах, секции при Дворцах пионеров и школьников, начали проводить туристические слеты учителей – в районах, городах, первый финал такого областного слета организовали еще в 1962 году. В программе, разумеется, было и ориентирование. Учился на туристических курсах в Москве, работал методистом на станции юных туристов, участвовал в проведении семинаров, слетов, а еще походы по разным уголкам страны, зам. главного судьи, главный судья… Так что «базис и надстройка» вполне основательные. А иначе перед нами бы просто закрыли шлагбаум. Ни о какой спортшколе не могло бы быть и речи.

- Как это ни парадоксально, тогда, говорят, и волокиты, бюрократии, разных там аттестаций, отчетов было поменьше.

- Все было значительно проще. Хотя, казалось бы, времена СССР! Такая махина! Но самостоятельности было побольше – вплоть до организации выезда за рубеж. Проверок самый минимум. За каждым шагом не следили, не говоря уже о различной, в том числе и бумажной, волоките.

- Да, и средств выделялось столько, сколько надо.

- Безусловно. Были и инвентарь, и финансирование. Все в полном объеме. Есть статья бюджета на первый квартал – финансирование хоть с 1-го января уже открывается.

А если ты талантливый, способный, то тебя за госсредства увезут хоть на десяток сборов, соревнований. То же самое и с финансированием городских, региональных и иных сборных команд. Деньги четко выделялись.

- А потом началась перестройка…

- Многие знают и понимают, что было и в советское время, и после. Сначала, после «перестройки и ускорения», говорили, что, мол, езжайте за свои, потом вернем. Позже – занимайте деньги, езжайте, может быть отдадим (возвращали, как правило, половину, может чуть больше). Дальше – вообще никаких гарантий и денег. Всякое было.

Узнают по голосу. Ориентировщики – народ, не чуждый романтике. Лес, горы, природа – сами понимаете. Валентиныч говорит, что для него осень – любимая пора:

- Это красивейшее, красочное состояние природы. Хотя, конечно, красота – понятие относительное, но если есть желание поделиться такими эмоциями, то это многое значит.

Цвет? Голубой. Это цвет воды. На солнце он один, в пасмурный день – другой. Он никогда не бывает одинаковым. Какая погода, какое небо над головой, такой и цвет воды. Возможно, это связано с давним увлечением фотографией. Там цвета, световая чувствительность многое значат. Повидал много озер: Байкал, Иссык-Куль, Балатон, финские, наши южноуральские водоемы… Это все к вопросу о цвете.

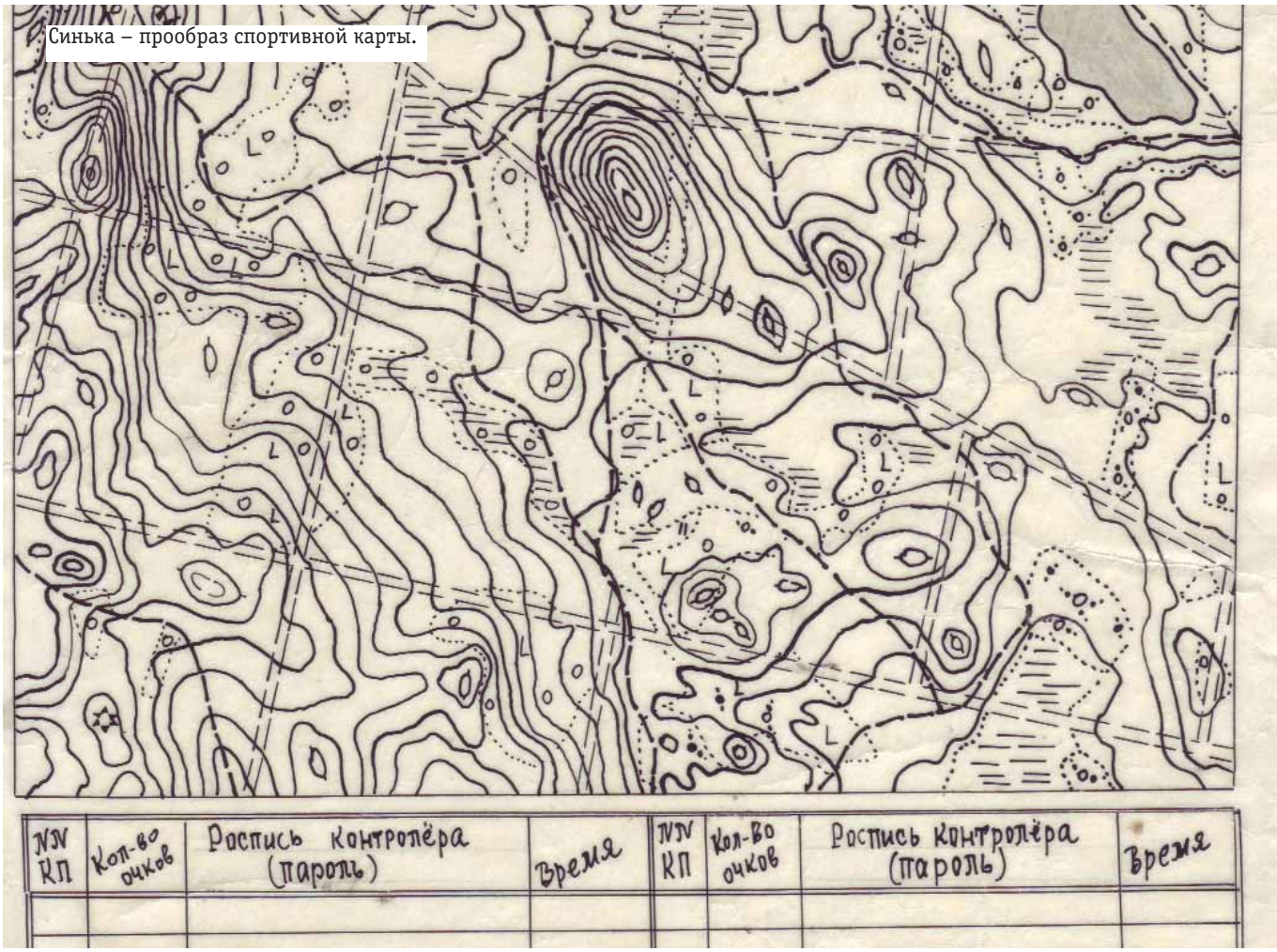
Я хорошо помню всю эволюцию ориентировочного быта. Начинали с ночевок в шалашах, потом появилось что-то наподобие палаток, а потом уже пошли настоящие палаточные жилища… Сейчас темп жизни другой. Общение другое. Интернет, гаджеты, соцсети, СМС, ММС… Бывает, что долго не звонят. Тогда я просто сам звоню. Сразу узнают по голосу. Говорят, что голос у меня не меняется. Скажу откровенно, люди всегда рады моему звонку. Сейчас многие вопросы, как говорят, можно решить дистанционно.

1959 г. Ю. Драков в верхнем ряду слева.

Через КГБ и военкомат.

- Еще любопытно вспоминать, как в советское время решались вопросы картообеспечения, – продолжает разговор Юрий Валентинович. – Дело это было государственной важности. В 60-70-е годы карты все до единой после финиша должны были сдаваться в секритариат. За пропажу отвечали головой…

Насчет топоосновы в свое время договаривались через КГБ или областной военкомат. Помню, приходим к генералу Красновскому – областному военкому. Так, мол, и так, для проведения соревнований нужно подготовить карту. Можно на время воспользоваться вашими, воен-



Синька – прообраз спортивной карты.

1970 г. Всероссийский семинар. Ю. Драков справа.

ными? Красновский вызывает начальника спецотдела Былинкина. Выдай, пусть в кабинете под кальку копируют. Былинкин ни в какую, не положено, мол! Красновский: кто тут генерал, выполнять! Так и выходили из положения, копируя, а потом дорабатывая карты 50-тысячного масштаба. Бывало, что удавалось брать такие секретные карты до утра. Например, как-то всю ночь корпели над двумя листами. Это очень большой и интереснейший район. В 70-е годы именно здесь, на одном из участков, провели чемпионат СССР. Еланчик, Кошкуль, Черная… Эти места сейчас у всех на слуху. Там проходят чемпионаты, первенства и Кубки России, известная эстафетная многодневка «Чебаркуль». Примерно так же, но уже через КГБ, договаривались о рисовке большого района под Кыштымом. Сегодня все основные карты здесь, в районе центра «Слюдорудник», озер Акуля и Акакуль. Было это в 1971-м году. Несколько раз приезжали в местный отдел КГБ. Дожали. Нам дали специалиста. Выехали с ним на место. Тот посмотрел, увидел, что и как мы хотим рисовать, что секретные объекты так и останутся секретными. Так и сказал: рисуйте отсюда, и хоть до Парижа.

Круглосуточно.

- Вот, были люди в наше время! Это я вспоминаю секретариат, службу дистанции. Это сейчас все на компьютерах. А раньше? Все вручную. Представьте, тысяча участников, три тысячи и даже больше. Было такое. На первенстве Металлургического района Челябинска в 1981 году 5600 «голов» вышло на старт! На первенство ГУФСИН, было и такое, народ приехал на 15-ти автобусах!

А на «Майской поляне», сейчас имеет статус Кубка Урала, в одной только группе стартовало по 300-400 человек. Работали две судейских бригады. Одна обслуживала группы «новичков», вторая – элиту. Эти бригады могли разделяться на группы: одна работает до обеда, вторая – после.

Надо написать или отпечатать стартовые протоколы, работать на финише, потом проверка карточек участников (или карандаш или компостер), заполнение итоговых протоколов. Очень-очень трудоемкий процесс, где были задействованы ответственные, добросовестные товарищи. Повторю – все вручную! Это была работа круглосуточная. На самом деле.

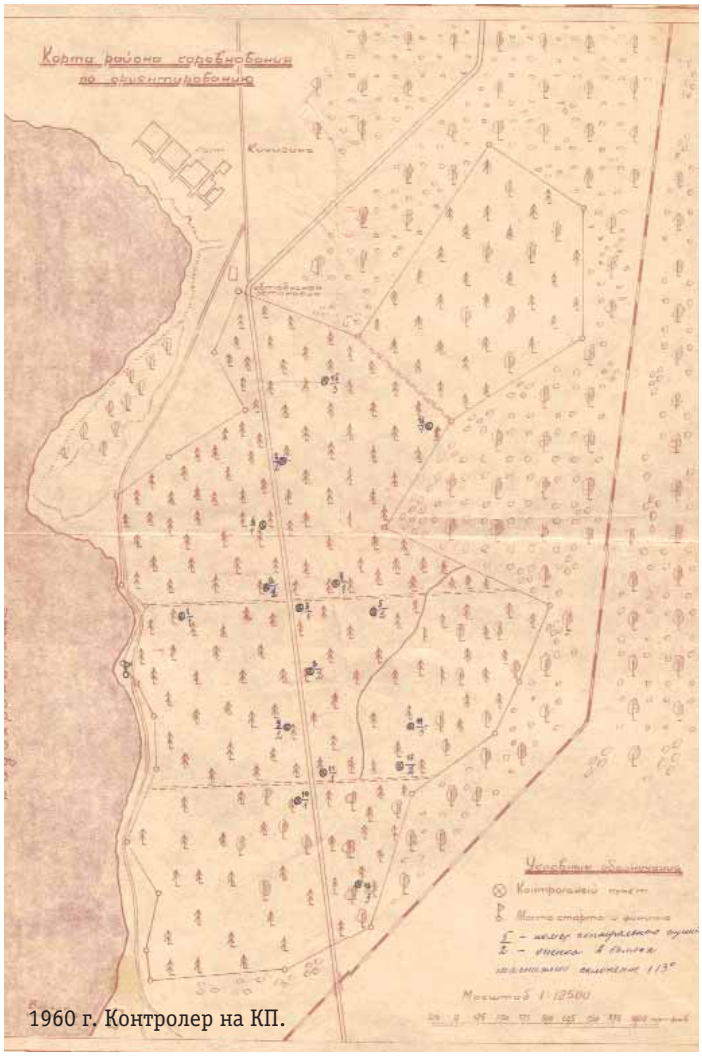
Кстати, в ориентировании, если брать другие виды спорта, одними из первых стали активно внедрять электронные, автоматизированные системы контроля и учета.

Полкомнаты экспонатами забито.

- Ориентирование – вид спорта, где сильны связи поколений, традиции. Здесь нет агрессии, которая, к примеру, присутствует в единоборствах… Это то, что, на мой взгляд, привнесла природа, любовь к ней. Этакое братство получается! Многие потом рассказывали, почему пришли сначала в туризм, потом в ориентирование, и этим навсегда связали свою жизнь. Начиналось все с детства, походов по интересным местам…

Горжусь тем, что сумели разработать систему подготовки тренерских кадров.

Чемпионат мира, 1983 г.



1960 г. Контролер на КП.

У нас все наставники получали высшее образование. И мы курировали этот важный вопрос. Плюс, конечно, семейные традиции – семейные старты, семейный зачет по всем поколениям. Начали издавать газету «ЛЕС» («Лесной стадион» выходил на протяжении пяти лет). Отрадно, что руководитель «Слюдорудник» Андрей Акимов принял решение реализовать идею по созданию музея ориентирования у себя в спортивно-туристическом центре. Уже выделена комната, есть договор, окончательно подбираются первые экспонаты. У меня полкомнаты такими экспонатами забито. Кстати, музей будет работать и как электронная площадка в Интернете.

Уверен, у ориентирования будущее олимпийского спорта. И именно из-за большого числа занимающихся – и любителей, и профессионалов. А в каком виде он выйдет на олимпийскую арену – это уже другой вопрос.

Специально для журнала «Азимут» корреспондент «Комсомольской правды-Челябинск» Алексей МИКУШИН

Веселые истории от Валентиныча

Кирзовые «адидас»

- Помню, один из наших известных тренеров Владимир Сигов приехал в Чебаркульскую дивизию к начальнику физической подготовки полка. В этой должности работал ориентировщик Валера Козлов. Спрашивает на КПП: как найти лейтенанта Козлова? Ему отвечают – сразу найдете, он по плацу кирзачах ходит с подошвой от кроссовок «Адидас».

Камни не на месте

- В начале 70-х Володя Яковлев, тогда он работал в нашем Политехническом институте, нарисовал карту. Инспектор из Свердловска Петухов (по прозвищу Тоха) указал на то, что в одном месте груда камней нарисована, а на деле ничего нет и в помине. Вова разобрался. Но карту перерисовывать не стал. Отправил студентов собрать камни по окрестностям и навалить в нужном смете. Тоха приходит – камней снова нет. Оказалось, студенты не туда натаскали. Пришлось заново перетаскивать.

Выхожу в костюме на дорогу

- Всероссийские соревнования, 1971 год. Михаил Драпкин – судья и составитель спортивных карт, постоянно брал с собой на старты цивильный костюм, рубашку, галстук, портфель. Частенько так и одевался в лесу. Надо уезжать домой. Что делать? Драпкин в костюме, с портфелем в руках выходит на трассу. Останавливает первый попавшийся автобус. А что прикажете водителю делать, – на обочине, может, стоит какой-нибудь партийный начальник или директор?.. А тут из леса целая бригада судей с палатками и прочим скарбом. Так и добрались до дома.

А.А. Ширинян:
ИДЕАЛЬНЫХ КАРТ НЕ БЫВАЕТ

Александр Альбертович Ширинян – один из известных российских специалистов спортивной картографии, член федерации Санкт-Петербурга, а с 2000 года лицензированный контролер IOF – рассказал о своих первых картах, этапах "рисования" и о почерке составителя карт.

- Александр Альбертович, когда вы впервые сами нарисовали спортивную карту? Что это был за район? И сколько сейчас на вашем счету нарисованных карт (в России/в мире)?

- Раньше я (и не только я) действительно "рисовал" карты, но теперь желательно придерживаться другой терминологии – составление спортивных карт (термин "съемка" тоже имеет право на жизнь, но это лишь частично отражает суть дела), а исполнитель – "составитель карт" или лучше "спортивный картограф".

Первая карта – 1971 год (мне было 18 лет), Сосново – детский рисунок. Первая более-менее профессиональная карта – тот же район в Сосново, но уже в 1993 году, 22 года спустя. Лучшая на данный момент карта – в Семиозерье, а из зарубежных – карта Кубка Мира -2000 в Португалии.

На данный момент у меня около 120-130 карт общей площадью более 300 кв. км. Немалая часть у нас под Питером (и в нем самом), но есть карты в Португалии (более 150 кв. км – это почти половина всех моих карт), Испании, Италии, в разных регионах России.

- Расскажите о своих этапах рисования карты. Начиная от отбора базового материала (старые карты, гугл-карты), выхода на местность до рисовки в OCAD.

- Лучше, конечно, пользоваться наиболее качественными из доступных базовых материалов. Для городских застроек – планы 1:2000, для местности – планшеты мензульной съемки 1:2000 или 1:5000 с сечением рельефа 1 м. Но это доступно далеко не всегда. Годятся космоснимки высокого разрешения в сочетании с топокартами 1:25000 (5 м), хотя бы для того, чтобы правильно показать перепады высот.

На основе того, что удалось достать, готовятся базовые материалы, затем их надо распечатать в масштабе съёмки (обычно это 2 000 для города или 5 000 для местности), далее сверху прозрачная матовая пленка, твердый графитовый карандаш (6-7 Н), и вперед!

Остальное уже не опишешь в двух словах. Это материал для хорошей брошюры или даже книги.

- Какие технологии кроме OCAD можно и нужно использовать?

- Нужно использовать треккеры-навигаторы, но я их не имею и пользоваться ими не умею.

- Что вы думаете о технологиях съемки местности с воздуха? Насколько качественные карты получаются, упрощают ли они рисовку, и как скоро возможно применение таких технологий в России?

- Это очень здорово, но очень дорого (речь о лазерном сканировании, просто снимки с воздуха не так эффективны, особенно если они и так уже есть в Гугле или Яндексе в высоком разрешении).

- Что лучше: нанести на карту всё подряд с большой точностью или отбросить всё лишнее и руководствоваться генерализацией? От чего это может зависеть?

- Это зависит от технического задания, типа местности и назначения спортивной карты. Для спринта подробность максимальная (порой даже излишняя), для лесной карты надо владеть разумной и корректной генерализацией, всё на карту нанести невозможно, да и не нужно.

- Как выбирается масштаб и сечение для рисовки карты? В зависимости от условий местности или от пожеланий заказчика (и его соревновательных планов)?

- Это определяется местностью (город, парк, обычный лес, сложные районы – камни/скалы, перепад высот и крутизна склонов), а также назначением карты (спринт, мидл, лонг, рогейн).

- Говорят, что у России свой путь в плане рисовки карт (например, в Европе предпочитают карты с сечением 5 м – у нас 2,5 м, масштаб карт только 15000 и 10000 – у нас очень любят 7500). Почему так?

- В горах 2,5 м невозможны, а в Европе гор много. В Скандинавии раньше

Португалия (1996-1998 гг.)

Карта первого международного старта в Португалии (март 1996 г.)

Фото из домика в Кузнечном, в котором жила и работала бригада С. Кузнецова в 1998-2008 гг.

доминировало сечение 5 м, но теперь все чаще встречается сечение 2,5 м. Масштаб 15 000 до сих пор позиционируется ИОФ как основной, но 10 000 встречается все чаще. 7 500 уже признан ИОФ как масштаб для ветеранских соревнований. Общая тенденция – увеличение масштаба. В ИОФ это понимают, и стараются сдержать этот процесс, иначе мы давно бы уже бегали по картам 5 000 и крупнее. Но жизнь постепенно берет свое.

Проблема еще и в том, что в 5 м можно показать почти все, что можно показать в 2,5 м, просто надо уметь это делать.

- Часто рисовку карты заказывает одна организация/клуб, а потом по ней проводят соревнования другие организации/клубы. Обычно в таких случаях просят заплатить за аренду карты. Имеет ли тогда составитель спортивной карты право также требовать с каждых новых соревнований какой-то процент за свою карту? Ведь по сути карта принадлежит заказчику, а составитель – лишь исполнитель.

- В каждом конкретном случае эти вопросы должны оговариваться между заказчиком/плательщиком и исполнителем. Вариантов масса. Исполнитель может оговорить права на частичное владение картой, исключительное право на ее дальнейшую корректировку и расширение и т.д. Особенно, если оплата рассматривается как частичная, исходя их трудозатрат и норм оплаты, принятых Федерацией спортивного ориентирования России.

- Кого из российских/зарубежных картографов вы могли бы назвать примером качества рисовки?

- Виктор Добрецов (на мой взгляд, абсолютно лучший, в России точно, а в мире – в числе лучших), Сергей Скрипко, Сергей Симакин, Александр Михайлов (Украина), есть и другие, в России их немало.

- Нормально ли, когда у картографа свой "почерк" рисовки? Или карта одного составителя карт не должна никак отличаться от карты другого?

- Почерк существует, но плохо, когда карты разных составителей, сделанные в одно и то же время на один и тот же участок, различаются как день и ночь. Идеальных карт не бывает, люди видят объекты по-разному, кто-то может и пропустить (не заметить) тот или иной второстепенный объект. Проходимость и растительность – вещи достаточно субъективные. Но базовая дорожная сеть и рельеф (за исключением мелких деталей) должны быть как можно более схожими у разных картографов высокой квалификации.

- Во время соревнований по ориентированию в качестве участника сравниваете ли вы качество карты с тем, что могли бы сделать сами? Помогал ли опыт составителя спортивных карт в участии в соревнованиях или наоборот мешал?

- Участник не должен этого делать, иначе он не сможет бежать. Это можно делать только при просмотре карты на местности (медленно, пешком). Опыт картографа, безусловно, помогает на дистанции, но картографы редко бегают на высоком уровне (нет сил, времени и желания тренироваться).

- Можно ли в нынешнее время заниматься только рисовкой карт и считать это своей работой? Или это не может быть основным источником дохода?

- В принципе, можно, пока позволяет здоровье и отпускает семья (жена, дети). Плюс проблема трудовых отношений – надо регистрировать ИП или что-то в этом роде. К тому же это очень тяжелый хлеб. А на любительском уровне работать тоже трудно – не хватает сил и времени, если ты работаешь в другой сфере деятельности.

- Как сейчас обстоят дела с молодыми кадрами? Как вы считаете, что надо сделать, чтобы в профессию картографов подтягивалась молодежь?

- Это не слишком привлекательно для молодежи. Заработать можно, но надо приобретать опыт и квалификацию, на что уйдет не один год. А молодежь сейчас умеет зарабатывать больше с меньшими трудозатратами и дискомфортом. Пока что решения проблемы не вижу.

Материал подготовила
Светлана Корнева (г. Санкт-Петербург)

К.Ю. Токмаков: НАДО, ЧТОБЫ ЧЕЛОВЕК БЫЛ ФАНАТОМ ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Продолжаем публиковать интервью с петербургскими специалистами спортивной картографии. Константин Юрьевич Токмаков – один из составителей карт таких известных соревнований как "Балтийские игры" и "Кубок Карельского перешейка" – рассказал о том, что такое "универсальная карта" и чем хорош масштаб 1:7500.

Первая карта и статистика. Свою первую карту я нарисовал в 1997 году – район озера Большое Симагинское. Я, честно говоря, не веду подсчет своих работ, но несколько десятков карт за 20 лет нарисовал, и более 100 кв. км., наверное, уже есть.

Этапы создания карты. Ну, как говорится, лишнего материала не бывает. Стараюсь найти старые карты, что бы хотя бы приблизительно представлять местность, обязательно топокарты, как можно более крупного масштаба, они используются для высотного обоснования местности. Ну, и конечно, для планового обоснования – снимки. Раньше это были аэрофото, сейчас – космоснимки с различных сервисов. Очень неплохо иметь свой залет на беспилотнике для максимально подробного снимка, но, к сожалению, пока это редкость. Затем снимок в OCADe привязывается к координатам, открывается на планшете, и дальше с планшетом полевые работы на местности.

Использование технологий помимо OCAD. Безусловно, надо использовать GPS-GLONASS технологии. Без них, с имеющимися у нас в наличии материалами, создать современную, точную лесную карту невозможно. На парковых картах это не особо нужно. Кроме того я использую лазерный дальномер.

О технологиях съемки местности с воздуха (лазерное сканирование).

Я сам с такими материалами не работал, хотя, безусловно, видел их. Конечно, такие материалы упростили и ускорили бы процесс создания карты. Но, к сожалению, в наших реалиях я не верю, что в ближайшие годы такие возможности у нас будут. Для начала было бы неплохо освоить хотя бы просто съемку местности с воздуха с целью получения качественных снимков местности.

Что лучше: нанести на карту всё подряд с большой точностью или отбросить всё лишнее и руководствоваться генерализацией?

Надо отбросить все лишнее и нанести на карту все остальное с большой точностью. Участник должен быть уверен, что присутствующие на местности объекты, которые видимы и опознаваемы, будут нанесены единообразно и точно по всему полю карты.

Как выбирается масштаб и сечение для рисовки карты? В зависимости от условий местности или от пожеланий заказчика (и его соревновательных планов)?

Ну, конечно, учитывается и то, и то. Но, дело в том, что очень редко карта рисуется под какой-то конкретный старт/вид программы. Как правило, на это нет денег, времени, сил. Поэтому создается универсальная карта, по которой проходят в итоге и спринт, и дистанция лонг. А поскольку по карте для спринта лонг все-таки можно провести (хотя это и не лучший вариант), а по карте лонга спринт скорее всего не проведешь, то карта рисуется для проведения средней дистанции, то есть максимально технически сложной.

Говорят, что у России свой путь в плане рисовки карт (например, в Европе предпочитают карты с сечением 5 м – у нас 2,5 м, масштаб карт только 15000 и 10000 – у нас очень любят 7500). Почему так?

Если говорить конкретно про наш регион – Ленинградскую область, где мне, в основном, приходится работать, то у нас местностей, которые имеет смысл рисовать в 5 м, практически, на мой взгляд, нет. Для этого нужны большие перепады высот с небольшим количеством мелких форм. У нас такого рельефа очень мало. Поэтому наш путь – 2,5 м. Только в этом сечении можно адекватно и интересно отобразить все то многообразие мелких форм рельефа, которыми так богата наша местность.

Мне, если честно, непонятна упертость некоторых деятелей ориентирования, как у нас в стране, так и за рубежом, в стремлении и желании жестко стандартизировать масштаб и загнать все в единые рамки. И неважно, три ориентира у тебя на местности на квадратный километр или десять на квадратный сантиметр: карты – 15000 и все. Все-таки большинство карт создаются под масштаб 10000.Он де-факто давно стандарт, по крайней мере в России. Я за 20 лет не создал ни одной карты под масштаб 15000. И не потому, что не хочу – не просили. Да и сам бегал по 15000 последний раз в 198-лохматом году. После этого – только 10000. А масштаб 7500 – тоже очень неплох. Как показывает практика, он оптимален для сложных и насыщенных карт. И все хорошо читается, и площадь карты достаточная, чтобы провести достаточно длинную дистанцию (ну, не лонг и марафон конечно).

Часто рисовку карты заказывает одна организация/клуб, а потом по ней проводят соревнования другие организации/клубы. Обычно в таких случаях просят заплатить за аренду карты. Имеет ли тогда составитель спортивных карт право также требовать с каждых новых соревнований какие-то проценты за свою карту? Ведь, по сути, карта принадлежит заказчику, а составитель – лишь исполнитель.

Возможны разные условия договора между заказчиком и составителем. Если мне полностью оплатили мою работу по составлению карты, то все коммерческие права на нее имеет заказчик. Автор имеет только право на свою фамилию в зарамочном оформлении. Если в дальнейшем карта потребует корректировки, внесения произошедших на местности изменений, эта работа, конечно, должна быть оплачена отдельно. Если же автор заинтересован не только в получении денег за работу, но и в дальнейшем использовании карты, как для самостоятельного проведения соревнований или в сдаче кому-то в аренду, то это должно быть изначально оговорено с заказчиком карты.

Кого из российских/зарубежных картографов вы могли бы назвать примером качества рисовки, или хотя бы тем, на кого не стыдно равняться?

Это достаточно сложный вопрос. Чтобы оценить работу другого составителя, надо видеть результат его работы – карту, причем на местности. К сожалению, из-за большой загруженности практически не получается не то что принять участие в соревнованиях, но даже в качестве постановщика дистанции достаточ-

но редко удается выйти на чужую карту. Тем более поехать с этими целями за границу или в другой регион России. Но одного человека, на которого стоит равняться, я назвать могу. Это достаточно много нарисовавший у нас карт наш друг из соседнего региона – Вологодской области, Ковязин Александр Николаевич. У него высочайший уровень составительского мастерства и огромная работоспособность. По точности и правильности отображения местности я не знаю никого, кто мог бы с ним сравниться.

Несколько слов "почерке" составителя спортивной карты.

Конечно, мы должны стремиться к стандартизации и более-менее одинаковому отображению местности. Но пока карты рисуют люди, а не роботы, какие-то индивидуальные особенности неизбежно будут.

Во время соревнований по ориентированию в качестве участника сравниваете ли вы качество карты с тем, что могли бы сделать сами? Помогал ли опыт рисовщика в участии в соревнованиях или, наоборот, мешал?

Я, к сожалению уже много лет не принимаю участие в соревнованиях, просто нет на это времени. Но, когда выхожу на карту, нарисованную другим составителем (обычно в качестве инспектора или начальника дистанции), то конечно, оцениваю его работу и вижу места, где я бы сделал по другому.

Можно ли в нынешнее время заниматься только рисовкой карт и считать это своей работой? Или это не может быть основным источником дохода?

Для меня это основной источник дохода. Значит, можно. Хотя и непросто – работа сложная, тяжелая и больших богатств не приносит. Спасибо моей семье, которая меня понимает и мирится с частыми и долгими отъездами.

Что надо сделать, чтобы в профессию картографов подтягивалась молодежь?

Не знаю... Это надо, чтобы человек был фанатом ориентирования и хотел заниматься только деятельностью, связанной с ним. Ну, и много других факторов должно сложиться. Это работа далеко не для всех. Я сам, прежде чем профессионально начать работать составителем, много лет занимался рисовкой в свободное время. Да и основным моим доходом это тоже стало далеко не сразу. Кроме того, в начале своей карьеры я сразу попал в сильную составительскую бригаду С.В. Кузнецова. Один я точно бы не стал составителем.

Материал подготовила
Светлана Корнева (г. Санкт-Петербург)

ОРИЕНТИРОВАНИЕ В АНГЛИИ ГЛАЗАМИ ПИТЕРСКОЙ СПОРТСМЕНКИ

Мария Переверзина из петербургского клуба "Калинка" уже долгое время живёт в Англии и выступает за местный клуб Hertfordshire Orienteering Club. Мария рассказала о том, как проходят английские соревнования по ориентированию, от чего зависит стартовый взнос и где можно встретить звёзд британского ориентирования.

В какой-то момент старшая половина семьи заинтересовались англоязычными странами с развитой инфраструктурой. Муза семьи ответила бодрым: "!". И в 2008 году (я тогда бегала по Ж14) папа нашёл работу, устроил нас с сестрой в школу, и мы переехали в Лондон.

- Насколько доступно ориентирование в Англии?

- Ориентирование в Англии существует, но доступно в основном людям, уже знакомым с этим видом спорта через родственников. У не ориентировщиков оно в большинстве случаев вызывает ассоциации со скаутами или туризмом из-за всем известного школьного похода Duke of Edinburgh.

Переехав в Лондон, мы (я и моя сестра, так как мы всё делали вместе) ездили на соревнования и выступали какое-то время без клуба. Но однажды мне не дали медаль за первое место, так как это было первенство клубов, и мы в срочном порядке записались в ближайший клуб – London Orienteering Club. Однако и там вскоре выяснилось, что у них нет спортсменов нашего возраста, а значит, и нет мест в команде на юниорских соревнованиях. Так мы и попали в Hertfordshire Orienteering Club. За него мы выступаем до сих пор (хотя очень редко).

- Как часто проходят соревнования?

- Соревнования проходят чуть ли не каждые выходные, но по всей стране. Мы, в основном, выбирали соревнования в пределах двух часов езды, таким образом, получалось около двух соревнований в месяц. Раз в два месяца, в выходные, у нас проходили тренировки для юниоров из клубов западной части страны (South East Junior Squad). Туда входили разбор карт, отработка азимута, привязки, длинные перегоны, всякие интересные эстафеты и мини-соревнования. Клубных тренировок у нас никогда не было, а физическую форму приходится поддерживать за счёт атлетического клуба.

- Расскажи про процесс заявки на соревнования?

- На соревнования можно зарегистрироваться через сайт (www.fabian4.co.uk), по почте или на месте старта (исключение – крупные соревнования). Насчёт стоимости: для юниоров (студенты и участники моложе 25 лет) цена заявки £7-10 (500-750 р), для взрослых – £15-25 (1100-2000 р). Размер взноса в первую очередь зависит от рейтинга соревнования (A-D, где A это соревнования самого высокого уровня, а D – самого низкого), от даты подачи заявки и от того, являешься ли ты членом Федерации спортивного ориентирования Великобритании или нет. В Англии почти вся земля приватизирована, и в организационные сборы входит плата за аренду земли и за парковку.

- Какие самые крупные соревнования в Англии?

Самые крупные соревнования – JK (www.thejk.org.uk), они проходят в начале апреля и являются также отборами на летние чемпионаты. Здесь можно встретить звёзд британского ориентирования, а также элитных спортсменов других стран. Проходят соревнования на протяжении четырёх дней: три личных дня (городской спринт, мидл, лонг) и в последний день – эстафеты. Каждый год эти соревнования

проводятся в разных частях Великобритании, чтобы никого не обидеть.

- Какая система электронной отметки используется в Англии?

- Чаще всего используется SportIdent и очень редко Emit (аренда чипа стоит £1-2).

- Какие карты чаще всего рисуют/используют? И насколько вообще разнообразна местность в Англии?

- Лесных карт тут значительно больше, чем местности для городских спринтов. Карты разнообразны, часто встречаются песчаные дюны и леса с ежевикой.

- Чем кардинально отличается проведение стартов в Англии от российских соревнований?

В лучшую сторону: в первую очередь, с безопасностью тут строго – обязательно свисток должен быть при тебе. Также тщательно следят за одеждой, в которой ты выходишь на старт, а при плохой погоде (если идёт дождь и температура ниже 5-7 градусов) не разрешают выходить на старт без ветровки (даже если она скручена и завязана на поясе, то всё равно должна быть при тебе).

В худшую: зачастую дистанции распределяются не по возрастным категориям, а по сложности дистанции (им присваивается определённый цвет). Так получается максимум восемь групп, и борьба становиться не слишком интересной. Ещё награждения проходят очень скромненько.

Материал подготовила
Светлана Корнева (г. Санкт-Петербург)

Система электронной отметки
Electronic punching system

Базовая станция SFR U5

- выполняемые функции: очистка, старт, КП, финиш.
- сменная батарея большой емкости
- прозрачный герметичный корпус
- два режима работы - пассивный и активный
- размеры 98 x 46 x 22 мм.
- вес 52 грамма

3490 руб.

Карточка участника (чип) "Лепесток"

- емкость: **58** отметок
- срок службы 5-10 лет
- время отметки менее 0.1 секунды
- размеры 80 x 32 x 2 мм.
- вес 7 грамм
- мягкий, травмобезопасный
- крепление на палец

300 руб.

Карточка участника (чип) "Adventure card"

- емкость: **122** отметки
- срок службы 5-10 лет
- время отметки менее 0.1 секунды
- дополнительное подтверждение отметки - сигнал на карточке
- Bluetooth радио
- возможность бесконтактной отметки
- относительно невысокая цена
- начало производства - 2016 год.

www.sportsystem.ru
www.sfr-system.com

sfr-system@mail.ru

skype: sfr-system

СПОРТИВНАЯ ЭКИПИРОВКА