

№2, 2018

АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ



**ПАРАМЕТРЫ,
КРИТИЧНЫЕ
ДЛЯ КАЧЕСТВА**

**УРАЛЬСКИЕ
ЮНИОРЫ
В БОЛГАРИИ**

**ПЛАНИРОВАНИЕ
ДИСТАНЦИИ
С РАССЕЙВАНИЕМ**

**ОРИЕНТИРОВАНИЕ
НА ЧЕТЫРЕХ
КОЛЕСАХ**

Продажа и обслуживание оборудования SPORTident

КОМПЛЕКТЫ ДЛЯ КОНТАКТНОЙ И БЕСКОНТАКТНОЙ ОТМЕТКИ



- **ОРИЕНТИРОВАНИЕ**
- **РОГЕЙН**
- **ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ**
- **MTB ENDURO**
- **ПРИКЛЮЧЕНЧЕСКИЕ ГОНКИ**
- **ТРЕЙЛ**
- **ТРОФИ-РЕЙДЫ**



г. Тюмень, ул. 30 лет Победы, 119.

Тел. +7 908 874 08 78, +7 905 822 67 08, +7 908 874 04 05

www.sportidentsiberia.ru



СОДЕРЖАНИЕ: №2, 2018

ИОФ

ИОФ подала заявку на участие в Парижской Олимпиаде.....6
Л. ХАЛДНА. Параметры, критичные для качества.....7

ПЕРСОНА

М. КЕЧКИНА. В ориентировании
меня привлекает неизвестность.....8

СБОРНАЯ

М. ПЕТРУШКО. Это первые старты, где на лыжах
после гонок нет ни единой царапины.....12
Уральские юниоры в Болгарии.....14

ВETERАНЫ

Руне Харальдсон планирует выйти на старт
в столетнем возрасте19

АЗБУКА ОРИЕНТИРОВАНИЯ

А. РЯЗАНОВ. Мои тринадцать видов спорта20
Новички23

СПОРТИВНАЯ КАРТОГРАФИЯ

В. ДОБРЕЦОВ. Требования насчёт генерализации –
обычная конкурентная борьба.....24

ОРИЕНТИРОВАНИЕ В МИРЕ

М. НИСИДА. Ориентирование в Японии глазами студента СПбГУ.....28
А. КУЛИКОВ. Ориентирование в Австралии
глазами петербургского спортсмена.....44

ЗВЕЗДЫ МИРОВОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Э. РОСТ. Я уверен в собственных силах.....30

УЧЕНЫЙ СОВЕТ

Н. ЧЕРНОВА, Э. ЗАРИПОВ. Компьютерные технологии
и инновации.....32

СОРЕВНОВАНИЯ

Биатлон-ориентирование.....33
Ориентирование на четырёх колесах.....43

КОЛЛЕГИЯ СУДЕЙ

А. ШИРИНЯН. Планирование дистанций с рассеиванием.....34

ЮБИЛЕЙ

Бусурину Станиславу Андреевичу – 80 лет.....40

ЖУРНАЛ «АЗИМУТ» № 2, 2018 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: Лаголева О.Л., Елизаров В.Л., Константинов Ю.С., Прохоров А.М., Чешихина В.В., Шур Г.В., Янин Ю.Б.

РЕДАКЦИЯ: 000 «Агентство Азимут», 000 «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, В. Добрецов, В. Елизаров, А. Киселёв, А. Морозов,
А. Рязанов.

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 1000 экземпляров.

Отпечатано в типографии: 000 «Тверской Печатный Двор».

Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.

www.azimut-o.ru



Уважаемые читатели журнала «АЗИМУТ»!

Вы держите в руках второй номер журнала, в котором подводятся итоги лыжного сезона 2018 года. Наши лыжные ориентировщики задают тон на весь сезон и, по традиции, делают это на высоком уровне. И этот год не стал исключением. Самое важное достижение лыжного сезона – это победа Андрея Ламова (Вологодская область) в общем зачёте Кубка Мира по спортивному ориентированию на лыжах. Эта вершина мирового ориентирования покоряется Андрею во второй раз, впервые он завоевал Кубок Мира в 2014 году. Мы поздравляем спортсмена и его тренеров с великолепным результатом и желаем не останавливаться на достигнутом.

В феврале в Болгарии состоялся Чемпионат Европы, который являлся главным соревнованием этого лыжного сезона, и здесь наши спортсмены показали очень хорошие результаты. Прежде всего, хочется отметить победу Марии Кечкиной (Пермский край) на длинной дистанции. Мария уже второй год подряд доказывает, что ей нет равных на самой престижной дистанции в лыжном ориентировании. И, конечно, выше всяких похвал – золото Эдуарда Хренникова в спринте! Подумать только, ведь свою первую золотую медаль Эдуард Хренников завоевал в 1998 году, т.е. двадцать лет назад! Это факт, но сегодняшние юниоры и юноши, которые с восторгом смотрят на лидера российской сборной и рукоплещут его успехам, ещё не родились! Это пример потрясающего спортивного долголетия, пожелаем Эдуарду дальнейших успехов в будущем на официальных международных соревнованиях!

И самый главный положительный результат этого лыжного сезона – это очень хорошие выступления наших юниоров и юношей, а особенно, студентов! Это говорит о том, что Федерация на правильном пути, у нас подрастает достойная смена, и на Зимней Универсиаде 2019 года мы готовы показать очень достойный результат!

Выражаю благодарность всем спортсменам, тренерам и специалистам спортивного ориентирования, чья самоотверженная работа привела к таким замечательным результатам. БОЛЬШОЕ ВСЕМ СПАСИБО!

Президент
Федерации спортивного ориентирования России
С.Г. Беляев



*Поздравляем Андрея Ламова (Вологодская область)
с победой в общем зачете Кубка Мира-2018
по спортивному ориентированию на лыжах!*

ИОФ подала заявку на участие в Парижской Олимпиаде

Спортивному ориентированию будет не просто занять свое место в олимпийской семье, однако один шаг в этом направлении недавно был сделан – Международная федерация ориентирования подала официальную заявку на участие в Парижской Олимпиаде в 2024 году.

- Это начало увлекательного путешествия, – считает генеральный секретарь Федерации спортивного ориентирования Франции Мишель Эдьяр.

Олимпиада все ближе. В феврале в южнокорейском Пхёнчхане прошли Зимние Игры. Следующие две Олимпиады тоже пройдут в Азии (Токио и Пекин), а потом они вернутся в Европу – в 2024 году их примет Париж. И тогда можно будет надеяться на то, что спортивное ориентирование войдет в программу Игр в качестве дополнительного вида. То есть в этом виде спорта будут разыгрываться медали, но только на этой Олимпиаде.

Дополнительные виды спорта были введены, чтобы у международных федераций различных видов спорта, еще не входящих в программу Олимпийских Игр, была возможность (и желание) заявить о себе. Кроме того, ротация дополнительных видов позволяет в какой-то мере подстраивать программу соревнований под нужды страны-хозяйки и включать в нее те виды, которые наиболее популярны именно в этой стране.

Впервые этот подход будет опробован в Токио-2020, где в качестве дополнительных видов спорта будут представлены бейсбол/софтбол, карате, скейтбординг, скалолазание и серфинг.

Теперь в программу каждых Олимпийских Игр будут добавляться от одного до пяти дополнительных видов. Самые высокие шансы будут у тех видов спорта, которые популярны среди молодежи и в которых хорошо выступает и сможет рассчитывать на медали страна-хозяйка.

В конце ноября оргкомитет Парижских Игр провел встречу французских федераций различных видов спорта, в которой участвовал и генеральный секретарь Федерации спортивного ориентирования Франции Мишель Эдьяр.

- Встреча прошла хорошо, мы пообщались с главой оргкомитета Тони Эстанге. В юности он занимался в том числе и спортивным ориентированием, так что для нас, будем надеяться, это хороший знак. Мы должны понимать, что нам предстоит еще много работы, если мы хотим, чтобы ориентирование попало в программу Олимпийских Игр. Но если это случится, то, несомненно, станет важнейшим событием для нашего вида спорта, – говорит М. Эдьяр.

Федерация спортивного ориентирования Франции вступила в переговоры с оргкомитетом Парижской Олимпиады от

лица ИОФ, и дальше всю работу, в том числе и январскую встречу в Варшаве, возьмет на себя именно ИОФ.

Вот что по этому поводу заявил президент ИОФ Лехо Халдна:

- Если спортивное ориентирование попадет в программу Олимпийских Игр, популярность нашего вида спорта возрастет многократно. В то же время нужно помнить о том, что существует огромная разница между постоянными видами спорта и видами спорта, представленными только на одной Олимпиаде. Для того чтобы попасть в программу Олимпийских Игр, нужна совместная работа множества национальных федераций, а в некоторых странах существует четкое деление, в том числе и экономическое, на олимпийские и неолимпийские виды. ИОФ также предстоит проделать большую работу, если ориентирование попадет на Олимпиаду-2024. И одним из направлений этой работы будет борьба с допингом.

- Международный Олимпийский Комитет спросил у ИОФ, что ориентирование может дать Олимпийским Играм. Мы и сами работаем над этим вопросом. Мы полагаем, что, помимо использования новых технологий для показа увлекательных соревнований, мы можем предложить уникальную возможность показать нашу фантастическую «арену», будь то в лесу или в городе. Мы не сможем предложить Олимпийским Играм глобальных спонсоров, зато мы можем предложить олимпийскому движению нашу «мягкую силу», – говорит Халдна.

Окончательное решение о том, какие дополнительные виды спорта будут представлены в Париже, будет принято в декабре 2020 года.

- Это значит, что нас ждут три года работы и лоббирования нашего вида спорта. Со своей стороны нам нужно будет привлекать внимание к ориентированию во Франции и, в первую очередь, в Париже. Во Франции уже и сейчас проходят соревнования по спортивному ориентированию, и хотя проходят они в фантастических местах, обычно места эти находятся далеко за пределами больших городов, поэтому про нас мало рассказывают в СМИ. Наш план – проводить крупные соревнования в Париже, чтобы о нашем спорте узнали как можно больше людей, чтобы показать всем, что ориентирование – это привлекательный вид спорта, и чтобы все поняли, что мы умеем проводить соревнования, – говорит Эдьяр.

В сентябре 2019 года во время «выходных без автомобиля» в центральных округах Парижа пройдет двухдневный турнир, в рамках которого состоятся спринтерский забег и забег на длинную дистанцию.

- Кроме того Париж возможно будет претендовать на проведение в 2022 году спринтерского чемпионата мира по ориентированию. Так мы сможем и показать парижанам ориентирование, и лишний раз напомнить о себе оргкомитету Олимпийских Игр, – говорит Эдьяр.

- Какие дисциплины смогут рассчитывать на попадание в программу Олимпийских Игр?

- У нас много конкурентоспособных форматов, но оптимально будет предлагать дисциплины, которые уже представлены на Всемирных Играх, то есть спринт, среднюю дистанцию и спринтерскую эстафету. Хотя я думаю, что новый спринтерский формат (knock-out sprint, спринт на выбывание), который мы добавим в программу соревнований в 2018 году, крайне интересен и может заменить одну из индивидуальных дисциплин, – говорит Халдна.

- Что для ориентирования значит попадание на Олимпийские Игры?

- Само собой, это будет большой прорыв, – считает чемпион мира и золотой призер Всемирных игр Йеркер Люссель.

Вот уже семь лет Йеркер Люссель остается одним из лучших спринтеров в мире. Последние два года его одолевали травмы, однако в 2016 году он стал чемпионом мира в спринте, а на ЧМ-2017 победил в спринтерской эстафете, а кроме того, взял золото Всемирных Игр. Когда мы сказали Йеркеру, что ориентирование поборется за право участвовать в Олимпиаде, он был приятно удивлен.

- В 2024 году мне будет 35 лет. Для меня это идеально. Это будет мой последний шанс попасть на Олимпиаду. Такая возможность выпадает раз в жизни. Это, конечно же, станет большим прорывом. Больше спортсменов смогут заниматься ориентированием профессионально, к нам придет больше спонсоров, наш вид спорта получит признание. А еще о нашем виде спорта узнает намного больше людей. Не хочу никого обижать, но будем честны, между Играми не так уж много людей следит за керлингом или парусным спортом, зато на Олимпийских Играх их смотрят все. Думаю, так же будет и с ориентированием.

- Вы дважды принимали участие во Всемирных Играх (одна золотая и одна бронзовая медаль в спринте). Что вы можете сказать об этих соревнованиях?

- Это просто отличные соревнования. Мы, например, смотрели, как соревнуются скалолазы, а на следующий день на той же арене сами вышли на старт. Но в скалолазании Всемирные Игры – это самый важный турнир. У нас же нет ничего важнее чемпионата мира, и это, как мне кажется, хорошо. Ну, и здорово, конечно, что сейчас начались разговоры об Олимпиаде.

ПАРАМЕТРЫ, КРИТИЧНЫЕ ДЛЯ КАЧЕСТВА

В бизнесе, откуда я пришел в ориентирование, часто используется термин «критичный для качества». Ориентирование – это непростой вид спорта, и, как правило, те, кто им занимается, с большой неохотой, принимают какие бы то ни было упрощения. Очевидно, что нам нужны простые решения, пусть даже их будет немного. Недавно Совет ИОФ отклонил несколько заявок, еще больше усложнявших наш вид спорта. И сейчас мы работаем над оптимизацией требований к качеству для организаторов соревнований.

Нормы и правила ИОФ, особенно те, что касаются чемпионата мира по спортивному ориентированию, включают множество требований, которые отличаются от стандартных правил, поэтому организаторам крупных соревнований крайне непросто соблюсти все правила и рекомендации. И иногда у них это не получается, потому что они не понимают, какие параметры являются критичными для качества соревнований.

Мне на раз встречались организаторы, которые недооценивают важность самых основ нашего спорта, а именно, составления карт и планирования дистанций. Как правило, организаторы соревнований ИОФ выбирают лучших из местных составителей карт, и обычно это крепкие профессионалы, у которых уже сложилось свое представление о том, что и как надо делать, и иногда это касается даже условных обозначений на карте. Сложно поверить в то, сколько сил и времени ИОФ тратит на то, чтобы привести карты в соответствие с международными стандартами. С точки зрения конечного бюджета иногда дешевле нанять международного признанного составителя карт, особенно для составления карт для спринта. Я знаю по крайней мере два случая за последние десять лет, когда карты для чемпионата мира пришлось полностью переделывать в самый последний момент. Кроме того, некоторые карты организаторы печатают минимум дважды, и бывает, что финальный вариант они печатают за несколько часов до первого старта.

Встречается подобное отношение к делу и у тех, кто планирует дистанцию. Они не всегда понимают, что трассы для важных соревнований ИОФ – это всегда результат командной работы, а не шедевр одного мастера. На практике это означает, что в команду входит не только официально назначенный

составитель дистанции, но еще и советники ИОФ, менеджеры спортивного объекта и телепродюсеры. Бывали и случаи, когда планировщики дистанций просто уходили из команды со словами «простите, но это не моя трасса». Однако трасса для чемпионата мира – это не лучший из возможных ориентировочных маршрутов, это всегда лучший из возможных компромиссов между ожиданиями ведущих спортсменов и возможностью показать наш вид спорта как можно большей аудитории.

Возможно, в это непросто поверить, но проставление отметок на контрольных пунктах и измерение времени тоже вызывают сложности. Требования к хронометражу на чемпионате мира в сто раз строже, чем на обычных национальных соревнованиях и даже национальных чемпионатах. Организаторы обычно допускают основополагающую ошибку и недооценивают стоимость хронометража на наших главных соревнованиях, включая чемпионат мира. Лично я не стал бы никому советовать на стартах чемпионата мира впервые тестировать синхронизацию в прямом телеэфире времени на финише и на ключевых отсечках. Поэтому единственный способ добиться необходимого качества – это обратиться за помощью к команде профессионалов, у которых есть все необходимое оборудование и опыт работы с прямым эфиром на телевидении.

На мой взгляд, ключевыми параметрами, критичными для качества соревнований ИОФ, являются карты, планирование дистанций, отметки на контрольных пунктах и хронометраж. Безусловно, есть и другие важные составляющие, как то: зрительские трибуны, логистика, размещение команд, церемонии и т.д. Но если мы не справимся с ключевыми параметрами, такой чемпионат навсегда войдет в историю!

Я настоятельно рекомендую всем организаторам основательно анализировать качество и компетентность команды организаторов и не пытаться изобрести велосипед – и не повторять ошибки своих предшественников. Лично я предлагаю искать надежных



специалистов по маркетингу, которые смогут найти необходимые средства для обеспечения надлежащего качества соревнований. Речь идет о сравнительно небольших суммах, которых будет достаточно для обеспечения качества ключевых параметров на крупных соревнованиях. Например, в масштабах бюджета чемпионата мира эта сумма составит 5–10%. Мы в ИОФ потратили немало человеческих ресурсов, чтобы консультировать организаторов, и денег, чтобы обеспечить надлежащее качество ключевых параметров. Пожалуйста, не экономьте на ключевых параметрах!

В начале года ИОФ открыла прием заявок на проведение больших соревнований, и я призываю все национальные федерации найти подходящие соревнования и прислать заявку. Но прежде проанализируйте ресурсы и карты – сферы, где вам может понадобиться помощь со стороны. У нас работает множество профессионалов, готовых прийти на помощь организаторам. Федерации, рассматривающие возможность проведения соревнований ИОФ, могут связаться с дисциплинарными комиссиями и головным офисом, если им нужна дополнительная информация или какая-либо помощь. Срок подачи заявок истекает 31 марта 2018 года.

*Лехо Халдна,
Президент ИОФ*

В ОРИЕНТИРОВАНИИ МЕНЯ ПРИВЛЕКАЕТ НЕИЗВЕСТНОСТЬ

М. Кечкина

Мария Кечкина – яркая звезда мирового ориентирования. Уже несколько лет ей нет равных на самой престижной длинной дистанции в лыжном ориентировании. Сегодня в номере журнала интервью со знаменитой спортсменкой.



- Мария, сколько лет Вы профессионально занимаетесь ориентированием. Расскажите, как Вы начинали, кто привёл Вас в ориентирование, кто был первым тренером, кто из педагогов сыграл большую роль в становлении Вас как личности и как спортсмена?

- Можно сказать, что я начала заниматься профессионально спортом с 2008 года, после окончания университета. Но это условная дата, поскольку самое главное – это осознание того, что ты действительно хочешь добиться наивысшей цели в спорте, а у меня это понимание и желание пришло позднее. Я хотела этого и ранее, но то ли желание не было настолько сильным, то ли прилагаемые усилия, но вершины добиться я не могла, частенько оставалась в шаге от пьедестала. Моя спортивная история началась с 10 лет, когда я поступила в спортивный класс. Обязательным условием для обучения в этом классе было посещение спортивных секций. Как и многие дети, я попробовала себя в разных кружках и секциях. Но однажды к нам в школу пришел тренер Юрий Викторович Неволин, который набирал детей в секцию спортивного ориентирования. Так я и оказалась в ориентирова-

нии, но буквально через два месяца я ушла из этого вида спорта. Из впечатлений были только осень, грязь, слякоть и холод... Продолжила заниматься спортом в секции спортивной акробатики. Но уже через год я вернулась в ориентирование, и свою роль здесь сыграли рассказы одноклассников о различных поездках и интересных тренировках. И вот уже 20 лет я не представляю себя без этого вида спорта. Первым моим тренером стал Юрий Викторович Неволин. На моем спортивном пути он для меня был и остается больше, чем просто тренер. В становление меня как личности, на мой взгляд, внесли свой вклад многие люди, но все-таки ведущие роли я бы отвела моим тренерам – Юрию Викторовичу Неволину и Эдуарду Александровичу Хренникову. Это те педагоги, которые направляли меня на протяжении всей моей спортивной карьеры и которым я признательна за свое становление.

- Расскажите о себе, своей семье, родителях. Где Вы родились, учились. Где Вы сейчас живёте, где и на кого учитесь и где тренируетесь?

- Я родилась в самой обычной многодетной семье в 1986 году в городе

Перми, в котором проживаю и по сегодняшний день. К сожалению, в 2001 году папы не стало и мама воспитывала меня одна. В 2003 году я закончила математический класс в лицее, и передо мной встал выбор, в каком ВУЗе продолжить свое дальнейшее обучение. Желание получить техническое образование и продолжить свою спортивную карьеру не пересекались для выбора какого-либо одного ВУЗа, удовлетворяющего этим двум требованиям. Я выбрала спорт, и таким образом, оказалась на факультете физической культуры в Пермском Государственном Педагогическом Университете, где получила знания, необходимые мне для продолжения спортивной карьеры, и квалификацию педагога по физической культуре. Сейчас у меня есть своя семья, которая поддерживает меня в моем спортивном выборе. Конечно, для них тяжелы моменты расставания, но даже мой сын видит, что спорт для меня – это не только средство для поддержания здорового образа жизни, но и моя работа. Иногда удается выезжать на сборы и соревнования всей семьей, и тогда я получаю дополнительную возможность побыть вместе со своими родными, а

также получаю поддержку в лице самых близких мне людей.

- Что привлекает Вас в ориентировании, что главное для Вас в этом виде спорта, почему Вы связали свою жизнь именно с ним?

- В ориентировании меня привлекает неизвестность. Каждый раз, выходя на старт, уровень адреналина зашкаливает, потому что не знаешь, что тебя ждет на дистанции и как развернется борьба. Но вот звучит стартовый сигнал, и ты, забывая обо всем, отправляешься в увлекательное путешествие, в неизвестность. Каждый старт для меня это испытание моих возможностей, понимание того, насколько качественно и правильно была проведена подготовка. Это неопишное удовольствие осознавать, что все было сделано правильно в тренировочном процессе и в работе на дистанции. И следствием этого становится победа на соревнованиях. Меня, пожалуй, этот вид спорта учит преодолевать трудности, несмотря ни на что, даже тогда, когда, казалось бы, шансов на хороший результат совсем не остается. Это умение я стараюсь проецировать на многие жизненные ситуации.

- Вы – безусловный лидер сборной России. Как Вы оцениваете конкуренцию в современном женском лыжном ориентировании. Кто основные соперницы в России и за рубежом?

- Я уже больше 10 лет выступаю в элитной группе. За это время мне довелось повидать, как приходят и уходят (а иногда и вновь возвращаются) из группы сильные спортсменки. Бывает, в какие-то годы прослеживается рост конкуренции, а в какие-то – ее спад. Принцип волнообразности присутствует и здесь. На примере сборной команды Норвегии можно увидеть, что несколько лет назад у них была очень сильная женская команда, которая отлично конкурировала как в индивидуальных гонках, так и в эстафетных. Но на сегодняшний день этого нет. В сборной ко-



манде России всегда были, есть и будут (я не сомневаюсь) сильные спортсменки, которые готовы бороться за медали. Основными соперницами в России в этом сезоне являются спортсменки из Пермского и Хабаровского краев. За рубежом основными соперницами, конечно же, остаются представительницы Швеции и Финляндии.

- Сегодня в программе международных соревнований по спортивному ориентированию много дисциплин. Какая дистанция Вам ближе, какую из них Вы считаете своей коронной?

- Проанализировав свои выступления последних лет на международных и российских стартах, могу сказать, что одной из любимых дистанций для меня является ЛОНГ, особенно что-то притягательное есть в масс-стартах. Когда в условиях борьбы «плечом к плечу» приходится дополнительно работать над психологической стабильностью. Хотя я люблю все дисциплины, для каждой из них характерна своя специфика, но во всех лежит один принцип – борь-

бу. Могу отметить, что свойства моей нервной системы не совсем удовлетворяют требованиям для спринтерских дистанций, но при правильном настрое и качественной работе я могу показать хороший результат и в этих дисциплинах. Отдельно хочется сказать про эстафеты. К сожалению, в последние годы по стечению обстоятельств не удается завоевать медали в этом виде программы. Но я верю, что эта череда неудач пройдет и наступит время великих свершений. Здесь, пожалуй, важен настрой, как и для дисциплины Лонг, но важно, чтобы этот настрой присутствовал у всех членов команды.

- Какими качествами и умениями, на Ваш взгляд, должен обладать современный спортсмен-ориентировщик мирового уровня? Если какие-либо модельные характеристики, которые обязательны для всех спортсменов мировой элиты?

- Я для себя не создавала какую-то модель современного спортсмена-ориентировщика и, думаю, это достаточно



сложно сделать, так же сложно, как и скопировать чью-то технику, подготовку, комплекс тактических приемов. Всё настолько индивидуально, что, создав модель по подобию кого-либо, мы всё равно получим различные примеры спортсменов со своими особенностями. Безусловно, есть характеристики общие для всех, и к ним я могу отнести высокий уровень технической и физической подготовленности, а далее – это творческий процесс, индивидуальный для каждого спортсмена. Но это мое мнение, и, возможно, многие с ним не согласятся.

- В Вашей коллекции теперь есть золотые медали и чемпионатов мира, и чемпионатов Европы. Каковы дальнейшие спортивные цели Марии Кечкиной? Как долго Вы планируете выступать?

- Когда-то я думала, что выиграю чемпионат мира и уйду из профессионального спорта. Но этого не произошло. Слишком велик соблазн от ощущения победы и самоудовлетворения от проделанной работы, необходимой для этой победы. Когда ты финишируешь и понимаешь, что сделал максимум, чтобы показать отличный результат, вот тогда и приходит радость от достигнутого и желание повторить это вновь и вновь. Я стараюсь не планировать на долгие годы вперед. Но впереди еще много интересных соревнований, да и чемпионаты мира будут проводиться каждый год, а это хороший повод продолжать подготовку. Очень многое зависит от здоровья, семьи и других факторов, поэтому загадывать не буду. А из непокоренных вершин еще остался общий зачет Кубка Мира, и это цепочка стартов, которая как раз и доказывает стабильность спортсмена на протяжении всего сезона. Мне ее пока немного не хватает. :)))

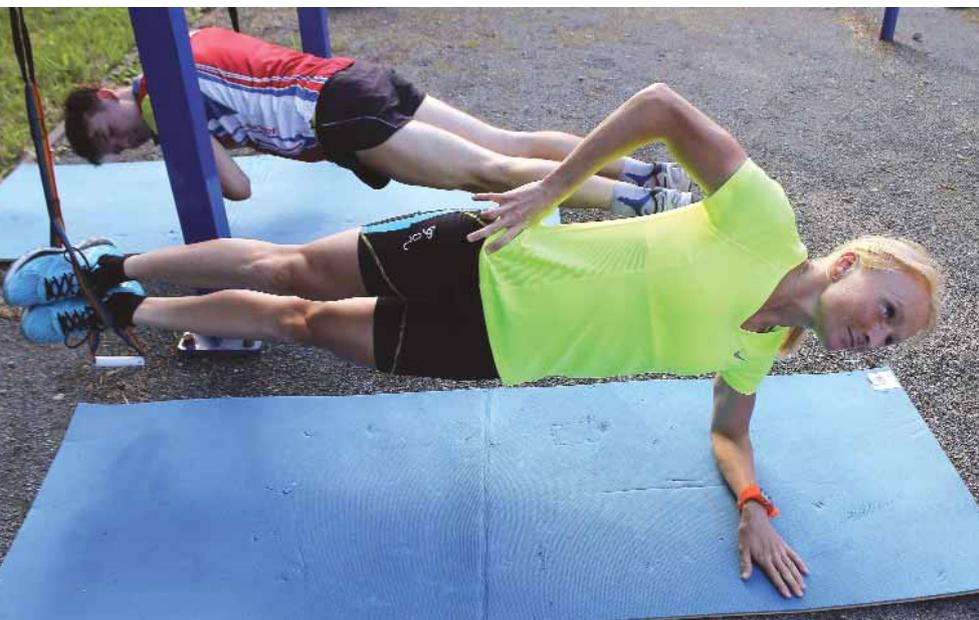
- Расскажите о своей команде, о тренерах и тренировках? Как достигаются вершины мирового ориентирования?

- С самого начала я выступала и выступаю за команду Пермского края (ранее Пермская область). Первым моим тренером, как я уже говорила, был Неволин Ю.В. Под его руководством прошли мои юношеские и юниорские годы, именно тогда был заложен стержень спортивного характера. В те годы я показывала отличные результаты на российских соревнованиях и дважды стала победительницей первенств мира как в ориентировании на лыжах, так и бегом. Последние 10 лет тренируюсь в команде Эдуарда Хренникова. Результатом нашей совместной работы стали золотые медали чемпионата мира и чемпионатов Европы. Я считаю большим плюсом, когда тренер является действующим спортсменом. Поскольку ту информацию, которую я могу получить для технической составляющей соревнований, я получаю из собственного анализа и анализа более опытного тренера-спортсмена. Через многие проблемы в процессе подготовки Эдуард Александрович проходит сам, и благодаря этому гораздо проще найти решение для выхода из затруднительных ситуаций. На сегодняшний день в команде Эдуарда Хренникова тренируются такие сильнейшие спортсмены как Татьяна Оборина и Александр Павленко. У нас очень сильная команда в крае. Спортсмены нескольких тренеров из нашего региона показывают высокие результаты, как на российских, так и на международных соревнованиях. Среди тренеров, осуществляющих подготовку спортсменов элитных групп, могу отметить Хренникова Э.А., Киселева А.Р., Сопова Э.В., Новикова А.В. Иногда у нас проводятся совместные

тренировочные сборы, на которых есть возможность оценить уровень своей готовности и готовности других спортсменов. Такая конкуренция рождает высокие результаты, и я рада, что это происходит сейчас у нас в Пермском крае. Чем больше сильных спортсменов, тем больше стимула расти самому. Конечно же, для этого были и есть предпосылки в виде финансовой поддержки со стороны краевой федерации. Команда руководства АСОПК во главе с президентом Нурисламовым А.Ф. продвигает огромную работу по созданию условий для проведения тренировочных мероприятий и выездов на соревнования. На территории Пермского края ежегодно проводится более 40 стартов, систематически проводятся соревнования российского уровня, повышается уровень организации проводимых стартов, рисуются карты новых районов, а это – новые полигоны для тренировок и технического роста спортсменов.

- Какие соревнования для Вас самые памятные, что больше всего понравилось?

- Самые сильные эмоции впервые я испытала на летнем первенстве мира среди юниоров в Литве в 2006 году, когда я выиграла золотую медаль в составе эстафетной команды с Татьяной Рвачевой (Козловой) и Екатериной Федоровой (Тереховой). Следующие воспоминания из Лиллехамера (Норвегия) в 2011 году, где я завоевала свое первое золото в женской элите на чемпионате Европы в эстафетной команде с Анастасией Кравченко и Аленой Трапезниковой. Затем чемпионат Европы 2016 года в Австрии (Хохфильцен) – первое золото в индивидуальных гонках. Следующее, пожалуй, самое яркое воспоминание с чемпионата мира 2017 года в Красноярске – первое золото чемпи-





оната мира в индивидуальной гонке! Атмосфера тех соревнований была настолько впечатляющей, что, я думаю, они надолго останутся в моей памяти. И подведу итог чемпионатом Европы 2018 года в Болгарии. Победа на дистанции лонг для меня очень значима. Каждая из этих перечисленных побед по-своему памятна для меня. Есть моменты, которые я до сих пор помню до мельчайших подробностей. Это ошибки, переживаемые эмоции, возникшие трудности, и я периодически возвращаюсь к ним, прокручиваю их в памяти и анализирую.

- Какие хобби и увлечения у лидера мирового ориентирования? Чем занимаетесь в свободное от спорта время?

- Здесь все зависит от настроения. В свободное время могу почитать книгу, приготовить что-нибудь новое из области кулинарии, могу просто прогуливаться, обдумывая сложившиеся ситуации и решая какие-нибудь бытовые вопросы. А на самом деле у меня есть семья, приезжая к которой с соревнованиями и сборов, я пытаюсь восполнить упущенное совместное времяпрепровождение, и потому свободного времени остается совсем немного.

- Что Вы больше всего цените в людях, а что не приемлете? Есть ли у Вас кумиры в спорте и в жизни? Или примеры, которым хочется подражать?

- Я ценю в людях честность. Для меня лучше горькая правда, чем сладкая ложь. Я считаю, что сама могу решить, как мне быть с этой правдой. Еще люблю в людях жизнерадостность, поскольку

ку своим настроем они способны изменить и мое настроение, если это потребуется. У меня нет кумиров, возможно по той причине, что не смогу прожить их жизнь. Поэтому я сосредоточена на своей жизни, но стараюсь принимать во внимание опыт других людей. Но и здесь, пока ты не пройдешь через какие-либо испытания сам, ты не осознаешь всей сути.

- Каким Вы видите своё будущее после окончания спортивной карьеры, чем бы Вы хотели заниматься?

- Это открытый для меня вопрос. Я хочу остаться в ориентировании, но в какой роли, пока не решила (возможно, я останусь еще надолго в роли спортсмена, может, буду тренером или просто мамой спортсмена). Пока этот вопрос остается нерешенным, и я не могу дать на него однозначного ответа. Ориентирование навсегда!

*Материал подготовил
А. Нурисламов
(Пермский край)*



М. Петрушко: ЭТО ПЕРВЫЕ СТАРТЫ, ГДЕ НА ЛЫЖАХ ПОСЛЕ ГОНОК НЕТ НИ ЕДИНОЙ ЦАРАПИНЫ



Мария Петрушко, спортсменка из Ленинградской области, на прошедшем в Эстонии Чемпионате Мира среди студентов за 4 дня завоевала 4 медали. Мария рассказала о каждом дне соревнований, о том, как проявляется в ориентировании суровый женский спорт, а также о том, как строится тренировочный план спортсмена из региона, где мало снега.

- Четыре дня и четыре медали на Чемпионате Мира среди студентов, каковы ощущения от таких успешных выступлений? Выполнены ли поставленные задачи?

- Конкретных задач себе не ставила, просто хотела показать свой результат – тот, на который готова. Рада, что практически все получилось. Впереди еще много стартов, это все уже прошло, и сейчас особо нет никаких ощущений.

- Расскажи немного о каждом соревновательном дне ЧМ – что запомнилось, какие были условия в лесу, как было по физическим ощущениям?

- Центр соревнований, где мы и жили, находился в Тарту. А сами соревнования проходили рядом с д. Хаанья, примерно в часе езды на юг от Тарту. Это наиболее «высокогорное» место в Эстонии и во всей Прибалтике. Максимальная точка – всего 318 м над уровнем моря.

В первый день мы бежали спринт. Дистанция была интересная, начало проходило по полю с достаточно насыщенной сеткой, был и выбор вариантов, что не всегда свойственно спринту. В этот день я пробежала без ошибок, только в одном месте проиграла на варианте около 15 сек. Хочется отметить идеальные снежные условия, в этом сезоне это редкость. Даже подрезать углы было сложно, столько снега было.

Спринт-эстафета. С утра в день

гонки было очень холодно, стартовали мы примерно в –16. Я бежала в команде с Сергеем Горлановым. Мне очень понравился этот вид программы, т.к. были высокие скорости и ориентирование было очень быстрое и динамичное. Первый этап я пробежала хорошо, но на двух следующих выбирала плохой вариант на одном и том же перегоне и теряла на этом около 20-30 сек. Конечно, это очень много для такой гонки, поэтому мы стали третьими. Но я рада, что 2-е место в этот день заняла другая наша команда – Марина Вяткина и Владислав Киселев.

Пасьют (преследование по результатам спринта). Этой дисциплины нет на наших официальных российских стартах, но у меня уже был опыт с прошлого ЧМ среди студентов в Туле. Так как мы стартуем гандикап по спринту, разрывы совсем маленькие и получается практически масс-старт. Рассев был хороший, с двумя сменами карт, я бежала в своем режиме, иногда пересекаясь с другими участницами. В самом конце, уходя на общую концовку, не заметила развилку и поехала параллельно своей лыжне, пришлось перескочить на свою по лесу. К КП как раз подъезжала большая группа спортсменок, и в этот момент начался суровый женский спорт во всех проявлениях. Все пытались друг друга объехать, что-то кричали, наезжали на лыжи и палки.

В итоге, в какой-то момент на подрезке две наши девушки столкнулись, упали, у Насти сломалась палка, я услышала, что, похоже, сзади меня больше никто не едет, так и доехала до финиша. Этот день принес какие-то смешанные чувства, поскольку такие контактные гонки – это вообще не мое, не люблю с кем-то толкаться и делить лыжню, но тут, видимо, за счет своего спокойствия и большой доли удачи я и не угодила в этот завал.

Мидл, общий старт. Дистанция проходила по уже знакомому району, к которому добавился небольшой участок с полями и озером. На мой взгляд, выбор вариантов и сама дистанция были не сложными. Физически тоже не могу сказать, что мне было тяжело. Большую часть дистанции я ехала одна, в своем темпе, не думала о каком-то месте и просто ориентировалась. На последнем КП отмечались вместе с Настей Неверовой, но поскольку я заходила на него с горы, моя скорость была выше и я объехала ее на финише. К сожалению, оказалось, что мы боролись только за третье место и на пьедестале оказалась только одна из нас.

В целом, эти соревнования были очень хорошо организованы. Кроме того это первые старты в этом сезоне, где на лыжах после гонок нет ни единой царапины. Со снегом реально повезло, и хотя погода была морозная, но нам не привыкать.

- Расскажи, что даёт медаль на Чемпионате Мира среди студентов (может привилегии в сборной страны или какие-то денежные поощрения)?

- Эти старты дали мне огромный опыт участия в международных соревнованиях. Но каких-то поощрений, в том числе денежных, ждать не приходится. К сожалению, такое отношение у нас к неолимпийским видам спорта. Я благодарна своему ВУЗу – СПбГУПТД, за то, что профинансировали мою поездку на этот Чемпионат Мира. Привезу им грамоты, скажут: «Молодец!»

- Насколько ты довольна бронзой во все дни? Были ли ощущения, что могло быть и серебро или даже золото?

- Я довольна просто тем, что смогла показать свой результат, то, на что натренировалась. В ориентировании, мне кажется, это самое главное и самое лучшее – ты можешь быть счастлив просто

от того, что смог себя реализовать на дистанции и пройти с минимумом ошибок. Конечно, любой спортсмен хочет быть первым. Сложно судить, как было бы, если бы там не ошиблась, тут побыстрее проехала или если бы не болела перед этими стартами. Но в спорте нет сослагательного наклонения, и это в любом случае хороший шаг вперед для меня.

- Расскажи, чем занимались команда и конкретно ты после финиша? Тренировка или наоборот отдых и восстановление сил?

- После финиша было награждение, обед, потом ехали обратно в гостиницу. Дорога до Тарту занимала около часа, и вечером было не так уж много времени. Кто-то бегал восстановительный кросс, ребята в сауну ходили. Я просто отдыхала и лыжи готовила.

- Говорят, что в этот раз было необычное закрытие соревнований (финальный банкет). Что там происходило?

- Закрытие у нас было в необычном месте – бывшем пороховом погребе в центре Тарту, сейчас там находится ресторан «Pussirohukelder» (по-эстонски так и называется «Пороховой погреб»). Старинное помещение с крепостной архитектурой, каменными стенами и высоким сводчатым потолком. Прочитала, что благодаря такой высоте потолка (около 10 м) этот ресторан занесен в книгу рекордов Гиннеса.

У нас был небольшой банкет, потом танцы – в этом плане всё как обычно. И еще пара конкурсов была – кто дольше продержит большой стакан с водой на вытянутой руке. Конечно, выиграли наши ребята.

- Считается, что высокие результаты в лыжном ориентировании показывают спортсмены из Хабаровска или Красноярска, где со снегом дела обстоят куда лучше, чем у нас в Петербурге. Ты – наглядное подтверждение тому, что и в Ленобласти есть сильные «зимники». Как проходила твоя подготовка к этому зимнему сезону? В каком соотношении строится тренировочный процесс – 50% на выезде, 50% дома или другая пропорция?

- Да, в нашем регионе основная проблема для зимников – это снег, а точнее его периодическое отсутствие, поэтому приходится выезжать на вкатку и технический сбор в другие места. В Ленобласти тоже можно тренироваться и готовиться, но у меня основной момент – дома я тренируюсь одна, а это – путь в никуда. Уже довольно таки давно я тренируюсь и еду на сборы со Степой Малиновским (нашим спортсменом МЭ из Череповца), и он мне помогает с тренировочным планом. К нам еще другие спортсмены подключаются, например, в этом году тренировались с ребятами из Нижнего Новгорода. В пропорции примерно 50 на 50 дома/не дома. В этом году побольше получалось выезжать, поскольку на нашей специальности целый год отведен на диплом, без учебы, и не надо каждый день ездить в университет.

- Какие у тебя теперь планы? Какие соревнования предстоят впереди? Или студенческий Чемпионат Мира был кульминацией этого сезона?

- У меня основные старты уже прошли, но остались еще два Чемпионата России. Один в Демино (Ярославская область), а следующий будет в Горнозаводске 15-20 марта, но я пока что не знаю, буду ли принимать в нем участие.

Материал подготовлен
Светланой Корневой (Санкт-Петербург)



УРАЛЬСКИЕ ЮНИОРЫ В БОЛГАРИИ

С 3 по 8 февраля в Болгарском Велинграде прошли Чемпионат Европы для элитных спортсменов, Первенство Мира для юниоров (до 20 лет) и Первенство Европы для юношей и девушек (до 17 лет). От Свердловской области в Первенстве Европы приняли участие Олеся Рязанова, Данила Быков и Сергей Михайловский. Олеся и Данила выступили там очень успешно. Предлагаем вашему вниманию интервью, подготовленное Андреем Морозовым.



Данила БЫКОВ
(Свердловская область)

А.М.: Данила! Поздравляю тебя с хорошим выступлением на Первенстве Европы! Второе место в спринте. Хотя есть ощущение, что могло быть еще лучше. Но давай по порядку. Как прошли отборы?

Д.Б.: Отборы проходили в г. Перми. Местность была равнинная, снега было очень мало. Бежали в лесопарке. Первый день (лонг с общего старта) был самым тяжёлым для меня, т.к. это был первый старт в сезоне такого уровня. С самого начала дистанции соперники задали большую скорость. Если честно, я не ожидал такого. Пришлось потерпеть, тем более, что на старт я вышел с железными палками, что очень затрудняло движение. В итоге я приехал пятым. Во второй день (классика) я выступил успешно, заняв первое место. В третий день (спринт) я стартовал последним из всех участников. В лесу было очень много срезок. Я не разобрался в них и поэтому финишировал лишь 45-ым. В четвёртый день (спринт) я собрался и выступил так же успешно, как и во второй день. В пятый день (лонг) была уже общая усталость, и это сказалось на моём результате – седьмое место. В последний

день я финишировал четвертым. Считаю, что отборы прошли на оценку «4».

А.М.: В итоге в мужской команде ты оказался вместе с Сергеем Михайловским из нашей области и двумя челябинскими парнями: Артемием Дормой и Даниилом Сорокиным. Это как-то помогало вам? Такой мощный уральский кулак в команде.

Д.Б.: Конечно же помогало. Где надо было, помогали друг другу, где-то подшучивали друг над другом.

А.М.: Расскажи немного о своей подготовке в летний период. И про сбор в Болгарии. Все мы видели, как ты отработывал срезки по полянам. Это в итоге помогло?

Д.Б.: В начале подготовительного периода у меня была травма колена. Целый месяц я потратил на реабилитацию. В мае месяце я потихоньку начал бегать и накатывать объём на роллерах. В июне я ходил в спортивный лагерь в свою же спортивную школу – ДЮСШ «Родонит». Тренировки у нас проходили каждый день кроме выходных. В выходные мы отдыхали или ездили на соревнования. В июле мы вместе с командой поехали на роллер-

ный сбор, где проехали и пробежали очень много километров, что сказало на дальнейших результатах зимой. В августе я должен был ехать на Первенство России в г. Чебаркуль, но за день до отъезда получил ту же самую травму, что и весной. Реабилитация прошла намного быстрее, так как я уже знал, что надо делать. Весь оставшийся август я тренировался дома. В конце осени вместе с Олесей, Серёжей и другими ребятами ездили на вкаточный сбор в пгт. Вершина Тёи. Вот так я провёл подготовительный период перед зимой.

Предсоревновательный сбор проходил на тренировочной базе Бельмекен на высоте 2000 м. В первые дни сбора мы просто катались, адаптировались к высоте. Далее мы потихоньку начали делать скоростную работу. Перед самими соревнованиями мы участвовали в чемпионате Болгарии, чтобы посмотреть, что из себя представляет болгарская местность. Было очень много полей, что хорошо для отработки срезок. Безусловно, этот навык помог мне на Первенстве Европы.

А.М.: Что можешь рассказать про спринт по лужам? В такой обстановке ты стал вторым. Мог ли побороться за победу?

Д.Б.: Старт был очень рано. Поэтому, встав рано утром, сделали зарядку, позавтракали и вместе с командой поехали на старт. Соревнования проводились в 50-ти километрах от города, где мы жили. В этот день была плохая погода – стояла плюсовая температура и моросил дождь. Приехав на старт, мы отдали свои лыжи сервисменам, чтобы они могли подкорректировать структуру лыжи, так как снег был влажный и мокрый. Стартанув, я понял, что вся гонка будет проходить по лужам и лыжи будут стоять. До седьмого КП я уверенно шёл лидером, выигрывая у Артема 20 секунд. Шестой КП стоял чуть-чуть ниже нарисованного, на склоне, поэтому я решил не снижать скорость и ехать дальше, а не разворачиваться. Лыжня, которую я выбрал, была очень мягкая, проваливались даже лыжи. На этом-то я всё и проиграл. А мог и побороться за победу...

А.М.: На мидле было уже другое ориентирование, по насту? Пригоди-

лись навыки движения по срезкам? Не мешали срезки от предыдущих участков? Как не запутаться в них? Часто ли ты пользовался компасом? Можешь на отдельные деревья ориентироваться, на углы полян? Все было плотно – ты проиграл чуть больше минуты, и уже седьмое место...

Д.Б.: Да, на мидле было уже другое ориентирование, т.к. после спринта на полигоне соревнований стоял минус. Ещё перед стартом спортсмены из элиты сказали нам, что можно ехать по полям чисто напрямую, чем я и воспользовался уже с первого КП. Навыки, конечно же, пригодились. Как таковых срезок и не было. Было просто большое поле и следы лыж. Компасом я не пользовался, ехал просто по тому направлению, которое нужно было мне. Ориентировался на отдельстоящие деревья и кромки леса. На дистанции была пара ошибок в конце. Когда ехал на 10-ый КП, на некоторых участках не было снега, что затрудняло возможность увидеть все лыжни. В итоге, не разобрался и поехал не по своему пути. После того, как отметил 10-ый КП, поехал по срезке и выехал не туда, куда хотел. На этих двух КП я проиграл около 80 секунд, что стоило мне победы.

А.М.: Очень интересно услышать про лонг. Ты до 11-го КП уверенно шел первым. Смотрю на твой путь и не вижу большой ошибки. Что случилось на 11 и 12 перегонах, что ты проиграл там сразу восемь минут?

Д.Б.: Лонг был очень тяжёлым – 15 км с 500 м набора высота. Первую половину дистанции я ехал очень хорошо, потом я немного устал, и начали появляться незначительные ошибки,

но это не остановило меня. Подъезжая к 11 КП, я запнулся краем лыжи о корень и упал, повредив колено. Я долго лежал, ждал пока боль хоть чуть-чуть пройдёт. Подумал, что травма такая же, как и летом, и уже хотел идти сниматься. Встав, я понял, что не так уж всё и плохо, поехал дальше. К сожалению, упустил много времени...

А.М.: Кстати, часто вы вообще бегаёте зимой по масштабу 1:15000? Нет никаких неудобств?

Д.Б.: Лично я бежал в первый раз по такой карте. Никаких неудобств я не заметил, разве что лыжни находились далеко друг от друга.

А.М.: На эстафету тебя поставили на последний этап. Это твоё желание? Любишь его бегать?

Д.Б.: После лонга мы вместе с Артемом и Ваней собрались и решили, кто какой будет бежать этап. В последнее время я бегаю последние этапы, и у меня это неплохо получается.

А.М.: В итоге у вас в команде сильно подкачал Иван Токарев на первом этапе. Но Артем Дорма дал тебе шанс побороться уже за второе место. И ты вроде бы догнал Данила Сорокина из второй команды России. А почему потом проиграл ему? Рассев? На карте вроде бы не вижу твоих ошибок? Ведь награждается только лучшая команда от страны, и тут важно было побиться с Данилом.

Д.Б.: Стартовал я в 20-ти секундах от Данила. На первом КП я уже сократил отставание, и мы ехали вдвоём вплоть до шестого КП. На седьмом КП у нас был рассев, и мы разошлись. Подъезжая к КП, я решил срезать, и так получилось, что палка провалилась под наст, я толкнулся, и она сломалась. Я

быстро снял капкан, выбросил палку, поменял другую палку под толчковую руку и поехал дальше. На восьмом КП меня обогнал Данил и уехал дальше. Всю оставшуюся дистанцию я ехал с одной палкой. В итоге мы финишировали лишь третьими, проиграв всего 40 секунд второй команде из России.

А.М.: Зимой, в отличие от летних стартов, часто совмещают международные чемпионаты и первенства по всем основным группам. Удаётся набраться чего-то полезного у старших ребят и элиты? Мне кажется, это неопенимый опыт – бежать рядом со всеми лучшими в твоём деле.

Д.Б.: Да, набраться опыта у старших ребят удаётся. Перед стартом мы у них спрашивали, как там дела в лесу, что нового? И они отвечали. Если что-то не знаешь, можно было у них спросить, и они тебе помогали.

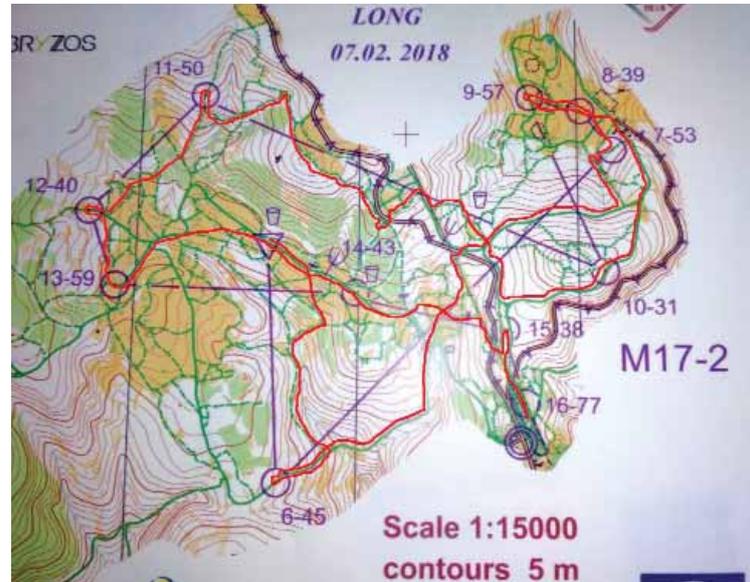
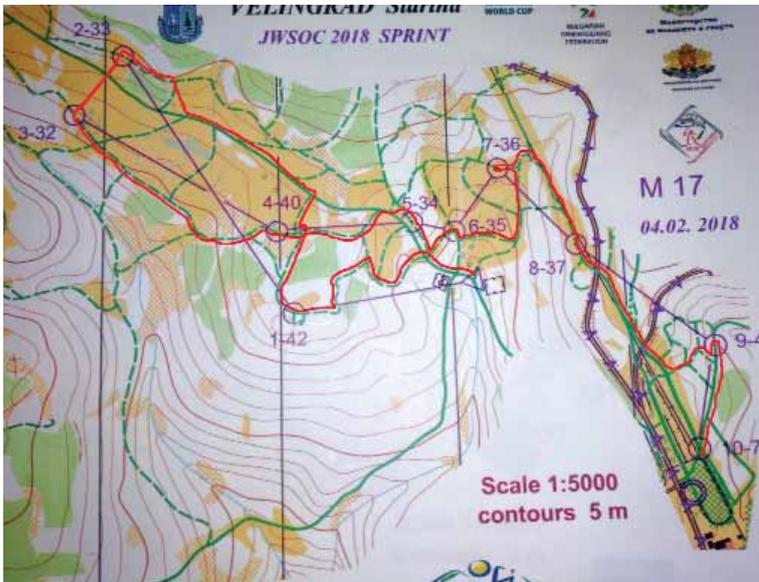
А.М.: У тебя лучше получается выступать в лыжном ориентировании. Скажи, у тебя есть какие-то качества, которые позволяют тебе быть лидером именно зимой? Или же ты с тренерами сразу выбрал для себя приоритетом лыжное ориентирование и просто концентрируешься только на нём?

Д.Б.: Нет, никаких выделяющихся качеств у меня нет. Мне просто больше нравится зимнее ориентирование. Тут быстро надо принимать решение, и всё непредсказуемо.

А.М.: Как считаешь, мог ли ты добиться таких же результатов в беговом ориентировании, если бы занимался только им?

Д.Б.: Да, мог бы. Если бы мне просто нравилось бегать, а не кататься на лыжах, то я выбрал бы летнее ориентирование.





А.М.: Кстати, расскажи про то, как ты попал в ориентирование, кто был твоим первым тренером. Кто сейчас тренирует?

Д.Б.: Как-то раз мы гуляли с друзьями во дворе, это было около восьми лет назад. Один друг меня позвал на тренировку, и я пошёл с ним. Тренировал тогда детей Ряпосов Анатолий Павлович. Меня затагнули его занятия, и я начал ходить на тренировки. Отказался я около года, после чего забросил, не помню почему. Буквально через полгода он позвонил моей маме и сказал, чтобы я приходил обратно к

нему заниматься, и я пришёл. С тех пор я занимаюсь спортивным ориентированием. Если бы не Анатолий Павлович, не известно, что бы я сейчас делал. Он увидел во мне потенциал. Огромное спасибо ему за это! Сейчас я тренируюсь под руководством Фоминой Светланы Андреевны.

А.М.: Может, хочешь что-то сказать еще, поблагодарить кого-то? Интересно услышать пожелание от тебя более молодому поколению.

Д.Б.: Хочу сказать огромное спасибо всем, кто поддерживал и верил в меня. Отдельное спасибо хочу сказать

своей маме, тренерам и спонсорам. Хочу пожелать молодому поколению почаще участвовать в различных стартах, так как только на соревнованиях ты получаешь бесценный опыт, который так нужен в ориентировании. После дистанции обязательно нужно разбирать свои ошибки, потому что без анализа никуда вперёд не уйти. Побольше тренироваться и не болеть!

А.М.: Спасибо за разговор! Удачи! Поменьше травм и поломок тебе!

Олеся РЯЗАНОВА (Свердловская область)



А.М.: Олеся, первым делом хочу поздравить тебя с очередным успешным выступлением на международном старте! Тебе впервые покорилась главная вершина – ты стала чемпионкой на лонге! Как-то сам собой назрел вопрос: у нас в стране за такое достижение звание “Мастера спорта” не присваивают?

О.Р.: Спасибо большое за поздравления!

Да, дают. Но очень сложно собрать пакет документов для присвоения. Еще слышала, что недостаточно количества стран, принимающих участие в соревнованиях. Так что я его выполнила, но присваивать не хотят.

А.М.: Понятно, что проблем с попаданием в сборную у тебя не возникло. Ты уже третий год соревнуешься в группе Ж17 и являешься одним из лидеров в России. То есть ты представляла, что должна будешь поехать на Первенство Европы. Как ты готовилась к сезону с учетом этого? Какие-то специальные тренировки с прицелом на международный уровень, может что-то в психологическом плане?

О.Р.: Изначально знала, что соревнования будут проходить в среднегорье. Так что поехала на сбор на Розу Хутор, где тренировалась на высоте 1100-2000 метров над уровнем моря. Потом ездила на вкатку в Вершину Теи (республика Хакасия), высота примерно 1000 м. Ну, и, конечно же, планировали сбор перед Первенством Европы для адаптации высоте.

А.М.: Из социальных сетей мы все имели представление, что вы заехали в Болгарию заранее. Не секрет, что с финансированием таких поездок часто бывают проблемы. Можешь рассказать, кто помог с финансированием в этот раз?

О.Р.: Как обычно, родители)

А.М.: В Болгарии вы провели сбор, пробежали на чемпионате страны. Что вам дал этот сбор? Как он помог на самом первенстве?

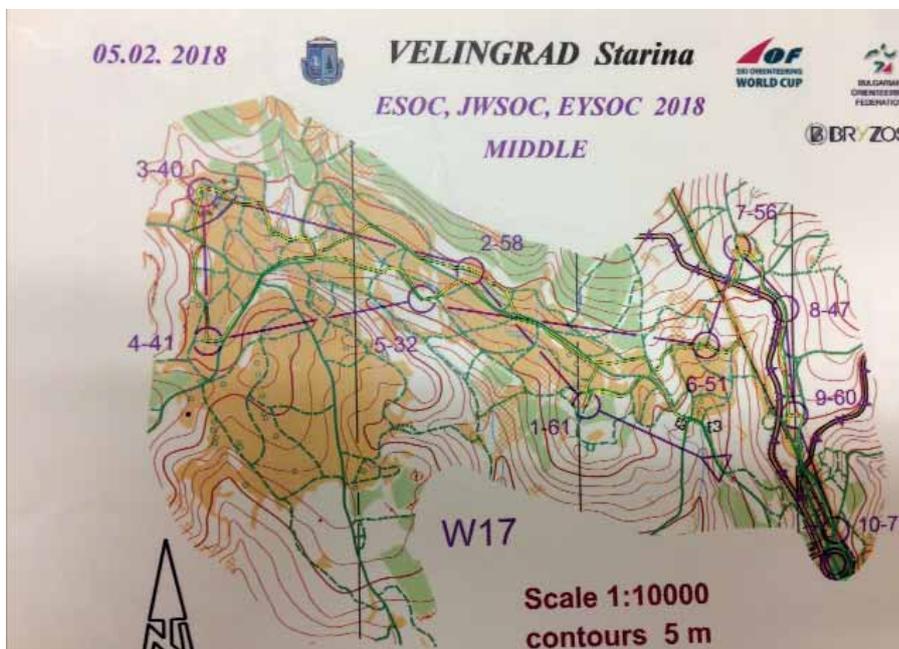
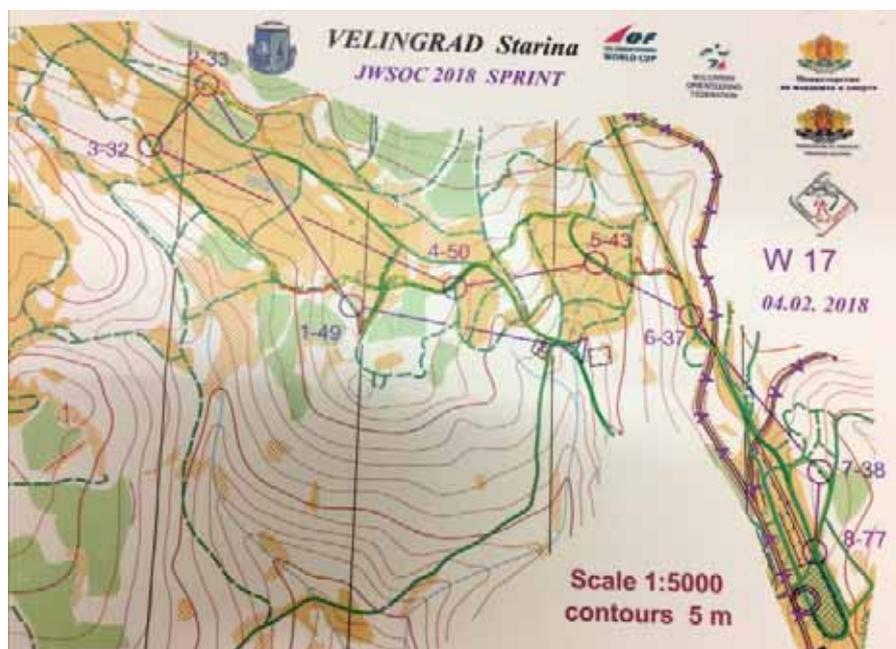
О.Р.: Сбор был необходим для адаптации к высоте. Без него было бы гораздо труднее бежать. Особенно в первые два дня, потому что на них выпал бы самый тяжелый день адаптации. А так, в первые четыре-пять дней просто равномерно катались, привыкали. На чемпионате страны никуда не ускорялись, а больше смотрели местность, пробовали резать.

А.М.: Итак, давай про сами старты. В первый день на спринте была противная погода, лил дождь, и повсюду были лужи, ты большую часть дистанции шла лидером, но где-то за три КП до финиша, судя по сплитам, потеряла 20 секунд и стала в итоге второй. Погода там как-то повлияла на твое ориентирование или что-то еще привело к ошибке?

О.Р.: Да, погода и вправду была противная, ехать было тяжело, потому что проваливались палки, лыжи «подсасывало», и в итоге скорость явно не соответствовала спринтерской, но в такой ситуации были все, погода для всех одна. На шестом КП не увидела свой поворот, потому что вместо снега там была одна трава, и всё, что осталось от лыжни – это чуть видимый прогал. Проехала мимо него, а когда поняла, подумала, что снега нет ни там, ни здесь и в прямом смысле побежала на лыжах по лесу резать обратно. На седьмом КП (можно увидеть по треку) разогналась и проехала мимо своего поворота на КП, на чем всё окончательно и потеряла, ведь каждая секунда на счету.

А.М.: На мидле погода поменялась, и можно было смело резать по насту. В прошлом году на первенстве в Финляндии ты говорила, что смущали срезки, а сейчас их стало еще больше. Ты смогла приспособиться к такому ориентированию? Что-то поменяла в своих действиях?

О.Р.: В Финляндии было всё иначе, там был лес, где не видно было, куда выйдет срезка, я не смотрела на компас и рельеф, а просто хотела каждый раз срезать какой-нибудь уголок, да только не получалось, ошиблась всё равно в одном районе. А в этом году большая часть дистанции проходила по полям, и если наст держал, то ты и сам мог спокойно резать по полю, а не по натоптанной срезке. Тут сразу включается летнее ориентирование, тебе просто нужно ехать прямо воон до того края леса, а потом воон до того



дерева. Даже не важно было, в каком забеге ты стартуешь, потому что каждый топтал свою срезку.

А.М.: И опять, в этот день до самого последнего КП ты шла третьей. Но в итоге проиграла совсем чуть-чуть и оказалась лишь на четвертом месте. На твоем треке в конце есть красное пятно – что там случилось?

О.Р.: Еще до своего старта я наблюдала за финишем элиты и замечала, что у многих не срабатывала отметка на последнем КП (ездили с бесконтактной отметкой), приходилось возвращаться и терять на этом до 15 секунд. Поэтому, когда я уже сама подъезжала к последнему пункту, решила максимально близко провести руку рядом со станцией, получилось настолько близко, что я ее задела, и у меня отстегнулась палка (капкан отстегивается от палки нажатием кнопки). Пункт-то от-

метился, а палку я потеряла, в растерянности поехала 10-15 м обратно ее подбирать, а нужно было просто без нее доехать. Так и потеряла свое третье место.

А.М.: И вот, мы подошли к самому приятному! Ты, наконец, смогла выиграть Европу. Это случилось на самой длинной дистанции – на лонге. Ты можешь сказать, что за последние годы прибавила в выносливости и умении долго концентрироваться на ориентировании? Или ты взяла чем-то другим? Может удачными вариантами? Ведь там ты почти не ошибалась и победила с очень солидным отрывом на дистанции больше девяти километров.

О.Р.: Это была очень тяжелая дистанция в физическом плане. Во-первых, с заявленными 9 км у меня получилось 13; во-вторых, был огромный набор, хотя смотря на карту, можно

сказать, что было только три больших подъёма, но на дистанции так не казалось. В-третьих, сами старты проходили на высоте около 1600 м над уровнем моря, что, конечно же, сказывается на физическом состоянии, несмотря на предсоревновательный сбор в горах. На этой дистанции ни вариантами, ни реализацией этих вариантов я не ошибалась. Оставалось только терпеть, терпеть, терпеть. Еще за мной стартовала одна из лидеров моей группы, поэтому половину дистанции я ее видела при уходе с КП, когда она на него заходила, это не давало расслабиться. Вообще я люблю длинные дистанции, да еще и с большим набором. Знаю, что у некоторых наоборот это слабое место, поэтому это дает мне преимущество. Может, потому что я всю жизнь тренируюсь в горной местности (Олеся живет в г. Новоуральске Свердловской области).

А.М.: И последний вид – это эстафета. Тебе на последнем этапе передали третью. Я вот лично думал, что вы всю эстафету будете плотно рубиться с финками, но девочки проигрывали еще и швейцаркам. Как ты себя ощущала, нервничала? Вроде бы, международные эстафеты до этого не очень складывались у тебя? А здесь ты отыграла у второго места 2,5 минуты и вывела команду на уверенную серебряную позицию!

О.Р.: После выигранной медали всегда чувствуешь себя как-то спокойней, поэтому я ничуть не нервничала и знала, что не всё потерянно и настроивалась отработать свой этап спокойно и без ошибок. Уже на дистанции, проезжая мимо тренеров, очень удивилась, когда сказали, что швейцарка близко, и обхитрив ее вариантом, уже на следующем КП виде-

ла ее спину, догнала, а потом у меня оказывается короче вариант на этапе, чем у нее, поэтому быстро обгоняю и быстрее, быстрее на финиш, пока не догнали!

А.М.: Поздравляю еще раз! Ты во всех гонках билась за медали и завоевала три. Но ведь ты же еще призер и летнего Первенства Европы в Словакии, и снова на лонге. Похоже, эта дисциплина становится твоей любимой. Что это – совпадение?

О.Р.: Нет, не совпадение. Лонг – всегда был моей любимой дисциплиной. По природе я больше стайер, а не спринтер. Выносливости и концентрации мне всегда хватает. На длинных дистанциях у тебя всегда есть возможность отыграть небольшую ошибку, а вот спринт таких промахов не прощает. Еще люблю бегать рогеины и мультитгонки.

А.М.: И про универсализм. Конечно, понятно, что в детском возрасте нужно учить детей навыкам и бегового, и лыжного, и, по возможности, велоориентирования. Но к юниорскому возрасту обычно приходится делать выбор. Часть тренеров, слышал, говорят, что ты создана для лета. Кто-то говорит, что на Урале проще стать классным зимником, а мы в узком кругу тебя часто называем Олесей Александерссон (по аналогии со шведской мегауниверсалкой Туве Александерссон). Как ты сама считаешь, пора уже сделать выбор или будешь стараться закрывать оба вида ориентирования на элитном уровне?

О.Р.: Много думала над этим, но ни к какому решению пока не пришла. Планирую после предстоящего летнего сезона уже серьезно решить, на чём буду больше специализироваться, а может, и оставлю всё как есть.

А.М.: Кстати, с Туве вы бежали в Болгарии по одним картам и местности. Как-то с ней пересекалась, что-то смогла для себя интересного заметить? Я вот по одной из трансляций заметил, как она совсем не боится резать очень длинные куски практически по азимуту. В отличие от наших девушек, например.

О.Р.: Не замечала особо ничего интересного. Да вроде и резали-то все.

А.М.: Никуда не деться от следующего вопроса – про учебу. Справляешься? Скоро ведь и одиннадцатый класс, и ЕГЭ. Что думаешь про институт?

О.Р.: Уже много лет катаюсь по соревнованиям, так что учителя привыкли к моим разъездам. Просто дают задания, а я по возвращении сдаю. Также можно связаться с учителями по почте, если в этом есть необходимость. Я пока что в поиске и в раздумьях насчет института, но всё равно это будет связано со спортом.

А.М.: Может, что-то еще хочешь сказать? Поблагодарить кого-то? Пожелать молодым ребятам, для которых ты уже становишься примером успешного спортсмена?

О.Р.: Поменьше ленитесь и идите к своей цели до конца.

Также хочется поблагодарить Владимира Белоглазова (г. Ревда) за помощь в приобретении формы!

А.М.: Удачи в концовке сезона. Будем дальше болеть за тебя!

*Автор интервью: Андрей Морозов
(г. Екатеринбург)*



РУНЕ ХАРАЛЬДСОН ПЛАНИРУЕТ ВЫЙТИ НА СТАРТ В СТОЛЕТНЕМ ВОЗРАСТЕ

17 июня 2018 года легендарному ориентировщику Руне Харальдссону исполнится 100 лет. А через несколько недель после векового юбилея он собирается принять участие и в ветеранском чемпионате мира в Дании и в «О-Ринген».

- В моем возрасте тело уже слабое, поэтому случиться может все что угодно. Но я все равно мечтаю пробежать несколько забегов, когда мне исполнится сто лет, – говорит Руне.

В 2015 году Руне выиграл очередное золото ветеранского чемпионата мира, пополнив свою и без того внушительную коллекцию медалей. Дело было в Гётеборге, и, когда Руне спустился с верхней ступени пьедестала почета, к нему подошел журналист и спросил у него о планах на будущее.

- В его голосе я услышал нотку сарказма, поэтому ответил ему следующим образом: «Наверное, возьму пару лет перерыва, а потом, когда мне исполнится сто лет, вернусь в спорт». Хотя сам я и не думал, что такое в принципе возможно. А теперь до векового юбилея мне осталось чуть больше полугода, и для своего возраста я чувствую себя просто неприлично бодрым. У меня нет никаких проблем со здоровьем, – хвастается Руне.

Сейчас Руне живет один – четыре года назад у него умерла жена, вместе с которой он прожил «семьдесят невероятных лет». Время от времени к нему приходит уборщица, ему доставляют еду, которую он разогревает в микроволновке, но со всем остальным Руне управляется сам.

- В чем же секрет вашего долголетия?

- Да-а-а, я и сам часто задаюсь этим вопросом. Я никогда не был аскетом. Я, конечно, никогда не курил, но пропустить стаканчик в хорошей компании я не прочь. Думаю, что мне помогли подвижный образ жизни и ориентирование. Я никогда не сидел на месте. С самого детства я всегда двигался. Я родился в деревне, до школы надо было идти два с половиной километра. Автобусов у нас не было, можно было только идти пешком, ну, или бежать, если ты опаздывал. Туда и обратно получалось пять километров каждый день. Точнее, шесть дней в неделю. Так я и заложил основу своего долголетия.

На свой первый старт Руне вышел в 15 лет, и сразу же выиграл медаль – серебряную. Про него написали заметку в статье, заголовок был такой: «Многообещающий 15-летний спортсмен занял второе место».

Потом в жизни Руне было еще много соревнований. Очень много.

Руне бегал 75 лет и за сезон принимал участие примерно в 20 турнирах. В пос-

ледние годы соревнований по понятным причинам стало меньше, но желание бегать никуда не делось.

- Меня больше всего привлекают в ориентировании эмоции, которые получаешь во время забега. Радость, когда находишь контрольный пункт. Ориентирование – это и физическая нагрузка, и умственная деятельность. Ни один забег не похож на предыдущий. И это здорово. И поверите ли, но я до сих пор всякий раз радуюсь, когда нахожу контрольный пункт.

- В вашей жизни было столько забегов, столько контрольных пунктов, но, может быть, есть что-то, что запомнилось вам больше всего?

- Да много чего. Но больше всего мне врезалось в память вручение наград на ветеранском ЧМ-2014 в Бразилии. Я победил тогда в классе 95+. Выиграть золото и подняться на пьедестал почета – всегда приятно. Но в тот раз я огляделся и понял, что стою на пьедестале один. Я единственный преодолел дистанцию. В такие минуты задаешься вопросом, куда подевались все твои соперники. Где все твои товарищи? Почему именно мне посчастливилось прожить долгую жизнь и сохранить здоровье? Почему кто-то живет до ста лет, а кто-то умирает в пятьдесят?

- Опишите ваш обычный день.

- Я просыпаюсь в восемь утра, а затем до десяти вечера смотрю по телевизору спорт. Иногда днем устраиваю себе полчасовую сиесту, но, как мне кажется, я это заслужил. Два-три раза в неделю я гуляю по лесу. Несколько лет назад я еще пробежал одну милю, но сейчас я скорее ковыляю с палками в руках. Но и это тоже здорово. В такие минуты я себя отлично чувствую.

- Но, если честно, меня удивляет, что в лесу так мало людей в возрасте. Похоже, все занимаются только в спортивных клубах и выкладывают за это бешеные деньги. Я за всю жизнь ни кроны не потратил на спортзал. Я занимаюсь спортом только в лесу.

Руне родился в 1918 году, в конце Первой мировой войны. За последние сто лет изменился и мир, и ориентирование.

- Мне, безусловно, очень повезло, что в моем возрасте я прекрасно уживаюсь с последними достижениями прогресса. Самое важное из них – это, конечно же, компьютеры и средства связи. Сейчас все стало намного проще. Я почти 70 лет подрабатывал спортивным журналистом, писал об ориентировании (и совмещал журналистику с «обычной» работой начальника отдела кадров, ни разу в жизни не взяв больничный). Единственная, кто не



одобряла мое писательство, была моя жена. «Мы никогда не ужинаем вместе по воскресеньям, – жаловалась она. – Все время ты едешь в свою редакцию и проявляешь там пленку». Да, тогда было совсем другое время. Сейчас нажимаешь кнопку на компьютере – и все готово: и текст, и картинки. И хотя в общем и целом я с техникой на «вы», но и у меня дома есть компьютер, и я умею с ним обращаться. Мы живем в таком мире, где без компьютера просто не обойтись – нужно же как-то оплачивать счета, – шутит Руне.

Когда Руне стал выступать в классе 95+, читатели портала World of O выбрали его лучшим ориентировщиком года. А теперь организаторы ветеранского ЧМ в Дании готовятся к встрече с Руне и даже специально добавили в программу соревнований класс 100+.

- Когда тебе сто лет, случиться может всякое, поэтому пока я не хочу подавать заявку на участие. Все начнут говорить о столетнем ориентировщике, а потом что-нибудь пойдет не так, и я не смогу приехать. Но, само собой, я мечтаю принять участие и в чемпионате, и в «О-Ринген», и сделаю для этого все, что в моих силах.

- Вы уже несколько лет не принимали участие в крупных соревнованиях. ЧМ-2015 в Гётеборге...

- ...зато у меня огромный опыт. Хорошо, что в 2018 году чемпионат пройдет в Дании. Там леса не такие густые, мне это на руку. А через две недели будет и «О-Ринген». Организаторы шутят, что хотели бы подвести меня к месту проведения забегов на лимузине. А что, было бы неплохо. И правда, пора мне уже возвращаться в большой спорт, а то перерыв несколько затянулся.

МОИ ТРИНАДЦАТЬ ВИДОВ СПОРТА

Алексей Рязанов (Свердловская область)

Побудил меня написать этот пост недавний разговор с новичком-первоклассником в школе. На мой вопрос, почему он не пришел вчера на тренировку, он ответил, что записался еще в две спортивные секции и пока не успевает посетить все тренировки в ориентировании. Тогда я спросил, зачем так много спортивных секций. На что он пояснил, что хочет быть СПОРТИВНЫМ. Я не стал продолжать диалог в шумном школьном коридоре.

Но что-то меня зацепило. Придя вечером домой, я сел и написал список видов спорта, которые я освоил, занимаясь в секции спортивного ориентирования. Вот что получилось: лыжные гонки, легкая атлетика, баскетбол, футбол, плавание, гребля, велосипед, горные лыжи, скалолазание, пеший туризм, бадминтон, волейбол, настольный теннис.

И тут, наверное, для непосвященных читателей надо кое-что пояснить и подробнее рассказать свою историю занятия этим замечательным видом спорта – «спортивным ориентированием».

В 2-4 классах школы я попробовал себя в двух видах спорта: плавании и дзюдо. В плавании после месяца занятий был отчислен из-за перебора по количеству занимающихся в группе. Не выполнил контрольный норматив (больше, может, не понял установку тренера – было сказано плыть на технику, а засекли время). В дзюдо прозанимался полгода, вывихнул палец и из-за этого пропустил первые соревнования. После охлаждения, начал понимать, что по комплек-

ции тела это, скорее, не мое. Хотя коллектив в секции был хороший, мне нравился.

В 12 лет пришел в секцию ориентирования к Юрию Ивановичу Безьяманову. Зимой много занимались лыжами, летом было ориентирование бегом. Через 2-3 года занятий попал в юношескую сборную города по ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ. Тогда эта сборная состояла из лыжников, биатлонистов и ориентировщиков. Причем ориентировщиков было процентов сорок от всего состава. Бежали сначала в городе отбор, потом финал среди городов системы РосАтома (тогда по-другому это называлось, но не суть). Так в мою спортивную жизнь вошли чистые лыжные гонки. Позже участвовал еще много раз в гладких лыжах, в лыжных марафонах. На официальных соревнованиях лучшие из нас выполняли нормативы Мастера спорта по лыжным гонкам. И сейчас мы со второго класса при первой же возможности участвуем в Кубке города по лыжным гонкам и других лыжных соревнованиях.

На 2-3 год моего занятия ориентированием в нашем виде спорта был введен легкоатлетический контрольный норматив для повышения уровня специальной физической подготовки еще тогда советских ориентировщиков. В тот момент все ориентировщики большой страны вышли на стадионы и начали постигать азы ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ. Не сказать, наверное, что до этого ею не занимались. Но когда, начиная с первен-

ства области, ввели нормативы на стадионе, легкой атлетикой стали заниматься все ориентировщики Советского Союза. Л/а упражнения (СБУ), л/а шиповки, 1500 м, 3000 м прочно вошли в мою жизнь и остались в ней всю активную спортивную карьеру, а также передались моим ученикам.

Мой тренер, Юрий Иванович, был выходцем из студенческого спорта, и его, а впоследствии и нас, не обошли стороной игровые виды спорта. Как-то целый год или два он нам организовывал зарядки. Мы прибегали перед школой в игровой зал поиграть в БАСКЕТБОЛ. 20-30 минут рубились до седьмого пота. Потом бежали обратно домой, и шли на первый урок в школу. Настоящим баскетболистам в классе я все равно проигрывал, но с прочими играл на равных.

Про ФУТБОЛ, я думаю, можно много не писать. Все знают, что это игра, в которую играют почти в любой спортивной секции. Опилочные площадки, корты, залы, стадионы, заснеженные поляны всегда были в нашем распоряжении в любое время года. Футбол и баскетбол хорошо развивают координацию и по сей день используются в секции ориентирования, особенно в межсезонье.

Летняя оздоровительная кампания во времена моей юности проходила на турбазе «Веревкин угол». Турбаза была расположена на берегу Верх-Нейвинского пруда. После тренировки практически в любую погоду было почти обязательное купание у пирса. Когда наш



тренер понимал, что пробежек, имитации (лыжных ходов) и ориентирования мы больше не выдержим, мы брали лодки – по одной на двух спортсменов. Сначала один греб до ближайшего острова на той стороне пруда (около 800 метров), второй следом плыл в воде. На острове мы менялись местами и плыли обратно на турбазу. Так можно было одновременно постигнуть два вида спорта: ПЛАВАНИЕ и ГРЕБЛЯ. Турбазы той сегодня, к сожалению, уже нет. Но и у детей сейчас есть возможность съездить с секцией ориентирования и на море, и на катамаранах погребсти, и на водных лыжах себя попробовать. А я в секции в течение своей спортивной карьеры вдоволь наплавался в бассейне. И будучи уже взрослым, участвуя в мультиспортивных мероприятиях, помногу греб на различных плавсредствах, проплывал по одному километру в бассейне и на открытой воде. Все это было заложено в меня в юности. Оставалось только находить мотивацию и совершенствоваться в нужном направлении.

Уровень жизни подростка в 80-е годы характеризовался наличием ВЕЛОСИПЕДА. За хорошие оценки в школе моя бабушка Фая к концу учебного года периодически презентовала мне велосипеды. В начальной школе это был «Школьник», в средних классах «Урал». Впервые я учился ездить на двухколесном велосипеде тяжело и долго. Но когда освоил – меня было не оторвать. «Переключалок» скоростей на таких моделях тогда еще не было, и километровый подъем через горный перевал в сады к родителям давался на велосипеде «Урал» непросто. Спортивная злость заставляла давить на педали весь подъем, не переходя на шаг. Потом у меня был шоссейник ХВЗ (Харьковский вело-

сипедный завод). Но хороший велосипед «ХВЗ» не назовут – стал он разваливаться на глазах. А комфорта по кочкам после «Урала» на нем было мало. В конце 90-х, работая тренером, с первой премии купил себе горный велосипед. Тогда появилось и начало развиваться ориентирование на велосипедах. Каждый ориентировщик сборной города, так или иначе, приобрел себе горный байк. В окрестностях города и в области тогда стали проводить соревнования по ориентированию на велосипедах и устраивать мультигонки со значительными по протяженности велоэтапами. Продолжаются эти традиционные соревнования и по сей день. Сейчас 80% ребят приезжают на тренировку летом на велосипеде (некоторые умудряются даже зимой). И периодически мы с ними делаем вылазки подальше в леса.

Компактность города Новоуральска такова, что в шаговой доступности от лыжных трасс находился горнолыжный склон (аналогичная ситуация есть и в других городах области: в Екатеринбурге на Уктуских горах, в Нижнем Тагиле на горе Долгой). Когда в конце зимнего сезона лыжи надоедали, календарь зимних соревнований был закончен, а беговые дорожки еще не растаяли, тренер нас тащил на горнолыжку. Особенно запомнились утренние тренировки в весенние каникулы. Снег после первых оттепелей и утренних заморозков был леденистый, и мы, не замечая горы, в предвкушении головокружительного спуска взлетали вверх. Хорошая была уловка тренера набрать еще лыжного объема, заодно увереннее почувствовать себя на крутых склонах горы. Правда, беговые лыжи плохо кантовались на жестких склонах, и однажды Юрий Иванович договорился с горнолыжниками и



нам дали покататься на настоящих ГОРНЫХ ЛЫЖАХ. Каиф от горнолыжки возрос в разы. И пока склон вместе с прокатом оставались в 90-х и начале 2000-х в ведении спортивного клуба «Кедр», я приходил с воспитанниками и мы катались по много часов. Подъемник в те годы у нас был бесплатный. Еще помню на горнолыжных склонах Абзаково (курорт на границе Башкирии и Челябинской области) можно было увидеть много ориентировщиков. Просто в тот день был день отдыха на Всероссийских соревнованиях по лыжному ориентированию, которые проходили недалеко от склона. После, по прошествии многих лет, осуществилась моя мечта, и я с друзьями покатался 10 дней на горнолыжных склонах Австрии. Сегодня нам иногда удается выбраться на склоны нашей горы или на близлежащие склоны области. Но этот спорт стал менее доступным. Бесплатных подъемников уже давно нет.

Любимое занятие любого циклика (спортсмена, занимающегося циклическим видом спорта) на тренировочных сборах на незнакомой местности вдали от дома – сходить в кросс-поход. Как-то в юности в таком кросс-походе в Северном Казахстане мы наткнулись в лесу на гряде скал. Тренер повел младших воспитанников в обход, а я с товарищем постарше свободным лазанием преодолел этот небольшой участок, и мы существенно сократили путь в конечную точку. Пожалуй, это был первый опыт СКАЛОЛАЗАНИЯ. На Урале тоже есть много скальных останцев, в том числе недалеко от дома. В студенчестве с Вадимом Васиным мы много времени провели там уже с веревками и со страховкой. Сейчас в манежах и залах появились искусственные скалодромы. С ребятами и девочками иногда заходим туда потренироваться.

Когда надоедает жизнь городов и суета соревнований, мы уходим в походы. Первые навыки ТУРИЗМА ориентировщик постигает еще на летних многодневных соревнованиях. Организуя полевой лагерь, каждый вовлечен в процесс постановки палатки, приготовления еды, разжигания костра и заготовки дров. Даже если пища готовится на газу, вечерний костер никто не отменяет. После шести месяцев занятий в секции ориентирования в 1984 году я попал на первый свой многодневный старт «УРАЛ» и быстро всему научился. Помог опыт загородного отдыха с родителями. Моя семья любила тогда ездить отдыхать в палатках на Челябинские озера. Чуть повзрослев, ходил с Вадимом Васиным в пешие походы по Восточным Саянам, в лыжные походы по Северному Уралу. Ходил с Павлом Исаковым по местным «Веселым горкам» Среднего Урала и еще со многими друзьями в разные места нашей необъятной родины. После сам водил группы своих ребят на Северный Урал. Туризм был и остается неотъемлемой частью общения ориентировщика с природой.

ВОЛЕЙБОЛ, БАДМИНТОН, НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС – любимые виды спорта на летних многодневных соревнованиях и тренировочных сборах. Здесь все зависит от условий местности и коллектива. Но среди ориентировщиков редко встречается люди, не владеющим хотя бы одним из этих видов спорта. А мячики и ракетки зачастую находятся у кого-то в машине или на спортивных базах.

В этот список я не включил еще занятия со штангой. Спорт – не спорт, но качалки в 90-х годах были супермодны. Арнольд Шварценеггер был не только известным актером, но и кумиром бодибилдинга (строителей тела). Я тоже с друзьями захаживал в тренажерные залы. Тело свое немного подкорректировать удалось. Сейчас модно направление кроссфита. Появились упражнения для циклических видов спорта из статодинамики. Наши спортсмены в межсезонье покупают месячные абонементы в залы кроссфита и вливаются в атмосферу его адептов. Да и подкачать свое тело полезно и зимним, и летним спортсменам-ориентировщикам.

Итак, подводя итоги статьи по поводу неоконченного диалога с первоклассником, хочется сказать ему и его родителям: «Занимайтесь ориентированием, и вы будете достаточно СПОРТИВНЫМИ».



НОВИЧКИ

Пенсионеры помогают детям.

- Первые годы мы сами ездили по школам, – говорит Анн-Брит Бьёркман.

Но те времена давно прошли. Сейчас школьники сами приезжают к Анн-Брит и ее одноклубникам.

В Швеции в учебном плане средней школы прописано, что ученики должны «уметь с помощью карты ориентироваться на местности». Уже много лет клуб «Кунгэльвс» помогает местным школам во всем, что касается ориентирования: спортсмены делают с детьми и картами, и опытом. Работа клуба со школами видоизменялась с течением времени, и сейчас стороны пришли к обоюдовыгодному формату – дети на полдня приезжают в клуб, где им предлагают выполнить несколько упражнений и на практике проверить все то, что им рассказывали на уроках. А проводит занятия в лесу группа пенсионеров.

В клубе школьников ждут три вида упражнений. Первым делом они большими группами отправляются с кем-то из взрослых на прогулку по лесу, во время которой у них есть возможность познакомиться с картой, посмотреть, как карта соотносится с местностью, спросить, что кроется за тем или иным условным обозначением на карте.

Второе упражнение посвящено современному оборудованию для спортивного ориентирования. Дети бегут небольшой маршрут без карты и пробуют ставить отметки на электронном контрольном пункте. А уже потом, разбившись на группы по двое, школьники могут пройти самую настоящую дистанцию ориентирования. Это и есть третье упражнение.

Сегодняшнее занятие проводят пять человек. Анн-Брит Бьёркман, которая раньше работала в средней школе. Призмы контрольных пунктов в лесу расставляла утром Лисбет Ольссон.

- Лисбет занимается ориентированием с 1950-х годов, в те времена мы выступали за один клуб, – рассказывает еще один из сегодняшних педагогов Бертиль Квик.

Бертиль отвечает за технику, в том числе и за работу системы отметки на контрольных пунктах.

Четвертый педагог – это Улла-Брит Ордаси.

- Из всех нас она – самый лучший ориентировщик, – утверждает Бертиль.

Челль Шуннессон – пятый в этой группе пенсионеров-энтузиастов. Раньше он тоже работал в школе, и учителем, и директором, а в ориентирование пришел в 1980-х благодаря собственным детям.

- Челль – это наш административный контакт со школами – поясняет Анн-Брит.

Эти пять пенсионеров и проводят с детьми занятия: гуляют с ними по лесу, объясняют, как ориентироваться по карте и компасу, показывают, как работает система отметки, устраивают для детей забеги.

А когда насыщенный и увлекательный день в лесу подошел к концу, учитель физкультуры Эмма Энг, которая привезла детей на занятия, говорит:

- Здесь работают очень приятные люди. Приезжать сюда – одно удовольствие.

Стокгольмские студенты. С 1930-х годов в Стокгольме существует Студенческое спортивное объединение, которое по сей день устраивает всевозможные спортивные мероприятия в самых разных видах спорта, будь то кикбоксинг, спортивная гимнастика или футбол. Объединение проводит курсы для новичков, записаться на которые могут не только студенты, но и все желающие – и это отличная возможность для уже взрослых людей попробовать себя в новом виде спорта. Начиная с осеннего семестра 2017 года, ориентирование тоже входит в программу занятий.

- Наша цель – найти как можно больше способов привлечь студентов в спорт. И, как нам кажется, ориентирование отлично для этого подходит, – говорит спортивный консультант Каролина Саннерфьорд.

К тому же у спортивного ориентирования есть одно неоспоримое преимущество перед другими видами спорта – ориентировщикам не нужна крыша над головой.

- Не всегда просто найти свободные спортивные залы, поэтому мы с удовольствием включаем в нашу программу виды, заниматься которыми можно на открытом воздухе.

Стокгольмские университеты проводят тренировки с помощью так называемого Naturpasset – это специальная программа Шведской федерации спортивного ориентирования, смысл которой заключается в следующем: вы покупаете карту для ориентирования с контрольными пунктами, которые будут расставлены на местности в течение нескольких месяцев. Для каждой конкретной тренировки можно выбрать номера контрольных пунктов, которые нужно будет найти сегодня.

Сегодняшнюю тренировку проводит Джош Бич, приехавший в Стокгольм из Англии, из Йорка. Он выбрал номера контрольных пунктов, отвел участников тренировки на старт и дал отмашку. А сам побежал в другую сторону, чтобы перехватить своих подопечных в лесу и подсказать им, если они вдруг сбились с

пути. Ближе к вечеру Джош подведет итоги, а студенты расскажут о своих впечатлениях.

- Мне нужно было постоянно следить за тем, куда я бегу. Сверяться с картой. В какой-то момент я разобрался в карте, но потом понял, что ошибся перекрестком, – жалуется студент социологического факультета Хеннинг Грауерс.

У студентки лингвистического факультета Лины Бюселль уже был шанс заняться ориентированием, но она им не воспользовалась.

- У нас было ориентирование в школе, но я тогда не бежала. Мне кажется, что я симулировала приступ астмы, – признается Лина.

Но не так давно к ней на электронную почту пришло письмо, в котором говорилось, что у нее есть последняя возможность записаться на новый курс, да и подруга хорошо отзывалась об ориентировании, и Лина решила все-таки попробовать.

А недавно приехавший из Сингапура по обмену студент Леонард даже не успел купить подходящую форму и пришел на тренировку в джинсах.

Специальная программа для желающих открыть для себя ориентирование. Сейчас в Швеции работает программа «Попробуй жизнь на свежем воздухе». Это совместное начинание Федерации спортивной рыбалки, Федерации скалолазания и Федерации спортивного ориентирования, его цель – привлечь новых людей в эти виды спорта. В прошлом году подобная программа была опробована в Гётеборге и его окрестностях, а в этом году занятия проходят в окрестностях Стокгольма. За ориентирование отвечают тренеры из клуба «Снеттринге», в котором состоит, например, член юниорской сборной Швеции Симон Хектор. Отец Симона Ёрген Хектор – один из тренеров программы «Жизнь на свежем воздухе».

- К сожалению, к нам приходит довольно мало людей, – говорит Ёрген. – Однако организовано все очень неплохо. Нам нужно выходить на новый уровень и привлекать новых участников.

Ёргену помогает его коллега по клубу «Снеттринге» Надя Дальстрём, которая говорит, что участвовать в проекте они начали после того, как получили письмо от Федерации ориентирования.

- Мы захотели поучаствовать в привлечении детей и подростков в наш вид спорта, – говорит Надя.

Вместе с Ёргеном они готовят для участников тренировки разные упражнения, одно из которых «лабиринт», рассказывают детям, как нужно обращаться с оборудованием и экипировкой, словом, растят следующее поколение потенциальных звезд ориентирования.

ТРЕБОВАНИЯ НАСЧЁТ ГЕНЕРАЛИЗАЦИИ – ОБЫЧНАЯ КОНКУРЕНТНАЯ БОРЬБА



В.В. Добрецов

Первая карта и статистика. Все очень постепенно происходило, не сразу. Я впервые познакомился с рисовкой карт еще школьником, лет в 15, Владимир Николаевич Белозеров показывал нам, как это делается. Помню, ходили с теодолитами вокруг Уловного озера в Сосново, потом пытались отрисовывать

Виктор Вячеславович Добрецов – имя, которое известно по всему миру. Его фамилия вписана на карты всех пяти континентов, среди неосвоенных – лишь Австралия и Антарктида. Виктор Вячеславович рассказал об особенностях российской школы картографии и о том, почему он пока не рекомендовал бы становиться составителем спортивных карт.

небольшие кусочки. У меня как-то сразу стало получаться и вообще понравилось. Потом я много лет тренировался у Виталия и Юрия Чегаровских. Они тогда зарисовывали Токсово и нас, молодых, к этому делу привлекали. Виталий Львович много со мной возился, в результате на токсовских картах конца 80-х есть несколько моих кусочков.

Первая карта, которую я уже могу назвать своей, – район озера Силанде в Лемболово. Нас там трое работало, я взял на себя обязанности старшего: отредактировал куски моих товарищей и сам все вычертил. По этой карте затем провели первый Мемориал Михаила Святкина.

Ну, а потом много всего было, работал и здесь, и за границей, и один, и в бригадах. Всегда старался чему-нибудь научиться у людей, с которыми сводила жизнь. Больше всего перенял у Сергея Симакина, с которым познакомился в середине 90-х.

Карты и квадратные километры давно уже не считаю, надоело после первой сотни. Мне проще считать континенты, части света, на данный момент их пять, неосвоенными остались только Австралия и Антарктида.

Этапы создания карты. В Ленинградской области, как правило, сначала иду в район с навигатором, прохожу все или почти все дороги и тропы, кое-где по лесу, отслеживаю перепады высот, заодно просматриваю местность. Потом скачиваю снимки и совмещаю их с треками. От многих слышал, что гугловские снимки кривые, но сам с этим не сталкивался, у меня до сих пор все накладывалось очень хорошо. Если есть старая карта приемлемого качества, врисовываю информацию с нее, обычно рельеф и микрообъекты. С этими материалами начинаю полевые работы.

За границей все проще. Во многих странах на национальных географических серверах есть снимки качественней гугловских и файлы с рельефом, их можно скачать либо бесплатно, либо за символические деньги. Обычно основу готовят заказчики, я получаю уже готовые базовые материалы.

Работаю по старинке, простым твердым карандашом. Цветными пробовал, но не понравилось. Масштаб 1:5000 – для простых местностей и 1:4000 – для более сложных. Карты для спринтов рисую в 1:2500. ИОФ рекомендует работать в 1:7500, но, по-моему, это глу-



В. Добрецов с Сергеем Симакиным и Вячеславом Пызгаревым, Владимирская область, ноябрь 1995 г.



В. Добрецов с Георгием Кунцевичем, США, 1997 г.

пость, я недавно попробовал и зарёкся никогда больше этого не делать.

Рабочий день обычно 6-7 часов на простой местности или, когда нужно закончить работу во что бы то ни стало, – 8, иногда даже больше. Под дождём работать не люблю, но порой приходится. Потом полевые материалы сканирую и вычерчиваю.

Какие технологии кроме OSAD можно и нужно использовать? Навигатор – полезная и удобная штука, москвич Владимир Люк приучил меня к нему. Спасибо ему за это.

О лазерном сканировании. При лазерном сканировании получается очень хорошая основа, фотограмметристы остались без работы. Но, чтобы хорошую основу превратить в хорошую спортивную карту, нужен толковый картограф. Средненький рисовщик сделает средненькую карту даже при наличии очень хороших базовых материалов.

Я в Испании много работал с такими основами. В целом весьма нравится, но прикольные места встречаются. Когда эти технологии будут доступны в России – не знаю, не от меня это зависит.

Что лучше: нанести на карту всё подряд с большой точностью или отбросить всё лишнее и руководствоваться генерализацией? От чего это может зависеть? Мое мнение – нужно предоставить спортсмену максимум достоверной информации о местности, то есть в идеале карта должна быть достаточно подробной, но при этом читаемой на соревновательной скорости. В умении найти эту “золотую середину” и состоит класс рисовщика. А участник пусть сам выберет, что ему нужно для ориентирования, а что нет, мы не должны решать это за него.

Как выбирается масштаб и сечение для рисовки карты? В зависимости от условий местности или от пожеланий заказчика (и его соревновательных планов)? Обычно перед началом работ все подобные вопросы обсуждаются с заказчиком. Масштаб, сечение, уровень генерализации, примерные границы района, откуда начинаем, как развиваем, какие знаки используем, какие соревнования проводим.

Говорят, что у России свой путь в плане рисовки карт (например, в Европе предпочитают карты с сечением 5м, у нас – 2,5м, масштаб карт только 15000 и 10000, у нас очень любят 7500). Почему так? У России не свой путь, а скорее своя школа спортивной картографии. У нас принято и карты делать более подробными, чем, например, в Скандинавии, и с горизонталями аккуратнее обращаться, и вообще, без основ многие умеют работать.

В других странах тоже есть свои школы, это совершенно естественно. В Испании, например, где работают картографы со всей Европы, это прекрасно понимают. Один парень даже целую теорию придумал на этот счет, типа, шведы делают карты слишком генерализованными, русские – их противоположность – слишком подробными, а вот чехи в самый раз. Такая гегелевская триада, тезис-антитезис-синтез, видимо, к зачету по диамату человек готовился. Но выводы сделал абсолютно правильные: нет хороших и плохих карт, есть карты, сделанные представителями разных школ, и при подготовке к соревнованиям, благородные донны, постарайтесь выяснить пятый пункт автор карты.

В этом плане последние требования ИОФ насчет генерализации – обычная конкурентная борьба: отныне право на существование имеет только одна школа картографии – скандинавская. Решение вполне понятное, но не факт, что правильное. Я считаю, что основа развития – в разнообразии и свободной конкуренции.

С масштабами и сечениями всё просто. Сечение 5 обычно используют для районов с большими перепадами высот, а 2,5 – там, где преобладают мелкие и средние формы рельефа, и это во всем мире так, не только в России. Масштаб 7500 тоже любят во всем мире, просто из-за позиции ИОФ редко используют для официальных стартов. Масштаб 15000 имеет право на существование, но считать его основным, наверное, не стоит, он не для всякой местности. У нас в Ленобласти есть районы, которые можно отрисовать в 15000, но это точно не Выборг.

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 рисовщик право также требовать с каждого новых соревнований какие-то % за свою карту? Ведь, по сути, карта принадлежит Заказчику, а рисовщик – лишь Исполнитель. Тут на самом деле не одна, а целый комплекс проблем. Суть в том, что многие организаторы соревнований рассматривают картографа исключительно как наемного работника, вроде негра на плантации, который должен горбатиться на дядю, но не имеет никаких прав и возможностей распоряжаться плодами своего труда. Разни-



2001 г., Бразилия. Интервью местному телевидению.



В. Добрецов с Сергеем Скрипко и Олегом Черемных, Португалия, 2005 г.



В Испании, 2005 г.

ца лишь в том, что негра, как правило, оформляют по Трудовому Кодексу и с социальными гарантиями, как положено, а картограф об этом может только мечтать.

Я думаю, это неправильно. Мне больше импонируют другие отношения, когда мы с заказчиком карты – одна команда и каждый делает свою часть работы: один решает организационные вопросы, проводит согласования, находит финансирование, затем, организовав соревнования и тренировки, окупает свои затраты, а другой готовит для этих стартов карту. В этом случае логично, что в случае продажи карты на сторону прибыль делится на всю команду, свою часть получает и автор карты.

Тут два плюса. Во-первых, картограф имеет еще один стимул делать не

одноразовый, а качественный продукт, который будет интересен многим и востребован в течение долгого времени. Во-вторых, появляется инструмент влияния на тех, кто плохо с картой обращается, врисовывает в неё ненужную отсебятину или, наоборот, удаляет нужную информацию. Такие, к сожалению, есть, и в следующий раз с них следует брать больше, и они должны это знать. Я вкладываю в создание карты свой труд и, естественно, не хочу, чтобы посторонние люди, с которыми я ни о чем не договаривался, имели возможность делать с ней все, что им захочется без согласования со мной, при этом любая чушь подписывалась бы моим именем.

А минусов я не вижу. Речь идет о довольно небольших суммах, скажем, 10% стартового взноса – правообладателю и 10% – автору карты. У нас любят пого-

ворить о том, как дорого обходится создание карты, но в данном случае карта обойдется арендатору не более чем в 20% бюджета при минимуме риска. Поэтому, вполне приемлемые цифры, и, в конце концов, мы к этому придем.

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

В идеале, работать надо так, чтобы на подобный вопрос честно отвечать “Себя”. А так, много таких, только в России человек двадцать как минимум, в мире несколько сотен, всех не назовешь.

О почерке картографа. Мне нравится, когда ориентирование разное. И когда карты сделаны по-разному.

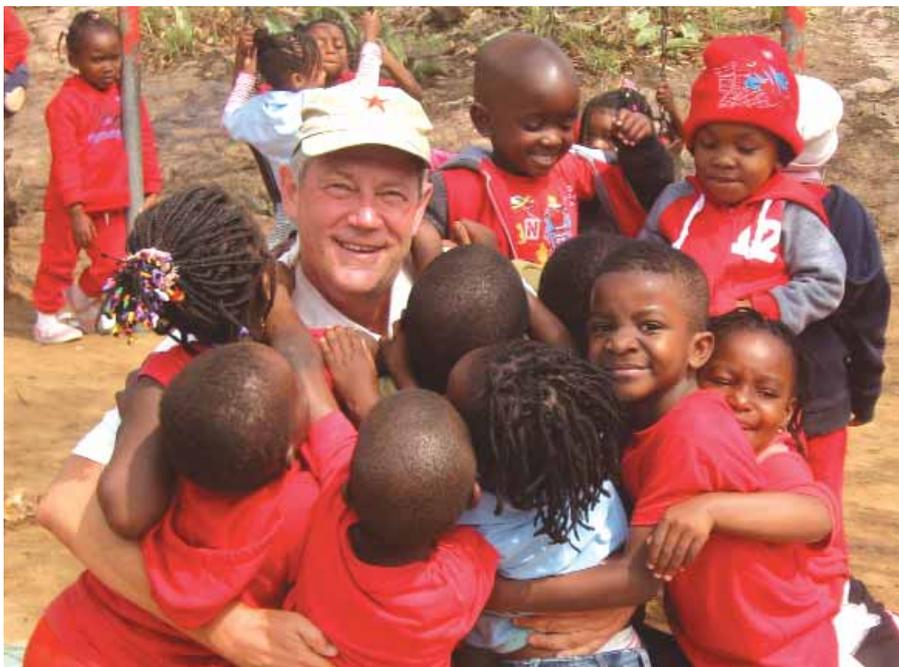
Во время соревнований по ориентированию в качестве участника сравниваете ли вы качество карты с тем, что могли бы сделать сами? Помогал ли опыт рисовщика в участии в соревнованиях или наоборот мешал? Да, сравниваю, конечно. Но к чужим огрехам отношусь спокойно. Как правило, если я не инспектор, мне все нравится. Опыт помогает. В некорректно отрисованных местах все ошибутся, а я нет.

Можно ли в нынешнее время заниматься только рисовкой карт и считать это своей работой? Или это не может быть основным источником дохода? Я более двадцати лет зарабатываю только рисовкой карт.

Как сейчас обстоят дела с молодыми кадрами? Как вы считаете, что надо сделать, чтобы в профессию картографов подтягивалась молодежь? Отсутствие молодых составителей карт – частный случай другой, более серьезной проблемы. Я много лет занимался историей питерского ориентирования, думал, почему все происходит так, а не иначе, и, в конце концов, догадался, что оно проходит те же стадии развития, что и этносы в известной теории Льва Гумилева. Я понимаю, что это очень смешно, но это так. Если вы знакомы с историей ориентирования в СПб, хотя бы в самых общих чертах, то легко обнаружите и “скрытую” фазу (1950-е гг.), и “пассионарный толчок” (конец 50-х), и фазу подъема (60-70-е гг.), и акматическую (80-ые – начало 90-х), затем, естественно, надлом (примерно 10 лет, начиная с 1995, когда многих активных людей отсюда погнали, а у других надолго отбили желание что-либо делать), так что сейчас мы уже давно находимся в инерционной фазе, со всеми вытекающими...

Рисовщик, как и всякий пассионарий, в такие времена редок и не сильно востребован. Качественная спортивная карта – это, наверное, последнее, что

2017 г. Ориентирование – оно и в Африке ориентирование



нужно простому ориентировщику-потребителю в инерционной фазе развития. Почитайте 0-сайт или Москомпас – организаторов соревнований благодаря за что угодно: за удобную парковку, за вкусную подпитку, за оперативные результаты и трансляции, за детский сад, за теплый сортир, но часто ли вы слышите спасибо в адрес автора карты?

Так что, в таких условиях я бы никому не рекомендовал становиться составителем спортивных карт. Да у вас сейчас и не получится, скорее всего, пассионарной энергии не хватит. Вот если удастся каким-то образом повернуть историю вспять, подняв в сообществе уровень пассионарности и попутно решив проблемы, о которых я упомянул ранее, если будут высказаны разумные предложения о том, как это сделать, и начата их реализация, – тогда будет иметь смысл и подготовка нового поколения рисовщиков.

Alcoy Ciudad

TELEFONOS	TAXI	LA SALLE
Oficina: 94 442 78 86	Taxi: 94 442 78 81	www.alcoyciudad.com
Administración: 94 442 78 40	Administración: 94 231 88 31	mailto:administracion@alcoyciudad.com
Fuente: 94 442 78 37	Fuente: 94 442 78 49	www.alcoyciudad.com

El Periódico Ciudad de Alcoy
 Calle Ciudad, s. n.º. Av. Pinar de San José, 10. 03010, Alcoy / ARA
 Número de Legajo: A-32 / 1930. ISSN: 0148-2233

"Alcoy Ciudad S. A., editora del diario 'Ciudad de Alcoy' se compromete a la reproducción con esta de los contenidos de este diario. Dado que los contenidos de este periódico son de dominio público, se permite su reproducción en cualquier medio de comunicación, siempre que se cite a la fuente original y se permita la explotación económica de los contenidos de este periódico."

AMICS I CONEGUTS

Un mapa es la herramienta fundamental para los participantes en una prueba de orientación y los mejores para elaborarlos son los cartógrafos rusos, por eso he contratado Viktor Dobroslov por el Centro Excursionista d'Alcoy. He estado tres semanas trabajando en el Mas de l'Her cartografiando la zona del Castell de Ransol, por donde se llevará a cabo el 78º Trofeo Ciudad d'Alcoy d'Orientació. Posteriormente su trabajo de campo será digitalizado en San Petersburgo (Rusia) y de allí enviado con un disco compacto hacia Alcoy. Con este trabajaran los organizadores de la prueba y saldrán al mundo. La prueba será una ciudad que puede estar en sus semanas de estancia. Viktor se queda con la amicalidad de la gente.



CON VIKTOR NO TE PIERDES

Espanya, 2007 g. Svobodnaya pressa upolnomochena zayavit: S Viktorom ne zabludish'sya.

CASA DO GAIATO DE MAPUTO
 Escala 1:4000 Eq. 2,5m
 ISSOM 2007



Campo & Desenho:
 tsov, IX.2017.

ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ЯПОНИИ ГЛАЗАМИ СТУДЕНТА СПбГУ

Масахиро Нисида – студент СПбГУ, приехавший в Россию из Японии по программе обмена. Масахиро рассказал нам о том, что из себя представляет японское ориентирование, почему японский Чемпионат ВУЗов намного популярнее чемпионатов страны и как происходит заявка на японские соревнования.

- Расскажи немного о себе: откуда ты, почему приехал в России и надолго ли?

- Я из Токио (Япония). Изучаю менеджмент в СПбГУ по программе обмена с Токийским Университетом. Я подумал, что у меня в жизни будет немного шансов побывать в России, поэтому я подал заявку именно в СПбГУ. Я пробуду здесь всего лишь до 15 марта, потому что моя программа обмена не совсем обычная.

- Как долго ты занимаешься ориентированием и как ты попал в этот спорт?

- Я начал заниматься ориентированием, когда поступил в университет, три года назад. До поступления я никогда раньше не слышал об ориентировании, но мне оно показалось довольно интересным и интеллектуальным. Кроме того, в Клуб ориентирования Университета Токио принимали студентов любого уровня подготовки.

- Насколько хорошо ориентирование развито в Японии? Многие ли знают о нём? Как долго существует Федерация ориентирования в Японии?

- Ориентирование не сказать, что популярно и широко известно. Это просто небольшой вид спорта в Японии. И люди даже часто не думают, что ориентирование – это спорт, поскольку изначально ориентирование в Японии зародилось как способ провести досуг, например, как пешие прогулки. Сейчас количество людей, занимающихся ориентированием, достигает 1000–2000. Однако многие японские ориентиров-

щики очень серьёзно подходят к попытке выигрывать соревнования как внутри Японии, так и за её пределами.

Федерация спортивного ориентирования Японии, предшественник Ассоциации спортивного ориентирования Японии, была основана в 1969 году.

- А кто самый известный ориентировщик в Японии?

- Самый известный – Шин Муракоши (Shin Murakoshi). Он выигрывал Чемпионат Японии 15 раз подряд и 22 раза за всё время. Сейчас он – легенда ориентирования, заместитель председателя Ассоциации спортивного ориентирования Японии.

- Как устроено японское ориентирование (внутренняя система)?

- Большинство людей в Японии занимаются ориентированием будучи старшекурсниками. Не все студенты продолжают заниматься ориентированием после их выпуска из университета. Количество спортивных клубов при университетах – около 20, количество местных клубов – около 30.

- Какая местность чаще всего встречается в Японии? Какие районы Японии чаще используются для проведения соревнований?

- Как правило, японские горы крутые, поэтому многие японские местности не такие уж и плоские. Кроме того, часто большая площадь на картах окрашивается в зелёный цвет (наверное,



имеется в виду, что встречается много «зелёнки» – прим.ред). Множество соревнований проходит в районе Канто (регион в Японии, где находится Токио). И есть несколько хороших местностей в районе Фудзи и районе Никко (это занимает около двух или трех часов езды от Токио.)

- Что больше популярно в Японии: лесные дисциплины или городские спринты?

- Лесные дисциплины более популярны. Мы едва ли проводим спринты в городе. Очень трудно получить разрешение на проведение городских соревнований. Однако у нас довольно много парковых соревнований, так называемых park-o.

- А что по видам: кроссовые дисциплины, лыжные, вело- или трейл-о?

- Кроссовые наиболее популярны благодаря своей простоте. И это сравнительно дороже заниматься ски-о или велоориентированием. Кроме того, в Японии не так много регионов, где бывает снег, поэтому ориентирование бегом больше распространено.

Что касается трейл-о, то за последнее время количество людей, занимающихся им значительно увеличилось, но тем не менее это всё ещё меньше, чем в ориентировании бегом.

- Какие самые крупные и известные соревнования проходят в Японии?

- Самых больших и известных три: Чемпионат Японии, Чемпионат Японии среди Университетов и Эстафета «ClubCup 7». Все они проводятся ежегодно.

Чемпионат Японии проводится по четырём видам: лонг, миддл, эстафета и городской спринт. В прошлом году чемпионат по виду лонг собрал 930 участников. А победитель лонга получил звание «самого быстрого ориентировщика года».

Чемпионат среди Университетов выявляет лучшего среди ориентировщиков-студентов. Он также проводится по четырём видам: лонг и спринт проходят



в два дня (в сентябре или ноябре), миддл и эстафета – соответственно в марте.

Как я уже упоминал, в Японии ориентирование особенно популярно среди старшекурсников, нежели среди взрослых, поэтому Чемпионат Университетов даже более популярен, чем Чемпионат Японии. Наибольшим спросом пользуется эстафета, поскольку проводится в конце чемпионата и в конце академического года (учёба в Японии начинается с апреля). Поэтому многие студенты прикладывают все свои силы, чтобы выиграть и защитить честь своего университета.

В эстафете «ClubCup 7» участвуют команды клубов в составе семи человек. По сравнению с чемпионатами эти соревнования имеют фестивальную сторону (как некий праздник), и многим ориентировщиком как раз это и нравится.

Также Клуб ориентирования Университета Токио, за который я выступаю, проводит свои соревнования, и они больше, чем любые другие соревнования, проводимые студентами. В этом году мы проводим соревнования 3 июня в префектуре Гумма (менее трех часов от Токио). Если кто заинтересуется, можете связаться со мной!

- Как происходит заявка на соревно-

вания в Японии? У вас есть специальный сайт с анонсами ближайших мероприятий?

- Почти все анонсы о ближайших событиях в Японии можно найти на orienteering.com, но там нет перевода на английский язык.

На многие соревнования ты можешь заявиться по электронной почте, но количество событий, куда ты можешь заявиться через интернет, неустанно растёт! Часто для этого используют Japao-entrY, японский сайт для заявки на соревнования. Для иностранцев, желающих принять участие в каком-либо японском старте, проще связаться с организатором, контакты которого указаны в информационных бюллетенях.

- Какую электронную отметку используют в Японии? Emit, SportIdent, SFR или другую?

- Наиболее часто используются в Японии эмиты. SportIdent сейчас чаще используют на больших спринтерских соревнованиях. Но я никогда не слышал, чтобы её в Японии использовали SFR.

- Что тебе известно и о российском ориентировании?

- Я слышал, что Россия – одна из стран, где ориентирование хорошо известно и где очень много великих спортсменов. Насколько мне известно, у вас развивается не только беговое ориентирование, но и лыжи, вело- и трейл-о. Причём лесные дисциплины в беговом ориентировании так же популярны, как и спринтерские в городе.

Материал подготовлен
Светланой Кореновой
(Санкт-Петербург)



「～」をもちにTri
ンサーリング活動
2013年東大OLK作
加藤 紳 金子
中野 倫博 平野
岡邊 汰郎 岡本
佐藤 遼平 清水
漢字 津佐 亮
宮本 樹 村井
水 下 謙 仁 小
崎 保田 恵理 長

2017年6月4
第39回東京
会場:富岡第
緊急連絡先

教団所 + 立入
給水所 通行
渡河点 //

The 39th Competition of University T

裾野

静岡県裾野市 葛山



560

Я УВЕРЕН В СОБСТВЕННЫХ СИЛАХ



Эрик РОСТ

За последние три сезона Эрик Рост добился высочайших достижений. Сначала он во второй раз в карьере победил в общем зачете Кубка Мира по лыжному ориентированию. Впервые он первенствовал в Кубке Мира в сезоне-2007/08, ставшем для спортсмена поворотным. С тех пор он выступает на крупных соревнованиях, как по лыжному ориентированию, так и по ориентированию бегом, и завоевал за это время множество наград. И, похоже, останавливаться на достигнутом Эрик не собирается. В прошлом году на чемпионате мира в Красноярске он стал чемпионом мира, победив на самой престижной длинной дистанции, и уже в этом году повторил свой успех на чемпионате Европы в Болгарии.

В феврале 2015 года чемпионат мира по лыжному ориентированию проходил в Норвегии. И первые две гонки чемпионата Эрик провел превосходно: он выиграл первую в карьере индивидуальную медаль, став третьим в

спринте, а потом закрепил успех бронзой спринтерской эстафеты.

Однако тот чемпионат мира навсегда останется в памяти шведского лыжника по другой причине. После первых двух стартов Эрик узнал, что у него умер отец. Многие наверняка бы снялись с турнира, но Эрик вышел на все три оставшиеся старта. На средней и длинной дистанции он в медали не попал, но в эстафете бежал быстрее всех и принес шведской команде серебро. Эрик с новыми силами выступил в последующем сезоне (2015/16) и одержал свою главную победу:

- Мое самое большое достижение – это победа в общем зачете Кубка Мира в прошлом году. Она для меня очень много значит. После чемпионата мира 2015 года и смерти отца мне было очень тяжело. Мы с отцом были очень близки. Он всегда ездил со мной на соревнования и во всем меня поддерживал. Я рад, что горе меня не сломило и

что я доказал всем, что могу побеждать, – говорит Эрик.

Главной целью на позапрошлый сезон для спортсмена как раз и был Кубок Мира. В зачет шли три гонки на трех этапах, так что выступать нужно было стабильно хорошо. Эрик ни разу не опустился ниже пятого места, на втором этапе сезона он выиграл три забега из трех, так что победа была у него практически в кармане. Осталось только достойно выступить на заключительном этапе.

- Я еще никогда так не волновался, как перед тремя последними стартами. После смерти отца мне хотелось победить как никогда.

Эрик совладал с нервами и на четыре очка опередил занявшего второе место норвежца Ларса Мохольтда.

Впервые выступать на «взрослых» соревнованиях Эрик начал в сезоне-2005/06, а двумя годами позже впервые выиграл Кубок Мира.

- Мне было 23 года. Тогда я особо об этом не думал, ну победил и победил, просто так случилось. Но вот в прошлом году я ставил перед собой цель – победить.

Самые главные достижения в спортивной карьере Эрика Роста случились в ориентировании на лыжах – это и два триумфальных Кубка Мира, золото длинной дистанции на чемпионатах Европы 2015 и 2018 годов и золото длинной дистанции чемпионата мира 2017 года. Однако много лет Эрик совмещал лыжи с ориентированием бегом. В 2011 году он, например, победил на «О-Ринген», а в 2012-м – был в составе шведской сборной на чемпионатах мира и Европы. А начал заниматься ориентированием Эрик точно так же, как и многие другие юные ориентировщики.

- Я пришел в спорт еще в детстве – родители брали меня с собой на соревнования. Мне понравилось, и я не забросил спорт, и когда вырос. Я уже в детстве ориентировался бегом летом, а зимой – на лыжах.

В 16 лет Эрик поступил в спортивную школу, где занимался ориентированием, и бегом, и на лыжах, и отдельно – беговыми лыжами. И дальше тоже совмещал два вида ориентирования.

- Беговой и лыжный сезоны – это два отдельных сезона, и мне было не очень-то сложно уделить должное внимание обоим видам. К тому же, я считаю, что тренировки для одного





ПОЛИГРАФИЯ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ

Дизайн, верстка,
фотосъемка

Изготовление
и печать
спортивных карт

Издание
книг и брошюр,
твердый переплет

Рекламная и деловая
полиграфия

вида помогают преуспевать и во втором. Да, выступать на соревнованиях в двух сезонах было сложновато, но не слишком.

Вплоть до 2013 года Эрик одинаково много посвящал времени обоим видам, хотя его лыжные результаты были куда лучше. Однако в 2013 году он закончил учиться, устроился на работу и к тому же травмировал ногу, из-за чего не мог бегать. Поэтому Эрик и переключился на лыжи. Впрочем, настрой спортсменов, по его мнению, одинаков в обоих видах ориентирования:

- Если сравнивать ориентирование бегом и на лыжах, то соревнования несколько отличаются друг от друга. В ориентировании бегом больше спортсменов и больше зрителей. Но отношение к своему виду у спортсменов одинаковое, да и сил и времени на тренировки они тратят столько же. Я бы даже сказал, что лыжники тренируются немного больше, потому что на лыжах ты реже получаешь травмы.

К 2015 году Эрик восстановился после травмы ноги и снова стал бегать за свой клуб «Малунгс», и даже добился определенных успехов: в 2015 году он с одноклубниками выиграл эстафетное серебро на чемпионате Швеции, а в прошлом году занял с ними восьмое место на «Тиомиле».

Сейчас Эрик живет в шведском городе Фалун. Он работает на полставки – обычно между утренней и вечерней тренировками. В Фалуне базируется Спортивная академия провинции Даларна, поэтому там превосходные условия для тренировок.

- В Фалуне я обычно отрабатываю простой бег на лыжах, а уже на сборах работаю и над техникой ориентирования. Нас примерно 8–9 человек, участвующих в международных соревнованиях по лыжному ориентированию, и для нас, как и для обычных лыжников, в Фалуне отличные условия для тренировок.

Эрик уже больше десяти лет занимается ориентированием на самом высоком уровне и, казалось бы, уже все видел, но прелесть ориентирования как раз в том и заключается, что, каким бы опытным ты ни был, оно всегда может преподнести сюрприз.

- Я уже столько лет в спорте, и наконец могу сказать, что уверен в собственных силах. Например, я научился на больших чемпионатах не думать о том, что происходит вокруг, а концентрироваться только на забеге. Я бывал на самых разных соревнованиях, у меня довольно много опыта, но в ориентировании перед тобой всякий раз

стоят новые задачи. Хотя иногда и случается, что очередной старт немного похож на один из старых твоих стартов, и тогда накопленные знания могут очень пригодиться.

Поскольку чемпионат мира по лыжному ориентированию проходит раз в два года, то как минимум еще один год Эрик будет действующим чемпионом. Но это не значит, что новый сезон для него не так важен. Как раз наоборот. В этом сезоне ему придется побороться за третий Кубок Мира.

- Моя главная цель на 2018 год – это общий зачет Кубка Мира по лыжному ориентированию. Я в хорошей форме и думаю, что могу рассчитывать на победу. Я не буду делать ставку на какие-то отдельные дистанции, попытаю счастья на всех.



Эрик Рост

Имя: Эрик Рост.

Страна: Швеция.

Дата рождения: 30 мая 1985 г.

Место жительства: Фалун, Швеция.

Работа: лесное хозяйство.

Дисциплина: ориентирование на лыжах.

Клуб: Alfta Esa («Альфта Эса»).

Достижения: Две победы в общем зачете Кубка Мира, чемпион мира 2017 г. в спринтерской эстафете и чемпион мира 2017 г. на длинной дистанции, чемпион Европы на длинной дистанции 2015 и 2018 гг.

Место в мировом рейтинге ИОФ: 1-е

Twitter: skogsmastarn

Instagram: skogsmastaren

КОМПЬЮТЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИННОВАЦИИ, используемые в процессе проведения соревнований по спортивному ориентированию на примере Чемпионата Мира-2016 для людей старшего возраста

Сейчас во многие сферы человеческой деятельности входят компьютерные технологии, которые помогают решать различные проблемы. Процесс внедрения таких технологий не обошёл стороной такую достаточно сложную и специфичную деятельность как проведение соревнований по спортивному ориентированию. Основной трудностью в проведении данных соревнований является их массовость, труднодоступность и разведение или размещение в разных местах старта и финиша. На примере Чемпионата Мира-2016 в Эстонии среди людей старшего возраста, мы проинформируем вас о том, как решались эти проблемы с применением компьютерных технологий.

Над всей территорией соревнований лесного массива осуществлялось применение летающих дронов для контроля за участниками соревнований. Информация с этих летающих объектов транслировалась на финишных электронных щитах-баннерах и охватывала площадь около 10 кв.км. В опасных местах, особенно на болотах трясиинного характера, дроны следили за спортсменами, и с их помощью обеспечивалась безопасность участников.



Чернова Н.А., доцент кафедры «Физическое воспитание», Ульяновский государственный технический университет;



Зарипов Э.В., председатель городской Федерации спортивного ориентирования, г. Ульяновск.

В лесном массиве были установлены камеры, видео транслировалось как на финише и старте, так и в online-трансляции по всем странам мира. Бегущих спортсменов могли видеть дома их родственники, знакомые, подопечные. Это вносило определённый позитив для спортсменов – настраивало на рабочий лад и повышало ответственность.

Работа старта и финиша все семь беговых дней была удалена друг от друга на два, а то и более километров. Все результаты размещали в online-трансляции на больших телеэкранах на финише. Так как в соревнованиях принимали участие около пяти тысяч спортсменов – табло было около двадцати. Они работали постоянно и без



сбоев. В судейский штаб (для судей был специально построен ангар) входило около ста человек, которые обрабатывали данные по каждому спортсмену при помощи компьютеров молниеносно и выкладывали информацию. Исключение составили результаты городского спринта: было большое количество информации с полигонов о нарушениях правил соревнований по районам, запрещенным для бега, на её обработку требовалось время. Это был существенный минус, но не по вине организаторов.

На старте нагрудные номера спортсменов считывали по штрих-коду, вносили в память компьютеров и отслеживали на дистанции. Это было новинкой. Чипы, их идентификацию вносили в компьютерную базу на старте. На обратной стороне нагрудного номера участники должны были указать свои хронические заболевания на английском языке. Сам номер был из непромокаемого полимерного материала. Информация на стартовых номерах спасла жизнь нескольким спортсменам на финише первой дисциплины – городского спринта, участники неправильно рассчитали силы и отключились. Благодаря данным на нагрудных номерах медицинская помощь работала быстро и эффективно, спортсмены быстро реанимировали.

В целом проведение соревнований – кропотливая работа, которая кроме организации и подсчёта результатов охватывает разные мелочи. Например, такой мелочью является охват всего лесного массива волонтерами. Это обстоятельство вызывает особое уважение к организаторам. Эстонские организаторы сумели просчитать всё, и впечатление от соревнований осталось только положительное.

Таким образом, организация соревнований при помощи вышеперечисленных гаджетов и компьютерных технологий в настоящее время позволяет быстро и качественно проводить и разнообразить соревнования, в том числе по спортивному ориентированию. Все это вносит новизну и популяризирует спортивное ориентирование в мире. Такое использование гаджетов и технологий было невозможно себе представить 25 лет назад. Сравнивая проведение соревнований сейчас и в то время, можно видеть колоссальный прогресс и его внедрение в сферу спортивной деятельности.

БИАТЛОН-ОРИЕНТИРОВАНИЕ

Чемпионат мира по двоеборью:
ориентирование и стрельба

WBOC 2017

SUNDSVALL | SWEDEN

ляли по мишеням: первый раз – десять выстрелов из положения лежа и столько же выстрелов во второй раз, но уже из положения

стоя.

Рассказывает член шведской сборной Юхан Эклёв:

- Я впервые попробовал этот вид спорта, когда служил в армии. И хотя в своем первом забеге я несколько раз заработал десять штрафных минут и всего один раз попал в мишень, мне все равно понравилось, и я продолжил заниматься двоеборьем.

Юхан учился в спортивной гимназии, а его самое большое достижение в ориентировании – это серебряная медаль юниорского чемпионата Швеции в ночном забеге. Зато в ориентировании со стрельбой успешнее него нет никого.

- У меня ушло несколько лет на то, чтобы в равной степени овладеть всеми аспектами двоеборья. Но когда у меня появилась собственная винтовка, дела быстро пошли в гору.

У женщин лучше всех на Чемпионате Мира выступила Карин Стенбак. Раньше она занималась и обычным ориентированием, и ориентированием на лыжах, и биатлоном, а в 2009 году увидела объявление о тренировочном лагере для стреляющих ориентировщиков.

- Мне показалось это интересным, и я записалась. И сразу влюбилась в этот вид спорта. Уже через два года я победила на зимних соревнованиях. Да, это, определенно, моя дисциплина, – говорит спортсменка.



ПЛАНИРОВАНИЕ ДИСТАНЦИЙ С РАССЕЙВАНИЕМ

А. Ширинян (Санкт-Петербург)

1. Общие положения.

При планировании дистанций следует учитывать такой фактор, как необходимость рассеивания участников для предотвращения совместного бега, особенно в дисциплинах, проводимых с общего старта (эстафеты или индивидуальные масс-старты). Также важно создать равные условия для ориентирования, независимо от того, бежит ли спортсмен в группе или ориентируется самостоятельно.

Рассеивание может быть естественным и искусственным. Естественное рассеивание достигается с помощью планирования этапов с большим количеством вариантов движения. Это особенно важно в начальной части дистанций видов программы, проводимых с общего старта. Естественному рассеиванию участников способствует использование участков местности с большим перепадом высот, развитой сетью дорог, с малой видимостью и затрудненной проходимостью.

Искусственное рассеивание в обязательном порядке должно применяться при планировании дистанций эстафет и индивидуальных соревнований, проводимых с общего старта. Также рекомендуется применять искусственное рассеивание на дистанциях в тех видах программы, где протяженность трассы и относительно небольшой стартовый интервал могут привести к образованию пар или групп участников, проходящих дистанцию одновременно.

Основным требованием при применении искусственного рассеивания является то, чтобы все участники (или эстафетные группы в эстафетах) в конечном итоге прошли одинаковую трассу. При этом отдельные фрагменты трассы могут быть пройдены в различной последовательности. Фрагментом трассы считается этап (или связка этапов) между контрольными пунктами, но не отдельно взятый контрольный пункт.

2. Методы искусственного рассеивания.

Методами искусственного рассеивания, применяемыми на соревнованиях по спортивному ориентированию, являются:

1. Метод Фарста и его разновидности для рассеивания на трассах дисциплин, проводимых в два или более кругов со сменой карты.

2. Метод «Бабочка» и его разновидности для рассеивания на трассах дисциплин, проводимых без смены карты.

Допустимо также комбинированное рассеивание с использованием методов «бабочка» и его разновидностей в пределах одного круга при рассеивании по методу «Фарста».

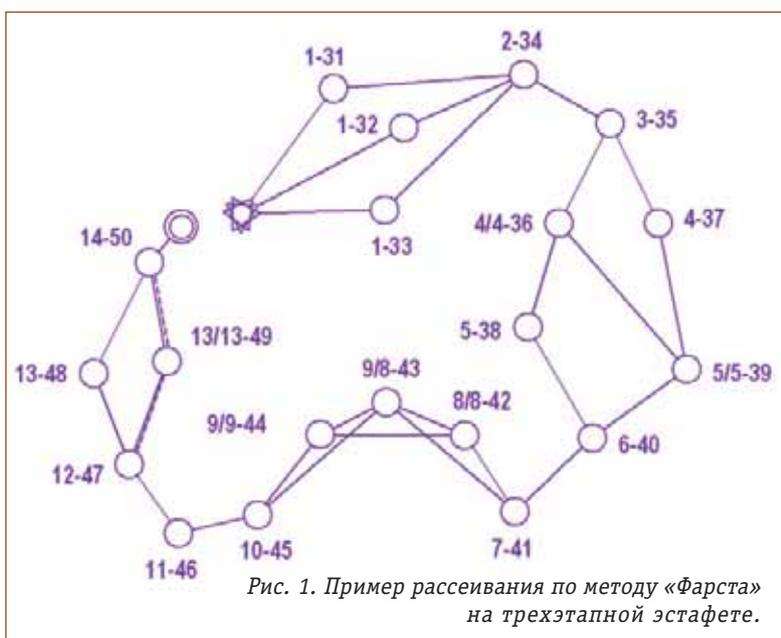
2.1. Искусственное рассеивание в эстафетах.

Основным методом искусственного рассеивания в эстафетах является рассеивание с использованием метода «Фарста» (Farsta), а также его модификаций: «Мутала» (Motala) и «Вяннес» (Vannas). Эти названия произошли от имен шведских городов (или клубов), в которых впервые был применен тот или иной способ искусственного рассеивания в эстафетах.

Суть метода «Фарста» состоит в том, что дистанция разбивается на ветви, между которыми находятся общие участки (ОУ), состоящие из одного или нескольких КП.

Дистанции каждого из этапов состоят из различных сочетаний ветвей, а также общих участков, при этом в сумме каждая эстафетная группа в конечном итоге проходит одинаковую трассу.

Каждая ветвь рассеивания может состоять из одного или нескольких контрольных пунктов (то есть, двух и более этапов между КП). Количество КП на каждом из вариантов ветви не обязательно должно быть одинаковым, однако по своей протяженности (расчетному времени прохождения) варианты ветви должны быть сбалансированными и различаться в пределах 30-60 секунд, не более. В противном случае разница во времени прохождения различных



Ветвь1	ОУ-1	Ветвь 2	ОУ-2	Ветвь 3	ОУ-3	Ветвь 4	ОУ-4
A	C-31-34	D	34-35	G	45-46-47	K	47-48-50
B	C-32-34	E	34-35	H	45-46-47	L	47-49-50
C	C-33-34	F	34-35	J	45-46-47	III	47-49-50
			40-41		41-42-43-45		50-Ф
			40-41		41-42-44-45		50-Ф
			40-41		41-43-44-45		50-Ф

вариантов этапа эстафеты может составлять несколько минут, что не позволит объективно оценивать положение команд на финише промежуточных этапов.

В начале этапа эстафеты предпочтительнее применять рассеивание с использованием максимально возможного количества различных первых КП (см. ветвь 1). В середине возможно применение более сложных схем рассеивания, когда участники разделяются на различные «потoki» не только на первом КП ветви, но и на всем ее протяжении (см. ветви 2 и 3). В заключительной части трассы рассеивание возможно на всех этапах, кроме последнего (в приведенном примере ветвь III относится только к третьему этапу). Это необходимо для того, чтобы на заключительной части трассы ни одна из команд не получила преимущество в очной борьбе за счет более выгодного варианта рассеивания.

Количество вариантов на каждом этапе равняется произведению количества вариантов каждой ветви, при этом число сомножителей равно количеству ветвей рассеивания. То есть, в данном примере имеется $3 \times 3 \times 3 \times 2 = 54$ варианта первых и вторых этапов и, соответственно, 27 вариантов третьего этапа. После прохождения первого этапа участник второго этапа может получить один из оставшихся вариантов (в данном случае – $2 \times 2 \times 2 = 8$), вариант третьего этапа по остаточному принципу будет уже строго фиксированным. Таким образом, при четырех ветвях рассеивания трехэтапной эстафеты мы получим $54 \times 8 = 432$ варианта. Этого более чем достаточно для проведения любой эстафеты. При трех ветвях рассеивания количество вариантов этапа сокращается до 18, а общее число вариантов

прохождения – до 72. И даже при двух ветвях рассеивания с фиксированным вариантом второй ветви для последнего этапа мы получим 9 вариантов этапа и 18 вариантов для всей эстафеты.

При необходимости планирования эстафетных этапов различной протяженности общие участки на отдельных фиксированных этапах можно сделать более короткими или длинными, чем на остальных этапах эстафеты.

Методы «Вянес» и «Мутала» являются частными (упрощенными) разновидностями метода «Фарста». В первом случае планируются две ветви рассеивания (например, до и после пресс-КП), во втором – все этапы представляют собой различные трассы. Это приводит к сокращению количества вариантов рассеивания, но при этом уменьшает возможности совместного бега при малом количестве участвующих эстафетных групп. Эти методы могут применяться и при планировании трасс индивидуальных видов программы, проводимых с общего старта (при малом количестве участников).

2.2. Рассеивание на трассах спринтерских эстафет.

Особенностью спринтерских эстафет является прохождение одним участником нескольких этапов, а также малая протяженность трасс, как правило, не позволяющая использовать более чем две ветви рассеивания. Поэтому спринтерские эстафеты, состоящие из четырех (или шести) этапов для эстафетной группы из двух спортсменов, не могут быть спланированы в точности так же, как четырех- или шестиэтапные эстафеты.

Для четырехэтапных спринтерских эстафет могут применяться следующие варианты рассеивания:

1. Рассеивание по методу «Фарста» на 1/2 этапах и 3/4 этапах отдельно (при этом на заключительном участке 3/4 этапов рассеивание не применяется) (Рис. 4).

В этом случае количество вариантов составит 8 для 1/2, этапов и 4 для 3/4 этапов. Общее количество вариантов для всей эстафеты будет достаточно большим – 96.

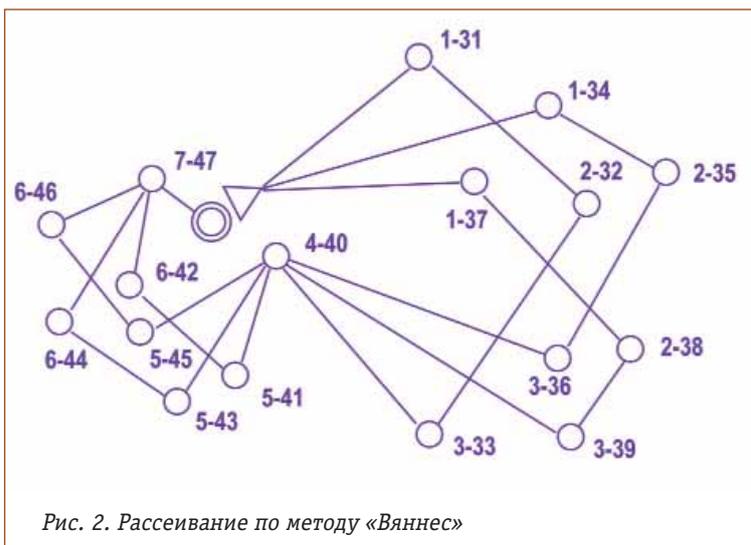


Рис. 2. Рассеивание по методу «Вянес»

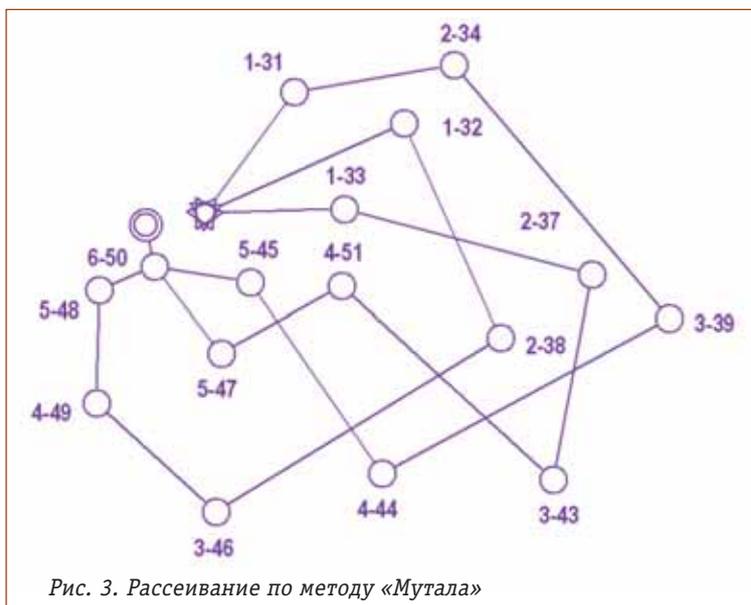


Рис. 3. Рассеивание по методу «Мутала»

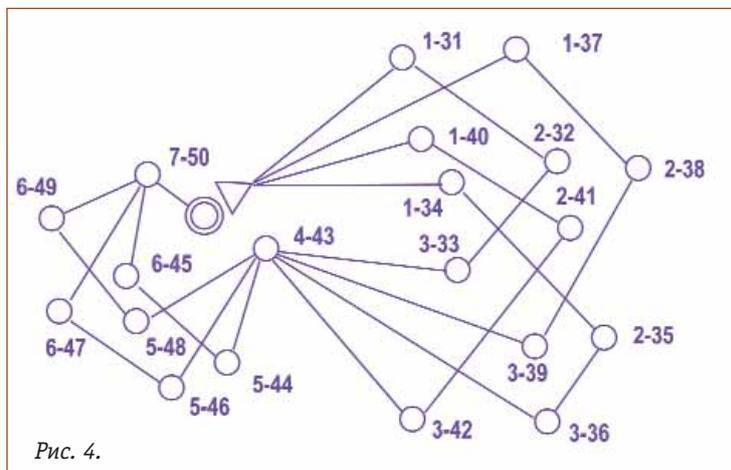


Рис. 4.

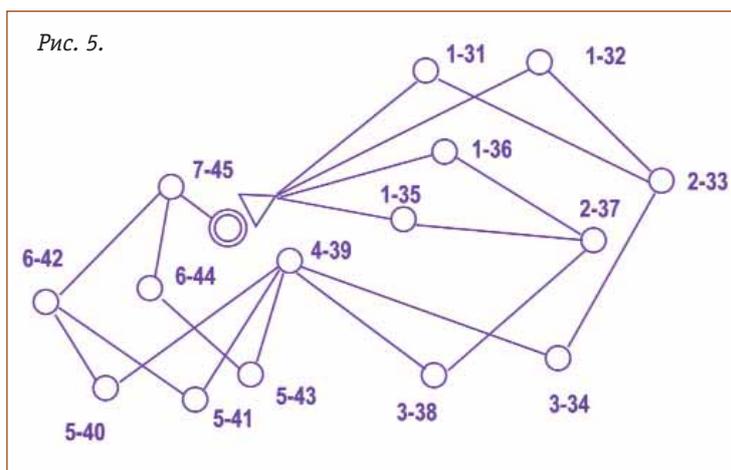


Рис. 5.

Однако могут возникнуть проблемы с планированием четырех принципиально различных вариантов на первой ветви рассеивания. Следует принять во внимание то, что каждый участник будет проходить два произвольно выбранных жребием варианта из четырех, следовательно, все варианты должны значительно различаться между собой. Также следует обратить внимание на то, что в отличие от классических эстафет на последней ветви рассеивания для двух последних этапов не может использоваться ни один из вариантов, задействованных первых двух этапах.

	Ветвь1	ОУ-1	Ветвь 2	ОУ-2	Ветвь 3	ОУ-3	
A	C-31-34-39-40	40	D	40-42-45-47	47	G	47-48-50
B	C-32-35-37-40	40	E	40-41-44-47	47	H	47-49-50
C	C-33-36-38-40	40	F	40-43-46-47	47	III	47-49-50

2. Рассеивание по методу «Фарста» с двумя ветвями рассеивания: первая ветвь на 4 варианта, вторая ветвь на два варианта для 1/2 этапов и общий вариант для 3/4 этапов (Рис. 5).

В этом случае количество различных вариантов значительно меньше (4 варианта 1/2, этапов и 2 варианта 3/4 этапов, 8 вариантов для всей эстафеты). С другой стороны, при таком более простом способе рассеивания все эстафетные группы после двух этапов пройдут в итоге одну и ту же трассу. Это позволит объективно следить за ходом командной борьбы, что в первом случае может иметь место только при наличии полностью равноценных вариантов.

На шестиэтапных эстафетах могут быть использованы следующие способы рассеивания:

Рассеивание по методу «Фарста» на 1/2, 3/4 и 5/6 этапах отдельно (при этом на заключительном участке 5-6 этапов рассеивание не применяется).

Рассеивание по методу «Фарста» на 1/2/3 этапах с двумя ветвями рассеивания по 3 варианта на каждой, на 4/5 этапах с двумя ветвями рассеивания по 2 варианта на каждой, последний этап без рассеивания.

Рассеивание по методу «Фарста» на 1/2/3/4 этапах с двумя ветвями рассеивания: по 4 варианта на каждой. Далее рассейвание на 5/6 этапах с одной ветвью рассеивания на два варианта и общей частью на заключительной части дистанции.

В первом случае количество различных вариантов относительно небольшое (по 4 варианта для 1/2 и 3/4 этапов, 2 варианта 5/6 этапов, 32 варианта для всей эстафеты), зато легче спланировать значительно различающиеся варианты для 1/2, 3/4 и 5/6 этапов. Кроме того, после 2-го и 4-го этапов все эстафетные группы пройдут одну и ту же трассу, что позволяет более объективно следить за ходом командной борьбы в эстафете.

Во втором случае количество вариантов значительно увеличивается (9 вариантов 1-3 этапов и 4 варианта 4-5 этапов, всего 72 варианта для всей эстафеты), при этом после 3-го и 5-го этапов все эстафетные группы пройдут одну и ту же трассу. Важно лишь обеспечить полноценное различие вариантов на трех ветвях рассеивания 1/2/3 этапов, поскольку участник первого этапа пройдет в обязательном порядке два из них.

В третьем случае количество вариантов рассеивания будет наибольшим (16 вариантов 1/2/3/4 этапов, 288 вариантов эстафеты), но необходимо обеспечить полноценное различие вариантов на ветвях рассеивания 1/2/3/4 этапов, что зачастую не так просто осуществить, особенно в лыжных и велокроссовых эстафетах.

Поскольку количество команд в спринтерских эстафетах, как правило, ограничено (прежде всего, в лыжных и велокроссовых дисциплинах), первый способ рассеивания дает вполне достаточное количество вариантов.

2.3. Рассеивание на трассах смешанных эстафет.

На трассах смешанных эстафет для обеспечения равных условий прохождения трассы необходимо планировать искусственное рассейвание отдельно для мужских и женских этапов. Это в полной мере относится и к смешанным спринтерским эстафетам.

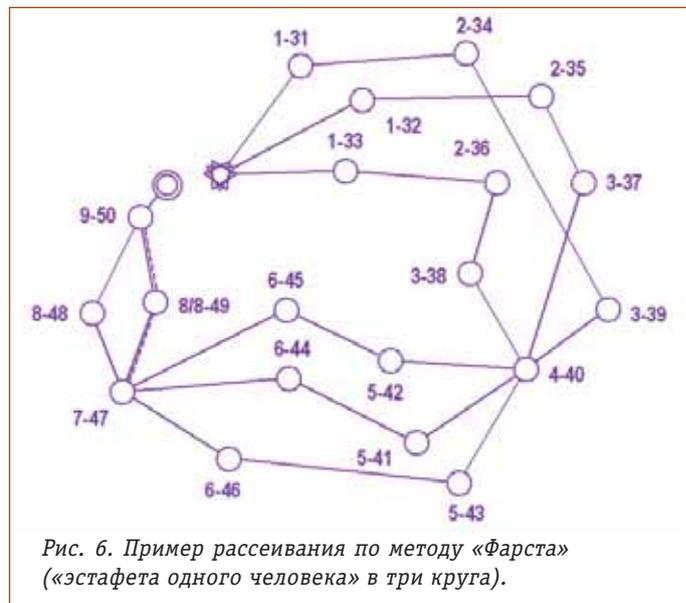


Рис. 6. Пример рассеивания по методу «Фарста» («эстафета одного человека» в три круга).

В смешанных четырехэтапных эстафетах (2 мужчины и 2 женщины) рассейвание по методу «Фарста» планируется отдельно для мужских и женских этапов, при этом каждая ветвь рассейвания содержит по 2 варианта. Для смешанной четырехэтапной (трехэтапной) эстафеты, состоящей из трех (двух) мужских и одного женского этапа, рассейвание на три (два) варианта в каждой ветви рассейвания планируется только для мужских этапов.

2.4. Эстафета одного участника (One-Man-Relay).

Рассейвание по методу «Фарста» на трассах индивидуальных соревнований, проводимых с общего старта в нескольких кругах со сменной карты, отличается от рассейвания в эстафетах (Рис. 6). Варианты на каждой ветви рассейвания должны в значительной мере различаться между собой: не иметь одинаковых КП и проходить по различным «коридорам» на местности. Общие участки состоят только из одного КП, на котором сходятся и расходятся ветви рассейвания. Заключительный отрезок последнего круга (вариант III третьей ветви рассейвания) должен быть общим для всех участников, чтобы обеспечить равные условия в очной борьбе перед финишем.

Общее количество вариантов рассчитывается так же, как и для трехэтапной эстафеты. В данном случае число вариантов одного круга составляет 18, а общее число вариантов порядка прохождения трассы составляет 72. То есть, даже при большом количестве участников масс-старта рассейвание будет достаточно эффективным.

2.5. Искусственное рассейвание без смены карты.

Проведение соревнований в индивидуальных дисциплинах с общего старта при большом количестве участников в различных возрастных и квалификационных классах сопряжено с резко увеличивающимся объемом и интенсивностью работы судейской бригады на пункте смены карт. Если при 600 участниках трехэтапной эстафеты необходимо подготовить 600 карт (при этом 400 карт надо разместить на пункте смены карт), то в масс-старте в 2-3 круга с рассейванием по системе «Фарста» при таком же количестве участников приходится печатать до полутора тысяч карт, две трети которых надо разместить на пункте смены карт. Частично эта проблема может быть решена в лыжных и велокроссовых дисциплинах, где допускается одновременная выдача участникам на старте карт всех кругов, скрепленных таким образом, чтобы на старте участник мог видеть

только карту первого круга. В кроссовых дисциплинах такой способ с определенными оговорками может применяться только для двухкруговых дистанций.

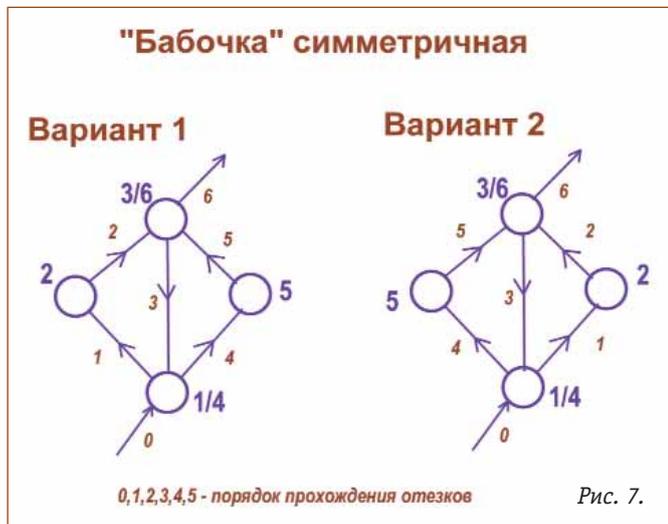
Одним из радикальных решений этой проблемы является планирование трасс, которые можно полностью нанести на одну карту. В таком варианте рассеивание по методу «Фарста» применять невозможно, поэтому были разработаны альтернативные варианты искусственного рассеивания.

Для рассеивания на трассах, проводимых в один круг без смены карт, применяются такие методы как butterfly («бабочка») и ее разновидности («лепестки»). В первом случае круги рассеивания («крылья бабочки») строятся на оси между двумя КП, при этом каждый из пунктов этой оси берется дважды.

В варианте «лепестки» участник проходит две небольших петли, возвращаясь к исходному КП, после чего продолжает бег по дистанции. Центральный КП берется при этом трижды.

Эти же методы рассеивания применяются и на трассах индивидуальных дисциплин, проводимых с раздельного старта. В таком случае задачей искусственного рассеивания является предотвращение совместного прохождения значительного по протяженности участка трассы двумя и более участниками. Как правило, такое рассеивание применяется на второй половине трассы.

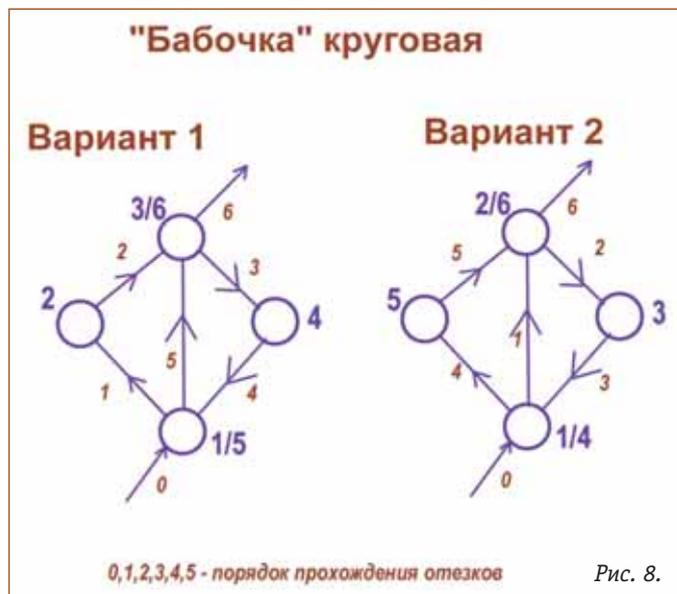
Существуют две разновидности «бабочки». Симметричная «бабочка» состоит из двух петель, каждая из которых соединяет первый и последний пункт «бабочки». Участники расходятся на первом пункте «бабочки», встречаются на последнем, возвращаются к первому, снова расходятся, встречаются на последнем КП «бабочки» и продолжают бег по дистанции. При таком варианте желательно, чтобы «крылья бабочки» не были равноценными по времени прохождения, иначе «осевой» участок будет с большой степенью вероятности пройден всеми участниками вместе.



Круговая «бабочка» внешне выглядит так же, как и симметричная, однако последовательность прохождения КП в ней другая. Одни участники проходят все КП по кругу, а затем возвращаются к дальнему КП. Другие участники проходят осевой участок сначала, затем проходят полный круг, который начинается и заканчивается на дальнем КП, после чего продолжают движение по дистанции. Такая планировка исключает совместное прохождение хотя бы одного этапа между КП всей группой участников одновременно. Для этого требуется, чтобы время прохождения осевого отрезка и каждого из «крыльев» различались хотя бы на несколько минут.

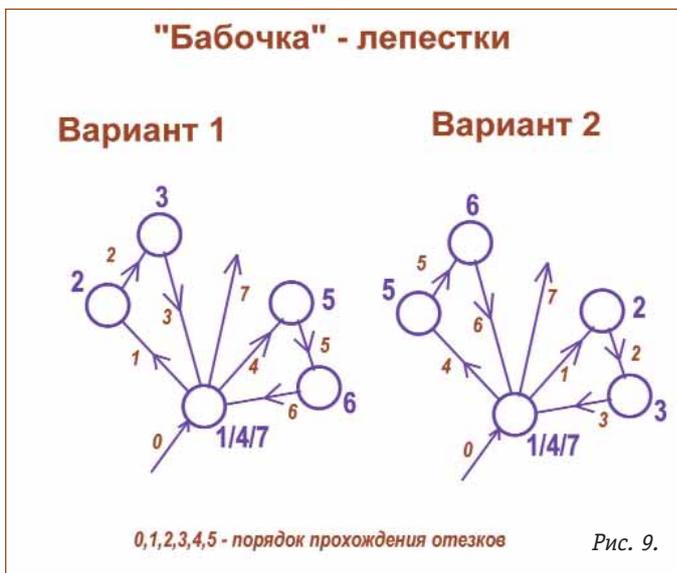
Вместо одиночных КП на «крыльях» бабочек, как круговой, так и симметричной, могут использоваться связи контрольных пунктов (от двух и более).

Рассеивание по методу «лепестки», в принципе, похоже на

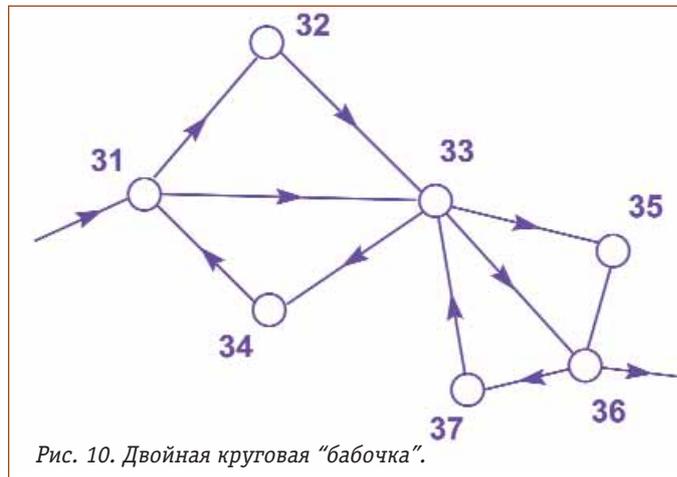


симметричный вариант «бабочки». При этом центральный КП «лепестков» проходится трижды.

Количество КП на «лепестках» может быть различным (но не менее двух); оно может быть не одинаковым на обоих «лепестках».



Рассеивание на трассах индивидуальных дисциплин масс-старта не может начинаться непосредственно с точки начала ориентирования, поэтому на отрезке до первого пункта рассеивания (как правило, это первый КП) должно применяться естественное рассеивание (длинный или сверхдлинный этап с



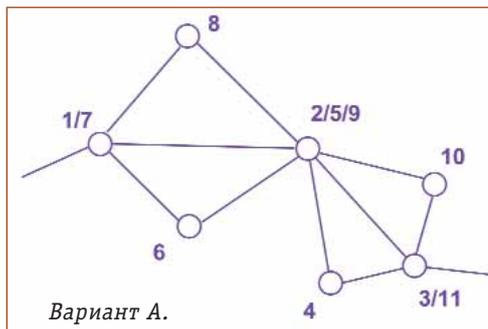
большим количеством вариантов). Поскольку простая «бабочка» рассеивает участников только на два потока, возможно применение «двойной бабочки», дающей 8 вариантов рассеивания.

«Двойная круговая бабочка» для рассеивания на 8 вариантов. Вместо КП 32, 34, 35 и 37 могут использоваться связки контрольных пунктов (от 2-х и более). (Рис. 10.)

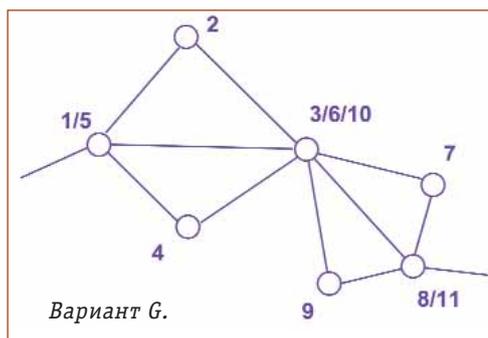
Возможные варианты прохождения «двойной круговой бабочки»

- 31-32-33-34-31-33-35-36-37-33-36
- 31-32-33-34-31-33-36-37-33-35-36
- 31-32-33-35-36-37-33-34-31-33-36
- 31-32-33-36-37-33-34-31-33-35-36
- 31-33-34-31-32-33-35-36-37-33-36
- 31-33-34-31-32-33-36-37-33-35-36
- 31-33-36-37-33-34-31-32-33-35-36
- 31-33-35-36-37-33-34-31-32-33-36

На карте варианты будут выглядеть следующим образом (приводим два варианта из восьми возможных):

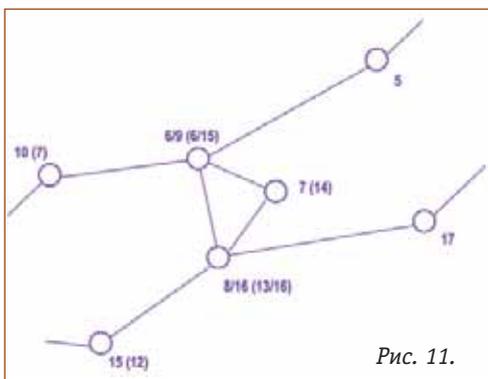


В а р и а н т «двойной симметричной бабочки» выглядит так же, но с другим порядком прохождения. Возможен и вариант комбинации круговой и симметричной бабочки.



Для рассеивания в начале трассы индивидуального масс-старта круговые «бабочки» предпочтительнее, поскольку обеспечивают разброс по времени прохождения лидеров через узловые КП на разных вариантах.

Самым простым типом рассеивания (с минимальным количеством задействованных КП) является так называемая «бабочка на проходе». Для ее организации достаточно поставить всего один дополнительный КП, который входит в состав небольшой петли, проходимой либо в первой части дистанции, либо на обратном пути.



Такой вариант рассеивания применяется, как правило, на трассах видов программы, проводимых с раздельного старта. При общем старте участники, прошедшие короткую дополнительную петлю на первой половине трассы, могут получить

преимущество, догоняя «по головам» группу лидеров, которым затем предстоит пройти эту петлю на второй половине трассы.

Особенности рассеивания в лыжных и велокроссовых дисциплинах.

При планировании трасс с рассеиванием для лыжных и велокроссовых дисциплин необходимо учитывать направление

движения участников. Рассеивание по методу «Фарста» в видах программы, проводимых в два или несколько кругов со сменной карты (масс-стартах и эстафетах), может применяться практически без ограничений. Использование рассеивания по типу «бабочка» (и, особенно, «лепестки») требует особой тщательности при планировании. Оно может применяться только при условии, что на узких дорогах и узких лыжных трассах обеспечено движение участников в одном направлении. Из всех возможных вариантов рассеивания, скорее всего, пригодными могут оказаться варианты «круговой бабочки» и «бабочки на проходе». Использование рассеивания по типу «лепестки» возможно только при расположении центрального КП на ровном, широком и хорошо просматриваемом месте (например, пресс-КП и/или пункт питания на лыжном стадионе).

4. Комбинированное рассеивание без смены карты на длинных и сверхдлинных трассах.

Комбинация различных типов рассеивания на длинных и сверхдлинных трассах, таких как лонг или марафон (как с раздельного, так и с общего старта), позволяет организовать единый пункт питания в непосредственной близости от старта/финиша (арены) соревнований. Это удобно как для организаторов соревнований, так и для зрителей и тренеров, а также и самих спортсменов.

Схема такой трассы может быть следующей:

Первый круг с РВП 25-35 минут, для раздельного старта – без рассеивания, для масс-старта с рассеиванием по типу «круговая бабочка» (2 варианта) или «двойная бабочка» (8 вариантов).

Второй и третий круги от пресс-КП (пункта питания) в различной последовательности – «лепестки» с РВП 20-25 минут каждый – 2 варианта.

Заключительный круг с РВП 25-30 минут с рассеиванием по типу «бабочка на проходе» (для раздельного старта) или «симметричная бабочка» (для масс-старта) – 2 варианта.

Общее количество вариантов – от 8 до 32 для масс-старта, 4 – для раздельного старта.

В таком случае пункт питания, развернутый в непосредственной близости от арены, будет пройден трижды, и на трассе с РВП от 90 до 100 минут не будет необходимости оборудовать дополнительный пункт питания.

При необходимости увеличить протяженность трассы до РВП 120-150 минут на заключительном круге может быть организован дополнительный пункт питания на одном из КП «бабочки на проходе» или на центральном КП «лепестков», при этом протяженность круга увеличена до РВП 50 минут.

Приведем практический пример реализации такой комбинации способов рассеивания, который был использован для планирования соревнований чемпионата Санкт-Петербурга 2015 года на марафонской дистанции.

Особенность района соревнований состояла в том, что в южной части он был вытянут в направлении запад-восток, а в северной – в направлении север-юг вдоль шоссеной дороги, при этом ширина используемой части в некоторых местах составляла всего 200-300 метров. Общая площадь карты, которую в масштабе 1:15 000 с трудом удалось разместить на листе формата А3, составила 7,2 кв. км. Такой относительно небольшой площади в итоге оказалось достаточно для мужской трассы протяженностью около 22 км с расчетным временем победителя 120 минут (реальное время победителя составило 2 часа и 12 минут).

Наличие сильнопересеченного участка с мелкими формами рельефа в юго-восточной части карты предопределило выбор направления на первый КП. Относительно большая протяженность этапа (1,3 км), а также наличие дорожной сети и естественных препятствий в виде заболоченных ручьев и крутых склонов, позволило создать несколько вариантов

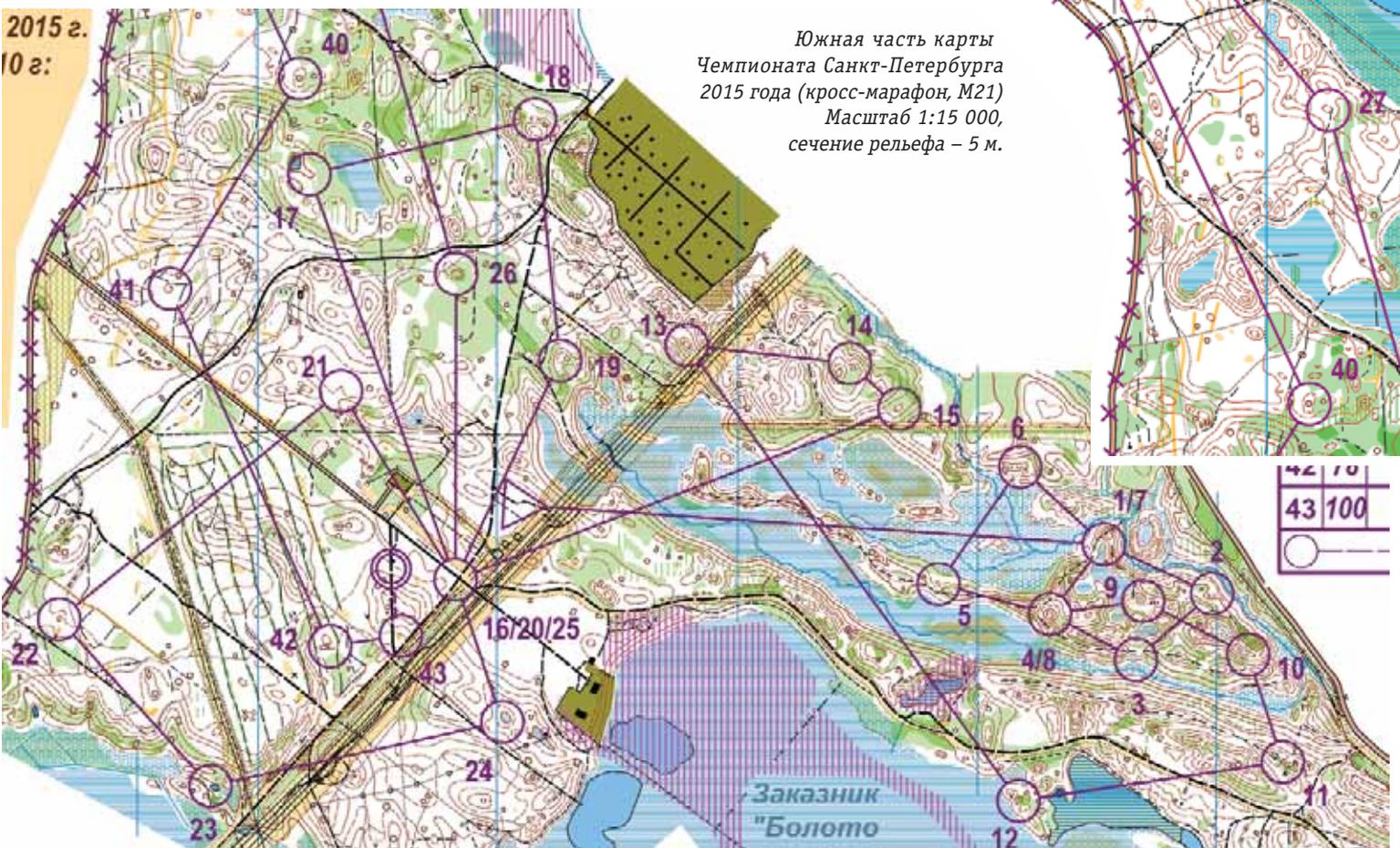
движения и рассеять к первому КП группу стартовавших участников (27 человек) как по выбору варианта, так и по физическим возможностям. Лидер (Игорь Цветков) прошел первый КП в отрыве от группы из 10 человек, которые проиграли ему от 30 до 60 секунд. После прохождения «круговой бабочки» (с 1 по 8 КП) лидера догнали, образовалась группа из четырех человек, за которой с интервалом в 40-60 секунд следовала вторая группа, состоявшая из семи человек. На финиш первого круга лидеры пришли дружно, в пределах 10 секунд. Вторая группа закончила первый круг на 3 минуты позже первой. Лучшее время прохождения первого круга составило около 45 минут. Это, конечно, больше, чем рекомендуемые 25 минут между пунктами питания, однако для первой части марафонской дистанции это не критично, тем более, что в дальнейшем спортсмены имели возможность принимать воду и питание через каждые 15-25 минут.

Второй и третий круги были пройдены лидерами по 15 минут каждый. По порядку прохождения этих кругов жребий разбил их на две пары, но при этом все четверо синхронно ушли на заключительный круг. Пункт питания в северной части был совмещен с фиксированной зоной пересечения проезжей дороги (по пути туда и обратно), что позволило обеспечить ее безопасный переход. Временные отрезки до этого КП и между его прохождениями составили 15 и 27 минут соответственно, после чего последовал финишный участок протяженностью около 15 минут. В итоге график прохождения пунктов питания и финиша для победителя (им стал Юрий Кириянов) оказался следующим: 45–15–15–15–27–15 минут.

Что касается эффективности рассеивания, то на входе в последнюю «бабочку» четыре лидера растянулись на 40 секунд, а на выходе из нее разрыв сократился до 13 секунд. Однако уже к последнему пункту питания лидеры разбились на две пары с интервалом в одну минуту, а на финише интервал между каждым из первой четверки составил от 30 до 90 секунд. Из этого можно сделать вывод, что на длинных и сверхдлинных дистанциях естественное рассеивание играет не меньшую роль, чем искусственное.



Южная часть карты Чемпионата Санкт-Петербурга 2015 года (кросс-марафон, М21)
Масштаб 1:15 000,
сечение рельефа – 5 м.



Бусурину Станиславу Андреевичу – 80 лет



Мы в гостях у Заслуженного тренера России, почётного гражданина города Кинешма – Станислава Андреевича Бусурина, которому 1 марта исполнилось 80 лет.

- Станислав Андреевич, расскажите о своём детстве и о том, как вы начали заниматься спортом?

- Родился я до войны, в 1938 году, 1 марта. В бедной семье. В 15 лет уже пошел работать землекопом, через год перешёл в столярку. Спортом начал заниматься случайно. В свободное время мы с парнями были хулиганами, а тут из армии пришёл один парень с нашей улицы и говорит: "Вот попадёте в армию, вам там шороху наведут, заставят бегать по три километра". Я испугался, и где-то в 16 лет начал бегать. Без тренера, без спортивной школы просто сам.

- Вы помните свои первые соревнования, как Вы на них попали?

- Первые соревнования проходили в городе Кинешма. Меня пригласили от завода на первенство города бежать сразу 5 и 10 километров. Я просто отмерял себе дистанцию и без всякой разминки пробегал, это была моя тренировка. Пробежал – значит готов. На пяти километрах второе место занял, а первое место было у парня – высокий, ноги длинные, I разряд по легкой атлетике, а с меня что взять, я новичок, ещё и ростом маленький, даже и по III разряду тогда не бежал. Но помню тогда вцепился в него зубами и так продержался всю дистанцию. Проиграл ему 50 метров, а на 10 километрах всего метр. После этого через неделю меня взяли

бежать уже за сборную города. И на области мы поменялись с ним местами. Сколько я ему проиграл, столько же и выиграл. А на 10 километрах даже не ожидал – занял третье место.

- Как проходили Ваши тренировки?

- Занимался всего одно лето, просто сам бегал. Не знал никаких упражнений. Разминку не делал, заминку тоже, не знал, как надо. Например, сегодня тренировка на 5 километров, просто выходил, пробежал в темпе, насколько силы есть, и на этом всё. Не было никакого плана.

- Станислав Андреевич, а как Вы пришли в лыжи?

- В лыжи так же случайно. Мне было 17 лет, мы просто играли в спортзале в мяч, а ребята готовились к соревнованиям – эстафета по городу. Они нас оговорили, что, мол, чего вы тут ерундой занимаетесь, пошли лучше на лыжах. У них была отборочная прикидка на соревнования, дали мне какие-то лыжи самые простые, чуть ли не на валенки. Бежали на стадионе, по кругу, я тогда занял второе место, и меня взяли в команду. Приехали на первенство города, меня поставили бежать первый этап, дали лыжи, у всех тогда были деревянные. Помню, что лыжи постоянно сваливались. Я со старта вырвался вперёд метров на 30, а у меня лыжа сваливается, пока надеваю, меня догоняют. Так вот всю дистанцию и ехал, но всё равно тогда приехал первый, немного выиграл. Мне лыжи понравились, и всю зиму так же сам стал тренироваться. Бежал я где-то по III разряду, как бы ни бежал, что в

мороз, что в тепло. Взяли меня на первенство области, бежали в Иваново, а рядом был "Сажевый завод". Март, оттепель +8, снег грязный, на лыжне сажа. Кто как, помню, над лыжами колдовал, кто чем мазал, а мне особо нечем было. У всех подлипал снег, а у меня нормально оказалось. Помню что пришёл "чуть живой", очень устал, но в тот день выиграл и опять даже не ожидал. Так и стал дальше тренироваться, меня в городе уже знали, брали на соревнования, и всё больше в области попадал в призы.

- Армия повлияла на Вашу спортивную жизнь?

- В 18 лет в сентябре пришла повестка, мне сначала не хотелось. Пришёл в спорткомитет. Они мне: "У нас марафон 30 километров". Я с радостью согласился, потому что больше 10 ни разу не бегал и хотелось попробовать. С армией договорились на отсрочку, что заберут позднее. Тренировался я всё так же сам, ни разминки, не заминки не делал. Какую дистанцию надо бежать – столько и бегал. Где-то за пару дней до старта пробежал 30 километров – всё подготовился (смеётся). Приехали на область, я пробежал 30 км по II разряду и занял второе место. После этого уже ушёл в армию.

Полк был спортивный. По приезду начальник физподготовки у всех смотрел классификационные билеты, много кто был с I разрядом – и лёгкоатлеты, и лыжники – их освободили, они тренировались по своему графику, а у меня II разряд по лыжам и по лёгкой атлетике, он на меня даже смотреть не стал. Время идёт, бегать хочется. Просил у командира роты вставить на час раньше подъёма и бегать на тренировку. Он не разрешил. Как-то случайно, на моё счастье, встретился замполит дивизии, даже не знаю, почему я тогда к нему обратился, но он сразу договорился, чтобы меня отпускали на тренировки. Я стал вставать в пять утра, всю зиму внутри части бегал в кирзовых сапогах. Уже в армии увидел, как тренируются спортсмены, стал тоже делать разминку и другие упражнения, а к шести утра на общую зарядку с ротой, от неё меня не освобождали, и дальше всё по режиму.

Весна, первенство дивизии, а я в наряде стою, смотрю в окно, как все разминаются. У старшины спрашиваю: "Товарищ старшина, отпустите меня на соревнования?", хотя у меня и беговой одежды никакой не было, он ни в какую. И на моё счастье (вспоминает со слезами) в роту зашёл дежурный по дивизии, старший лейтенант, а я у окна

стою и реву. Он увидел: "Ты чего?", я ему: "Да вот всю зиму бегал, а меня не отпускают", он тут же распорядился, мне нашли форму. Я разминку сделать не успел, сразу на старт. Три круга по километру. Помню, как бежал. В форме после "кирзачей"-то даже не заметил. Выиграл много тогда у всех. Тогда только меня уже спросили, чем занимался, что и сколько бегал. После этого отправили на гражданские сборы с марафонцами в Калугу. Сначала было тяжело, но быстро втянулся и первенство Калужской области по лёгкой атлетике выиграл – 1,5, 5 и 10 км. А после этого – на Россию, за Калугу на 30 километров. Стартовало человек 500 тогда, я финишировал где-то 30-ым, бежал уже выше первого разряда. КМС тогда не было. Так стал бегать и лето, и зиму, тренировался в роте как спортсмен уже, меня особо не трогали, отпускали на гражданские сборы. В армии стали звать "Марафонец" (улыбается).

- Что было после армии, как Вы стали тренером?

- После армии приехал в Кинешму, устроился на завод столяром. С 8:00 до 17:00 работа, зимой уже темно, а тренироваться хочется. Было одно единственное место в городе освещенное, где можно было кататься, это был подъем, после работы я брал лыжи, бегом туда и на подъеме час-полтора катался. Год поработал, а чтобы можно было тренироваться, меня перевели работать инструктором стадиона, и я стал заниматься тренерской деятельностью. Два раза в день были мои тренировки, а в остальное время готовил девушек-лыжниц. Ездил также на соревнования, много где был в призах, выполнил МС по лыжам. Несколько раз подряд был чемпионом области и по лёгкой атлетике. Коронная дистанция у меня 1,5 километра и 3 километра с препятствиями очень любил, но лыжи нравились больше. Из подопечных в области все были победителями и призёрами, а на эстафетах равных не было.

- Станислав Андреевич, как в Вашу жизнь пришло ориентирование? Кто кого нашёл, оно Вас или Вы его? Вы помните свою первую дистанцию?

- Ориентирование всё так же случайно, я даже не знал о таком виде спорта. В 45 лет меня взяли на туристический слёт за сборную города, там я впервые узнал, что есть такой вид. Мне он очень понравился, и я стал заниматься ориентированием. Это и была моя первая дистанция на турслёте в 45 лет. Так стал ездить на соревнования, на первенстве области занял второе место. Ногами я тогда бежал здорово, потому что занимался ГТО. И с того момента

ориентирование стало моей жизнью. Стал ездить на соревнования за область. Некоторые свои дистанции отлично помню. Как Боре Прокофьеву в Кирове подсказал, а он от меня потом по болоту ноги унёс – моложе меня, он только чемпионом Союза стал по мужчинам. Он выиграл, а я вторым был. Тогда же я познакомился и с Людмилой Анатольевной Худяковой, сейчас она директор спортивной школы, а в то время сама ещё бежала. Как открыли спортивную школу в области, она меня пригласила работать тренером, а поскольку ориентирование мне очень нравилось, я стал работать с удовольствием, полностью ушёл в ориентирование.

- Самый выдающийся Ваш воспитанник – это Андрей Груздев. Как Вы его нашли?

- В Кинешме я работал на базе школы-интерната, и учитель физкультуры каждый год устраивал первенство интерната – кросс. Старший возраст, средний и самые маленькие. Груздика я увидел в 9 лет. Бежит, колобок (смеётся), первый по младшим. После этого взял его тренировать.

- Вы думали, что он может стать чемпионом мира? Целенаправленно готовились к этому?

- Чемпионом мира у меня и в мыслях не возникало, потому что не было никаких условий. Ещё до Андрея были одарённые дети, возможно, и они могли бы стать кем-то, но дальше Иваново мы никуда не ездили, денег не было. Школа-интернат, родителей нет, у Андрея только мама, сама работала в Москве, а они жили тут, можно сказать, одни. Я только начал работать, какой уж тут чемпионат мира.

В интернате был директор – Саяпин Владимир Петрович (вспоминает со слезами), вот он был фанатик спорта, и когда дети стали бежать сильнее, он уже

находил деньги на соревнования. Благодаря ему все мои заслуги, у меня девять человек – победители и призёры России, все интернатские, можно сказать, бездомные дети из неблагополучных семей, кто-то был вообще сиротой. Благодаря ему мы ездили и в Симферополь, и в Анапу, много где были. Он искал деньги через ГОРОНО, чтобы мы поехали на соревнования. На первенство СНГ уже поехали за счет спортивной школы, спасибо Людмиле Анатольевне Худяковой.

Груздик и летнее, и зимнее ориентирование сразу хорошо побежал. Но пока был молодой – "варились" в городе, в своём соку. И другие дети так же. На кроссе из шести возрастных групп по девочкам и мальчикам – четыре чемпионки и два вторых места. Всегда на соревнованиях школа-интернат была в лидерах. Я работал один с ними, на базе интерната, некоторые дети полностью жили там, а кто-то дома только ночевал. Но всё равно, несмотря на условия и на скудное питание, мои дети обыгрывали других из спортивных школ, у которых хоть какие-то, но условия были, дети нормально питались и жили по-другому, в семье.

Андрей выполнял то, что я ему говорил, и с 9 лет в любую погоду вставал в 6 утра на зарядку, на протяжении 15 лет не пропуская ни одного дня. До 15 лет он выигрывал в летнем ориентировании, а уже в 16 лет мы перешли на лыжное. Первый раз поехали на Россию, в Ульяновск, с заездом на первенство Нижнего Новгорода. Соревнования проходили на "Щелковском Хуторе", бежали там и мужчины, и юноши, а Груздик на 2-3 года моложе. Помню, что был длинный крутой ледяной спуск и очень холодно, все там падали. Было видно, как подходят к этому спуску, даже если начинают тормозить, всё равно падают,



никто не мог удержаться на ногах. Смотрю – едет Андрей, толкается, и съезжает со спуска “как гвоздь”. И тут уже он выигрывал почти минуту у всех, а на финише был первым. Всегда первым делом на тренировках мы отрабатывали горнолыжную подготовку, и до сих пор он с любого спуска съезжает без проблем.

На России Андрей был вторым, его включили в сборную России. Поехали на сборы в Киргизию, и там он заболел желтухой. Я уже знал, что после этой болезни никто из спортсменов не бегал, все переставали тренироваться. После этого он два года не тренировался вообще, лечился. Я даже не надеялся, что он вернётся в спорт, потому что болезнь тяжелая, у меня были подобные примеры, когда бегал сам, и никто не мог вернуться в спорт.

На счастье, у его мамы в Москве оказался знакомый врач, и ему сделали полное переливание крови, ему становилось всё лучше. Полгода мы понемногу восстанавливались, потом побежали. Следующий год после болезни на соревнованиях он где-то “выстреливал” и был пятым, седьмым, где-то в двадцатке. И на чемпионат мира отобрался так же, можно сказать, в запасе.

Спасибо огромное Елизарову Виктору Леонидовичу, не знаю как и почему, но он поверил в него и тоже вложил свою душу. Сначала помогал инвентарём, потом со сборами. Если бы не он, то ничего бы не было.

- Станислав Андреевич, это был Ваш первый чемпионат мира. Вы же были вместе с Андреем, что Вы тогда чувствовали?

- После желтухи он два года не бегал вообще, один год только потренировался. Чудом в запасе попал на чемпионат мира в Красноярск, первый раз ему было 21 или 22 года, и там “начудил” (смеётся). Золото в эстафете. Серебро на длинной. Бронза на спринте. Три дистанции – три медали. Никто такого не ожидал. Мы были с ним вместе, когда увидел что он первый, я плакал. Слезы сами текли от счастья и гордости за него. Стоял там на награждении и плакал. Я сам не поднялся на мировой пьедестал, но за ученика был горд. И когда, стоя на пьедестале, кто-то плачет, мне это знакомо. Всегда у меня было это в голове, что из никого получился чемпион мира. А другие мои интернатовские дети – все чемпионы и призёры России.

- Ваши воспитанники часто звонят или навещают Вас?

- И звонят, и навещают, я доволен.

- Станислав Андреевич, что Вы можете сказать об ориентировании? Как оно помогает в жизни?

- Я был чемпионом области по семи видам спорта: лёгкая атлетика, лыжи, морское многоборье (входит плавание 400 м, 1.5 км кросс, стрельба, 2 км под парусом на яхте, 2 км гребля на яхте), зимнее двоеборье (прыжок с трамплина, лыжная гонка 15 км), ГТО летнее (кросс 800 м, подтягивание, прыжок в длину, прыжок в высоту, метание гранаты, стрельба, плавание 100 м), ГТО зимнее (вместо кросса были лыжи) и ориентирование. И сожалею только об одном, что очень поздно пришёл в ориентирование. Когда я пришёл работать тренером по ориентированию, то дети, учившиеся на тройки, стали учиться намного лучше. Учить стали меньше, а оценки наоборот были выше и знаний больше. У ориентировщиков совершенно по другому работает голова. Развивается память, мышление. Ориентирование – это лучший вид спорта.

- Сколько лет Вы вместе со своей супругой Нелей Николаевной? Она поддерживала Вас и ездила ли с Вами на соревнования?

- Познакомился с Нелей, когда из армии ездил на гражданские сборы. С этого времени мы уже 56 лет вместе. Однажды я брал её на соревнования по зимнему двоеборью в Москву как своего тренера, по-другому не разрешали, мне было тогда 30 лет. Она следила за временем, вела меня по дистанции. Чтобы попасть в призы и быть вторым, мне нужно было отыграть 9 минут на лыжной гонке 15 км после прыжков с трамплина, прыгал я не очень хорошо. Все в то время прыгали по 70 метров, а я всего 30. На трамплине занял последнее место. Но те, кто хорошо прыгал, плохо бежали гонку, и у меня был шанс. Помню, была оттепель. Стартовали с поляны, а дальше заезжали в тень. На поляне подтаяло, пока все разминались, лыжню раскатали, лыжи ехали хорошо, на них не налипал снег. Все намазали жидкой мазью, в том числе и я. И тут я подумал, что надо бы проверить, как едут лыжи в тени. Посмотрел, а там каша, снег сразу налипает, хорошо что с собой была твердая мазь, я успел её нанести на лыжи. У меня единственного тогда не налипал снег, потому что вовремя подумал головой и поверил, ехать, конечно, было невозможно, но хоть как-то я ехал, а остальным приходилось просто бежать и периодически отчищать налипший снег с лыж. Ехать надо было три круга по 5 километров, трасса, помню, была с горы в гору. Мне нужно было выиграть на каждом круге по три минуты, чтобы быть в призах. Еду тяжело, думаю: “Только бы жена сказала – меньше трех минут”. Если меньше, то просто доеду,

особо не напрягаясь, всё равно ничего не светит. Подъезжаю к ней, а Неля кричит: “Три минуты ровно”. Раз сказал, нужно делать, такой у меня характер. Ещё два круга по 5 километров я протерпел. Приехал чуть живой, но всё-таки стал вторым тогда в двоеборье. И про меня даже писали в газете “Советский спорт”, статья называлась “Хитрый двоеборец” (смеётся), а я тогда подумал, какой же я хитрый, я, наверное, умный. Супруга всегда радовалась победам и меня поддерживала. И до сих пор всегда со мной.

- Станислав Андреевич, а чем Вы занимаетесь сейчас?

- Я отец, дед и прадед. Сын Валерий – МС по ориентированию, чемпион России. Дочь Татьяна – КМС по лыжным гонкам, чемпионка Москвы. Внучка Даша – чемпионка области по лёгкой атлетике, бежит по I разряду.

Зимой каждый день катаюсь на лыжах, километров 6-7 всего, раньше ездил больше, сейчас лень (смеётся). Год назад и по 15-20 километров проезжал ежедневно. Супруга тоже катается. Летом дача. У неё огурчики, а я люблю ягоды. Причем, чем сложнее, тем интереснее. И мой личный рекорд – два ведра клюквы. Это 120 стаканов, около 15 минут.

- Это личный рекорд, Вы каждый год хотите его побить?

- Нет, это всего два раза я встречал такие места. Очень крупная попалась клюква, размером с вишню, сам удивился, глазам не поверил, и такие больше не видел, только два раза. Такая клюква бывает случайно. Верит только один наш биатлонист, который был со мной в это время.

- Что Вы пожелаете молодым спортсменам?

- За молодыми слежу, Шалин Сергей порадовал очень, был два раза вторым на России, молодец!

А пожелаю всем заниматься спортом, кто не может спортом – заниматься физкультурой. Будьте активными. Это для здоровья очень и очень полезно! А ориентирование – это самый лучший вид спорта, какие у нас только есть. Какие только я не перепробовал, везде добивался успеха. И если бы можно было что-то изменить в жизни, то я изменил бы лишь то, что стал заниматься ориентированием гораздо раньше.

- Спасибо огромное, Станислав Андреевич, за интереснейшую беседу. Поздравляем с юбилеем, желаем Вам и Вашей семье крепкого здоровья и новых рекордов!

*Материал подготовила
Ольга Шалина (Кинешма)*

ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА ЧЕТЫРЁХ КОЛЁСАХ

Еще один «необычный» вид ориентирования – это ориентирование на автомобилях. Здесь кратчайший путь может привести вас к победе, но только если этот путь указан на карте.

Прошлой осенью Ульф Андерссон снова стал чемпионом Швеции по ориентированию на автомобилях – на этот раз в тандеме с водителем Бьорном Хенрикссоном. И хотя курирует этот вид спорта Автомобильная федерация Швеции, он – близкий родственник

спортивного ориентирования. Тот же Ульф занимается ориентированием и бегом, и на велосипедах. Однако начал он именно с ориентирования на автомобилях. Впервые он выехал на трассу в 1981 году, а привели его в этот вид спорта родители.

- Чтобы преуспеть в нашем виде спорта, нужно много-много лет тренироваться и участвовать в соревнованиях. Не у всех хватает на это терпения.

Во-вторых, в ориентировании на автомобилях нужно ехать как можно быстрее. А во-первых, нужно как можно точнее выбирать маршрут. Соревнуются здесь командами. Команда состоит из двух человек: водителя и штурмана. Когда объявляется старт, штурман получает указания, в которых, помимо прочего, объясняется, какой длины отрезок им нужно проехать и сколько у них на это есть времени. Время обычно рассчитывается исходя из средней скорости движения в 40 км/ч, но стоит один раз засомневаться, и можно в выделенное время не уложиться. За задержку экипажу полагаются штрафные минуты и секунды. Во время прохождения отрезка штурман говорит водителю, куда ему ехать, с учетом полученных указаний. Например, штурману могут сказать, что вам надо к западу от цифры «один» на карте.

- Тогда нам нужно ехать туда по кратчайшему из путей, указанных на карте, – объясняет Ульф.

В этих его словах кроется вся суть ориентирования на автомобилях. На соревнованиях могут использоваться самые разные карты. Издания разных лет и карты разного масштаба могут сильно отличаться друг от друга. Иногда карты составляют сами. Если участники заезда получили перед стартом карту, изданную несколько лет назад, на ней может не оказаться каких-то новых дорог. И тут-то и становится ключевой разница между «кратчайшим путем» и «кратчайшим путем, обозначенным на карте». Штурману и надо разобраться, какие из дорог есть на полученной им карте.

В ходе заезда автомобили проходят контрольные пункты. В этом виде спорта они синего цвета, и на каждом из них написана буква. Задача штурмана – отмечать буквы на контрольном листе, который на финише он отдаст организаторам соревнований. Если экипаж ошибется с выбором кратчайшего обозначенного на карте пути, штурман пропустит какие-то контрольные пункты или укажет в листе неверные буквы. За

это команде грозит штраф в целых 15 минут.

- Насколько хорошо в ориентировании должен разбираться водитель?

- Ну, если в команде первоклассный штурман, то водителю особо разбираться в ориентировании не нужно. С другой стороны, если вы заблудились, то будет неплохо, если и водитель сможет прочитать карту. Ведь он смотрит на дорогу и видит много объектов на местности, которые мог проглядеть штурман, пока смотрел на карту. И тогда водитель может ему подсказать, что недавно был, например, дом или гравийная дорога.

- То есть базовые знания о картах для ориентирования водителю все-таки нужны?

- Да, хуже точно не будет. Впрочем, на чемпионате Швеции темп настолько высок, что, если с вами случилось что-то подобное, шансов победить у вас уже нет. Слишком много времени потеряно.

Отрезки на соревнованиях могут сильно отличаться один от другого. Бывают и очень короткие, бывают и такие, на прохождение которых уходит до 40 минут. Штурман сидит на переднем пассажирском сиденье, перед ним установлен небольшой столик. Читать карту удобнее со специальным прибором – лампой с линейкой и увеличительным стеклом. Отрезки могут проходить по лесу, по трассе, через карьеры и проч. Один заезд может длиться несколько часов.

Несколько лет назад на шведском телевидении показывали репортаж о спринтерском заезде на чемпионате Швеции.

- А вас не укачивает во время заездов?

- Меня – нет. Но некоторых участников соревнований и правда иногда укачивает. Им приходится принимать специальные таблетки. Но как-то раз мы с друзьями ехали на машине в отпуск. Я сидел на заднем сидении и читал журнал... И в какой-то момент понял, что мне лучше смотреть на дорогу. А когда ты на соревнованиях, ты так сосредоточен на том, что происходит, что об укачивании не успеваешь даже подумать. Отвлечься нельзя ни на секунду. Возможно, поэтому меня никогда и не укачивает.

- Ни разу с 1981 года?

- Ни одного.

Перевод из шведского журнала «Skogsport» Михаила Грачёва.



ОРИЕНТИРОВАНИЕ В АВСТРАЛИИ ГЛАЗАМИ ПЕТЕРБУРГСКОГО СПОРТСМЕНА



Анатолий Куликов, выпускник СПбГУ и представитель клуба "Университет", год назад уехал учиться на PhD (аналог аспирантуры) в Австралию. Анатолий рассказал о том, как часто встречаются кенгуру на соревнованиях, почему в Австралии катастрофически не хватает рисовщиков и как российскому спортсмену удалось попасть в состав сборной штата.

О причинах переезда в Австралию.

Я поехал в Австралию на PhD, это аналог нашей аспирантуры. Во-первых, интересно было на мир посмотреть. Кроме того, на западе аспирантура – полноценная работа и подрабатывать "на стороне" не приходится, в России это не так. Вообще-то выбирал между Европой и Штатами, но профессор из Австралии ответил раньше, предложил съездить на три месяца на стажировку. Понравилось гораздо больше, чем я ожидал, и я решил остаться на PhD здесь.

Доступность ориентирования в Австралии. С доступностью проблем нет – приезжай и беги. С распространённостью всё куда хуже – в Квинсленде

(штат, в котором я живу, коротко QLD) самые крупные соревнования собирают от силы 150-200 человек, большинство из которых бегают по ветеранским группам. Спортивных школ, тренеров в секциях, которые набирают детей по районам и вывозят на тренировки, сборы и соревнования – здесь этого всего нет. Раз в год в школах стараются провести «День ориентирования», так что в целом про спорт люди что-то слышали, но не более того. Без машины ни на один лесной старт не добраться, так что школьник сам заниматься не может – нужны родители, которые ездил бы с ним. Поэтому чаще это семейный спорт.

Как я попал в австралийскую команду. Первые пару месяцев бегал без команды, сейчас выступаю за клуб Ugly Gully. Попал как-то совсем естественно – люди оттуда меня на старты подвозили, пару раз тренировки вместе сбегали. В

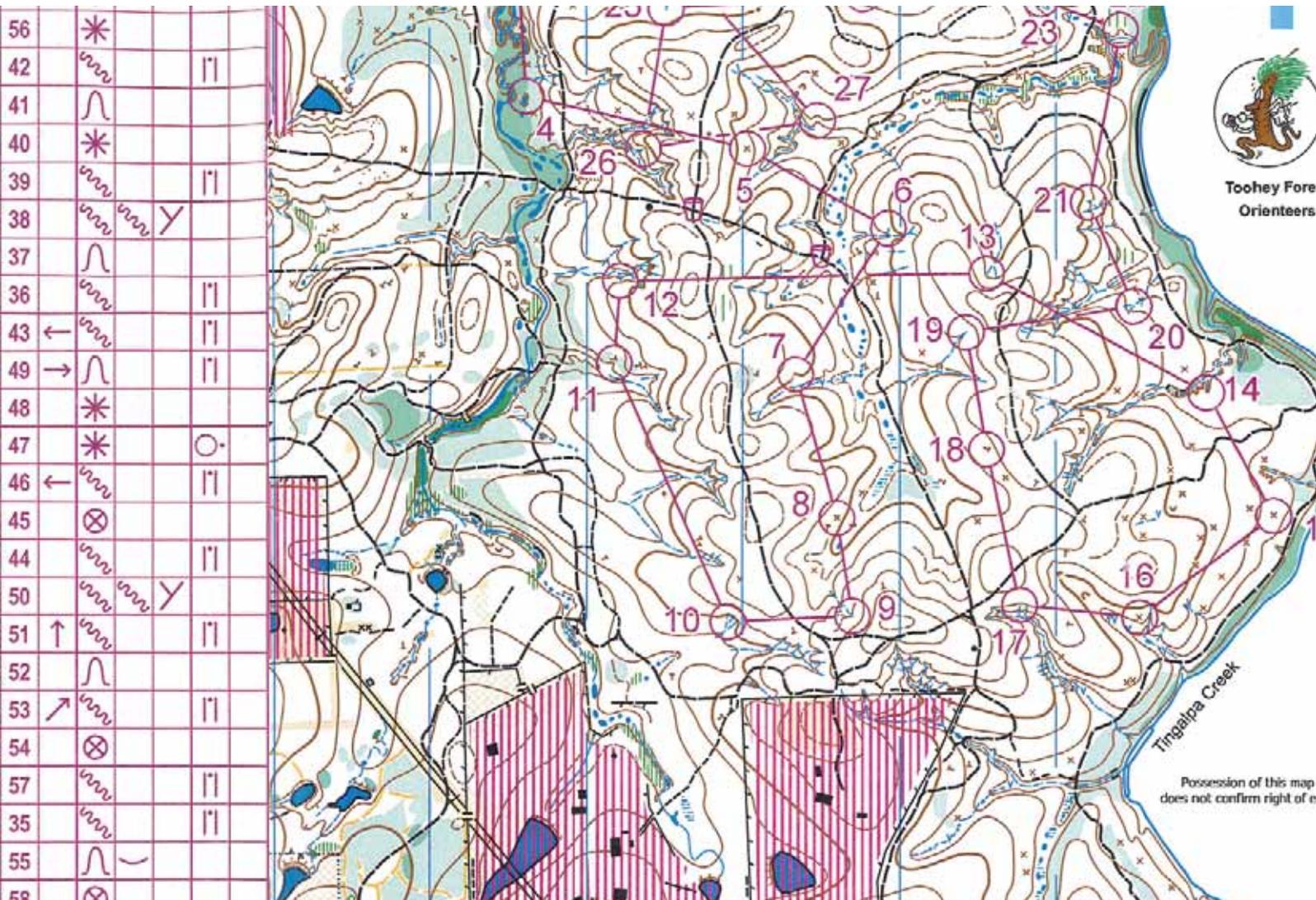
самом Брисбене «живых» клубов всего два, по территориальному признаку.

Достаточно скоро оказалось, что на чемпионат Австралии эстафетной команды от штата по МЭ не собирается. Просто некому бежать. Так я попал и в сборную штата – QLD Cyclones.

Тренируюсь мало, пару раз в неделю бегаю, перед какими-то крупными соревнованиями пытаюсь делать чуть больше.

Как часто проходят соревнования.

Каждую неделю, действительно, можно несколько раз побегать. Но я бы назвал это бегом с элементами ориентирования – либо это будет открытый парк, либо вообще "streetevent", то есть КП где-то на фонарных столбах или пересечениях улиц. Почти в каждые выходные бывает что-нибудь лесное или хотя бы парковое, но без возрастных групп и стартовых протоколов – четыре группы по





сложности, старт по станции, слегка редактурированная карта десятилетней давности. Бежать возрастную группу из трёх участников всё-таки не слишком интересно.

Из более крупных – чемпионаты штата, серия «ориентировщик года» и пара межклубных соревнований. Таких стартов всего около десяти в год, и они уже похожи на соревнования: там будут стартовые протоколы, но всё-таки трёхпяти человек в возрастной группе недостаточно. Похожая ситуация и в других штатах, хотя в районе Сиднея и Мельбурна всё получше. Все действительно интересные старты – общеавстралий-

ские, что, к сожалению, означает, что на них далеко (и недёшево) добираться.

Процесс заявки на соревнования. С заявкой здесь всё очень просто: есть местный сайт eventor, где можно найти все старты по Австралии. Заявка электронная, оплата тоже – быстро и удобно. Насколько я понимаю, это абсолютно такая же система, как и IOF Eventor. Впрочем, на большинство стартов заранее заявляться не обязательно, стартовых протоколов всё равно нет. Так что в eventor заглядываешь, просто чтобы уточнить время/место.

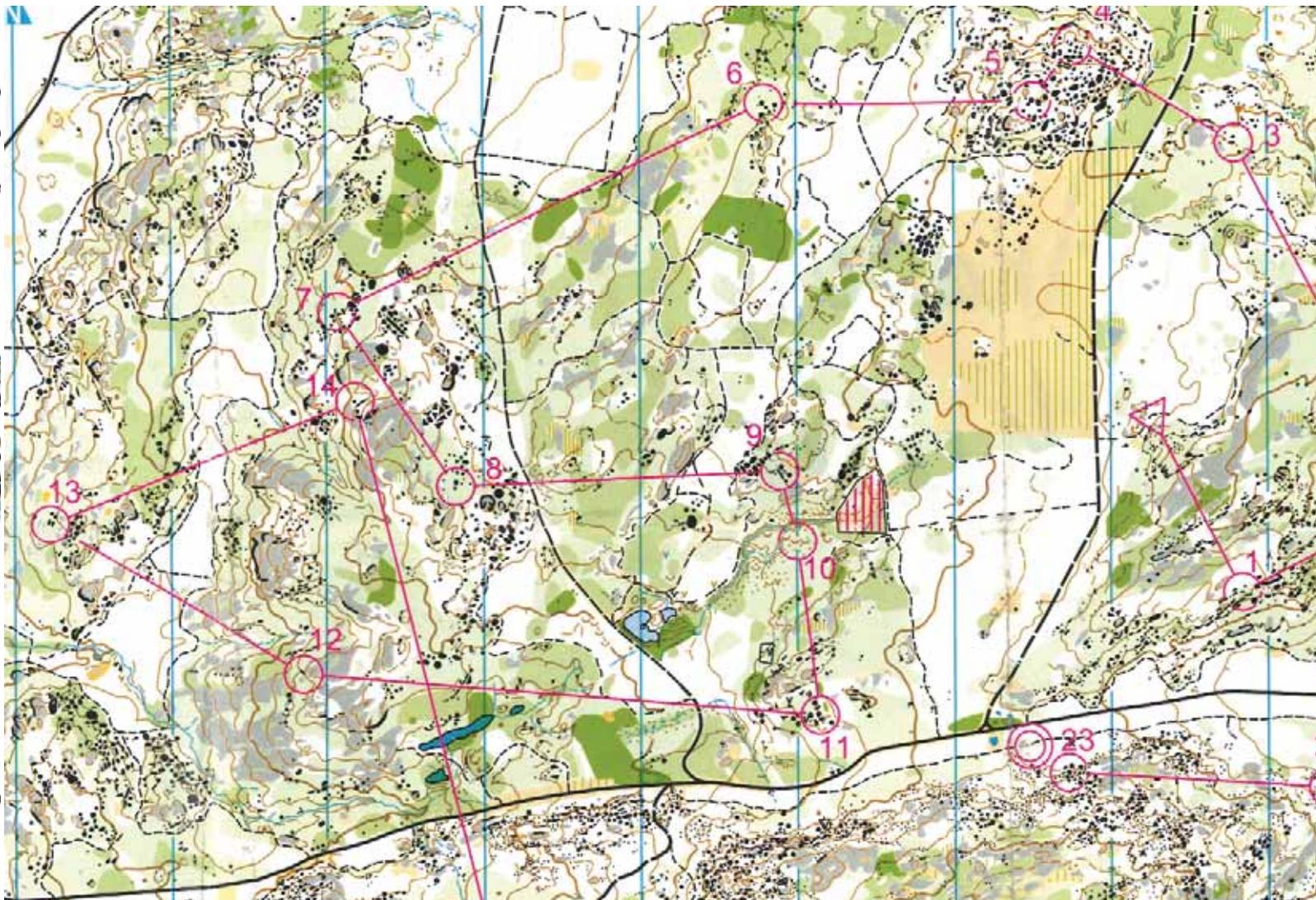
По ценам – мелкий старт на неделе будет \$5-8, что-нибудь среднее \$15-25.

Чемпионат может быть и \$40 за день.

Что касается системы электронной отметки, то в Австралии используется Sportident, на NOL/WRE Sportident Air.

Крупные соревнования в Австралии. Australian Orienteering Carnival – главная многодневка, длится дней десять. Два уикенда – четыре главных старта: мидл, лонг, спринт и эстафета чемпионата Австралии, три из них могут быть WRE. Какие-то школьные старты на неделе.

Серия NOL (national orienteering league) – около шести соревнований, многие по 2-3 дня. Приличная организация, на них обычно съезжаются со всех



штатов. Протокол МЭ будет не шесть человек, а 30-40, похоже на средний питерский старт. В этом году я съездил только на один – NOL в Тасмании. Там была сложная новая дюнная карта, интересная планировка.

Раз в два года проходит чемпионат Океании. У Австралии есть постоянное соперничество с Новой Зеландией. Если чемпионат Океании проводится в Австралии, выиграют австралийцы с небольшим преимуществом, если в NZ – то киви. По-моему, пока без исключений.

Есть две или три крупные многодневки, там я пока не был. В принципе, если ездить на все крупные старты, получается вполне насыщенный сезон. Хотя австралийские сборники стараются тренироваться где-нибудь в Скандинавии, конечно.

В прошлом году Carnival был в Квинсленде, я участвовал во всех стартах чемпионата; в этом году в Океании, чемпионат был под Оклендом, в NZ. Добираться туда оказалось дешевле и проще, чем до Carnival'a. В целом, старты мне понравились, чем-то похожи на FIN-5 в уменьшенном масштабе.

Чем отличаются старты в Австралии от российских.

Все австралийские старты очень мирные, дружелюбные, проходят абсолютно без напряжения. Даже если организация скромная, больших косяков и проблем не возникает.

Со спортивной точки зрения, конечно, Питер, и тем более Скандинавия, далеко впереди.

О спортивных картах в Австралии. Я неоднократно слышал мнение, что в QLD нет проблем с картами для городских спринтов, а вот хорошую местность для лесного ориентирования не найти. Не знаю, насколько это так, дождевые леса выглядят достаточно густыми и рельефными. Но они почти всегда национальные парки, и проводить соревнования там нельзя. В любом случае, здесь катастрофическая нехватка рисовщиков, и если новые карты для спринта периодически рисуют, то с лесными дисциплинами – только корректируют. Почти все карты вокруг Брисбена весьма однообразны – леса сухие, практически без подлеска, пробегаемость высокая и видно далеко. И даже на таких картах много ошибок – где-то лощина на двести метров сдвинута, где-то камень не заметили. Карты с более сложной местностью можно пересчитать по пальцам, их рисуют к каким-нибудь очень крупным соревнованиям. Так, чемпионат штата в этом году проходил на техничной каменистой местности, по карте 1991 года рисовки. На полях карт пишут «контуры – для навигации, растительность – для выбора варианта». Это потому, что зелень на карте соответствует реальной только в самых общих чертах.

Со спринтами ситуация лучше – вокруг Брисбена есть несколько интересных многоуровневых университетских кампусов, новые адекватные карты.

Встречаются ли кенгуру на дистанции? Регулярно! На первых стартах мне говорили, что нужен свисток, и было интересно, связано это с тем, что всё вокруг ядовито и может убить или просто на случай потерялся/травмировался. Выяснилось, что всё-таки второе, с животным миром всё не так страшно: крокодилы живут на пару сотен км севернее и в лесах и озёрах вокруг Брисбена ещё не встречаются, а змеи и пауки не агрессивные. Свисток никто не проверяет, так что у меня его и нет.

Меня удивило, что хотя и времена года в южном полушарии «перевернуты» (так, сейчас здесь весна), ориентировочный сезон у нас и в Австралии совпадает по времени. Австралийский спортивный сезон совпадает с учебным годом – осень, зима и весна. Летом бегать просто слишком жарко. В плюс сорок с приличной влажностью не очень понятно, как из холодного душа выйти, не то что соревнования бегать. Зато зимой в самый раз: многие жители QLD снег видели только на картинках, и температура днём может быть 10-20 градусов.





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

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

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.sportssystem.ru
www.sfr-system.com

sfr-system@mail.ru

skype: sfr-system

3490 руб.

300 руб.



905
VICTORY CODE

VICTORY CODE

КОМАНДНЫЙ ДИЗАЙН

WWW.905SPORT.RU

СПОРТИВНАЯ ЭКИПИРОВКА