

№2, 1998

АЗИМУТ



ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

Открой себе дорогу в сборную

46 Полеты во сне
и наяву

4 Золото для России

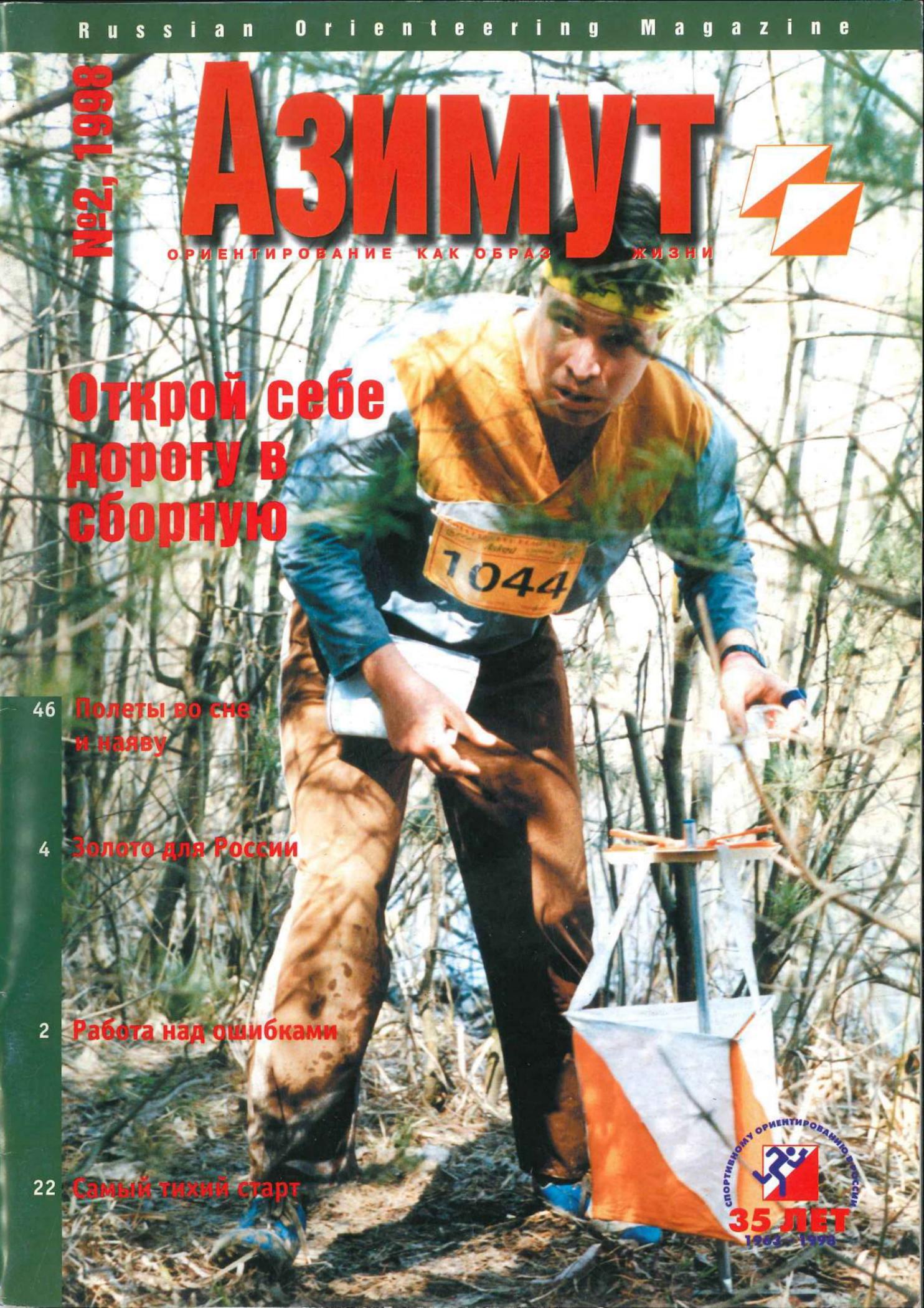
2 Работа над ошибками

22 Самый тихий старт

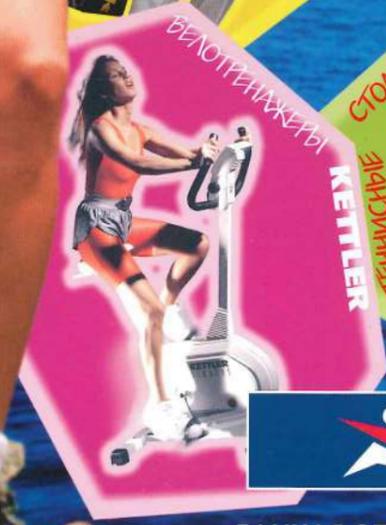
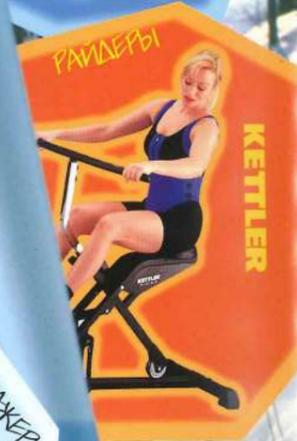
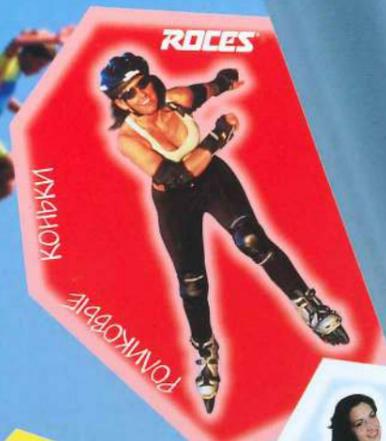


MOSCOW COMPASS

тел: (095) 331-9623



СПОРТМАСТЕР КРУГЛЫЙ ГОД!



ЕДИНАЯ СПРАВОЧНАЯ СЛУЖБА: тел. (095) 956-2810
 Салон-магазин КЕТЛЕР-СПОРТ: Москва, Ленинский проспект 21
 Магазин СПОРТМАСТЕР: Москва, Ленинский проспект 81
 Магазин СПОРТМАСТЕР: Москва, Манежная пл., ТК "Охотный ряд", 2-й этаж
 Магазин СПОРТМАСТЕР: Москва, ВВЦ, пав. "Москва", 3-й этаж
 Секция СПОРТМАСТЕР в м-не ГУМ-СПОРТ: Москва, Мичуринский пр-т 8
 Секция СПОРТМАСТЕР в м-не ПЕРЕКРЕСТОК: Москва, Алтуфьевское ш. 40Д
 Отловый центр СПОРТМАСТЕР: Москва, ул. Бориса Галушкина 7, 2-й этаж

RUSSIAN ORIENTEERING
MAGAZINE
**Журнал
"Азимут"**
1998, №2

Учредители:
Федерация спортивного ориентирования России, Фонд поддержки и развития спортивного ориентирования, Центр детско-юношеского туризма Министерства общего и профессионального образования РФ, 000 "Редакция журнала "Азимут"

Редакционный совет:
Сергей Беляев
Виктор Елизаров
Аркадий Ломоносов
Игорь Столов
Юрий Константинов
Игорь Гуриев
Юрий Безьямный
Виктор Бородин
Генрих Шур
Лев Крохин
Юрий Янин

Главный редактор:
Генрих Шур
тел.: (095) 362-89-90

Ответственный секретарь
Юрий Янин

Художник:
Сергей Петухов

Верстка и дизайн:
Олег Шкитин

Фото в номере:
Анатолий Киселев
Алексей Иванов
Юрий Янин
Александр Бурмистров
Алексей Кузьмин

Дизайн, сканирование, компьютерная верстка, цветоделение
"Студия NS-Print"
Директор: Е. Карташева
(095) 196-7889

Адрес редакции:
123060, Москва, а/я 57
Телефон/факс:
(095) 196-9089
(секретариат)
(095) 196-7155
(отдел рекламы)

Распространение:
109033, Москва,
ул. Волочаевская, д. 38а, ЦДЮТ
Тел.: (095) 362-82-33, 362-89-71
доб. 1-33, 1-31
Факс: (095) 362-89-91

Транспортное обеспечение:
"SKOLLO - motors"
(095) 196-71-61

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.

Тираж 4500 экз.
Отпечатано в типографии Global Impress Ltd. (Кипр)

Цена свободная
Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.
Журнал зарегистрирован в Гос. комитете по печати 30.04.97, рег. № 016043

СОДЕРЖАНИЕ: №2, 1998

Персона	
Работа над ошибками	2
Золото для России	4
70 лет С.Б.Елаховскому	47
Интервью	
Подснежник-98	10
Олимпийский проект	
Олимпийское ориентирование. Мечта или реальность?	11
Соревнования	
"Московский компас" — весенняя ярмарка	6
Четыре дня в Коврове	14
Путь к победе	14
Самый тихий старт	22
"Жемчужина России" в Твери	24
Будущие звезды-98	26
Венок славы Александра Невского	40
Сборная	
Открой себе дорогу в сборную	32
Новости	
Официальная информация IOF	29
Принципы планирования дистанций	30
От школьного двора к Чемпионату Мира	42
Разное	
Робин Гудки с компасами	46
Серафимыч	46
Консилиум	
Анализ организации и проведения соревнований	16
Конкурс работ по спортивному ориентированию	17
ЭКГ, как метод определения утомления	18
Принципы и правила поведения тренера	20
Хобби	
Ретро	17
Стихи	17
На карте России есть теперь перевал 100-летия спортивного ориентирования	28
Ориентирование на байдарках	37
Полеты во сне и наяву	46
35 лет ориентированию	
Звездный час	15
Первые всесоюзные соревнования	38
Уроки ориентирования	
Урок шестой	34



На 1-й с. обложки фото А.Киселева

Редакция получает много вопросов о том, чем занимается С.Г.Беляев как депутат Государственной Думы. Этот материал перепечатан с сокращениями из газеты "Московская правда" от 19 мая 1998 года по согласованию с депутатом Государственной Думы Федерального собрания Российской Федерации, президентом Федерации спортивного ориентирования России Сергеем Георгиевичем Беляевым.

От редакции: Мы считаем, что статья Сергея Демидова поможет многочисленным читателям журнала, специалистам, тренерам, спортсменам и общественному активу понять характер, взгляды, образ мышления политика, государственного деятеля, президента нашей спортивной Федерации, стремящегося своей общественной деятельностью активно развивать спортивное ориентирование в стране.

РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

Партия будущего — это команда единомышленников, в которой каждый несет ответственность за себя. Появление на российской политической сцене "Российского прогрессивного союза", исповедующего этот принцип и абсолютно не вписывающегося в привычный расклад сил, многие наблюдатели расценивают как знак настоящих, демократических перемен в обществе.

"Демократический выбор России". "Наш дом — Россия"... Как много пройдено дорог, как много сделано ошибок. Возможно ли создать в России "партию власти", опирающуюся на всенародную поддержку? Кажется, что неминуемы ошибки, ведущие подчас чуть ли не к катастрофе, которая произошла с КПСС. Что должно лежать в основе такой партии сегодня? На эти темы мы размышляем вместе с известным политиком, профессором, доктором технических наук, депутатом Государственной Думы Российской Федерации, лидером нового общественно-политического движения "Российский прогрессивный союз" Сергеем Георгиевичем Беляевым.

Власть всегда стремится иметь опору. Как правило, не имея широкой поддержки в народе, правители создают некие образования, призванные олицетворять эту пресловутую "поддержку" в наро-



де", — партии. Но дальше создания партий и декларации каких-то идей, основанных на вечных ценностях, дело не идет. Каждое новое правительство формирует новую партию. Так соблюдается принцип многопартийности. Так делаются ошибки — объединить интересы власти и народа в одном общественном движении необычайно трудно. И кому-то, в силу, очевидно, каких-то личных убеждений, приходится эти ошибки исправлять. А для этого необходимо не только желание, но и опыт. Сергей Беляев работает во властных структурах России с 1990 года. Вначале — депутат Ленсовета, затем — заместитель мэра Санкт-Петербурга. Начиная свой путь в политике вместе с Анатолием Чубайсом, что сегодня одними рассматривается чуть ли не как криминал, другими же — как знак высокого профессионализма.

Дела давно минувших дней

Вспоминая начало своей политической карьеры, Сергей Георгиевич говорит в первую очередь о новых социально-экономических проектах. Наверное, именно в этом и заключается главная черта Беляева как политика — деловой подход к своим обязанностям. Говоря же о Чубайсе, он уверенно называет его центральной фигурой российских реформ, хотя поначалу другие люди "продвигали" идеи молодых политиков.

— Мы действительно много работали вместе с Анатолием Борисовичем, — говорит Беляев. — Работали, начиная еще со времени избрания мэром Питера Анатолия Александровича Собчака. Мы тогда считали, что именно Собчак сможет стать консолидирующей фигурой для реализации в городе новых социально-экономических проектов. После того как А.А.Собчак присту-

пил к работе, он нескольких людей, в том числе и меня, пригласил на должность заместителей мэра. Меня, по его словам, он выбрал исключительно за деловые качества, поскольку личные отношения между нами были чрезвычайно далеки от идеальных. В памятном октябре 1993-го Сергей Георгиевич был назначен генеральным директором управления по делам о несостоятельности и банкротстве и одновременно первым заместителем председателя Госкомимущества. Оказаться в этот момент на одном из ключевых постов в правительстве — высочайшая ответственность, связанная к тому же с необычайной нервностью, всегда сопровождающей большие перемены в обществе, как-никак приватизация стала основой всех российских реформ. Я стал первым заместителем председателя

Госкомимущества, которое тогда возглавлял Анатолий Борисович Чубайс. Мне предложили создать с нуля Федеральную службу по делам о несостоятельности и банкротстве. В ту пору у нас в стране никто не знал, что такое банкротство. Однако нам удалось в короткий срок организовать фактически новое министерство, которое имело 89 региональных отделений по всей стране. Тогда моей фамилией можно было пугать маленьких детей, так как оппозиция распространяла мнение, что банкротство — это обязательно разорение и закрытие предприятий, массовая безработица. А на самом деле это — один из способов ведения хозяйства, совершенствования экономики. В дальнейшем я занял место Чубайса. И хотя я был непосредственно в его команде, в "тусовке", как сейчас выражаются, я не был. Последний же раз мы с ним виделись

летом прошлого года, когда летали на заседание ассоциации "Сибирское соглашение".

Понимаю, что сегодня многие ждут — станет ли Беляев отрешиваться от непопулярного Чубайса. Так вот, из человеческой порядочности я ни от кого отрешиваться не буду. Спорить о правильности идей и действий можно, но переходить на уровень личности — прием запрещенный.

Ответственность за себя

Очевидно, что причастность к работе нового для того времени кабинета не могла не испортить Сергею Беляеву отношения со многими общественными и политическими деятелями. Однако работа в молодом российском правительстве еще и научила его работать в команде. В команде единомышленников. Поэтому, когда Сергею Георгиевичу задают вопрос, считает ли он себя человеком команды или индивидуалистом, он отвечает не категорично, не сразу:

— Нельзя ответить однозначно на этот вопрос. С самого раннего детства, а родился и вырос я в военном городке в Ленинградской области, меня окружали разные люди. Семья у нас была на редкость дружная и сплоченная. У меня две сестры. Все мы учились в интернате, в военном городке не было школы. В общем, выросли в абсолютно коллективистской среде. Но в коллективе главными движущими мотивами в поведении были, с одной стороны, стремление быть вместе с близкими по духу людьми, а с другой — самоутверждение как личности. Поэтому, знаете, когда говорят, что Беляев — индивидуалист, я не спорю. Может быть, и вид спорта я выбрал себе соответствующий — спортивное ориентирование: каждый бежит вроде бы в одиночестве, а в результате выигрывает команда. Поэтому до сих пор мой жизненный девиз — ответственность за себя в рамках команды единомышленников. Когда сегодня говорят о корпоративном мышлении, я точно знаю, что это — мое. Многие до сих пор удивляются, почему Беляев работал и с А.А.Собчаком, и с В.С.Черномырдиным? Это были разные команды, но в них, несмотря на индивидуальные личностные качества каждого члена команды, имелась общая программа, на которую работали вместе, и, с моей точки зрения, необходимо было честно и четко сыграть свою роль именно вместе, в команде.

Уход из НДР: обратная связь и политика

Абсолютно понятно, что никакая партия не способна выстоять в жесткой политической борьбе, не имея прямой связи с народом, несмотря даже на прямую поддержку исполнительной власти. Будучи руководителем крупной фракции в Государственной Думе, Сергей Беляев прекрасно это понимал. И видя, как складываются отношения "Нашего дома" с теми, кто в этом деле, собственно, живет, он, очевидно, понимал, что без прямого участия представителей народа в работе политической партии настоящего успеха эта партия не добьется. Понимал, настойчиво доказывал, но безрезультатно.

Поэтому его уход из НДР был, видимо, предreshен заранее.

— В политической жизни, да и в быту, я человек самостоятельный. На уход из НДР я ни у кого разрешения не спрашивал, но консультации определенного рода, конечно же, были. А этот разрыв был обусловлен тем, что в течение полутора лет, будучи лидером фракции НДР в Думе, я пытался выстроить систему отношений правительственной в то время партии или движения, как хотите его называйте, с народом и обществом, обеспечить то, что называется обратной связью. Однако бюрократическая верхушка НДР совершенно к этому не стремилась и не собиралась подобных отношений допускать. Она преследовала собственные корпоративные интересы, используя механизмы власти. Народ в их глазах был не более чем материал для голосования: мол, нам сверху виднее, чем вам снизу.

Нынешняя власть пытается управлять обществом так, как она делала раньше. Государствообразующим фактором была тогда коммунистическая партия. Но развалилась КПСС — не стало Советского Союза. Поэтому очевидно, что КПСС не была партией — на выборах ей не было альтернативы, она являлась основным элементом политической системы. Сейчас, если спрашивают: "Вы были в партии?", можно смело отвечать: "Нет, я был в КПСС". Именно поэтому, учитывая тот опыт, находясь во главе фракции НДР, я попытался создать поле общественной поддержки, на которую опиралась бы власть. Мы прорабатывали пути, по которым можно было бы обмениваться с обществом информацией. Главным принципом нашей работы стала выработка условий политического взаимодействия на основе единства политических установок. Мы объехали всю страну, не боялись общаться с народом, так как искренне считали, что все, что мы сделаем, послужит интересам людей.

Но, к сожалению, ни одно из предвыборных положений НДР выполнено не было. Правительство проводило в жизнь свою, прагматическую программу, а движение провозглашало нечто совершенно другое. Понятно, что на членах правительственной партии лежит ответственность за правительственный курс. И, без сомнения, отношение к ней общества строится на основе восприятия народом политики исполнительной власти. Однако, по мнению Сергея Беляева, не только НДР является на сегодняшний день "партией власти". Все партии, которые работают в парламенте, являются одной большой партией власти. А НДР — это сегмент, который прирос к правительству. Я предлагал НДР взять за основу план действий правительства и сказать, что это — наша краткосрочная программа. Однако это паллиатив. А нужно было, чтобы и депутаты, и функционеры НДР, и члены правительства, считающие себя сторонниками данного движения, активно участвовали в разработке правительственных мер и программ и не только дружно голосовали, но и лоббировали их как свои.

Но эта идея вошла в полный диссонанс с номенклатурной элитой движения "Наш дом — Россия". С той самой элитой, которая издавна встраивалась в системы управления страной и вертелась, как флюгер, в зависимости от того, куда ветер подует. Именно это и тормозило развитие НДР. К тому же у некоторых членов правительства появился явный крен в сторону левого большинства, с которым оказалось легче договориться, чем с демократической частью Государственной Думы. А ведь именно с ней — по логике — НДР находилась в одной части политического спектра. Движение и правительство фактически не имели мощной общественной поддержки, а значит, не чувствовали и морального давления со стороны общества. Как следствие договоренности и согласование позиций с левым большинством в Думе оказались делом простым и морально приемлемым. А существование позиции НДР на самом деле заключалось в подчинении ее планов и действий одной задаче: удержаться у власти. Для этого необходимо вовремя "прогибаться" и чуть-чуть блефовать в подходящий момент. В НДР было изначально заложено "движение в никуда".

Новое движение — прогресс в политике и не только

Не так давно усилиями Сергея Беляева и его соратников было создано и зарегистрировано — первое по новым правилам регистрации — новое общественно-политическое движение "Российский прогрессивный союз". Наблюдатели по-разному оценивают это событие, однако несомненно одно — на политической сцене появилась организация, члены которой знают, что такое "партия власти", и понимают, какие ошибки были сделаны предыдущими политическими движениями, претендующими на эту сложную роль.

— Мы строим новое общественно-политическое движение, — говорит Сергей Георгиевич, — формирование которого будет происходить (и уже происходит) снизу, а не сверху, как это было с НДР. На самом деле только такой путь ведет к созданию жизнеспособной организации. Это — главное отличие нашего образования от предшественников. Важнейшим для нас является невостребованный до сих пор интеллект провинциальной России.

Если наше движение будет развиваться так, как мы хотим, на выборах 2000 года мы будем выдвигать своего кандидата. Выдвижение будет происходить так же, как и во всем мире, во всех политических партиях. Здесь механизм един для всех здоровых политических институтов. В любом случае мы придем к власти командой, а состязательность приведет к тому, что эту команду возглавит сильнейший.

Именно поэтому, очевидно, и стоит прислушиваться к мнению действующих политиков, произнесенному не с высокой предвыборной трибуны, а как бы про себя, внутри себя, когда рассматриваешь происходящее через магический кристалл собственной совести и убеждений. ■

ЗОЛОТО ДЛЯ РОССИИ

Виктор Корчагин.
Двукратный Чемпион Мира по лыжному ориентированию.

— Виктор, сейчас уже улеглись эмоции последнего, столь удачного для тебя Чемпионата Мира. Ты уже, наверное, многое обдумал, оценил, взвесил. Что явилось ключом к победе, твоей и команды?

— Однозначно не ответить. Моя победа стала логическим завершением цепочки длиной почти в 20 лет, первые звенья которой скрепил мой первый тренер в г.Раменское Н.А.Бурлинов, ныне активнейший спортивный деятель в городе. Затем



уже с нынешним тренером Н.Н.Кудряшовым мы медленно, но верно, звено за звеном наращивали эту цепь и, наконец, количества звеньев в подготовке хватило для того, чтобы не выпустить победу из рук. Победа команды в эстафете тоже уже созрела и при благоприятном стечении обстоятельств стала не только возможной, но и была, на мой взгляд, уверенной и убедительной.

— Хорошо, ну а все-таки, как проходила подготовка на заключительном этапе?

— В силу некоторых обстоятельств мы не



избалованы системой сборов, тем более централизованных, а также какими-то суперусловиями для подготовки дома. Но в прошедшем подготовительном сезоне, во многом благодаря директору Лыткаринской СДЮШОР "Олимпия" С.В.Стулову, удалось провести четыре сбора. Очень удачными и качественными были горный сбор в Болгарии в сентябре, вкатывание в Швеции с переездом в Финляндию на серию местных стартов и завершающий сбор опять в горах Болгарии накануне Чемпионата Мира для привыкания к высоте, где мы собрались почти всей командой. Хотя этой подготовки и оказалось достаточно, но была бы возможность, я, наверное, не вылезал бы со сборов, отработывая каждую мелочь, потому что тренируюсь я недостаточно, еще есть над чем поработать.

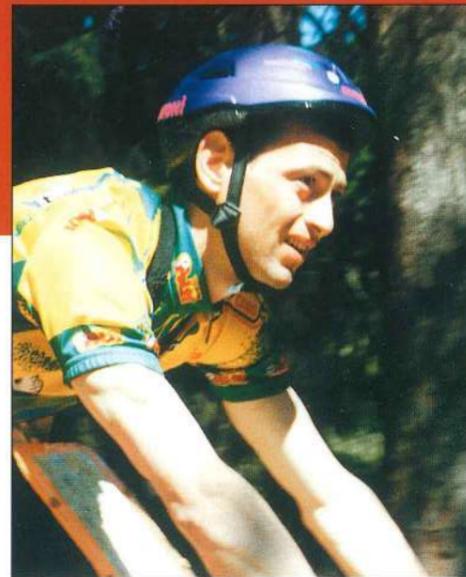
— А какими качествами нужно обладать ориентировщику, чтобы стать чемпионом мира, и все ли они есть у тебя?

— Наш вид спорта в силу своей интеллектуальности замечателен тем, что на результат влияет очень много составляющих, и поначалу можно немалого добиться, имея на вооружении неполный их набор и не лучшего качества. Но по-настоящему высочайшего уровня без наличия всех составляющих и их гармонии, сбалансированности достичь, думаю, нельзя. Мое основное слабое место, наверное, физическая подготовка, что пока компенсируется скоростью общения с местностью и картой.

— Что запомнилось на Чемпионате Мира?

— Как обычно, непредсказуемая погода, нестандартный спринт, где при 5 минутах ошибок занял 4 место при огромных разрывах между призерами. Наоборот, высочайшая плотность на длинной дистанции, где 32 секунды отделили 1-е место от 5-го, при этом дважды выбирая проигрышный вариант на длинных перегонах, волей Божьей я оказывался на правильном. Кажется, мне везло на протяжении всего чемпионата. Еще запомнились мужские слезы после эстафеты.

— Ты не участвовал в Чемпионате север-



ных стран. Причина финансовая или ты посчитал цель уже достигнутой?

— Скорее финансовая: денежный мешок спортшколы к тому времени изрядно похудел, ведь я там далеко не один. С другой стороны, если бы не реализовал себя в Австрии, может, и попытался бы осилить поездку за свой счет.

А что касается цели, то конкретных не имел и не имею. Просто ориентирование — это моя жизнь, и я занимаюсь своими

любимым делом, может, даже в ущерб чему-то. А любимое дело всегда хочется сделать как можно лучше, профессиональнее.

— Какие планы на будущее, как я понял, спорт тебе еще не надоел? Ведь Виктор значит — "победитель".

— Активно увлекся ориентированием на маунтин-байках, сначала в плане подготовки к зиме, затем в связи с травмой, а теперь становится все интересней, затягивает. Планируем летом и осенью поучаствовать в международных соревнованиях, если найдем финансовую поддержку (откликнитесь, спонсоры!), ведь скоро уже первый мировой чемпионат, не отстать бы от Европы. В дальнейшем постараюсь совмещать велоориентирование с лыжным, ведь они здорово похожи и помогают друг другу. И еще не план, а мечта, чтобы ориентирование, любое, стало олимпийским.

— Ну, что же, пожелаю тебе дождаться этого события в роли действующего спортсмена. Сколько еще собираешься

выступать?

— Спасибо. Отвечу так: "Десять лет назад, после десяти лет занятий ориентированием впервые выступил на Чемпионате Мира. Через следующие десять лет, добившись десятого места в общем зачете Кубка Мира, стартовал в своей десятой на Чемпионатах Мира индивидуальной гонке и принес десятую медаль в копилку нашей зимней сборной, став победителем. При этом жили мы с тренером Кудряшовым в Австрии в десятом номере. Так что еще лет десять". А если серьезно, то это одному Богу известно. ▣



"Moscow Compass" — весенняя ярмарка

Информация от организаторов соревнований:

Сергей Стулов, СДЮШОР «Олимпия»

В наших соревнованиях приняло участие более 160 команд из разных регионов России и стран ближнего зарубежья.

Заявки на участие в соревнованиях прислали около 1800 спортсменов.

В первый день на старт вышли 1512 спортсменов, во второй — 1573.

Это примерно на 300 человек больше, чем в прошлом году.

Спортсмены соревновались по 32 возрастным и квалификационным группам.

Владимир Кошельков, председатель Спорткомитета г.Лыткарино.

Наши соревнования уже получили статус международных и впервые в этом году включены в международный календарь элитных соревнований. Администрация г.Лыткарино с каждым годом все активнее участвует в этом мероприятии путем привлечения различных служб города. И в этом гарантия будущих успехов.

Сергей Хропов, компания «Московский Компас»

Участие большого количества детей — «конек» наших соревнований и залог дальнейшего развития ориентирования. Хочу пригласить всех наших друзей на соревнования «Московский Компас-99», которые пройдут 24—25 апреля. Мы ждем вас!

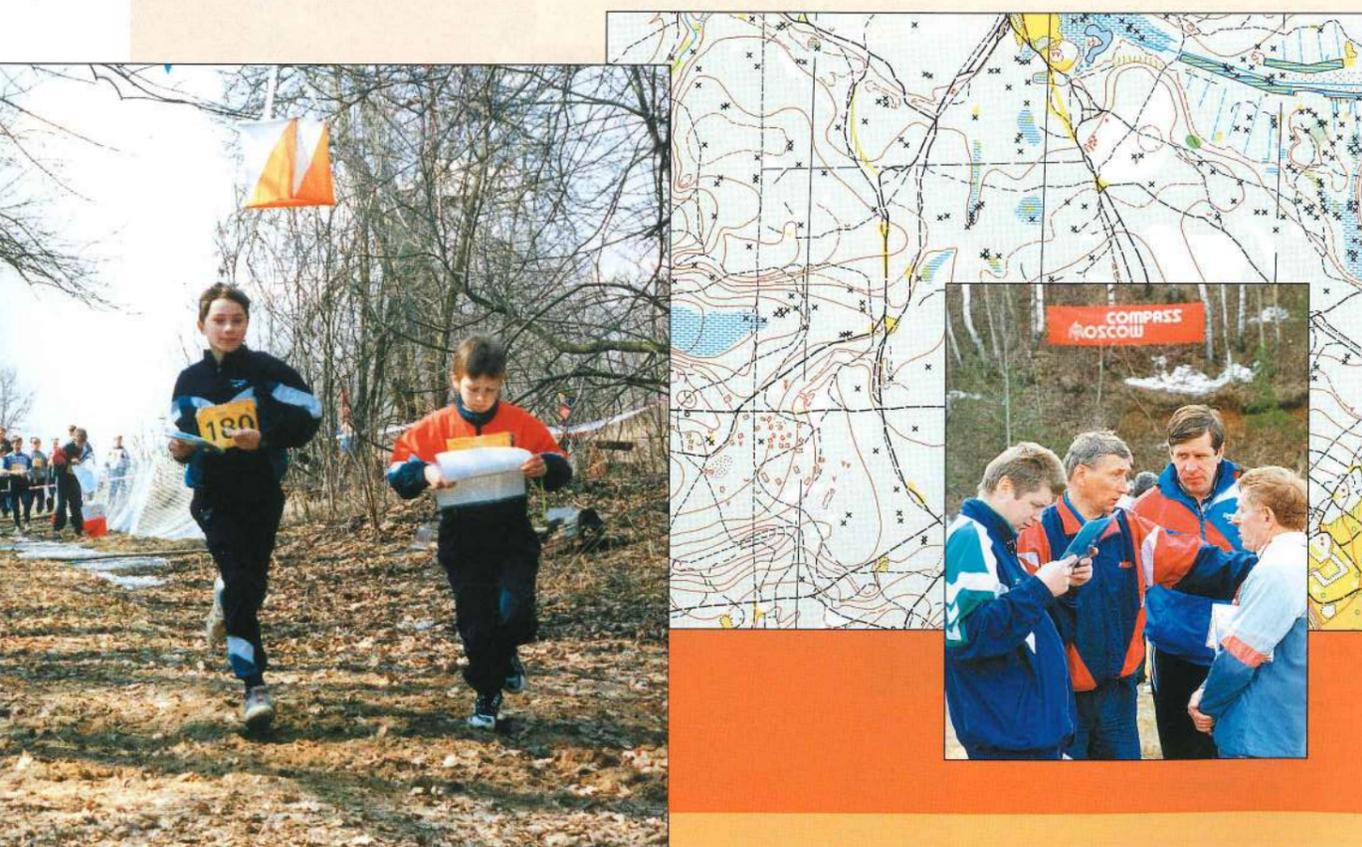
Спонсор репортажа С.Хропов



Нескончаемым потоком сыплются на нас соревнования: многодневки, первенства, чемпионаты... Почему же не сливаются они в один общий ком воспоминаний, из которых нельзя вычленить ничего определенного? Да потому, что у каждого старта есть своя изюминка, которая и остается в памяти надолго. Бывает, правда, что изюминка оказывается горьковатой, и участники вспоминают о соревно-

вании с неудовольствием, но, к счастью, число таких стартов становится с каждым годом все меньше. Можно осуждать то, что сейчас во всех областях жизни Россия пытается слепо копировать запад. Но то, что организаторы соревнований с каждым годом стараются улучшить и уровень организации, и планировку дистанций, многое заимствуя у "обогнавших" нас зарубежных коллег, разве так уж плохо?

Перейдем к реальным фактам. "Moscow Compass" в недавнем прошлом — тихий, спокойный "междусобойчик" москвичей и лыткаринов. Но шло время, росла популярность соревнований, и вот весной этого года гости приехали отовсюду: из Сибири и Урала, из Петербурга, с юга страны. Стартовую поляну, оба дня залитую ярким весенним солнцем, заполнили разноцветные легковые машины, автобусы и, конечно, люди.



"Moscow Compass" — весенняя ярмарка



Тех, кто впервые посетил эти соревнования, поразила организация "на высшем уровне": бригады старта-финиша работают отлажено, результаты сверхоперативно объявляют по радио, новые протоколы вывешивают по мере финиша спортсменов. Правда "пробку" на дороге при подъезде из Москвы к центру соревнований ликвидировать не удалось, но, по-видимому, просто руки не дошли. "Ветераны" же этих стартов знают, что организация здесь всегда была хоро-

шая, но с каждым разом вносится что-то новое: в прошлом году для группы МЖ-10 была "нитка", чтобы малыши не заблудились, а в этом создали группы "взрослый + ребенок", и теперь даже самые маленькие детишки смогли стать полноправными участниками соревнований. Еще впервые был организован "детский сад", что дало возможность стартовать тем родителям, которым не с кем было оставить ребенка. Жаль, снег не успел в лесу растаять, что, за-

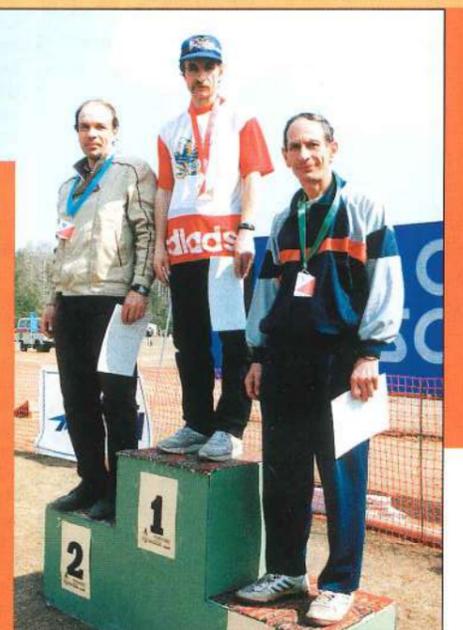
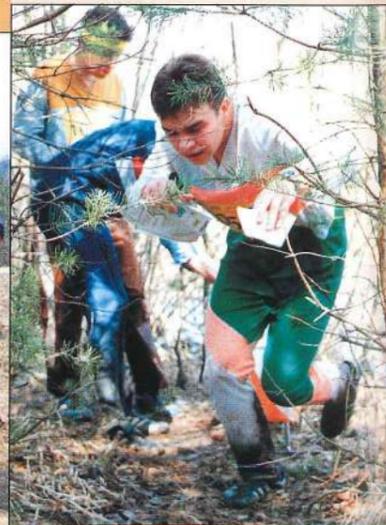
метим, было впервые за всю историю соревнований. Правда, яркое солнце на безоблачном небе старалось исправить положение, да поздно спохватилось, солнечное тепло лишь превратило некоторые участки леса в грязевую трясиину. Но ведь настоящим ориентировщиком снег и грязь не помеха...

А что же дистанции? Для Подмоскovie трудно придумать что-либо иное, чем длинные азимутальные перегоны, либо бег по



дорогам, превратившимся кое-где в ручейки. Конечно, нет такого чтения карты, как под Питером или Дзержинском, нет огромных Геленджикских гор, но нужно уметь и по равнинке быстро бегать, и на "корчки" с трехсот метров азимутом выходить. Если же попытаться поискать в соревнованиях упомянутую изюминку, то, наверное, бросается в глаза то, что "Moscow Compass" — это настоящая ярмарка.

Перед началом летнего сезона здесь можно купить практически все необходимое ориентировщику: шиповки, лосины, беговые нейлоновые костюмы, компаса, свежий номер журнала "Азимут" и даже лыжи. А вот победителей награждали техникой, которая, без сомнения, пригодится: фотоаппараты, соковыжималки, миксеры, фены отправились домой к своим новым хозяевам. ■

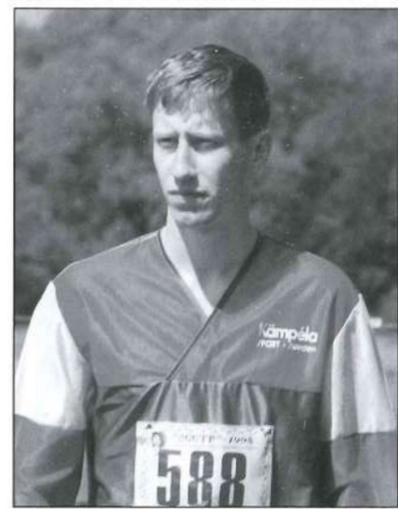


ПОДСНЕЖНИК-98

Геленджик

С 25 по 28 марта в Геленджике прошли традиционные соревнования "Подснежник". И, наверное, я не ошибусь, если скажу, что самым радостным моментом для "северных" участников было отсутствие снега на дистанциях. Море, горы, относительно теплая погода, хорошая организация соревнований, — все это притягивает спортсменов из самых отдаленных частей России. Причем побегать на интересной местности смогли и новички, и сильнейшие спортсмены страны. Параллельно соревнованиям проводился также учебно-тренировочный сбор для кандидатов в юниорскую и юношескую сборные страны. Всегда интересно узнать мнение участников о соревнованиях: их впечатления, советы, пожелания. Но обычно интервью берут у известных спортсменов или тренеров, обладающих высоким авторитетом среди ориентировщиков. Мне же пришла в голову идея попробовать передать атмосферу соревнований и сбора в оценках юношей и юниоров. Возможно, это может показаться несколько наивным. Но хочу напомнить, в каких группах больше всего участников. В детских и юниорских. Вот вам и реальный отзыв о проделанной организаторами и тренерами работе без всякой политики и лицемерия.

Меренцов Сергей (Красноярский край)



Я выступаю на этих соревнованиях второй раз и могу отметить, что уровень организации практически не изменился — достаточно высокий, но небольшие огрехи все-таки есть, например, неверно были указаны параметры дистанций (масштаб карты был 100000, а длины дистанций считали относи-

тельно 150000). Причем ошибка была выявлена уже в первый день, но коррекцию параметров почему-то не провели. Людей приехало намного больше, чем в прошлый раз, так что популярность этих соревнований растет. Что касается дистанций, то они были достаточно простыми для такой местности. Может быть, именно из-за этого у меня случались ошибки, так как во время бега не покидала мысль, что дистанция легкая. Хорошо, что потом на сборах можно было разобрать ошибки на местности, пробежать дистанцию еще раз, сопоставить варианты движения и выбрать оптимальные пути (участники тренировочного сбора в самих соревнованиях стартуют только два дня из четырех: классику и спринт, а во время второго дня выезжали на местность первого и проводили там тренировку). Для меня горные дистанции тяжелы, так как с такой местностью приходится сталкиваться очень редко. Именно поэтому сборы в горах необходимы для подготовки к важным соревнованиям (для меня — к Чемпионату Мира среди юниоров во Франции). Пожелание только одно — побольше устраивайте таких соревнований и таких сборов. И еще одно, к тест-кроссу, который в этом году проводится впервые и может быть зачтен как один отборочный старт, отношусь хорошо. Он необходим, чтобы выявить функциональную подготовку спортсменов в начале сезона (тест-кросс был 1600 метров в крутую гору).

Капустина Мария (Ярославль)



Такие старты — очень хорошее начало сезона. Кроме того, что по горам побегать просто интересно, повышается и физическая, и техническая подготовка. Дистанции в основном несложные, и, на мой взгляд, ребята, которые тренировались зимой только бегом, оказались в более выгодном положении. Выбор вариантов практически отсутствовал, но может быть, это и хорошо, так как физическая нагрузка была очень тяжелой, да еще и начало сезона. Опыт горного ориентирования пригодится любому спортсмену. На таких дистанциях решаются совсем

другие задачи, чем, например, на микрошнике, или на равнине. Для меня в горах важен выбор промежуточных ориентиров и привязок, и я перед дистанциями ставила себе целью прочитать все, что возможно на скорости. В принципе, мне это удалось. Так что считаю, что эти соревнования для меня даром не прошли. А сборы были просто замечательными: интересными, насыщенными, хорошо организованными. Не было такого дня, чтобы он прошел без ориентирования на местности, причем варианты различны: "коридоры", "зеленый змей" и другие, которые тренировали выход на КП, уход с КП, взятие пункта с помощью точного азимута. Хорошо, что мы ходили в сауну и бассейн — так быстрее проходит процесс восстановления.

Аристов Павел (Волгоградская область)



"Подснежник"? Здесь уже давно все нормально: и организация хорошая, и дистанции неплохие. В этом году сюда приехало очень много сильных спортсменов — возросла конкуренция, а следовательно, старты стали более интересными. Хочется сказать про сборы и поблагодарить тренеров. Сама организация отличная — А.Д.Иванов постарался. В.Г.Урванцев тщательно продумал тренировки, поэтому сбор оказался полезным и интересным. Видим Георгиевич — человек, понимающий спортсменов. Несмотря на большое число участников сбора, никто без внимания не остался. Нагрузки составлялись индивидуально. Как тренер мне очень нравится Ольга Львовна Глаголева. Она умеет найти подход к людям, спортсмен может ей выговориться, рассказать о своих проблемах, и она всегда даст нужный совет. Может хорошо настроить спортсмена перед будущими стартами. Плохо то, что не смог приехать старший тренер юниорской сборной Королев — юниоры лишились общения с главным наставником. Тем более, что многие фактически не знают его. Для будущей команды это не очень хорошо. Правильно, что объединили юношей и юниоров. Младших надо обязательно возить на сборы со старшими, чтобы они могли учиться у более опытных, чтобы перед глазами был положительный пример. В общем, можно сделать вывод, что и соревнования, и сборы были проведены на высоком уровне и помогли спортсменам повысить как физическую, так и техническую подготовку. ■

ОЛИМПИЙСКОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ МЕЧТА ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?

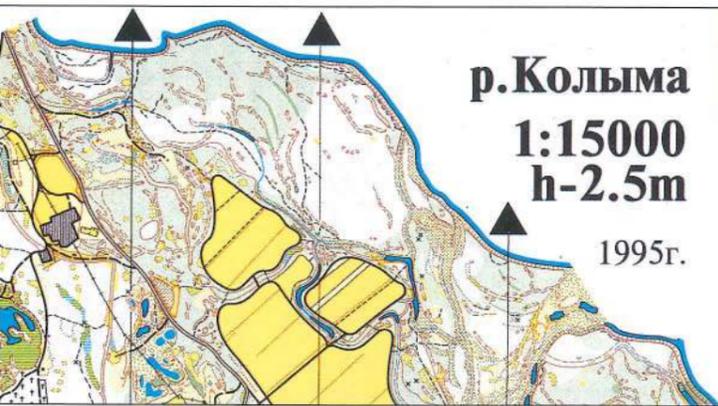
Поводом для написания этой статьи в уважаемый журнал послужили размышления о месте ориентирования в мировом спортивном и олимпийском движении. Почти 32 года моей практической деятельности, как профессионального спортивного деятеля в государственных структурах управления спортом в СССР и России, в том числе работа генеральным секретарем Федерации ориентирования СССР, старшим тренером сборной команды СССР по ориентированию, главным специалистом Олимпийского комитета России, привели меня к мысли, что мировое ориентирование еще не занимает подходящего ему места в мировой спортивной семье. Международному олимпийскому движению 102 года. Мировому ориентированию 100 лет. Казалось бы, они ровесники и должны быть в едином процессе. Руководители мирового ориентирования уже пришли к мнению, что необходимо включиться в олимпийское движение. Однако, к нашему сожалению, не все члены ИОФ поддерживают эту идею, и на сегодняшний день это одно из препятствий, так как в их числе такие высоко развитые в ориентировании страны, как Норвегия и Швеция, являющиеся на протяжении долгого периода законодателями мод в ориентировании. Думаю, что все члены ИОФ должны высказать единодушие по этому вопросу и каждая из федераций в своей стране внесет свой вклад через свои олимпийские комитеты для достижения цели по включению ориентирования в программу Олимпийских Игр. Какой же более перспективный вариант из видов ориентирования, который мог бы уже сегодня претендовать на это место? По моему мнению, сегодня это ориентирование на лыжах, потому что у него уже сейчас выполнены все требования Международного Олимпийского комитета, да и программа Зимних Олимпийских Игр может выдержать эту нагрузку. Здесь мы солидарны со всеми странами, кто поддерживает эту идею, а также мы и за то, чтобы ориентирование было и в летней программе. Может быть, даже и ориентирование на маунтин-байках сможет быстрее решить эту задачу, но это будут следующие шаги. Важным подспорьем для этих шагов станет создание Европейской ассоциации ориентирования. Это не только расширит международный календарь ориентирования, позволит разыгрывать звания чемпионов Европы, но и явится дополнительным решением по повышению статуса ориентирования в мировом спорте. Я не хотел бы эту идею, хотя она и выдвинута Федерацией ориентирования России, отнести полностью на счет нашей страны, но тем не менее позволю себе от имени нашей Федерации высказать некоторые соображения по функционированию Европейской ассоциации. Она работает в полном взаимодействии с ИОФ и может даже являться одной из ее структур. В программу ее деятельности должно войти проведение Чемпионата Европы в год между чемпионами Мира, совмещенное с одним из этапов Кубка мира в Европе. Ежегодное проведение Чемпио-

ната Европы среди юношей (МЖ-16,18), что позволит молодым спортсменам четче видеть цель в повышении своего спортивного мастерства. Предлагаем также ежегодно проводить Кубок Европы, на котором бы могли соревноваться спортсмены разных возрастных групп на классической дистанции и в спринте. Это было бы хорошей проверкой перед ответственными соревнованиями сезона. Кубок Европы можно было бы проводить за месяц до начала Кубка Мира. Мы отдаем себе отчет в том, что в эти сроки многие национальные федерации и клубы проводят свои традиционные соревнования, и не нарушая сложившиеся традиции, можно было бы придавать этим соревнованиям официальный европейский статус. Осталось дело за малым — создать Европейскую ассоциацию ориентирования и согласовать ее статус и программу действий с ИОФ. По долгу моей профессиональной работы мне часто приходится встречаться с спортивными деятелями многих российских и международных федераций, и у них вызывает недоумение то, что такого интересного вида спорта, как ориентирование, до сих пор нет в программе Олимпийских Игр. Год назад президент Федерации ориентирования России поручил мне изучить эту проблему, и я хотел бы поделиться видением данной проблемы и выводами, к которым мы пришли. Во-первых, структура ИОФ не похожа на структуры многих международных федераций олимпийских видов спорта. Структура ИОФ должна состоять из двух частей: из представителей континентов и ведущих спортивных держав (институт вице-президентов, отвечающих за геополитику федерации); из руководителей комитетов, отвечающих за развитие направлений. Вывод: необходимо улучшить структуру ИОФ, создать институт вице-президентов. Вице-президенты должны представлять континенты или ведущие спортивные державы, например: Австралия, США, Германия, Китай, Россия. Во-вторых, в систему соревнований помимо чемпионатов георегионов (Чемпионат северных стран, Кубок Балтики и другие) должны входить и чемпионаты континентов. В-третьих, в олимпийском движении надо гарантировать равные условия всем участ-



никам соревнований, для ориентирования это значит — открытость района соревнований. Вывод: карты и район соревнований должны быть доступны участникам соревнований для ознакомления и закрываться только для постановки дистанций. В-четвертых, это телевизионная картинка, а это значит изменение требования к планированию дистанций и выбору района соревнований. Олимпийская дистанция должна быть максимально доступной для зрителей и телевидения. Здесь мы переходим к понятию «олимпийская дистанция». Наверняка только на Олимпийских Играх придется пожертвовать технической частью ориентирования ради зрелищности. Вывод: необходимо создать олимпийское ориентирование с дистанциями, отличными от Чемпионата Мира. Например, по принципу эстафета для одного участника. В-пятых, спонсор Международной Федерации. Вывод: в ближайшее время ИОФ должен решить вопрос своего главного спонсора, как ЭРИКСОН в мировом парковом ориентировании. После решения этих проблем необходимо заниматься лоббированием. Схема лоббирования интересов ориентирования в международном олимпийском движении могла бы выглядеть следующим образом: от национальной федерации к национальному Олимпийскому комитету, от национального Олимпийского комитета к членам МОК и Олимпийским комитетам ведущих спортивных стран. ■

Идея создания спортивной организации, объединяющей федерации ориентирования Европы, возникла в результате анализа структуры ИОФ российскими специалистами. В Осло выступила инициатором этого проекта, и в Федерации начали поступать многочисленные отклики из европейских федераций ориентирования, и по этому вопросу состоялся ряд официальных международных встреч. В апреле в Москве были проведены переговоры с Иорданкой Мельникликой (Болгария), которая представляла ИОФ, а в мае с руководителем группы ИОФ "Олимпийский проект" Юрием Немцем (Словакия). 12-13 июня 1998 года по просьбе президентов федераций ориентирования Дании, Норвегии, Швеции и Финляндии в Хельсинки состоялись официальные переговоры с нашей делегацией. Как видно, инициатива нашей Федерации вызвала большой резонанс и у идеи создания ЕАО (Европейской ассоциации ориентирования) появились оппоненты. Переговоры для многих из них внесли ясность. Окончательное решение, видимо, будет принято во время конгресса ИОФ в начале июля в Португалии. Во всех переговорах с нашей стороны по поручению президента Федерации С.Г.Беляева принимали участие В.Л.Елизаров и И.И.Столов. Ю. Янин



р. Колыма

1:15000
h-2.5m

1995г.

МАГАДАН

Сначала проводили "маркировку", позже, когда появилась возможность нарисовать карты, стали проводить летние соревнования. С 1992 года я перешел работать тренером в ДЮСШ, где открыли отделение спортивного ориентирования. Вроде бы начали поднимать этот вид спорта, сейчас мы

имеем три цветные карты в окрестностях, но все это в нашем поселке Сеймчан — маленьком районном центре. А в областном городе дела обстоят все хуже. А ведь чтобы растить спортсменов и развивать спорт, надо чтобы они участвовали в соревнованиях. У себя в поселке мы проводим 4—5 соревнований в летний сезон и одну "маркировку" зимой. Но все это не то, так как соревнуются наши воспитанники друг с другом, ну и с некоторыми взрослыми, т.е. одни и те же лица. Выезжаем в Магадан один раз в год, но областные соревнования можно назвать так лишь условно, так как в основном участвуют наши спортсмены (мы ухитряемся выезжать большой командой 15—20 человек) и очень немногие магаданцы, да и то из магаданцев многие спортсмены — бывшие наши воспитанники. А дальше Магадана нам удавалось еще выезжать в 1991—1992 годах во Владивосток, а сейчас из-за скудного бюджета и астрономических цен на авиатранспорт таких возмож-

ностей нет. Правда, в 1995-м появилась слабая надежда на возможность выезда на спортивные сборы, но два лета "просидели на чемоданах", а ничего не удалось. В прошлом сезоне пытались вывезти на соревнования хотя бы трех человек. Администрация района нас поддерживала, но денег так и не нашлось. Да что там говорить, если у преподавателей района была десятилетняя задолженность по зарплате. Наступает новый летний сезон, опять у нас в календарном графике ДЮСШ УТС в г. Тульский Республики Адыгея, соревнования "Альтрос-98" и юношеское Первенство России. Но состоится ли хоть что-то из этого? Я сам по натуре оптимист и работаю, веря в лучшее. В последний год мы проводим соревнования не только для своих ориентировщиков, но и для новичков 10—12 лет, которые впервые взяли в руки карту. Ставим для них простейшие дистанции, и дети остаются довольны, многие из них желают заниматься этим видом спорта, приходят в спортшколу. Пытаемся показать такие соревнования на местном телевидении. Ну, и конечно я верю, что в России стабилизируется когда-нибудь экономика, станет лучше финансовое положение у нас в области, а тогда у спорта, в том числе и у ориентирования, наступит "второе дыхание".

Посылаю образцы наших карт в Сеймчане и фотографии с наших соревнований. Наши первые летние соревнования проходят в конце мая, когда в лесу еще много снега, но это не является препятствием для наших спортсменов, как и обилие шиповника и тучи комаров в разгар лета. 

Посылаю образцы наших карт в Сеймчане и фотографии с наших соревнований. Наши первые летние соревнования проходят в конце мая, когда в лесу еще много снега, но это не является препятствием для наших спортсменов, как и обилие шиповника и тучи комаров в разгар лета. 



Уважаемая редакция журнала "Азимут"!
Получив от Вас письмо, решил поделиться на страницах журнала своими проблемами и рассказать о положении дел в ориентировании Магаданской области. Мне трудно говорить о развитии, а гораздо проще об угасании этого вида спорта и о попытках выжить, завоевать "место под солнцем". Пик развития ориентирования в наших краях приходится на первую половину 80-х, когда на соревнования выходило много участников — энтузиастов этого спорта. Работала Федерация области, руководимая Владимиром Ойнацем, рисовались карты. В это же время появились кандидаты в мастера спорта: Вячеслав Акинин, Николай Леонов, мастер спорта Галина Акинина. Но с увлечением участвуя в соревнованиях, любители бега с картой совсем упустили подрастающее поколение. Не велось практически никакой работы с детьми в Магадане, за исключением "кустарных попыток" Бориса Левина. А ведь старая истина — без детского спорта нет и взрослого. Ну, и как следствие этого — постепенное угасание спортивного ориентирования. Постарели и разъехались спортсмены-энтузиасты, а свежего притока нет. С трудом проводятся один раз в год в областном центре соревнования, именуемые первенством области, да и то благодаря одному лишь энтузиазму Вячеслава Акина, Любови Якишиной (Садовой). Я сам, работая геологом, увлекаюсь ориентированием, сразу понял необходимость работы с детьми и начал тренировать их на общественных началах примерно в то же время — с середины 80-х. Взрослой командой мы выезжали на областные соревнования, но я попробовал организовать соревнования у себя дома.

ТОМСК

Уважаемая редакция журнала "Азимут"!
Получив Ваше письмо от 31 января 1998 года, я принял решение написать Вам свое второе письмо. На этот раз я хотел бы рассказать Вам об одном из многочисленных красивых уголков природы Томской области.

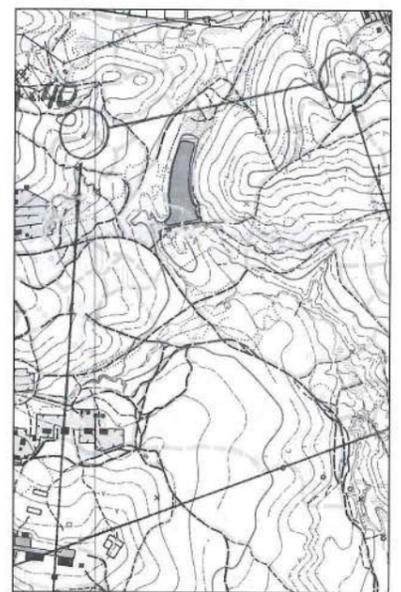
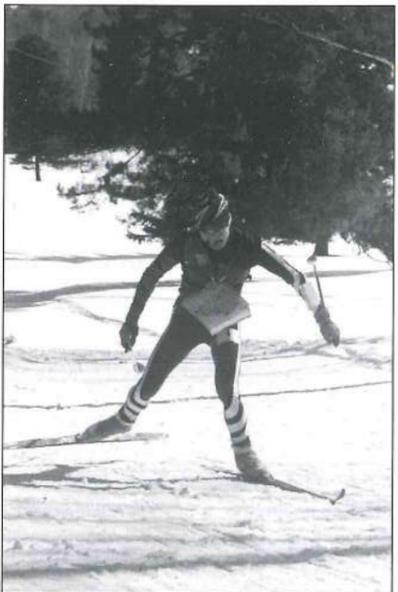
Примерно в 30 километрах от города Томска есть прекрасное, с точки зрения спортивного ориентирования, место. Приезжая сюда, попадаешь в райский уголок, каких не так много осталось. Крупные формы рельефа здесь гармонично сочетаются с микрорельефом. Спускаясь с высокой горы по одной из многочисленных тропинок, замечаешь, как красив здешний лес: величавые кедровые и многолетние сосны здесь живут по соседству с сибирскими березами и многочисленными кустарниками. Под горой начинается местность пойменного типа: маленькие и большие болота самой различной проходимости и непроходимости, небольшие озера и бурлящие ручьи, а также большие и маленькие поляны и заросли кустарника. Пробравшись через все это, оказываешься на берегу небольшой сибирской речушки — Басандайки. Летом — это тихая речка, одна из многих, впадающих в полноводную Томь. Зимой Басандайка скована льдом, засыпана снегом, и найти ее можно только по обрывистым берегам русла. Весной же эту тихую речушку вполне можно назвать горной за ее бурный, беспокойный поток.

Вот в таком прекрасном местечке расположились поселок Богашово и несколько оздоровительных лагерей: "Космонавт", "Строитель", а также дом отдыха "Богашово". С 10 по 12 января 1998 года в Богашово проводился зональный Чемпионат России, участники которого расположились в уютном "Космонавте". Сюда съехались ориентировщики из Красноярского и Алтайского краев, Омской, Кемеровской и Томской областей. С погодой в Томске как всегда подфартило — на улице был привычный уже в эту зиму тридцатиградусный мороз и светило яркое, ослепительное солнце. Прошедшие старты еще раз показали, что ничто не может остановить сибир-

ского ориентировщика на пути к поставленной каждым из них какой-то своей, пусть даже не самой труднодостижимой, цели. Кто-то хотел, несмотря ни на что, выиграть, а кто-то просто думал о том, чтобы завершить дистанцию, а не остаться в промерзшем до корней лесу. Каждый по-своему решал поставленную им же самим задачу, но общее было у всех участников соревнований одно — все они старались бежать быстро, чтобы не замерзнуть. К счастью, все закончилось благополучно: никто сильно не обморозился, победили те, кто, наверное, больше этого хотел, и счастливые ориентировщики, набравшими впечатлений от общения с себе подобными, разъехались по домам, чтобы через некоторое время опять собраться уже на каких-нибудь других соревнованиях.

Но весь этот праздник не состоялся бы без активного участия грамотных и знающих толк в ориентировании людей. Это прежде всего составители великолепной карты и начальники дистанций Сергей Скрипка и Сергей Поздеев, взваливший на свои плечи всю организационную работу Андрей Белоусов и работающий за себя и, как говорят, за того парня Сергей Хлебников, а также большая группа помогавших им во всем людей. Именно грамотная работа всей этой сплоченной команды единомышленников и определила конечный успех всего мероприятия.

А вот если бы в такой прекрасной местности, да с такими организаторами провести какие-нибудь соревнования российского масштаба, скажем, Чемпионат России по лыжному ориентированию среди юниоров. От этого российского спортивного ориентирования только бы выиграло. С уважением, Е.И.Новиков, г.Томск, 26.03.98 г. P.S. Посылаю в редакцию фотографии как подтверждение моего рассказа, а также хочу предложить Вам свои услуги по распространению журнала "Азимут" в нашем регионе (для начала я мог бы взять на распространение порядка 30 экз.). 



Уважаемый г-н президент! Уважаемые члены Президиума!

Прежде всего, разрешите мне поблагодарить Вас за высокую оценку моей работы, включение в число почетных членов Федерации и поздравление с моим юбилеем.

Я с большим удовлетворением ознакомился в журнале "Азимут" с рубрикой "Видные деятели российского ориентирования". Мне было чрезвычайно приятно видеть фамилии соратников по нашему общему делу. Со своей стороны, мне хотелось бы внести посильный вклад в это чрезвычайно полезное начинание и напомнить некоторые позабытые за давностью лет фамилии.

Добкович В.В. (С.-Петербург) — впервые в нашей стране (1939 г.) организовал соревнования по ориентированию.

Трубина Н.И., Карелин В.Г. (Екатеринбург) — пионеры в развитии ориентирования на Урале, работали в службе дистанций ряда всесоюзных соревнований.

Шухман Л.Л. (С.-Петербург) — директор городского клуба туристов. Без финансовой поддержки и организаторского таланта Шухмана трудно представить себе успехи ленинградских ориентировщиков и всех многочисленных всесоюзных мероприятий на территории Ленинградской области.

Чекасин А.М. (Екатеринбург), СВК — основатель школы информационного обеспечения соревнований, руководитель информационной службы многих всесоюзных соревнований.

Валетдинов Р.К. (Казань), СВК — в течение многих лет возглавлял Татарскую автономно-республиканскую секцию. Изобретатель первого в стране (и в мире!) зимнего компостера.

Богомолов В.Ф. (Екатеринбург), СВК, Берман А.М. (Казань), СВК — высококвалифицированные специалисты, работали в службе дистанций ряда всесоюзных соревнований.

Считаю своим долгом предложить внести также в перечень "Видные деятели российского спортивного ориентирования" первых в стране мастеров спорта СССР Игнатенко В.А. (Москва) и Фомичеву Л.Д. (С.-Петербург). Появление первых мастеров спорта в свое время вызвало серьезный резонанс в кругах ориентировщиков, как среди спортсменов, так среди судей и функционеров. Проявилась также безусловная заинтересованность спортивных обществ, что в конечном итоге сыграло важную роль в дальнейшем развитии спортивного ориентирования.

С уважением Е.Иванов, отв. секретарь Центральной секции ориентирования 1965—1975 гг.

Московская фирма-дистрибьютор лыжного инвентаря приглашает сотрудников на постоянную работу.

Требования к претендентам:
1. Компьютерная грамотность — обязательно
2. Владение английским языком — желательно

Ваше резюме присылайте по факсу: 447-43-88



с "Милей" любая трасса станет освещенной! **Mila**

Для лыж, бега, велосипеда, ориентирования, альпинизма, охоты, спасательных и розыскных работ. Ближний / дальний свет 10 / 20 ватт. Никеливо-кадмиевый аккумулятор 5,7 амп/час на 3 часа работы (лампа 10 ватт), вес 750 граммов, срок службы 5—6 лет. Зарядное устройство. Приспособление для закрепления батареи на спине. Производство Швеция.

Официальный представитель: KI Sport Components в Швеции: факс +46 243 87 377, в Москве: тел./факс (095) 4474388

Елена Вяльбе примеряет лампу Mila перед сборами в Заполярье.

Четыре дня в Коврове



Ковров издавна славится своими традициями и героями. Есть в этом городе огромный завод имени В.А.Дегтярева, который вместе с другими городскими предприятиями и организациями был спонсором первенства России среди учащихся по спортивному ориентированию. В этих соревнованиях приняла участие и сборная команда Пензенской области. В ее состав вошли ребята из "Горизонта", несколько человек из Мокшана, а в основном были ребята из "Кентавра", где занимаюсь и я.

Из Пензы до Коврова мы добирались на автобусе, что не очень-то удобно, так как подпрыгивали на каждом камушке. Но настроение нам это ни капли не испортило. Дорога была долгой. Приехали мы уже ночью.

Под утро нас разместили в клубе туристов. Жизнь вели наполненную: на полу спали, проводили свободное время. Честно говоря, такой образ жизни меня вполне устраивает: всегда находишься рядом с друзьями, всегда весело, в комнату заходишь и сразу брякаешься на огромную "кровать". Но столы со стульями там все-таки были, и еще огромная географическая карта СССР во всю стену, по которой тренер показывал нам маршруты своих путешествий, вспоминая при этом разные смешные и романтические истории. Как правило, он их нам рассказывал на ночь, перед сном.

В соревнованиях главное не победа, а участие. Это я говорю к тому, что наши особенно не блистали. И большей частью из-за экипировки. Смотреть на наши лыжи, палки, ботинки и то было обидно. Надеемся, что к следующей зиме у нас будет хорошее снаряжение. Среди победителей нас не было, но не было и среди последних. На всех дистанциях наша команда выступала равно и все дни держалась в десятке сильнейших команд России.

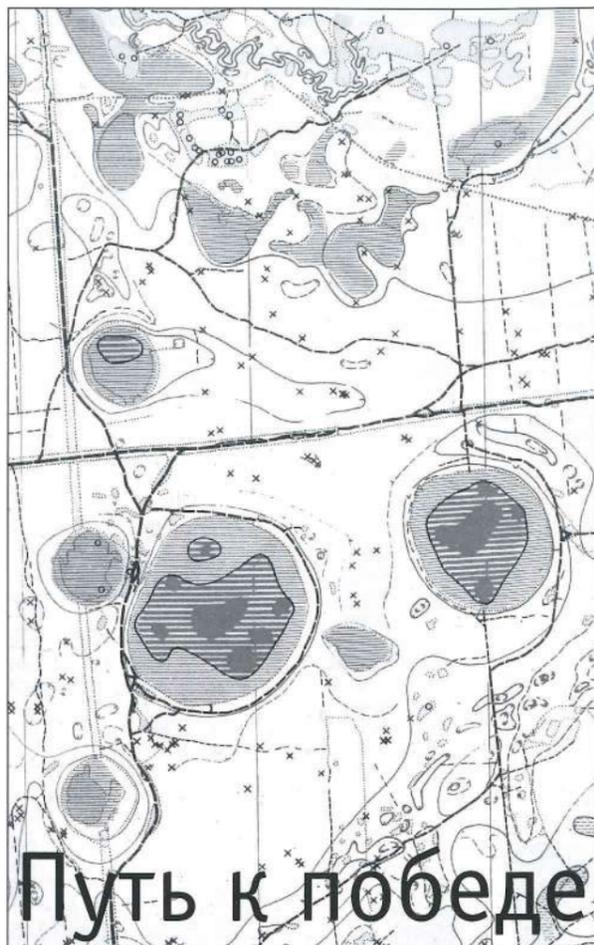
Соревнования были довольно хорошо организованы. В первый день у нас была классическая дистанция в заданном направлении, во второй день — маркированная дистанция. В этот день был сильный мороз и старт даже задержали на час. Но никакой мороз не помешал. В программе третьего дня была укороченная дистанция в заданном направлении, а четвертый день был самым интересным — эстафета.

Вообще, интересными были все соревнования, и не только для их участников. Организаторы отлично подготовили смотровую часть дистанции — участки, где можно было наблюдать за соревнующимися. А какие были болельщики! Прямо как на Олимпиаде.

В общем, впечатлений, как всегда, выше крыши.

М.Строева, ученица 9 класса, г.Пенза. Фото А.Иванова

В июле 1998 года в Пензе будет проводиться первенство России по спортивному ориентированию среди школьников



Словно мелодия полюбившейся песни снова и снова в памяти возникают эпизоды из спортивной жизни на многочисленных соревнованиях за более чем тридцатилетний период моего страстного увлечения спортивным ориентированием.

Буйная зелень и обилие цветов, дурманящий запах соснового бора и огромное количество туристских палаток вокруг.

— Подъем! — зычно разносится вдоль живописного склона. И тут же заспанные, взъерошенные выскакиваем из палаток в утреннюю свежесть окружающей природы и бросаемся к голубому озеру с кристально чистой водой.

А рядом на пригорке уже трепещется и гудит красное полотнище с магическим для сотен и сотен поклонников магнитной стрелки словом "Старт".

Именно с этого места начинает вдруг учащенно биться сердце и лихорадочно работать мысль в голове: "Где, куда, как?"

И вот один за одним, зажав в руке компас, на бегу рассматривая спортивную карту, каждый выбирает свой путь к победе — одни напрямик через болотце, сквозь кусты и вдоль оврага, другие — обегая крутую горку по тропинке и на просеку, через березовую рощицу.

Бегу что есть силы и я. Прерывисто дышу, захлебываюсь от напряжения, а ноги наливаются свинцом, и пот застилает глаза, но — вперед, вперед! Прикладываю быстро к спорткарте компас, резко поворачиваюсь по азимуту, устремляюсь вниз к левой ложбинке. Всмотриваюсь сквозь кусты и "Ура-а-а" — в гу-

стой крапиве мелькает что-то красное. Точно, это же то, что мне нужно — выпел первого контрольного пункта. Быстро подбегаю, делаю отметку на карте и срываюсь с места. Порой пятнадцать КП нужно отыскать на многокилометровой дистанции в соревнованиях по спортивному ориентированию, прежде чем, отдав все силы, свалишься в душистую траву сразу же после финишной черты...

Где только ни пришлось мне с командой побывать, участвуя в соревнованиях, отчаиваясь и проигрывая, ликуя и побеждая: в Прибалтике и Северной тайге, в Карелии и Закарпатье, на Урале и Кавказе.

35-летие отечественного ориентирования в этом году совпадает для пензенских ориентировщиков еще с одним важным событием — в июле впервые на пензенской земле состоится Первенство России по спортивному ориентированию среди учащихся. Почетно и ответственно. И быть, наверное, мне на этих соревнованиях главным судьей для трех сотен молодых последователей со всей страны в этом увлекательном виде спорта.

В.Горбунков, председатель КСО "Кентавр", г.Пенза

Спортивное ориентирование в Сибирском регионе

Сибирский регион от Омска до Красноярска, протяженностью в 3000 км, по площади занимает 1/5 часть России, где ориентированием занимаются более 2000 человек. Самая большая в этом году многодневка прошла с 30 апреля по 5 мая в Минусинске, более 40 команд детских и 35 команд взрослых собрались на ней, а это свыше 400 спортсменов. И это при том, что в это же время проходили соревнования в Республике Алтай. Там участвовали 250 спортсменов. 9—10 мая в Новосибирске проходил Кубок Победы. На старт вышли более 250 спортсменов, параллельно проходили соревнования в Томске (200 спортсменов) и в Омске (около 200). 14—18 мая прошло Первенство Сибири в Барнауле, участвовали команды, в общей сложности около 300 человек. В эти же сроки в Новосибирске проходила Спартакиада школьников, собралось 9 команд из 10 районов.

Ориентирование — самый массовый вид спорта среди школьников в Новосибирске. За последний год в Сибирском регионе появилось много качественных карт. В Томске рисовщик С.Скрипка, в Барнауле около 50 кв. км нарисовали А.Глушко, С.Симакин, С.Губайдулин, А.Черемных. Много новых карт появилось в Красноярске, в Республике Алтай (О.Черемных, В.Стрельников). Появляются новые карты, новые центры, например, в Лесосибирске, тренер С.В.Бондаренко за 3 года смог создать неплохую команду из школьников, которая в Красноярском крае играет не последнюю скрипку. В Алтайском крае есть неплохая спортивная база, которая находится в высокогорье, на высоте 1800 м, в этой местности нет высокотравья, а самое главное, никогда нет комаров, солнечных дней там гораздо больше, чем внизу, на равнине, чистый воздух и неплохие карты для ориентирования, снег выпадает в конце сентября и тает в конце апреля. Хорошие условия проживания, цены умеренные и хорошая лыжероллерная трасса.

С.Королев, старший тренер юниорской сборной России, г.Барнаул

Звездный час

ПЕРВЫЙ МАСТЕР СПОРТА СССР ПО ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Мало кто помнит ныне этот жаркий день в начале июля столь далекого теперь 1966 года. А в жизни Люси Фомичевой, во всяком случае спортивной, он стал самым, самым значительным. Жара, духота, жадные, агрессивные кровососущие и ко всему этому еще крапива, ну просто невиданных размеров, почти поглощающая ее миниатюрную фигурку. И карта, пожалуй, впервые за последние годы столь добросовестно подготовленная бригадой ставшего впоследствии знаменитым москвича Виктора. Перед стартом волновалась, может быть, больше, чем обычно, очень хотелось пробежать удачно, не ошибиться "по-крупному", или, как говорили уже тогда, "не повесить". На этот раз все так и получилось — после финиша ее фамилию сразу поставили на верхнюю строчку. "Значит первая", — подумала она про себя и мысленно же добавила, — "пока". Ведь на дистанции в тот момент еще были сильные соперницы, особенно из прибалтийских команд. Но ее результат так и остался лучшим. Победительницей матча 8 городов (было такое соревнование высокого ранга, предтеча Всесоюзных соревнований) стала ленинградка Людмила Фомичева. И надо же такому случиться, что именно за 1-е место на этих соревнованиях (о чем стало известно позже) было впервые в стране присвоено звание мастера спорта СССР по ориентированию.



Так она вошла, нет, вбежала в историю, став первым мастером спорта СССР среди женщин. Путь к успеху был непрост и долг. Начинала, как многие в те годы, с участия в туристских походах, ее первым наставником был (и остался на всю жизнь) мастер спорта по туризму Ростислав Рыбин. Туристскими соревнованиями увлеклась одной из первых. В числе первых же начала тренироваться у Г.Н.Васильевой в составе только что созданной сборной команды Ленинграда. Была кандидатом в сборную команду СССР. Всегда отличалась трудолюбием, собранностью. Занятия ориентированием, как и многие в то время, сочетала с участием в походах, один из которых, по Северному Уралу, был проведен в экстремальных условиях — ночевали зимой без палаток! Норматив мастера выполнила и в этом виде спорта. Ныне радуется успехам сына Шаши в элитном петербургском учебном заведении — Аничковом лицее и на лесных трассах, где и ее стройная фигурка порой по-прежнему спешит к КП...

Н.Благово, г.Санкт-Петербург

Анализ организации и проведения соревнований

на основе мнения ведущих спортсменов и аналитической группы лыжного ориентирования

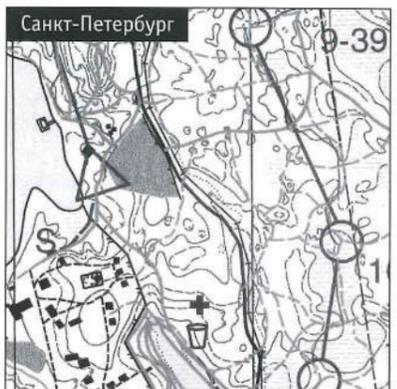
В этой статье мы хотим проанализировать ранговые российские соревнования, прошедшие в Вологде, Санкт-Петербурге и Абзаково. В целом все эти соревнования были проведены на достаточно высоком организационном и спортивно-техническом уровне, чего нельзя сказать о соревнованиях, прошедших в Коврове и Нижнем Новгороде. Данные опроса выявили ряд моментов в проведении соревнований. На них мы и хотели обратить внимание с целью улучшения качества проведения главных соревнований, и сделать это прежде всего в двух направлениях. Первое — оценочная характеристика качества проведения соревнований. Второе — замечания и предложения, высказанные участниками и членами аналитической группы в письменной форме. В связи с тяжелым материальным положением практически во всех регионах и командах организаторы соревнований стараются в последнее время размещать участников на базах с небольшой стоимостью. На наш взгляд, участникам должна быть

предложена альтернатива и выбор двух-трех типов проживания и питания. Если говорить о районах проведения соревнований, то не на всех соревнованиях они соответствуют программе. Так, в Вологде район мог быть немного меньше, и в ситуации, когда выпал снег, служба дистанции успела бы подготовить заново весь район, а не только его часть. Напротив, в С.-Петербурге, несмотря на то, что в этом году погода сыграла злую шутку с организаторами, район мог быть немного больше. Оценивая организацию мест старта и финиша, необходимо отметить, что на всех соревнованиях это было сделано хорошо, за исключением места для разминки (С.-Петербург), а места тестирования лыж на всех соревнованиях были недостаточны или отсутствовали вообще. Своевременность, достаточность и доступность освещения хода соревнований были на должном уровне на соревнованиях в С.-Петербурге и чуть хуже в Вологде и Абзаково.

Говоря непосредственно о соревнованиях, хотелось бы остановиться на следующих имевших место недостатках. По-прежнему слабым местом остается планировка дистанций. На дистанциях большое количество перегонов, не вызывающих у участников соревнований затруднения в выборе вариантов движения. При прохождении дистанции в нескольких кругах на многих из них перегоны были очень похожими, а их реализация также не вызывала сомнения у спортсменов и, как следствие, каждый последующий круг превращал соревно-

вания в лыжную гонку с элементами ориентирования. Остается проблемой "доброжелательность" службы дистанций, непосредственно работающей в лесу, которая при накатке сетки лыжней на местности, как правило расширяя более узкие лыжни, не выдерживает градиацию, что очень существенно влияет на результат. Не на всех соревнованиях параметры дистанции соответствовали правилам соревнований и, как следствие, в некоторых из них только победители укладывались в рекомендуемые правилами временные параметры. Организаторы же должны планировать дистанции таким образом, чтобы большая часть участников соревнований укладывалась в границы времени. По высказываниям спортсменов, не на всех соревнованиях оборудование КП на дистанциях и их месторасположение было удачным. К типичным случаям можно отнести недостаточное количество компостеров и их качество, закрепление их на гибкой основе, что ведет к переплетению их между собой, слабое укрепление опор для оборудования КП, особенно на открытых местах. Нельзя не сказать несколько критических слов в адрес соревнований, проведенных в Нижнем Новгороде. Несмотря на то, что он имеет много интересных районов, соревнования прошли в загрязненном районе пригородной зоны овражного типа, что привело к большому количеству травм и поломкам инвентаря при малом количестве снега. Планировка трасс не соответствовала составу и квалификации участников. Полностью отсутствовал момент зрелищности. Недостаточное количество разметки и неграмотная планировка дистанций приводили к ошибкам участников при прохождении дистанции. Постоянно нарушался также регламент соревнований, и со стороны судейской бригады имело место некорректное поведение по отношению к представителям команд. Команды были размещены в различных частях города, но при этом доставка участников к месту старта не была организована. Протоколы соревнований опубликовывались несвоевременно и зачастую с ошибками. Целью опубликования данной статьи является улучшение качества проведения соревнований. Надеемся, что эта работа будет продолжена на встречах спортсменов, тренеров и специалистов, а также на страницах журнала "Азимут".

Параметры оценки	Вологда	С.-Петербург	Абзаково
1. Удачно ли выбран район для проведения данных соревнований	4,82	4,74	4,70
2. Качество карты			
— соответствие местности (точность)	4,82	4,00	4,96
— качество типографских работ	4,57	4,38	4,92
— оправдан ли примененный масштаб	4,68	4,64	4,92
— качество внесения дистанций	4,61	4,54	4,87
3. Сетка			
— достаточна ли плотность сетки	4,89	4,59	4,91
— соответствие градиаций, конфигурация перекрестков, наличие лыжней	4,77	3,46	4,79
— качество подготовки лыжней (жесткость основы, спуски, мосты)	4,62	4,64	4,58
4. Планировка дистанций			
— выбор вариантов по пути движения	4,40	3,87	4,54
— точное ориентирование в сетке	4,66	3,89	4,88
— обоснованы ли параметры дистанций (какие устроили бы вас?)	4,58	3,55	4,50
5. Контрольные пункты			
— удачен ли выбор мест постановки КП (№ наиболее неудачных КП)	4,15	4,26	4,96
— оборудование КП: переметы, призмы, компостеры (ваши замечания)	4,57	3,89	4,71
5. Организация мест старта и финиша	5,00	4,36	4,63
6. Полнота и своевременность выдачи информации, результатов и протоколов			
— на старте и финише	4,71	4,86	4,08
— в местах размещения	4,45	3,78	4,42
7. Размещение и подготовка разминочного круга, места тестирования лыж	4,00	3,66	4,17
8. Бытовые условия			
— качество размещения	3,66	3,07	3,83
— питание	3,71	3,26	2,75
Средний бал	4,6	4,18	4,67



КОНКУРС РАБОТ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ

В октябре 1998 года будет проводиться юбилейная научно-практическая конференция, посвященная 100-летию ориентирования в мире и 35-летию спортивного ориентирования в СССР (России).

- В связи с этим Президиум ФСО России объявляет конкурс работ по спортивному ориентированию по разделам:
1. Научно-методический.
 2. Учебный.
 3. Рекламно-информационный.

Работы подаются в машинописном виде (с электронной копией по возможности). Опубликованные работы представляются в том виде, как они были опубликованы. Принимаются также работы в виде аудио- и видеоматериалов, действующих программ для ЭВМ (с приложением аннотации и руководства). К каждой работе прилагаются сведения об авторе, соавторах, включая адрес и иные реквизиты для связи, времени проведения работы, месте ее опубликования, подписи авторов. Объем работы и их количество от одного автора не ограничены. Срок выполнения работы не ограничен при условии, если автор считает, что ее содержание не потеряло актуальность к настоящему времени.

Материалы подаются в адрес секретариата Федерации.

Срок подачи материалов — до 1 августа 1998 года (по почтовому штемпелю). Состав конкурсной комиссии: А.С.Лосев, Б.И.Огородников, Н.Д.Васильев.

Комиссия направляет каждую работу на независимое рецензирование. Работа с приложенной к ней рецензией изучается членами комиссии.

Работы оцениваются по среднему рейтингу, выставленному не менее, чем пятью экспертами.

Работы, представленные на конкурс, будут опубликованы.

По результатам конкурса авторы лучших работ будут поощрены.

Председатель научно-методической комиссии А.С.Лосев

РЕТРО "От мала — до велика"

Все, кто на этой видеокассете, стали теперь старше. Кто на 8 лет, кто на 3—4 года, но все же старше. Многие сильнее, по закону спорта, покинули сборные команды, малыши стали крепко держать карту и компас, тренеры остались тренерами, судьи — судьями. Но в любом случае все вы можете посмотреть на себя со стороны, взглянув на экран телевизора: — "Морозный Кунгур-89", единственный старт в программе "Зимней спартакиады народов России"; — "Волга-90", круиз Ульяновск—Волгоград со стартами на берегу, чемпионат профсоюзов в Тольятти; — "Лес, Бетховен и компас", юбилейный XXV старт на призы ТВ-94, а также состязания на призы ТВ-92—93 гг.; — "Ночные совы", ночное ориентирование в Финляндии; Авторы: "Морозный Кунгур-89" — профессиональная кино-видео-аудио "Студия-17", текст читает заслуженный мастер спорта Владимир Маслаченко; "Волга-90" — Красногорская телестудия, комментарии олимпийской чемпионки Раисы Хворовой; "Призы ТВ" — редакция спортивных программ ЦТ, комментарии Александра Курашова; "Ночные совы" — профессиональный видеоклип, Финляндия.

Кто же там на этой трехчасовой кассете: сильнейшие: "золотые" команды Москвы (братья Кузьмины — И.Звонцов) и Ленинграда (С.Березина — Н.Левичева — Е.Петрова); — В.Близневская, Трифоненкова, И.Медведева, С.Чудаева, С.Герасимова, Г.Вершинина, Н.Зацепина, Т.Лобанова, М.Отинова, Н.Орлова, Грядова, В.Рыбкина, С.Никифорова, Ю.Желнина, А.Гулевских, Сенькина и др.;

— В.Корчагин, Н.Лузин, Д.Калимуллин, Д.Шарафутдинов, М.Зорин, А.Глушко, А.Юрчинок, С.Сибелев, А.Щуров, а также И.Степанова, А.Яшунская, О.Плагольева, Н. и В. Бурлиновы, Анд. Волков, Н.Кудряшов, Ю.Митин, М.Гольдин, Ю.Янин; бригада во главе с главным спонсором фильма о Спартакиаде Н.Глуховым; Любители: от С.Ольховского, Вл.Кошелькова, Н.Васильева и П.О.Бентеона, В.Елизарова, И.Кузьмина до всех тех, кто проплыл от Ульяновска до Волгограда и участвовал в чемпионате профсоюзов; Москвичи и гости: пожалуй, здесь представлены чуть не все бегуны столицы с картой и компасом. И почтенные ветераны во главе со старейшиной Львом Галлером, огромное количество маленьких ребятшек и дружных семей (Некрасовы, Лосевы, Перелеевы, Савченко и др.), лидеров российского ориентирования и бизнесменов. Стоимость видеокассеты 60 тыс. рублей. Заказы принимаются: Москва 109033, Волочаевская, 38а, ЦДЮТ, клуб ветеранов. Тел. 362-89-90.

"Студия-17" обладает уникальной коллекцией видео-аудио записей концертов ведущих исполнителей и авторов бардовской песни.

СТИХИ

На мотив песни В.Шаинского "Голубой вагон" **Песня ориентировщика**

Огибая заросли репейника, по тропинке узенькой бегу, чтоб контрольный пункт у муравейника отыскать за просекой в лесу.

Примечание: Кажется, кажется до КП длинным путь, карта "не вяжется" — я попал в беду: то ли вперед идти, то ли назад повернуть, но я контрольный пункт все равно найду.

Вот мелькнула призма красно-белая, и еще отметку в карте делаю, мысленно на следующий мчусь.

Все КП нашел и, финишируя, прячу я волнение от ребят, на лице улыбку имитируя, жду, какой объявят результат.

Любовь лесная

В рассудке растворит азарт — что изначально интересно — идут фанатики на старт, а место действия... неизвестно. Такие правила игры. И честь исходному секрету... от всех... до старта — до поры, когда для поиска Горы дается карта Магомету... И я с собой компас принес: творцы побед — не только боги. — "На ста-арт!" Выстрел. Как гипноз водоворот борьбы понес.

Возник стихийно "паровоз", и еле теплится вопрос: как головой стреножить ноги? Сколь важно лишней раз взглянуть на сеть штрихов, парабол, точек, чтоб уловить победный путь, из многих ложных, между прочим; в пятнадцать тысяч раз сгустив размер среды и емкость мысли... А в серебре косичек ив слезинки мороси повисли. Наверно, трели соловья на зорьке здесь отраднo слушать, но... охнул, став до нитки я сырым от хлынувшего душа. Оздоровительный эффект! Вполне возможны "ванны" грязи. Мобилизую интеллект.

Форсаж! Вперед; из грязи — в князи! Фурор достойный сотвори среди чудес зеленой сказки! Контрольных пунктов фонари, разнообразные "привязки"... Бегу, кидая цепкий взгляд на конкурентов слева, справа. И ноль смущенья от преград, будь то овраг или канава. Скалу, высоту — обогнем — в секунды принято решение, глаза наполнены огнем — я должен выиграть сраженья! Последний красно-белый знак, кружком отмеченный на карте... Сегодня трасса — просто смак! — я упивался ею так, что буду вновь стоять на старте через неделю. Бодр и чист. Заштопав "раны" аккуратно... Конечно, я идеалист: опять строчу в тетрадный лист о том, что прочим непонятно. В чем прелесть бега по лесам? Чтобы узнать, попробуй сам!

Апрель 1998 г. С.Фалевский, г. Киров

ЭКГ КАК МЕТОД ОПРЕДЕЛЕНИЯ УТОМЛЕНИЯ

Тренировочный эффект во время физической нагрузки возникает в связи с утомлением. При этом, чем выше утомление, тем выше тренировочный эффект. Он регулируется на тренировках с помощью набора физических нагрузок, в которых решаются задачи утомления спортсмена для получения тренировочного эффекта и учебные (педагогические) задачи для оптимизации двигательных достижений. Наиболее опасным, тающим в себе подводные камни является принцип наибольшего утомления для достижения наивысшего эффекта. К последней цели стремятся все тренеры и спортсмены мира. Приближению к "заветному берегу" мешают "подводные рифы" — перегрузки, которые выводят из строя спортсмена и вместо ожидаемой цели приводят к катастрофе.



Коллектив авторов за работой

Существующие методы контроля за тренировочными нагрузками не приносят желаемого результата для решения этой задачи. Одни из них (например, ЧСС, АД, сила сокращения сердца, МОК) несут в себе количественную оценку напряжения организма. Другие, клинические методы (полнообъемная электрокардиография, рентгеноскопия, ультразвуковая диагностика, анализы крови, мочи и др.) требуют стационарного обследования и констатируют уже свершившийся факт, который зачастую требует не корректировки тренировки, а отстранения от нее и интенсивного лечения. Наиболее приемлемым на сегодняшний день методом для определения срочного тренировочного эффекта является нетрадиционная регистрация электрокардиограммы по методу А.И.Завьялова. Известно, что в здоровом организме мышечную работоспособность лимитирует кровообращение. Основным органом, обеспечивающим увеличение кровообращения, является сердце, одно из важных качеств которого — работа до отказа без жалоб на "собственное здоровье". Именно поэтому перегрузки при тренировках отражаются прежде всего на сердце. Регистрация ЭКГ позволяет нам проследить обменные процессы в сердечной мышце (миокарде) на клеточном уровне (!). Этот уникальный современный метод исследования сердца, накопивший за более чем столетнюю практику большой клинический опыт, — кодировки. Спортсмены выполняли одинаковую нагрузку — бег с имитацией в подъем на 700-метровом круге. Спортсменам ставилось условие — не отставать и не обгонять друг друга. Лидером в этой тренировке был поставлен спортсмен №1 с наихудшим функциональным состоянием. После завершения утрен-

него бегового теста реакция минутного объема крови у него была 26 литров в минуту. Этому спортсмену было дано задание бежать с максимально возможной скоростью для достижения наивысшего утомления. Тренировка была прекращена по достижении спортсменом №1 утомления по ЭКГ в 28 баллов. Реакция второго спортсмена на утреннюю тестовую нагрузку составила 20 л, а третьего — 19 л в минуту. По окончании тренировки у этих спортсменов было зарегистрировано утомление в 23 балла у спортсмена №2 и 19 баллов у спортсмена №3. Из рис.1 видно, что спортсмен №1 спустя 4,5 часа улучшил свое состояние. МОК у него после бегового теста в 17.00 часов было уже меньше на 3 литра. У спортсмена №2, у которого утомление достигло 23 баллов, МОК остался практически на одном и том же уровне — 19,8 л, а у спортсмена №3 функциональное состояние ухудшилось, реакция МОК у него в 17.00 после бегового теста составила 20 л в минуту, что на 2 л больше, а следовательно хуже, чем утром. Результаты этого эксперимента показали, что одинаковая нагрузка у разных по функциональному состоянию спортсменов вызывает разное утомление. При этом небольшое утомление вызывает ухудшение состояния спортсмена, среднее утомление не изменяет состояния спортсмена, удерживая его на прежнем уровне, а острое утомление вызывает фазу суперкомпенсации. На этом же рисунке показаны ЭКГ всех трех спортсменов в покое и сразу после нагрузки. ЭКГ нагрузки спортсмена №1 имеет выраженную ишемию, которая выражается в горизонтальных смещениях сегмента S-T ниже изолинии в каждом комплексе. На ЭКГ эти сегменты выделены кружочками. Эти изменения позволяют оценить ЭКГ в 28 баллов —

острое утомление. Нагрузочная ЭКГ спортсмена №2 имеет изменения в некоторых комплексах, связанные со снижением сегмента S-T не более чем в 20% комплексов и уплощением зубцов T (плато) не более чем в 50%. Эти изменения также выделены соответствующими надписями. Эти изменения дают оценку в 23 балла. На нагрузочной ЭКГ третьего спортсмена всех вышеописанных изменений нет. Однако в отличие от покоя во время нагрузки произошло уменьшение зубца R и углубление зубца S, при этом зубец S стал больше зубца R, что свидетельствует о поворотах сердца во время сокращения правым желудочком вперед, свидетельствуя о его хорошем функционировании без утомления. ЧСС во всех ЭКГ примерно одинакова — 180—190 уд.мин. В следующем эксперименте мы проследили, как изменяется тренировочный эффект у одного спортсмена в зависимости от утомления на тренировке. Результаты этого эксперимента представлены на рис.2. Спортсмену предлагалась одинаковая тренировочная нагрузка — три дня по одной тренировке в день. Измерение его работоспособности с помощью реакции на стандартизированный беговой тест проводилось два раза в день: перед тренировкой в 10 часов утра и спустя 4,5 часа после тренировки — в 17 часов. Из рисунка видно, что в первый день тренировка вызвала утомление в 28 баллов. На соответствующей электрокардиограмме справа на рисунке имеются все признаки острого утомления. Такая нагрузка в первый день привела к уменьшению реакции МОК на беговой тест с 26 до 23 л в минуту, т.е. к улучшению состояния спортсмена. Во второй день такая же работа на тренировке вызвала утомление только в 21 балл (см. соответствующую

электрокардиограмму на рисунке справа). Такое утомление не вызвало улучшения спортсмена через 4,5 часа, а оставило состояние спортсмена без изменения. В третий день тренировка в 18 баллов без утомления не улучшила, а ухудшила состояние спортсмена, снизив его реакцию на беговой тест с 26 до 27 л в минуту. Это говорит о том, что проявление адапционного механизма имеет две стороны — положительную и отрицательную. И хотим мы этого или не хотим, законы адаптации (мы сегодня уже вправе говорить о законе) действуют в соответствии с действием на организм человека внешних условий. Для получения нужной внешней реакции на воздействие тренировки нельзя создавать стандартные условия, к которым организм быстро адаптируется. Прежде всего это относится к тренировочной нагрузке — она не должна быть одинаковой по объему, интенсивности, количеству и последовательности выполнения упражнений. С помощью тренировочных нагрузок мы можем регулировать воздействие внешней среды на спортсмена, а великодушным индикатором этих воздействий является электрокардиограмма, оцениваемая по классификации А.И.Завьялова, позволяющая определить уровень утомления спортсменов непосредственно во время тренировок.

На рис.3 представлены электрокардиограммы спортсмена во время тренировки. Это наглядный пример управления воздействием физической нагрузкой на организм спортсмена, при котором тренер и спортсмен чувствуют себя очень уверенно. С одной стороны, тренер уверенно дает задание за заданием, имея срочную информацию об уровне утомления, которое получает спортсмен в результате выполнения предыдущей работы, а с другой, спортсмен работает с полной отдачей, зная, что требования тренера совпадают с его целями добиться наивысшего тренировочного эффекта без нарушения здоровья. Из рисунка видно, что утомление нарастает плавно, и по мере выполнения тренировочной нагрузки независимо от частоты сердечных сокращений происходят все новые и новые качественные изменения. Электрокардиограмма претерпевает большие изменения. Достаточно обратить внимание, как изменилась она от покоя через 30 минут после начала интенсивной работы. Частота сердечных сокращений с 60 увеличилась до 180 уд.мин. Произошло соответствующее сердечным сокращениям сближение зубцов R-R, слияние зубцов T, U, P, зубец R значительно уменьшился, а зубец S углубился и стал больше зубца R. После 60 минут нагрузки на ЭКГ появились редкие ишемические сегменты S-T, свидетельствуя о первых признаках появления утомления. Спустя 1,5 часа (90 мин.) на ЭКГ стали регистрироваться ишемические сегменты S-T в каждом комплексе, сигнализируя об остром утомлении — тренировка прекращена. Через 10 минут ЭКГ не отличалась от исходной по качественным показателям с частотой сердечных сокращений 65 ударов в минуту. Таким образом, описанные эксперименты показали, что тренировочный эффект вызывает нагрузка до острого утомления, которую можно оценить по ЭКГ, пользуясь классификацией утомления А.И.Завьялова. ■

Рис. 1 Динамика тренировочного эффекта у разных спортсменов при выполнении одинаковой нагрузки: 1, 2, 3 — номера спортсменов

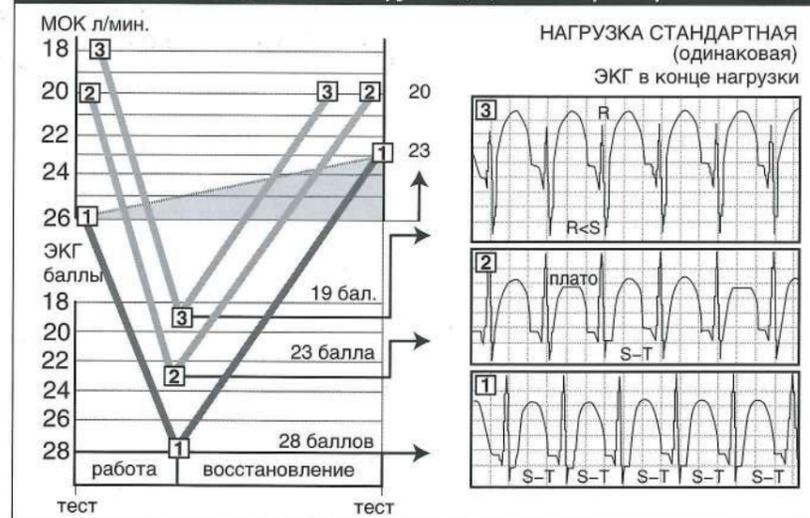


Рис. 2 Динамика тренировочного эффекта у одного спортсмена при выполнении одинаковых заданий

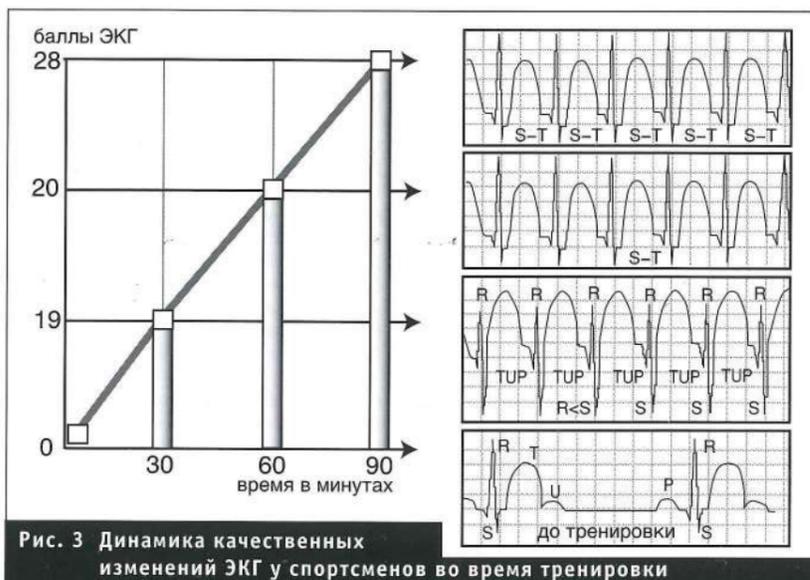
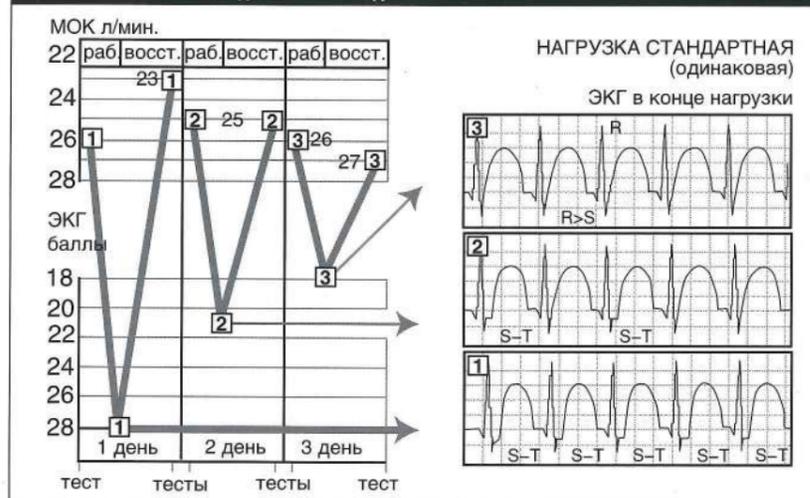


Рис. 3 Динамика качественных изменений ЭКГ у спортсменов во время тренировки



ПРИНЦИПЫ И ПРАВИЛА поведения тренера

В каждой профессии, а особенно связанной с работой с людьми, существуют морально-правовые нормы — моральный кодекс, а именно: принципы и правила поведения работника данной профессии. Есть такой кодекс у врачей, юристов, психологов. Приводимые здесь правила поведения тренера сформулированы на основе системного описания деятельности тренера. Обычно тренер работает по договору с заказчиком, выполняя социальный заказ на подготовку спортсмена. Качество работы тренера заказчик оценивает по результатам спортсмена, показанным им в основных соревнованиях. Таким образом, тренер—заказчик—спортсмен—результаты, — все эти звенья взаимосвязаны, взаимообусловлены и система не может существовать хотя бы без одного звена.

ТРЕНЕР

В качестве тренера может выступать лицо, отвечающее следующим требованиям. Тренер должен иметь образование, соответствующее его профессии и подтвержденное дипломом. Тренер должен понимать задачи учебно-тренировочного процесса, быть компетентным в решении как чисто спортивных вопросов, так и нравственно-психологических проблем. Тренер должен уметь контролировать себя, быть эмоционально-уравновешенным, общительным и тактичным. Тренер должен располагать своих учеников к доверительному отношению, но уметь при этом создавать и поддерживать рабочую обстановку. Тренер несет ответственность за помощников, работающих с ним в бригаде, и привлеченных специалистов.

ЗАКАЗЧИК

В качестве заказчика выступают государственные органы управления физической культуры и спортом, администрации спортивных школ, коллективов физкультуры, спортивных клубов, а также спонсоры и др. Заказчик должен отвечать следующим требованиям. Заказчик должен уметь точно сформулировать задачи, которые он ставит перед тренером.

Заказчик должен уметь оценить результаты работы тренера в соответствии с поставленными перед ним задачами. Заказчик должен обеспечить тренера всеми необходимыми средствами для выполнения поставленных задач.

СПОРТСМЕН

В качестве спортсмена выступает лицо, согласившееся добровольно и без принуждения участвовать в учебно-тренировочном процессе и осознающее свои возможности в свете поставленных перед ним задач. Спортсмен обязан информировать тренера о своем самочувствии и психологическом состоянии в процессе тренировочной деятельности. Спортсмен должен доверять своему тренеру в выборе промежуточных целей и тренировочных средств для достижения запланированных результатов.

РЕЗУЛЬТАТ

Результат деятельности тренера оценивается количеством подготовленных спортсменов и качеством их подготовки, а именно, результатом их спортивной деятельности. Результат спортивной деятельности объективно оценивается результатами, показанными в ответственных соревнованиях. Промежуточные результаты отражаются в выполнении спортсменами спортивных нормативов или тестовых заданий. Не вдаваясь в подробности анализа системного описания деятельности тренера, сформулируем некоторые, сделанные на основании такого анализа принципы и правила поведения тренера.

Правило взаимопонимания тренера и спортсмена

Тренер должен исходить из уважения личности, достоинства и прав человека, выступающего в роли его ученика. Тренер должен исходить из своей обязанности защиты интересов и здоровья спортсмена. Тренер должен сообщать спортсмену о целях и задачах учебно-тренировочного процесса и о конечных планируемых результатах. Тренер должен избегать субъективизма, предвзятости по отношению к спортсмену в зависимости от информации, получаемой от других людей. Меры воспитательного характера должны быть понятны спортсмену. Тренер должен прекратить тренировочные занятия и не допускать спортсмена к участию в соревнованиях, если спортсмен болен, или получить разрешение врача.

Правило адекватности тренировочных средств и применяемых методик

Применяемые средства и методики тренировок должны быть адекватны конкретным

целям учебно-тренировочного процесса. Применяемые средства и методики тренировок должны быть адекватны виду спорта, уровню подготовленности спортсмена, полу, возрасту, конституционным особенностям спортсмена, состоянию его здоровья. Средства тренировки не должны представлять опасности для жизни и здоровья спортсмена. Применяемые методики не должны обострять социально-психологический климат в коллективе.

Принцип компетентности

Осведомленность плюс полномочия и права.

Правило общения тренера и спортсмена

Тренер должен владеть техникой психодиагностической беседы и уметь воздействовать на спортсмена. Тренер должен организовать пространство, время и условия работы в соответствии с конкретными целями учебно-тренировочного плана и поставленными задачами. Тренер должен вызывать симпатию, доверие, уважение у спортсменов и оставлять у них чувство удовлетворения от общения с тренером.

Правило уведомления заказчика о компетентности тренера

Тренер должен уведомить заказчика о пределах своей компетентности.

Правило беспристрастности тренера

Тренер должен знать границы своей компетентности и не браться за выполнение задач, к решению которых он не готов. Тренер должен непрерывно совершенствовать свои знания, овладевать современными научными знаниями. Тренер должен систематически сотрудничать с коллегами. Тренер должен быть осторожен при формулировании своих выводов в оценке спортсменов (как своих, так и чужих) и должен быть готов подтвердить свои выводы предоставлением первичных результатов.

Правило предоставления результатов заказчику

Тренер должен предоставить заказчику отчет о проделанной за определенное время работе или, по требованию заказчика, промежуточные результаты. Отчет о проделанной работе должен содержать только то, что было подтверждено результатами соревнований и тестов и их математической обработкой. Результаты должны быть обсуждены коллегами по работе и одобрены ими. Результаты должны быть представлены в терминах и единицах измерения, принятых в данном виде спорта, но доступных для понимания специалистами других профессий. ■

Где вы можете приобрести продукцию этих фирм:

По вопросам приобретения обращайтесь: Екатеринбург: 700 «Лунь-Профи», ул. Козьмодемьянская, 48, Курсы: Алашова Александра, тел. (8332) 275445; Москва: «Олимпик», Красная Пресня д.23, тел. (095) 253-4566; факс (095) 252-4280; «Свои лыжные федерации России», тел. (095) 401-09-29; тел. факс (095) 905-17-83; Тула: Виктор (095) 1448-6866; Калининград: Андрей Алексеевич (095) 400-2538; Нижний Новгород: Лукин Николай, «Поволжье-Спорт», тел. (8312) 65 82 86, факс (8312) 67 87 45; Рязань: Юрий, «ДЮСШ-5», тел. (8312) 65 19 90; Новосибирск: «Мир Спорт», тел. факс (3832) 21 44 90, (3832) 32 87 49; Т.Д. «Фейер», тел. (3832) 44-40-43, факс (3832) 43-38-12; Петропавловск-Камчатский: Степанко Андрей, тел. (41522) 51218; факс (41522) 51218; Самар: Линников Леонид, тел. факс (8462) 53 63 22; Санкт-Петербург: Кондрат ГИМС, спортивный отдел, тел. (812) 597 82 13, факс (812) 597 22 40; Саратов: «ЮИМС-СПОРТ-КОМ», тел. факс (8212) 42 41 95; Тольятти: «Арена Спорт», тел. факс (3832) 72-23-27; Уфа: Казаров Рамиль, тел. факс (3472) 22144; Хабаровск: магазин «Робинзон», тел. (4212) 211350, факс (4212) 324937; Челябинск: «Лыжная Академия Андрей», «Роза Ветров», тел. факс (35171) 48239; Ярославль: «МЕТЛЕР спорт», тел. факс (3832) 302460.

Специальные предложения спортсменам! Мы ищем самостоятельных импортеров в регионах для прямых поставок.

С предложениями обращаться: K1 Sport Components в Швеции: факс +46 243 87 377 в Москве: тел./ факс (095) 447 43 88 E-mail: bnp@aha.ru

НЕ РОЛЛЕРЫ КРАСЯТ ЧЕЛОВЕКА, А ЧЕЛОВЕК РОЛЛЕРЫ!



ELPEX®

- Коньковые роллеры **F1** с резиновыми колесами большого диаметра и брызговиками. Мягкий ход!
- Гоночные коньковые роллеры **RACE**. Гоночные колеса подходят к платформе **F1** и продаются отдельно.
- Классические роллеры **WASA610**, оснащенные «медленными» колесами для большего тренировочного эффекта.
- Роллеры **OFF ROAD** с непрокаляемой резиной для тренировок по грунтовым дорожкам.

НА НАШИХ ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ ТРЕНИРУЮТСЯ СБОРНЫЕ КОМАНДЫ РОССИИ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ И БИАТЛОНУ!



Председатель коллегии судей и комиссии по летней программе Ал. Прохоров, г. Москва

САМЫЙ ТИХИЙ СТАРТ

Редкий произошел со мной случай — довелось мне побывать на личном Чемпионате России в качестве стороннего наблюдателя. Никаких тебе обязанностей и волнений, ходи себе руки в брюки, поглядывая по сторонам. И действительно, ощущения, оценки и выводы совсем иные, чем "при исполнении".

Самый главный вывод я сделал по окончании соревнований — это был самый тихий чемпионат в моей ориентировочной жизни. Ни стартового ажиотажа (49 мужчин, 39 женщин, интервал 3 минуты), ни бурных судейских, ни протестов, ни казаков, ни оркестра, ни... банкетов. Нормальное открытие, встреченные "на ура" юные дарования геленджикского Дома творчества, размещение в домах добрых хозяев, короче, покой и порядок. Почти все в срок, лишь небольшие шероховатости, хорошие карты и приличные дистанции, как сейчас говорят, все "о'кей".

Конечно, если разбирать все по косточкам, как это делает в силу своих служебных обязанностей В.Костылев, можно, как говорил персонаж Райкина, "кое-чего и наскрести". Но мои впечатления именно таковы, как я описал в своих заметках.

И последнее, обоснованные требования главного судьи: "Где дипломы?", а также замечания ряда ведущих спортсменов о весенних сборах в Геленджике и тренировках, проведенных чуть ли не на полигонах чемпионата, должны быть отнесены в первую очередь к организатору — ФСО Краснодарского края. Именно ее председатель А. Дабалян должен был побеспокоиться о наградном материале, принять постановление Федерации о закрытии районов и оповестить всех заинтересованных лиц.

А в остальном все "о'кей"! 

Спринт 17.04.98

Ж21 3,0 км, 9 кп

1	Михалко Ирина	00:22:49
2	Белозерова Ольга	00:23:34
3	Кирток Елена	00:23:37
4	Морозова Юлия	00:24:02
5	Яксанова Татьяна	00:24:17
6	Войтенко Александра	00:24:28
7	Костылева Татьяна	00:24:37
8	Плетнева Наталья	00:25:08
9	Шарыгина Вероника	00:25:16
10	Лосева Мария	00:25:28

M21 4,0 км, 12 кп

1	Новиков Валентин	00:24:40
2	Матейчук Роман	00:24:45
3	Райлян Андрей	00:25:17
4	Горбатенков Игорь	00:25:58
5	Мамлеев Михаил	00:26:21
6	Фадеев Евгений	00:26:38
7	Аветисян Андрей	00:26:45
8	Ефимов Роман	00:26:48
9	Климов Игорь	00:26:58
10	Храмов Андрей	00:27:36

Классическая дистанция

Ж21 7,2 км, 14 кп 18.04.98

1	Переляева Татьяна	01:00:33
2	Яксанова Татьяна	01:01:24
3	Белозерова Ольга	01:02:43
4	Костылева Татьяна	01:05:11
5	Горбатенкова Светлана	01:05:28
6	Войтенко Александра	01:06:21
7	Жукова Ирина	01:06:33
8	Кузнецова Елизавета	01:07:01
9	Христева Марина	01:07:27
10	Белова Евгения	01:07:48

M21 10,2 км, 25 кп 18.04.98

1	Мамлеев Михаил	01:07:40
2	Фадеев Евгений	01:08:00
3	Аветисян Андрей	01:08:03
4	Матейчук Роман	01:08:48
5	Горбатенков Игорь	01:10:31
6	Соколов Данила	01:10:39
7	Павилайнен Алексей	01:10:59
8	Рябкин Максим	01:13:40
9	Сандальнев Андрей	01:13:45
10	Ефимов Роман	01:14:03

1	Мамлеев М.	
3	Аветисян А.	
1	Переляева Т.	
2	Яксанова Т.	
3	Белозерова О.	

1	Новиков В.	
2	Матейчук Р.	
3	Райлян А.	
1	Михалко И.	
2	Белозерова О.	
3	Кирток Е.	

С 30 апреля по 3 мая 1998 года в окрестностях Твери проходили соревнования «Жемчужина России-98». Впервые на Тверской земле собралось такое количество ориентировщиков. На старт вышло более 1000 спортсменов, представляющих 45 регионов нашей страны. Учитывая удобное географическое положение Твери (между Москвой и С.-Петербургом), их могло быть значительно больше. Однако затяжная весна внесла свои коррективы. Еще за неделю до стартов в лесу можно было кататься на лыжах. Но к 30 апреля снег стаял, лес подсох (не считая, конечно, болот).

Спортсменам была предложена слабопересеченная местность хорошей проходимости с большим количеством линейных ориентиров. Чистый лес. Майское солнце. Что может быть лучше в начале сезона!



Программа соревнований включала в себя два дня классики, один день спринта и гандикапа. Борьба на трассах разгорелась нешуточная. повлияло то, что для групп 16, 18, 20 эти старты являлись просмотрными в сборные команды страны. Чтобы повысить

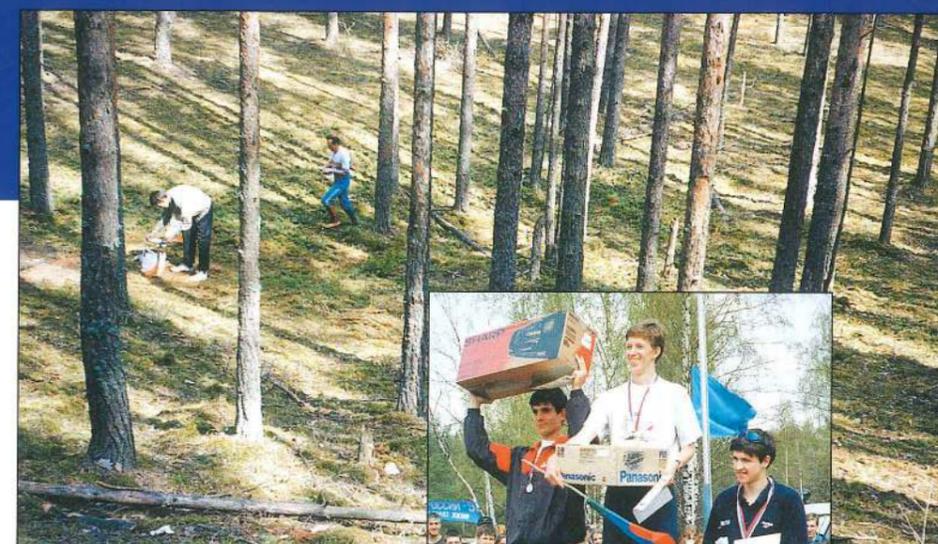
конкуренцию, тренеры сборной объединили 18 и 20-летних в одну группу. По результатам 1-го дня были сформированы группы 163 и 203, куда вошли по 30 спортсменов, показавших лучшие результаты. В результате трехдневной борьбы победителями в этих группах стали:

призов «Жемчужина России-98» разыгрывали Кубок России. Ставки здесь тоже были немалые. Победителям оплачивалась поездка на этап Кубка Мира в Шотландию. Да и само звание «Обладатель Кубка России» — неплохой стимул.

У мужчин никаких шансов соперникам не

ла Татьяна Переляева (Ориента — Фрязино), третьей — Ольга Белозерова (Саратов).

По всем остальным группам награды также нашли своих героев. Особо хотелось бы остановиться на группе М-45. Здесь очередную победу одержал легендарный москвич Иван Шорохов. Его отрыв от 2-го призера составил около 20 мин. В связи с этим поступило предложение: на многодневных соревнованиях Ивану Шорохову



«ЖЕМЧУЖИНА РОССИИ» В ТВЕРИ



М163 Ряполов Роман Белгород
Ж163 Петухова Екатерина «Кентавр»
М203 Детков Сергей Молодежное
Ж203 Галкина Галина Барнаул

На церемонии награждения С.Деткову и Г.Галкиной были вручены призы губернатора Тверской области В.И.Платова с титулом «Надежда России».

По группам М/Ж 21 спортсмены кроме

оставил Алексей Павилайнен (Карелия). Он выиграл все четыре дня. Отрыв от серебряного призера Игоря Климова (МВО) составил более 5 минут. Бронза досталась Евгению Гаврилову «Искатель».

У женщин победу праздновала Юлия Морозова (Барнаул). Несмотря на сбой в последний день (6-й результат), ей удалось удержаться на первом месте. Второй бы-

автоматически присваивать звание «Победитель» и далее запускать его вне конкурса, а призовые места разыгрывать между остальными участниками. Это, конечно, шутка.

Церемония награждения длилась довольно долго. Количество призов, учрежденных оргкомитетом и спонсорами, перевалило за сотню. Особенно трогательно бы-

ло видеть на пьедестале самых маленьких спортсменов (М/Ж 10). Когда им вручали медали с российским триколором, их глаза восторженно сверкали. Ведь для многих из них это первые в жизни награды. Пройдет несколько лет, и, кто знает, может быть, эти ребята станут обладателями медалей мировых первенств.

И в завершение. «Жемчужина России-98»

в Твери — это совместный проект президента ФСО России С.Г.Беляева и губернатора Тверской области В.И.Платова. По мнению спортсменов, проект вполне успешный. Хочется пожелать и другим территориям России, чтобы власти на местах помогали им в деле пропаганды и развития нашего вида спорта. 



БУДУЩИЕ ЗВЕЗДЫ-98



залиты водой, и призы стояли наверху. Результаты выдавались буквально в спину спортсмену, напитков было хоть залейся, но самое главное — не было суеты, так часто сопровождающей нас от соревнования к соревнованию. Погода с каждым днем улучшалась, и к церемонии награждения сияло солнце. Награждение было длинным и очень торжественным. Всех повеселил Владимир Козлов — победитель в элите. Он за-



брался на высокий пьедестал, держа в руках какую-то карточку, но когда он ее продемонстрировал, публика ахнула. \$1000! Ничего себе спонсоры размахнулись. За спонсорство, точнее за меценатство, я искренне поблагодарил Юрия Никонова — генерального директора Центра офисной мебели "Юнитекс", представителей крупной торговой сети "Спорт-мастер", извещая больше по торговым мар-

кам "Columbia" и "Asecs", и Екатерину Карташеву — директора полиграфической фирмы "NC-Print". Благодарил по-разному, не в официальной обстановке, и везде получал один и тот же достойный ответ — делаем общее дело. Весенняя "Московская" связка: "Московский компас", "Жемчужина России" и "Гранпри — Будущие звезды" оправдывает себя. И видимо, областям, граничащим с Московской (две уже отметились: Ря-

занская и Тверская) следует объединиться и продумать четкий, скользящий график, увязав многодневки лет на пять. Доказательством продуманной связки (чья идея, честно, не знаю) является участие во всех трех многодневках представительной далекой Якутии. В путь будущие звезды! Низкий поклон всем меценатам, уверен, что все участвовавшие в настоящем празднике ко мне присоединятся. ■



ЦЕНТР ОФИСНОЙ МЕБЕЛИ
ЮНИТЕКС
111024 г. Москва, шоссе Энтузиастов, 17
тел. (095) 273-78-88 факс. (095) 273-00-10, 273-77-22

asics

М 1: 15000 / H 5 м D 21A

ЦЕНТР ОФИСНОЙ МЕБЕЛИ
ЮНИТЕКС
111024 Москва, шоссе Энтузиастов, 17
тел. (095) 273-78-88 факс. (095) 273-00-10

Дизайн - студия
NS-PRINT
Дизайн и печать
проектирование, полиграфия
(095) 194 3805

Азимут

ОПСА

Автор:
Кунинский Владимир
Вычертил:
Нартова Светлана
Модератор:
Медведев Александр

"NORMAL" - Санкт-Петербург
Туристическое снаряжение:
Палатки, рюкзаки,
спальные мешки и др.

Представительство в Москве:
"БИОНТ-ЛЮКС"
Тел./факс: (095) 179-39-41

St. Petersburg

И хотя это была ярко выраженная молодежная многодневка, но и нам, ветеранам, нашлось в ней место. Мы понимали, что основные призы и трассы предназначались для элиты. Что поделаешь — диалектика. Но на торжественном открытии в честь Дня Победы ветераны не остались без наград. Известный любому ориентировщику России профилакторий "Зоркий" под Красногорском стал для нас и домом, и офисом московской Федерации, и центром соревнований, и местом тусовки. Изрядно потрудились и "коробейники". Но все же главными "действующими лицами" стали карты и трассы. Карты были

широко известны, и, видимо, бригада начдистов имела проблемы в планировании трасс. Это особенно чувствовалось ближе к финишу, так как район этот не отличается обилием ориентиров, и финиш начинался глубоко в лесу (2—3 КП беготны по просекам). В то же время красногорский чуть ли не таежный лес — достаточно сырой, болотистый, с развитыми дорогами и просеками не облегчал движение. Хотя при более скрупулезном планировании возможны были варианты приближения последних КП вплотную к финишу. Ожидаемые особо опасные КП — "Московские микроямки" брались без проблем, так как по весне они были



НА КАРТЕ РОССИИ ЕСТЬ ТЕПЕРЬ ПЕРЕВАЛ 100-ЛЕТИЯ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ



...на гребне не обнаружили тур, свидетельствующий о том, что здесь когда-нибудь ходили туристы, решение пришло само собой — назвать этот перевал в честь 100-летия спортивного ориентирования...



Летом 1997 года наша группа туристов из Калуги, совершая пешеходный спортивный поход пятой категории сложности по Центральному Алтаю, вышла в малоисследованный туристами район на южных склонах Южно-Чуйского хребта. 7 августа, на 15-й день похода, когда за плечами группы было уже 185 км, а суммарный набор высоты составил более 9 км, в хребте, разделяющем долины небольших речушек Тюнь Западная и Козубай, был обнаружен перспективный цирк для поиска в нем удобного пути через хребет. На подходах к цирку, на высоте около 2500 метров, наша группа миновала несколько террас с живописными ледникового происхождения озерами и подошла к каменным нагромождениям конечных морен высотой около 300 метров. После их преодоления вышли к небольшому деградирующему (отступающему) леднику, за которым полукругом высились крутые скально-осыпные стенки. Поскольку в цирке сходились три хребта, главной задачей здесь было правильно сориентироваться, чтобы не оказаться в совершенно не нужной нам долине.

Ориентирование проходило отлично. Когда, преодолев ледник и выбравшись по мелким ползущим осыпям на гребень, мы увидели на противоположной стороне желанное озеро в верховьях Козубая, а на гребне не обнаружили тур, свидетельствующий о том, что здесь когда-нибудь ходили туристы, решение пришло само собой — назвать этот

перевал на правах его первопроходцев в честь 100-летия спортивного ориентирования.

Этим нам хотелось отдать дань одному из основных технических приемов пешеходного туризма — ориентированию на местности. Тем более, что в группе 5 человек из 7 — разрядники по спортивному ориентированию, а возглавил группу председатель областной Федерации спортивного ориентирования. Решение было записано в контрольную записку, многократно упакованную и заложенную в сооруженный из камней тур. Высота перевала по нашему альтиметру — 3010 метров, техническую сложность мы оценили категорией трудности — 1Б. Спуск по крутому (30—40°) осыпному камнепадоопасному кулуару и через 70 минут, сбросив 260 метров высоты, выходим на берег озера.

Перевал пройден! И хотя впереди было еще 11 дней пути, еще около 6 км набора высоты, сделано первопрохождение еще более сложного перевала, пройденный перевал 100-летия спортивного ориентирования оставил впечатление особой радости, удовлетворения и... надежды, что он будет теперь посещаемым.

От редакции. По сведениям, полученным из Туристско-спортивного союза России, указанный подход занял 1-е место на Чемпионате России по спортивным туристским походам 1997 года. 



ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ IOF



В КОМИТЕТЕ IOF ПО КАРТАМ
В феврале текущего года был принят меморандум по масштабам карт для летнего ориентирования. Он предназначен для немедленной публикации и распространения среди тех, кого он непосредственно касается. Цель меморандума — уточнить и подчеркнуть правила IOF, касающиеся масштаба карт в соревнованиях по летнему ориентированию. Масштаб карты для различных видов соревнований.

Пункты 15.1 и 15.2 правил соревнований IOF (пересмотренные в 1997 г.) гласят, что для Чемпионатов Мира, Кубка Мира и стартов мирового рейтинга на классической дистанции должны использоваться карты масштаба 1:15 000. Масштаб карты для соревнований в спринте (на короткой дистанции) и в эстафете должен быть 1:15 000 или 1:10 000. Разрешение на отклонение от этих стандартов возможно только по решению Совета IOF. В соответствии с "распределением обязанностей в Совете IOF" такое решение принимается Советом по картам IOF.

История вопроса

С введением короткой дистанции (спринта) в программу Чемпионата Мира по ориентированию наш вид спорта получил возможность развивать две различные по сути дисциплины, каждая из которых имеет свои прелести. Короткая дистанция является высокотехническим видом, с трассой, рассчитанной на 25 минут, где в борьбе за секунды решается судьба медалей. Классическая дистанция связана с более значительными физическими нагрузками, навыками выбора пути на длинных перегонах и тактического мастерства по сравнению с чисто техническим ориентированием на короткой дистанции. Скоро возникли предложения увеличить масштаб карт для спринта с 1:15 000 до 1:10 000. Первым аргументом в пользу такого увеличения было то, что такие карты легче читаются на

"супер-скорости". Вторым — то, что при коротком расстоянии между КП кружки на карте могут сливаться. Эти требования были расценены как оправданные и вошли в стандарты IOF по подготовке карт. В последние годы определилась тенденция к постепенному превращению классических дистанций в "длинную короткую дистанцию". Дистанции в 25—30 КП с двумя-тремя сменами карты по картам масштаба 1:10 000 едва ли позволят сохранить основные ценности классической дистанции, выделенные выше. Обсуждение и изучение мнения спортсменов по этому вопросу показали, что они, как "пользователи", против таких тенденций и хотели бы сохранить особенности каждой из дисциплин. Было определено, что масштаб карты играет важную роль в решении этой проблемы. Классические дистанции Чемпионатов Мира за этот период были хорошим примером настоящего классического ориентирования.

Заявление о проводимой политике

Исходя из того, что масштаб карты является важным фактором сохранения основ ориентирования на классической дистанции, Комитет по картам IOF собирает жестко ограничивать любые отклонения от правил IOF в вопросах масштаба карты. Это должно быть воспринято всеми, кто связан с ориентированием на международном уровне. Организаторы соревнований и рисовщики карт должны с самого начала планировать и выполнять свою работу в строгом соответствии с этими правилами. Спортсмены должны четко представлять, что может ожидать их на соревнованиях международного уровня, а федерациям следует их поддерживать, создав соответствующие условия на внутренних стартах. Комитет по картам IOF искренне надеется, что такие дисциплины, как спринт и классическая дистанция, каждая со своими особенностями, будут разви-

ваться, благодаря проводимой политике, бок о бок, и каждую из дисциплин спортсмены будут любить по-своему.

В СОВЕТЕ IOF

На заседании 28—29 января 1998 г. было принято решение о расширении связей и обмена информацией между федерациями, входящими в IOF. При этом каждый из членов совета IOF будет координировать информационное обеспечение нескольких национальных федераций.

Следуя рекомендациям всемирной ассоциации международных спортивных федераций GAISF, международная федерация ориентирования IOF должна завершить свою регистрацию в Финляндии в качестве официальной организации. Такая регистрация необходима, поскольку штаб-квартира IOF в настоящее время находится в Хельсинки, и официальный статус позволит повысить доверие со стороны возможных спонсоров, партнеров и органов власти. В настоящее время идет проверка соответствия устава IOF финским законам. Поэтому к концу года ожидается выход его новой редакции.

В качестве новых форм соревнований по ориентированию рассматривались парковое ориентирование (прежде всего World Park Tour) и марафонское ориентирование. Были отмечены большой объем проведенной работы по обеим дисциплинам и достигнутые результаты. Совету IOF был представлен календарь соревнований по парковому ориентированию на 1998 г. и руководство для организаторов. Ведется работа по включению соревнований по марафонскому ориентированию в календарь IOF.

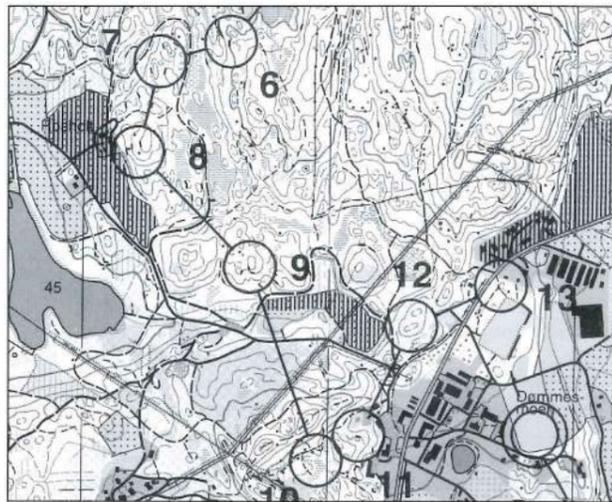
Одна из проблем, с которой сталкивается практически любой вид спорта, — как сделать соревнования наиболее привлекательными для спонсоров. Похоже, что парковое ориентирование в значительной степени позволяет повысить интерес прессы, зрителей и, следова-

тельно, спонсоров. Но насколько серьезно относятся к парковому ориентированию сами спортсмены?

"Парковое ориентирование — хорошая реклама, но не соревновательный спорт," — говорят спортсмены. Как показало изучение мнения ведущих ориентировщиков, они не рассматривают парковое ориентирование в качестве серьезных соревнований, которые могли бы войти в олимпийскую программу, но считают его полезным для популяризации и распространения нашего вида спорта. Эти исследования были проведены председателем Федерации спортивного ориентирования Дании Уве Гасбергом и "гостренером" Дании Олли-Пекка Карккайненем. Изучение мнений спортсменов проходило в течение четырех последних этапов Park World Tour 1997 г. с использованием анкет с вопросами как о концепции PWT в целом, так и об оценке спортсменами конкретных этапов тура.

Шестнадцать из двадцати четырех респондентов уверены, что парковое ориентирование должно использоваться только для рекламы и повышения рыночного потенциала ориентирования, и только двое заявили, что парковое ориентирование должно войти в программу Чемпионатов Мира. Несколько больше, но все же не большинство, сторонников того, чтобы проводить национальные и международные чемпионаты по парковому ориентированию. И пока еще пятнадцать опрошенных сомневаются в необходимости соревнований, прежде всего есть ряд вопросов по требованиям к картам, движению транспорта в районе соревнований, помощи зрителям и знанию местности. И несмотря на то, что получен громадный опыт по привлечению зрителей и сохранению их интереса к соревнованиям, авторы исследования считают, что потенциальные возможности по привлечению интереса зрителей и прессы к парковому ориентированию еще далеко не исчерпаны.

ПРИНЦИПЫ ПЛАНИРОВАНИЯ ДИСТАНЦИЙ



НОВЫЕ ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ОРИЕНТИРОВАНИЮ IOF

Новая редакция правил вступила в действие с 1 января 1998 г. и распространяется на все официальные соревнования по летнему ориентированию, проводимые под эгидой IOF (Чемпионат и Кубок Мира для элитных групп в стартах, включенных в календарь IOF). Принципиальным отличием новой редакции правил является приложение принципов планирования дистанций. Этот раздел кажется интересным не только для планировщиков дистанций, но и для всех, кто связан с ориентированием.

1.1. Цель. Эти принципы призваны выработать общие стандарты в планировке дистанций для летнего ориентирования для того, чтобы обеспечить соблюдение принципа спортивной справедливости и сохранение уникального характера спортивного ориентирования.

2.1. Определение ориентирования. Ориентирование — это вид спорта, в котором участник соревнований должен в кратчайшее время с помощью только карты и компаса посетить определенное число точек, обозначенных на местности (контрольных пунктов). Летнее ориентирование может быть охарактеризовано, как ориентирование на бегу.

2.2. Цель планировки дистанции — предложить спортсменам дистанции, точно соответствующие их возможностям (подготовленности). Результаты соревнований должны

в равной мере отражать техническую и физическую подготовленность участников соревнований.

2.3. Основные правила планировщика дистанций. Планировщик дистанций должен учитывать следующие принципы:

- уникальный характер летнего ориентирования — ориентирование на бегу;
- спортивную справедливость соревнований;
- дистанция должна доставлять удовольствие участникам;
- сохранение дикой природы и окружающей среды;
- учет потребностей прессы и зрителей.

2.3.1. Уникальный характер. Каждый вид спорта имеет свои особенности. Уникальный характер ориентирования заключается в необходимости выбрать и реализовать лучший путь по незнакомой местности в кратчайшее время. Это требует навыков ориентирования: точного чтения карты, оценки различных путей движения (выбор пути), работы с компасом, концентрации внимания в условиях стресса, быстрого принятия решений, бега по лесу (в естественных условиях).

2.3.2. Спортивная справедливость — основное требование соревновательного спорта. Если не позаботиться об этом на всех этапах планирования и подготовки дистанций, везение может стать важным фактором соревнований по ориентированию. Планировщик дистанции должен учитывать подобные факторы, чтобы обеспечить честные соревнования, т.е. равные условия для всех

участников на любой части дистанции.

2.3.3. Трасса должна доставлять удовольствие участникам. Популярность ориентирования может развиваться только в том случае, если участники соревнований будут получать удовольствие от дистанций, которые им предлагают. Следовательно, необходимо, чтобы дистанции соответствовали по длине, физической и технической сложности, постановке КП и т.д. В этом отношении особенно важно, чтобы дистанция соответствовала подготовленности тех, кто на ней соревнуется.

2.3.4. Дикая природа и окружающая среда чувствительны к внешним воздействиям, и это необходимо учитывать. Окружающая среда подразумевает еще и людей, живущих в данной местности, стены, ограды, культурные угодья, здания и т.д. Как показывает опыт, даже при проведении массовых соревнований можно избежать вреда для окружающей среды, если заранее определить чувствительные зоны и учитывать это при планировке дистанций.

2.3.5. Необходимость создания привлекательного имиджа спортивного ориентирования в глазах общественности должна быть постоянной заботой планировщика дистанции. Планировщик должен обеспечить прессе и зрителям возможность следить за ходом соревнований настолько подробно, насколько это возможно без ущерба для спортивной справедливости.

3. Дистанции.

3.1. Местность должна быть подобрана так, чтобы обеспечивать честные соревнования для всех участников. Для сохранения характерных особенностей вида спорта местность должна быть пробегаемой и подходящей для проверки мастерства участников в ориентировании.

3.2. Дистанция спортивного ориентирования состоит из старта, финиша, контрольных пунктов (КП). КП представляют собой точки начала и окончания отдельных этапов (перегонов), на которых участники и должны ориентироваться. Они должны быть точно установлены на местности и четко отображены на карте.

3.3. Место для старта должно

быть выбрано так, чтобы:

— было отведено место для разминки;

— участники, ожидающие старта, не видели выбор пути стартовавших участников.

Точка начала ориентирования обозначается на местности призмой без средств отметки и отмечается в карте треугольником. Задачи ориентирования должны ставиться участнику непосредственно со старта.

3.4. Перегоны между КП.

3.4.1. Перегоны (этапы между КП) — наиболее важные элементы дистанции ориентирования, от которых в значительной степени зависит качество дистанции. Хорошие перегоны предлагают участникам серьезные задачи на чтение карты и ведут участников через интересные участки местности с широким выбором вариантов пути движения. В одной дистанции должны быть предложены разнообразные перегоны, некоторые из которых должны требовать интенсивного чтения карты, а некоторые — с выбором пути. Должны также варьироваться длина перегонов и их сложность, чтобы вынудить спортсмена использовать широкий спектр приемов ориентирования и скорости бега. Планировщик дистанции должен по возможности резко менять общее направление трассы по сравнению с предшествующим перегоном, чтобы заставлять участника быстро переориентироваться.

Лучше подготовить дистанцию, где будет несколько отличных перегонов, соединенных "служебными перегонами" для их усиления, чем дистанцию с большим количеством приемлемых, но менее качественных перегонов.

3.4.2. Спортивная справедливость. Не должно быть таких перегонов, на которых участник мог бы получить преимущество или попасть в невыгодное положение, если это не ясно спортсмену из карты в соревновательных условиях. Перегоны, требующие от участника пересечения запрещенных для бега или опасных районов, должны быть исключены.

3.5. КП.

3.5.1. Точки КП. КП располагаются на объектах местности, обозначенных на карте. Они должны быть пройдены участником в заданном по-

рядке, если речь идет о соревнованиях в заданном направлении, но следуя собственному выбору пути. Это требует четкой планировки и обеспечения справедливости соревнований. Особенно важно, чтобы карта в районе КП точно отражала местность и передавала направления от всех окружающих объектов. КП не должны располагаться на микрообъектах, видимых с небольшого расстояния, если этот микрообъект не связан с другими объектами, отображенными на карте. КП должен располагаться так, чтобы видимость знака КП для спортсменов, выходящих на пункт с разных направлений, была одинаковой.

3.5.2. Основная функция КП — обозначить начало и конец перегона. Иногда КП могут использоваться для того, чтобы обвести участников вокруг опасного или запрещенного для бега района. КП могут так же использоваться как пункты питания, пункты для зрителей и прессы.

3.5.3. Знак КП должен соответствовать правилам соревнований IOF. По возможности, знак КП должен располагаться так, чтобы участник видел его не раньше, чем достиг ситуации, описанной в карте и легенде. Ни в коем случае не следует прятать знак КП, участник не должен искать призу после того, как он вышел в точку КП.

3.5.4. Справедливость точек КП подразумевает необходимость избегать эффекта "острых углов", т.е. ситуации, когда заходящий на пункт участник может использовать уходящих участников для выхода на КП.

3.6. Финиш. Как минимум последняя часть финишного отрезка обязательно должна быть промаркирована.

3.7. Чтение карты. На хорошей дистанции ориентирования участник вынужден сосредоточиться на задачах ориентирования. Отрезки трассы, не требующие чтения карты или внимания к процессу ориентирования, должны исключаться, если только они не являются результатом хорошего выбора пути.

3.8. Выбор пути. Альтернативный выбор пути заставляет спортсмена использовать карту для составления представления о местности и принятия решений. Выбор пути заставляет участников думать независимо, что позволяет рассе-

ивать участников и, таким образом, минимизировать "преследование".

3.9. Для любой местности и карты постановщик дистанций может спланировать дистанции различной сложности. Сложность перегонов можно варьировать за счет большего или меньшего совпадения направления перегонов и линейных ориентиров. Участники должны иметь возможность оценить сложность перегонов по карте, чтобы выбрать соответствующие технические приемы. Наиболее важно планировать дистанции соответствующего (посильного) уровня сложности для новичков и детей.

3.11.2. Не фокус сделать дистанцию для детей слишком сложной. Постановщик дистанций должен оценивать сложность дистанций, исходя из соревновательных скоростей участников, а не с позиции той скорости, с которой пешком он проводил полевое обследование местности.

3.11.3. Использование четких точек КП. Ради того, чтобы максимально улучшить перегон, постановщики дистанций порой используют некорректные точки КП. Важно то, что участники редко замечают разницу между хорошим и слабым перегоном, но обязательно выделяют пункт, на котором было потеряно много времени из-за замаскированной точки КП или знака КП, некорректности карты, неправильной легенды КП.

4. Постановщик дистанций должен хорошо понимать и представлять требования к качественной дистанции, исходя из личного опыта. Он или она должны быть знакомы с теорией постановки дистанций и требованиями по отдельным видам программы. Постановщик дистанции должен уметь оценить на месте все факторы, которые могут повлиять на проведение соревнований, такие, как состояние местности, качество карты, присутствие на местности зрителей и участников и т.д. Постановщик дистанции отвечает за трассы и весь ход соревнований от старта до линии финиша. Работа постановщика должна проверяться контролером. Это важно, так как есть множество возможностей совершить ошибку. ■



Карстен Йоргенсен — чемпион Европы в кроссовом беге.

Во времена нелюбимых нормативов на стадионе было модно ссылаться на международный опыт и считать бег в лесу настолько своеобразным навыком, к которому не только гладкий бег, но и соревнования по кроссу имеют довольно отдаленное отношение. К.Йоргенсен — не единственный ориентировщик, показывающий серьезные результаты в беге. Да и, например, перспектива развития ориентирования в Кении не сулит нам легких побед.



К.Йоргенсен в тяжелых для бега условиях — на этапе Park World Tour-97 в Чехии

Один из ведущих Датских ориентировщиков Карстен Йоргенсен выиграл Чемпионат Европы по кроссу 1997 г., проходивший в Португалии в середине декабря. В 1996 г. он был четвертым. Незадолго до этого он выиграл Первенство северных стран в кроссе. Этот год запомнится для него еще и тем, что он завоевал золотую медаль в эстафете на Чемпионате Мира по ориентированию. Его успехи в кроссе способствуют росту популярности ориентирования в Дании. Через неделю после Чемпионата Европы К.Йоргенсен был пятым на первом этапе всемирных соревнований World Cross Challenge в Брюсселе, где пропустил вперед трех кенийцев и одного эфиопского бегуна и опередил чемпиона мира по кроссу и об-

ладателя мирового рекорда в беге на 10 000 метров Пауля Теграта, занявшего седьмое место. В начале 1998 г. К.Йоргенсен планирует провести две недели в Кении, совмещая подготовку к сезону с помощью в развитии ориентирования в этой стране.



Гунилла Сворд, Швеция, на этапе Park World Tour-97 в Венеции — победительница РВТ в общем зачете. Она была признана второй после Й.Мартенсона в 1997 г.

Йорген Мартенсон — ориентировщик года в Швеции.

Шведские спортивные журналисты выбрали лучшим ориентировщиком 1997 г. 38-летнего Йоргена Мартенсона. Он заслужил этот титул уже в четвертый раз. До этого он был признан лучшим в 1988, 1991 и 1995 гг. Гунилла Сворд и Каталина Борг были названы второй и третьей. Серебро на классической дистанции и лучшее из шведов выступление в спринте на Чемпионате Мира, победа на O-Ringen и хорошее выступление на открытом первенстве северных стран — вот основные достижения Й.Мартенсона.

Кроме него такой титул четырежды доставался: Бетрилу Норману (в начале 60-х), Улле Линдквист (в конце 60-х и в 1970), Бернту Фрилену (между 1967 и 1975) и Анниен Кринстад (в начале 80-х). Еще никому не удавалось завоевать этот титул пять раз! ■

ОТКРОЙТЕ СЕБЕ ДРОМ В СБОРНУЮ

Когда верстался номер пришло радостное сообщение: Юношеская Сборная России заняла первое место в командном зачете на Чемпионате Европы. Поздравляем!

Когда мы, тренеры юношеской сборной, объявили о включении в отборы-98 двух кроссов, нам пришлось выслушать самые различные мнения. От одобрительного: "Давно пора, а то никогда не догоним скандинавов! Даже на финише бежим "трусцой от инфаркта", до откровенного: "Вы что, все в своем тренсовете "с дуба рухнули" вместе с Елизаровым? И так никто детей технике ориентирования толком не учит, а теперь тренеры и вовсе об этом забудут! Года через три ваша "мудрость" всему российскому ориентированию аукнется..."

А пока сторонники и противники новшества скреживали копы теоретических баталий, прошел март, и в Геленджике состоялся первый тест-кросс. Кандидаты в юношескую и юниорскую сборные и пожелавшие присоединиться к ним участники фестиваля ориентирования бежали "маунтинг-милю" — подъем длиной около 1600 м с двухсотметровым набором высоты. Это была проверка не только функциональной и силовой, но также и волевой подготовки — мало кто из девушек не перешел на шаг на крутых участках трассы. Лучшей среди 18-летних была Женя Белова из Оренбурга (9.19), среди 16-летних — Аня Степанова из Тулы (9.36). А яростный, не подберу другого слова, штурм горы в исполнении юниорок Марины и Ната-

лии Либо привел к "близнецовым" результатам — 8.55 у обеих, хотя стартовали они с минутным интервалом! Уже первые забежавшие на гору юноши заметно улучшили эти секунды, но когда финишировал Андрей Храмов из Крыма, тренеры стали снова сверять свои секундомеры — не испортились ли? Настолько высок был результат — 6.27! По дошедшим до меня слухам, в апреле на УТС перед личным Чемпионатом России взрослые спортсмены, в том числе члены сборной, безуспешно пытались повторить это время. Лучший среди 16-летних — Вадим Толстопятов из Тамбова (7.17), среди юниоров — Сергей Меренцов из Красноярска (7.00). Второй тест-кросс был назначен на 28 апреля в Лыткарино после окончания

Д-18						
1. Красноярова Людмила	Н.Новгород	94,4	89,8	102,0	44,5	197,0
2. Белова Евгения		100,0	100,0	96,4	82,0	196,4
3. Горшкова Екатерина	Москва	92,5	83,3	91,2	101,8	194,6
4. Смолик Дарья	Красноярск	—	91,7	74,3	93,1	184,8
5. Котова Юлия	Москва	83,7	85,0	91,0	93,4	184,4
6. Капустина Мария	Ярославль	91,7	88,3	90,2	63,6	181,9
7. Щека Алла	Лен.обл.	91,6	91,7	88,6	81,9	180,3
8. Тихонова Зоя	Москва	86,1	—	74,8	80,1	166,5
Д-16						
1. Белова Александра	Оренбург	97,0	100,0	101,1	105,6	206,7
2. Петухова Екатерина	Пенза	98,0	—	96,4	100,8	199,2
3. Чижикова Екатерина	Москва	94,8	84,6	103,5	92,6	198,3
4. Фершалова Яна	С.-Петербург	96,8	—	89,2	96,1	192,9
5. Ольшина Наталья	Москва	93,8	87,1	91,7	89,7	185,5
6. Шибанова Ольга	Рязань	89,2	84,8	86,6	95,9	185,1
7. Богачева Настя	С.-Петербург	—	94,7	85,9	96,2	180,6
8. Логачева Наталья	Лен. обл.	89,3	93,0	79,2	80,5	173,5
М-18						
1. Глухарев Василий	Башкирия	—	—	104,2	93,3	197,5
2. Сомов Дмитрий	С.-Петербург	76,7	90,8	95,6	97,2	192,8
3. Храмов Андрей	Крымск	100	—	—	—	трени. совет
4. Костин Владимир	Моск. обл.	—	99,6	92,0	73,3	191,6
5. Костылев Егор	Москва	—	94,0	85,89	88,8	182,8
6. Лайшев Алексей	Псков	—	—	74,0	104,7	178,7
7. Сугак Юрий	С.-Петербург	81,1	—	97,0	52,3	178,1
8. Панасенко Николай	Тверь	68,0	90,1	75,8	87,1	177,2
М-16						
1. Бортник Алексей	Москва	—	94,6	103,2	102,6	205,8
2. Новиков Леонид	Белгород	—	95,9	89,9	100,3	196,2
3. Ряполов Роман	Белгород	—	97,9	83,0	97,7	195,6
4. Малышев Николай	С.-Петербург	94,0	95,7	99,7	82,1	195,4
5. Толстопятов Вадим	Тамбов	100	100	91,8	83,9	191,8
6. Минаков Александр	Москва	—	—	96,4	94,1	190,5
7. Коваленко Юрий	Анапа	95,	—	46,4	78,0	173,2
8. Сугак Павел	С.-Петербург	87,	—	83,2	41,3	170,8



Беспокоятся тренеры. Московская обл., Осетр 23.05.98

"Moscow Compass". Но еще до этого аспекты беговой подготовки неожиданно повлияли на формирование сборной команды. Стало известно, что совпали по срокам отборы в юношескую сборную России по ориентированию и по легкой атлетике, и 23—24 мая А.Храмову предложили стартовать в Коломне и в Сочи одновременно! Принимая во внимание отличное — "в одни ворота" — выступление Андрея на фестивале ориентирования в Геленджике, пять его призов в различных российских соревнованиях 1997 года и "кавалерийский рейд" по глубоким тылам соперников на третьем этапе эстафеты во Франции, когда он перевел российскую команду с шестой позиции на пьедестал почета, тренерская бригада решила отдать ему место в первом составе без отбора.

В отсутствие Храмова в Лыткарино резко обострилась борьба в кроссе среди 18-летних, так как очки, которые они заработали в Геленджике, едва ли могли помочь для попадания в команду. Для трассы бега были выбраны очищенные от снега тропинки и аллеи местного парка с пологими длинными спусками и короткими подъемами высотой 5—10 метров. На четырехкилометровых кругах тренерам удобно было наблюдать и технику бега в различных условиях, и умение спортсменов правильно распределять силы. Женя Горбунов из Дзержинска выиграл 3 секунды у "хозяйина трассы" Володи Костина (13.47 и 13.50), среди 16-летних опять первенствовал Вадим Толстопятов (14.24).

А на трехкилометровой дистанции у девушек снова были показаны "семейные результаты" — три первых места заняли в порядке старшинства сестры Беловы: Женя — 11.43, Саша — 11.52, Оля —

12.21 (юниоры и юниорки в этом кроссе не участвовали).

Два прошедших старта оказались, как в хорошей велогонке, прологом к основным событиям — Первенству России среди учащихся на р.Осетр, в окрестностях Коломны, где и планировались главные отборы — на дистанциях классики и спринта.

И вот закончился отборочный цикл, подсчитаны баллы, объявлен состав команды. Окончательные итоги можно будет подвести только после юношеских Европейских соревнований в Венгрии. Но экспресс-анализ можно и нужно сделать уже сейчас.

Во-первых, включение в отборы двух кроссов не открыло дорогу в сборную "случайным людям", как того опасались оппоненты. Ведь отбор был, по сути, двухступенчатым. Сначала были названы по 8—12 кандидатов в возрасте, причем во внимание принималась стабильность высоких результатов в 1997 году или в весенних стартах нынешнего сезона.

Во-вторых, решающую роль сыграли все-таки результаты ориентирования в Коломне — надо было хотя бы в один из дней показать результат на уровне 100—105% от времени победителя. Два результата по 110%, которые в прошлые годы являлись "проходными", в этом году не давали "пропуска" в заветную тройку. Так, только запасным оказался победитель двух тест-кроссов, самый стабильный ориентировщик прошлого сезона В.Толстопятов (М-16). Видимо, техника ориентирования в начале сезона еще не успела "пройти обкатку" на новых, выросших скоростях.

В-третьих, высокий результат хотя бы в одном из кроссов страховал от единич-

ного срыва в ориентировании. Хотя в кандидаты были зачислены наиболее стабильные юноши и девушки, но и они не застрахованы от неожиданностей карты и от собственных ошибок. К сожалению, и то, и другое имело место на берегах Осетра. Так, кроссовый результат помог Люде Краснояровой, Лене Новиковой, Роману Ряполову, Володе Костину.

Наконец, в-четвертых, шанс имели и те, кто не преуспел в тест-кроссах либо вообще в них не участвовал. За счет сильного выступления в спринте и на классической дистанции в сборную отобраны Дима Сомов, Вася Глухарев, более известный, как "зимник", Катя Чижикова — "взрослая" чемпионка России по лыжному ориентированию и победительница летнего юношеского первенства Европы. В целом, на мой взгляд, новшество себя оправдало, обострилась конкуренция в ориентировании, уменьшилось значение досадных случайностей, усилилось внимание спортсменов и тренеров к беговой подготовке. Судя по тому, что и в Геленджике, и в Лыткарино участие в тест-кроссах принимали не только сборную, у ребят появился интерес: "А как я выгляжу в бегах на фоне сборников?"

Хочу только еще раз напомнить этим ребятам, что дорогу в сборную открывают только стабильно успешные выступления в ориентировании, а стабильность может базироваться только на высокой технике. **P.S.** В центр соревнований в адрес краснодарской команды пришла телеграмма из Сочи: "Выиграл результатом 8.25. Готов принять участие Европе после отборов Москве 23 июня = Андрей".

Три тысячи метров за 8 мин 25 сек, ориентировщик впереди всех российских юных легкоатлетов! Знай наших!

Урок шестой

Голь на выдумку хитра, или Да здравствует маркировка!



Урок ведут: В. Мыльников, Ф. Уховский

Предисловие

Эта занимательная история началась в 1995 году.

В одно прекрасное январское утро к нам вдруг обращается директор туристского экологического центра Луховиц В.Н.Губанова с довольно непривычным для нас предложением — провести у нее городские соревнования школьников по ориентированию. С одной стороны, мы вроде бы не должны заниматься такими "пустяками". И вообще. А с другой, ну как же можно в такой ситуации отказать красивой, интеллигентной женщине? И мы после недолгого раздумья согласились.

"Только вот есть одно небольшое обстоятельство", — сказала нам Валентина Николаевна. В пределах самого города нет никаких карт, и вообще полностью отсутствует инфраструктура ориентирования (за исключением района реки Осетр, что находится далеко за городом), а также почти отсутствует необходимый для этого инвентарь и оборудование, и, самое главное, нет специалистов. А как ни крути, на все это по нашим временам нужны определенные средства. Оплатить расходы на рисовку карты надо? Изготовить и напечатать тираж надо? И так далее. А где их взять простому общественнику или организатору в небольшом российском городке, когда бюджет еле-еле сводит концы с концами, а людям по несколько месяцев не выдают зарплату.

При этом нужно не просто кое-как провести соревнование, а постараться привлечь к ним как можно больше учащихся, не нарушить специфику ориентирования, определить сильнейших, сохранить при этом простоту и доступность, не прибегая к использованию дорогостоящих средств.

Определив для себя круг задач и приняв во внимание все объективные обстоятельства, мы решили провести городские соревнования младших школьников, целью которых, в первую очередь, была возможность научить ребенка с помощью элементарных условных знаков сопоставлять реальную местность с ее условным изображением на карте и определять таким образом свое местонахождение. При этом следует отметить, что в силу определенных причин участники соревнований не пользовались картами, не имели при себе компасов и специальных планшетов и вообще первый раз в своей жизни сталкивались с этим делом.

Как же все это происходило на самом деле?

На первом этапе таких соревнований процедура проведения несколько не отличается от общепринятой. Проводящей организацией (школой, колледжем и т.п.) выпускается приказ, готовятся Положение и Условия. В разделе "Программа соревнований" необходимо подчеркнуть несколько принципиальных моментов. Во-первых, такие соревнования как зимой, так и летом проводятся только на маркированной трассе. Это объясняется прежде всего требованиями безопасности, учитывая низкую квалификацию участников и отсутствие у них определенных навыков.

В зависимости от вида соревнований (личные, лично-командные) проводится жеребьевка и определяется порядок старта. В этом случае, как правило, готовится одна дистанция с соответствующи-



Рис. 1. Оборудование КП

ми параметрами и, конечно же, с отдельным стартом. Порядковые нагрудные номера при этом не имеют особого значения. Главное, чтобы карточка, а это единственный предмет, который будет находиться у участников, была бы правильно заполнена. Для этого, как показала практика, лучше всего приготовить заранее. А именно, карточки и образец их запол-

нения, а также условия проведения и условные знаки необходимо вручить за несколько дней до начала соревнований каждому представителю в индивидуальном конверте на установочном совещании, вместе с грамотным разъяснением и различного рода комментариями. Теперь, в чем же заключается задача участника? Двигаясь по маркированной



Рис. 2. Образец фрагментов

трассе (зимой — на лыжах, летом — бегом), он встречает на своем пути КП. На веревке, растянутой поперек движения, расположены 2—3 таблички (30x30), на которых изображены: а) порядковый номер КП (1, 2, 3), б) три фрагмента карты (А, В, С). (Рис. 1.)

Фрагменты представляют собой изображение трех различных ситуаций местонахождения данного КП. В случае отсутствия какого-либо картографического материала эта процедура выполняется следующим образом. С помощью топографических знаков или простейших знаков для спортивного ориентирования цветными ручками человек, более или менее знакомый с ориентированием, визуально "обрисовывает" в примерном масштабе местонахождение КП и прилегающие к нему

провизированный характер. (Рис. 2)

Кроме этого, каждый КП дополнительно оборудован одним экземпляром условных знаков на тот случай, если ученику необходима "подсказка", а также несколькими цветными карандашами одинакового цвета или компостерами. Необходимо отметить, что карандаши (компостеры) и таблички лучше всего укреплять не на веревке, а на одножильном проводе, чтобы их легче было вращать в разные стороны и чтобы они не запутывались во время работы.

Итак, участник, прибывший на такой вот КП, должен визуально на месте оценить ситуацию, в которой он находится, выбрать из предложенных вариантов (А, В, С) наиболее схожий, по его мнению, фрагмент и карандашом данного КП за-

выигрывает тот, кто быстрее всех преодолеет предложенную дистанцию и даст как можно больше правильных ответов. За каждый неправильный ответ участник получает штраф 2 мин., который автоматически прибавляется к беговому времени. Такой же штраф участник получает за отсутствие отметки в карточке, за лишнюю отметку и за несоответствие отметки цвету карандаша или оттиску компостера.

Особое внимание при проведении детских массовых соревнований, особенно на этом уровне, следует обратить на организацию работы "Старта" и "Финиша". Ведь ни для кого не секрет, что от работы судей именно этих двух важнейших этапов зависит в целом весь успех соревнований. И в этой связи мы предлагаем успешно зарекомендовавший себя в таких случаях "откатанный" традиционный вариант. (Рис. 4/а.)

1	2	3	4	5	6	7	8
В	А	В	А	С			
Ф.И. Чванов Толя		Номер		Штраф		Ф. о. 35.24	
ш.к. N 905		Группа (класс) М-5		15		С. о. 15	
				+2 мин		Р. о. 24.24	

Рис. 3/а

ориентиры. Делается это также заранее, когда уже намечены предварительные очертания будущей трассы. Из этого следует, что одна ситуация на фрагменте является истинной и отражает действительную картину, а две другие носят чисто им-

писать нужную букву в соответствующую клеточку своей карточки. (Рис. 3/а.) В случае, если отметка КП проводится компостером, то карточка участника будет выглядеть примерно следующим образом. (Рис. 3/б.)

кп 1			кп 2			кп 3			
А	В	С	А	В	С	А	В	С	ч.т.г.

Рис. 3/б

За 2 минуты до старта участники на линии предварительного старта проходят регистрацию (наличие карточки, правильность ее заполнения и т.д.). За 1 минуту до старта судья-стартер записывает в карточку время старта для стартующего участника и по команде "Старт" или сигналу свистка участники убегают на дистанцию.

Несколько слов также о работе судей на "Финише". Здесь тоже нет ничего нового, кроме того, что обязательным фактом должно быть наличие судьи, который будет фиксировать и записывать в протокол только номера финиширующих участников, и судьи, который будет собирать после линии "Финиша" карточки участников и складывать (накалывать на штырь) по порядку прихода. (Рис. 4/б.)

В случае большого наплыва финиширующих, а это общераспространенный факт на таких соревнованиях, судьи на "Финише" физически не успевают записывать и номер, и время финиширующих. Поэтому они записывают в протокол финиша только время прихода участников, а затем, при

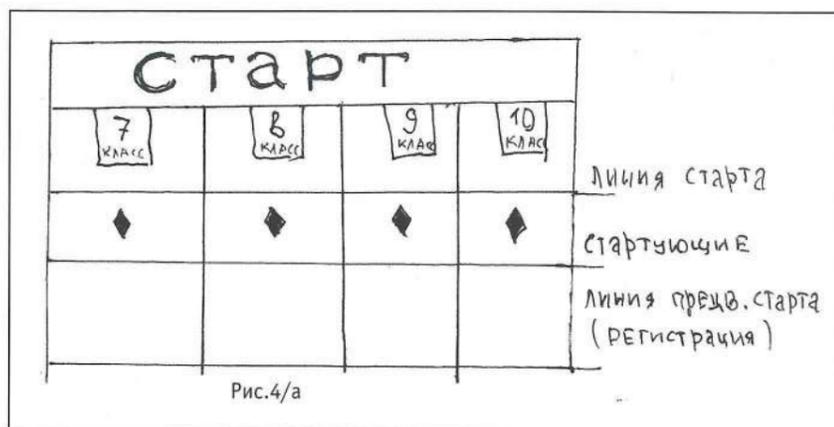


Рис.4/а

ближайшем "просвете", восстанавливают порядок финиша, сопоставляя свои данные с данными судьи по "приходу". Простота и доступность этой формы проведения школьных соревнований натолкнула нас на мысль о проведении по такому же принципу эстафетного ориентиро-

век, который в своей жизни хоть раз сталкивался с проведением детских эстафет, может представить, что творится в таких случаях, особенно, если ребенок вообще первый раз сталкивается с ориентированием, пусть даже в таком примитивном виде.

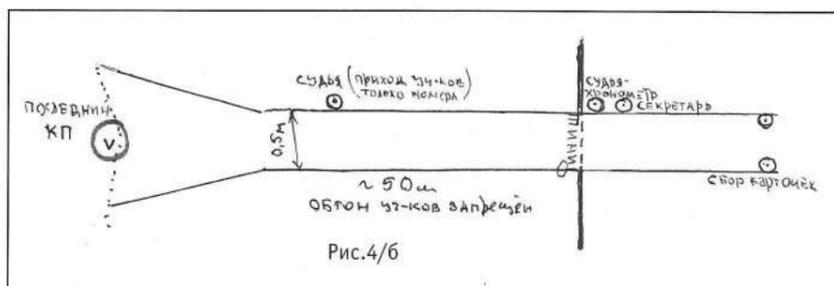


Рис.4/б

вания. Что мы успешно претворили в жизнь на примере учащихся славного Северо-Восточного округа г.Москвы во время летних каникул на озере Селигер. Единственным отличием от вышеизложенного примера, как вы понимаете, было, конечно, то, что перед финишем участники прибывали на пункт оценки (ПО), где во время обязательного прохождения оценочного круга (~50 м) судья в считанные секунды сравнивал карточку участников с эталоном и объявлял "приговор". За каждый неправильный ответ участник получал 1 штрафной круг (~150 м). Чело-

Эта идея и, главное, ее практические результаты так увлекли авторов, что, наверное, было бы грешно не развивать ее дальше. И поэтому в следующий раз, не меняя в целом схемы проведения, было предложено небольшое усовершенствование. Оно отличалось только небольшими изменениями в оборудовании КП и успешно зарекомендовало себя во время проведения туристско-спортивного лагеря в Псковской области. В целях разнообразия, а также удобства участников таблички с фрагментами те-

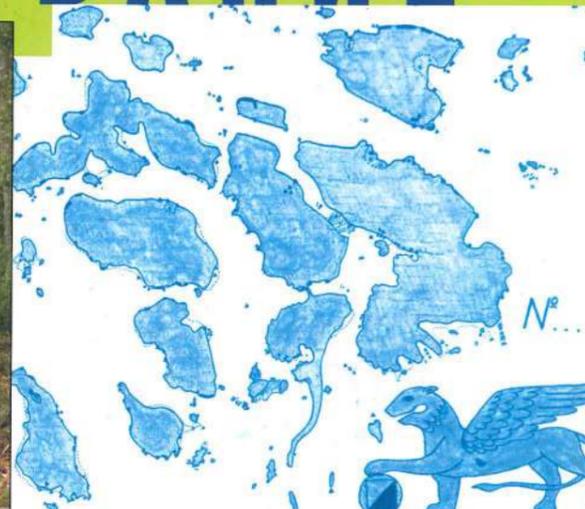
перь представляли собой следующую картину. (Рис. 5.)

Кроме всего прочего, как вы понимаете, на таблички дополнительно наносились настоящее направление Север-Юг, а на фрагменты, которые были приклеены к пенопластовому выступу и свободно вращались в разные стороны, — линии магнитного меридиана, один из которых — истинный, т.е. сориентированный по всем правилам. Задача участника состояла в том, чтобы, не имея при себе компаса, сориентировать фрагменты по линии Север-Юг и, оценив ситуацию, выбрать нужный фрагмент. Для решения этой задачи на 130 участников полевого туристского лагеря (всем известно, какие трудности с картами в Псковской области) нам понадобилось всего 3 старенькие спорткарты, остальное было делом техники.

Таким образом, подводя итоги предложенного варианта проведения детских соревнований по ориентированию, в особенности для тех, кто испытывает определенные трудности в решении этого вопроса, необходимо выделить несколько положительных моментов.

1. БЕЗОПАСНОСТЬ участников обеспечивается за счет проведения соревнований только на маркированной трассе (зима, лето).
2. ПРОСТОТА И ДОСТУПНОСТЬ позволяют на этом уровне привлечь к занятиям больше занимающихся.
3. ДЕШЕВИЗНА и отсутствие дорогостоящих средств дают возможность, не теряя специфики ориентирования, проводить соревнования на любом уровне.
4. ПРОПАГАНДА И АГИТАЦИЯ спортивно-ориентирования, как одна из форм решения детского и семейного досуга. В заключение, можно с уверенностью сказать, что решение таким вот образом поставленных задач поможет процветанию нашего любимого вида спорта и, наверное, его под силу осуществить любому энтузиасту активного образа жизни, любому школьному коллективу в различных уголках нашей необъятной Родины. ▣

ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА БАЙДАРКАХ



Красота природы Карельского перешейка, особенно в период белых ночей, привлекает многочисленных любителей путешествий, в частности, туристов-водников.

23 июня 1997 года в Ленинградской области на озере Вуокса в районе Приозерска и турбазы "Ярково" были проведены первые соревнования по ориентированию на байдарках, организованные создаваемой в Санкт-Петербурге Федерацией водного ориентирования (ФВО). Но история проведения подобных соревнований возвращает нас на 23 года назад, когда 1 и 2 июня 1974 года здесь же на озере Вуокса были проведены первые в СССР соревнования по ориентированию на байдарках. Энтузиасты этого вида ориентирования Анатолий Потаков — мастер спорта по ориентированию на местности, автор карт и начальник дистанций, и Николай Федоров — мастер спорта по туризму, главный судья этих соревнований. В соревнованиях участвовало шесть спортивных клубов Ленинградских предприятий: "Планета", "Прибой", "Волна", ИРГ, ЦКТИ, "Металлический завод", а также личники. Всего 25 экипажей. На рисунке показан один из участков акватории озера Вуокса, который был подготовлен для ориентирования. Сложная береговая линия и конфигурация островов, границы камышей, отдельные камни и скалы позволили поставить интересную дистанцию длиной 12 км с 12 контрольными пунктами (КП). Во второй день проведено ориентирование по выбору. На озере было поставлено более 30 КП, которые оценивались разным количеством баллов в зависимости от удаленности и трудности поиска. Участникам давалось два часа времени, за которое они должны были набрать наибольшее количество баллов.

Общее первое место среди мужских экипажей завоевала команда спортивного

клуба "Планета", а среди смешанных экипажей — коллектив спортклуба "Волна". В следующем 1975 году были проведены вторые соревнования, после чего наступил длительный перерыв. Возрождение наступило через 22 года. В настоящее время, несмотря на трудности становления спорта в России, связанные с новой экономической ситуацией, энтузиазм любителей водных путешествий не угас, что и дало возможность возобновить этот вид ориентирования. Проведенные 23 июня 1997 года соревнования представляли собой ориентирование в заданном направлении. Победителями среди мужских экипажей стали Александр Соколов и Леонид Шельков из АО "Тритон", Санкт-Петербург. Второе место заняли москвичи Александр Козлов и Алексей Огрызков из Центра детского и юношеского туризма Российской Федерации. Среди смешанных экипажей первыми были Елена Дмитриева и Сергей Мосев из

того же АО "Тритон", вторыми — Владимир и Валентина Васильевы из Лыткарино Московской области. Необходимо отметить, что решающую роль в победе двух экипажей из фирмы "Тритон" сыграли байдарки "Свирь" и "Ладога", изготавливаемые этой фирмой для водного слалом и туризма, имеющие прекрасные маневренные и скоростные качества. Соревнования проводятся в начале летнего сезона, поэтому участники могут после соревнований продолжить путешествие по водной системе Вуоксы или шхерам Ладожского озера. Планируется создание Российской федерации водного ориентирования и проведение соревнований на многочисленных озерах Карелии, совмещая эти соревнования с интересными туристскими походами. До встречи, друзья, на трассах ориентирования на байдарках. ▣

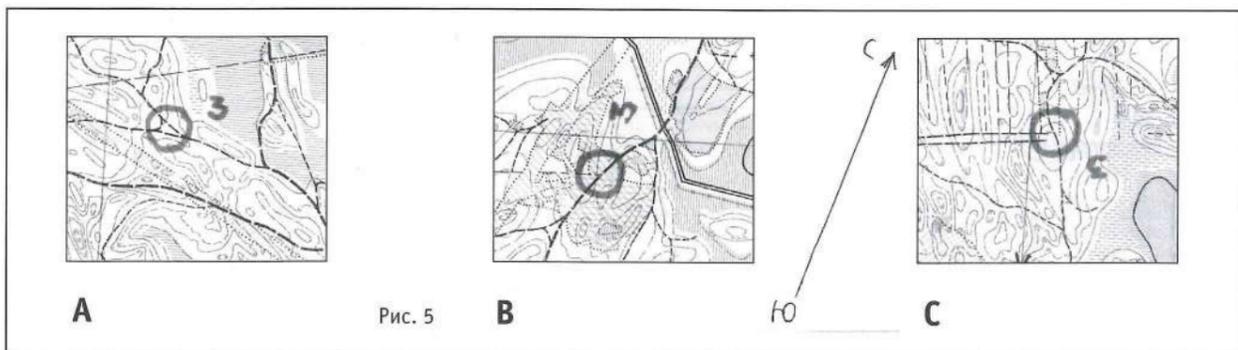
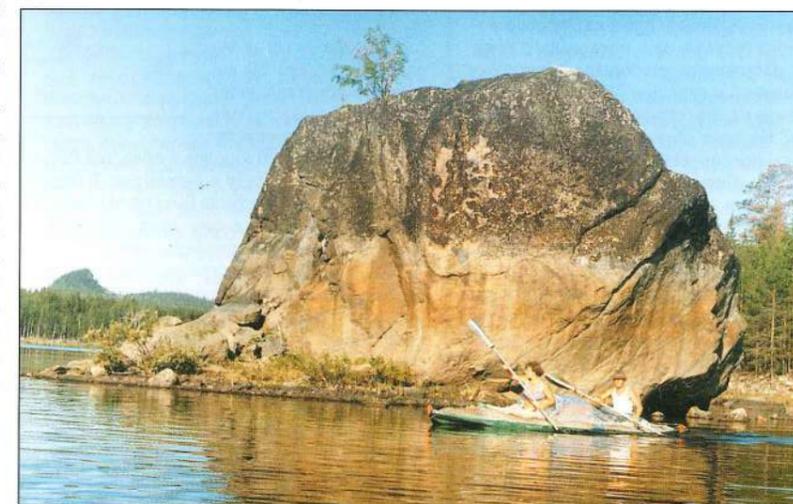


Рис. 5

Первые Всесоюзные соревнования

Ориентированию на территории бывшего СССР исполняется 35 лет. В те времена было принято официально исчислять "возраст" видов спорта со времени проведения Всесоюзных соревнований или Чемпионатов СССР. А наши I Всесоюзные соревнования состоялись в Ужгороде с 11 по 15 октября 1963 года. Хорошо звучало бы: "В эти дни прошел первый всеоюзный форум ориентировщиков", — но это было бы, пожалуй, некоторой натяжкой. Ни спортивного ориентирования, ни спортсменов-ориентировщиков тогда еще не было. Как свидетельствуют документы, были туристские соревнования, или "соревнования по туристскому ориентированию". И состязались на них "опытнейшие из туристов". Участники Всесоюзных соревнований должны были иметь значки "Турист СССР" не ниже II степени, т.е. обладать опытом сложных многодневных походов. Главным документом, предъявляемым при заявке, была "Книжка туриста". И проводил I Всесоюзные соревнования, также, как и десятка следующих, Центральный Совет по туризму. Попал на те соревнования автор этих строк как турист, увлекающийся туристскими соревнованиями. 35 лет назад таких было немало. В те годы клуб туристов "Малахит" был одним из самых активных в Москве. Было множество походов, с 1956 года проводились слеты туристов, куда съезжались сотни участников. На слетах устраивались многочисленные соревнования самого различного характера. На них и зародились малахитское ориентирование и малахитская команда, одна из сильнейших в Москве, постоянный конкурент "Вольного ветра", знаменитой команды тех лет, участниками которой были Мохов, Терлецкий, Калинин, Антонов... Когда стало известно о проведении I Всесоюзных туристских соревнований, Платон Евгеньевич Воронников, один из лидеров малахитского туризма, да и московского тоже, собрал постоянных участников туристских соревнований и спросил: "А почему бы нам не поехать на эти соревнования своей командой? Не хуже других выглядеть будем". Чуть-чуть посомневавшись, все же решили попытаться. Письмо в Центральный Совет физкультуры и спорта было убедительным. Просьба ЦС Фис была удовлетворена Центральным Советом по туризму, мы были включены в число участвующих команд "Москва-3". Началась деятельная подготовка. В состав команды Воронников пригласил бывалых туристов, имевших значительный опыт соревнований по ориентированию: Е.Юшманова, Д.Иванова, Р.Кузьмина, В.Самойлова, З.Самойлову, В.Антоненко и других. И вот мы в Ужгороде. Впечатления самые яркие, запоминающиеся и многочисленные. Первое — невообразимая красота осенней закарпатской природы. Второе — огромное количество съехавшихся



гося народа — сотни человек. Приехало 30 команд, представлявших 13 союзных республик (все, кроме Таджикистана и Туркмении), 10 городов и областей России и, конечно, Москву и Ленинград. В каждой команде должно было быть по пять мужчин и женщин и одному представителю. Приехали судьи, функционеры, начальники. Третье — обстановка строгой секретности. Во всем. Насколько удалены районы соревнований от места размещения? Сколько времени займет дорога? Кто начальники дистанций? Как выглядят карты? Ничего толком участникам не сообщалось. Наш представитель Платон Воронников "подслушал" в кулуарах совещания представителей команд накануне первого дня соревнований разговор двух судей. Первый спрашивает: "Ну, ты завтра едешь?" Второй смотрит ошалевшими глазами: "А это секрет..." Программа этих соревнований удивит со-

временного ориентировщика.

1-й день — ориентирование на маркированной трассе. Да, в те годы летняя маркировка была весьма популярна, даже больше, чем "заданное".

2-й день — ориентирование в заданном направлении, но так называемый "бег патрулей" или соревнования команд из 2 человек. Только расписавшись на старте за выданную им карту, участники впервые получали представление о ней. Масштаб карты 1-го дня (в окрестностях Невицкого замка) был 1:25000, ее оригинал имел масштаб 1:75000. Рельеф на ней был изображен "отмывкой", а рельеф на той местности имелся. Так, на мужской дистанции перепад высот составлял 400 м. Длина ее была 11,8 км с 9 КП. За каждый миллиметр ошибки давался штраф 2 мин. (про "льготные" миллиметры ничего не помню). Быстрее всех, за 1:28.08,



преодолея трассу Родриго Славиньш из Латвии, но, получив 1:24 штрафа(!), был только пятым. А победил эстонец Аруя — он бежал на 3 с лишним минуты дольше Славиньша, но штраф имел "скромнее" — "всего" 54 минуты. Кроме них в первой десятке были Котов из Ленинграда (2-е место), Юшка (3-е место), Монсвиллас и Янушкис из Литвы, Ларионов из Красноярска (4-й), Леви из Киева, армеец Никифоров (ЦСКА выступало вне конкурса). Замыкал десятку Лицис из Латвии, проигравший Аруе почти 41 минуту. Минимальный штраф из всех участников имел Никифоров — 28 минут. Лучшим из москвичей, 14-м, был Лев Станецкий. А ваш покорный слуга "устроился" 17-м с пятым по величине штрафом — 48 минут. У женщин штрафы были поменьше: у двух были даже нули, у остальных, попавших в первую десятку, от 14 до 40 мин. А выиграла соревнования Штаролите из Литвы. Примерно 8-километровую трассу она преодолела за 1:19.37 и получила 14 минут штрафа. Все ее подруги по команде были в "десятке" (Гаусманайте, Кондрашева, Вайните — 2-4 места, Алалите — 8-я). Кроме них в числе сильнейших были Казанцева и Крылова из Казахстана, Смирнова из Киева, Башарина из Ленинграда. Замкнула десятку Еременко из Краснодар, имевшая нулевой штраф, но перемещаясь по дистанции со скоростью около 16 мин/км. Вывод: трасса была такой, что туристы-тихоходы (в том числе российские) заметно потеснили относительно быстроногих прибалтов, которые были куда ближе к спорту. У них был и критерий отбора в команды — III разряд по легкой атлетике (в беге). Кстати, большинству участников-туристов это казалось нонсенсом.

Еще впечатление от 1-го дня: многие из "российских туристов" вышли на старт, обвешанные "снаряжением". Карандаш на ниточке, линейка, транспорт (строить "засечки" на ориентиры), фанерный планшет для карты. Комплект дополнял компас Адрианова, давно забытый в ориентировании. Он обычно крепился на руке ремешком, как часы. Чтобы привести компас в действие, надо было вытянуть фиксатор-арретир и освободить стрелку. У прибалтийских участников в руках был только прозрачный планшет — папка и никаких веревочек на шею. По слухам, видели у некоторых участников известные компасы на шнурочках и без всяких рычажков-фиксаторов. Так как купить в Москве жидкостной компас было практически невозможно, вскоре по возвращении домой москвичи-умельцы (и не только они!) приступили к изготовлению самоделок. Заполняли изготовленные из плекса колбы миграином (очищенным керосином). Главная проблема была — залить этот керосин так, чтобы ни капельки не попало на стенки зали-



вочного отверстия, иначе его было потом не заклеить.

Но вернемся на наши соревнования, на второй день, проходивший в районе дер. Деревновка. Итак, заданное направление, но парами. Отпускать участников в лес поодиночке руководители соревнований не решились. Их, впрочем, можно понять: участники многих команд, особенно из южных республик, имели весьма слабое представление о картах и способах ориентирования по ним. Принималась и еще одна мера безопасности: каждый участник обязан был иметь "аварийный комплект" — средства первой помощи и еще что-то, всего набралось 1-2 кг. Все требуемое участники укладывали в сумочку или котомочку, которые старались удобнее укрепить, кто на спине, кто на поясе. На финише, по сообщенной информации, "аварийный комплект" должны были проверять. Не знаю, как у остальных, у нас проверять не стали (я бежал в паре с В.Самойловым, и были мы в итоговом протоколе 22-ми). Всего в контрольное время — 4 часа — уложилось 43 мужские пары. Длина мужской дистанции была около 14 км, точных данных у меня нет.

Надо сказать, результаты 2-го дня были куда закономернее первого. У мужчин победила пара Кивистик—Тынура (1:42.12), опередив ближайших конкурентов на 22 минуты. Такой же отрезок времени разделил вторую и восьмую пары. Арне Кивистик — бесспорный лидер эстонского, да и не только эстонского, ориентирования тех лет, выдающийся спортсмен, постановщик дистанций, теоретик ориентирования. Уже в конце 60-х годов вряд ли можно было найти в необъятном Союзе ориентировщика, не знавшего фамилии Кивистик. Среди постановщиков дистанций были популярны "10 правил Кивистика". В числе лидеров 2-го дня (в десятке сильнейших) были Лицис и Оступс, Славиньш и Бруцис из Латвии, Янушкис и Юшка из Литвы, Богомолов и Петухов из Свердловска, Огородников и Куликов из Москвы. Эти фамилии много лет мелькали в первых строчках итоговых протоколов крупнейших соревнований. Похожая ситуация и у женщин: большинство обладательниц мест в первой десятке много раз блистали и в дальнейшем. Эстонка Мильян (1-е место в паре с Яанре, 1:13.48); Натра из Латвии (4-е место), в бу-

дущем многократный победитель крупнейших соревнований; Писанова из Куйбышева, в будущем первый российский мастер спорта; легенда ленинградского ориентирования Зоя Пятакова, которая перекроет все рекорды спортивного долголетия, ее подруги по ленинградской команде Филина и Лобынова. Была в десятке и московская пара Владимирова—Волкова. Лариса Владимировна потом еще много лет была лидером московской женской команды.

А что же Москва-3? Выступили вполне достойно, хотя и не так здорово, как в 1-й день. На "маркировке" наши мужчины в командном зачете прорвались на 7-е место, пропустив вперед только Прибалтику, Украину, Красноярск и Ленинград. А во 2-й день в командном зачете Москва-3 выступила ровненько — 12-е место и у мужчин и у женщин. Напомним, участвовало по 30 команд. В итоге — общее 9-е место по сумме двух дней. Но, простите, подумает читатель, зачем в рассказе о I Всесоюзных соревнованиях повествование о "подвигах" примкнувшей к ним малахитской команды? Совсем не для "самовозвеличивания". Хотелось подчеркнуть, что это были действительно туристские соревнования. Ведь в команде "Москва-3", утвердившейся в верхней трети итогового протокола, шесть участников из десяти были ядром группы мастера спорта по туризму Евгения Юшманова, прошедшей с ним и до, и после Ужгорода много сложнейших спортивных туристских маршрутов, двое — участники команды мастера спорта Дмитрия Фоменко, лидера одной из московских школ горного туризма. В других командах — участниках I Всесоюзных соревнований тоже было много туристов, было много и случайных людей. Должно было пройти еще немало лет, чтобы ориентирование стало спортивным. Должны были появиться точные, объективные спортивные карты, сложиться кадры тренеров (в советах по туризму не могло быть по штату должностей тренеров), методика тренировки и воспитания спортсменов-ориентировщиков с юных лет. Одним словом, надо было пройти громадный путь к спорту. И нам хватило 35 лет, чтобы пройти этот путь, притом далеко не в идеальных условиях, подняться к вершинам спортивного мастерства, к признанию в мировой элите ориентирования. ■



Венок славы Александра Невского

Вот уже четыре года в конце апреля в Пскове проводятся соревнования "Венок славы Александра Невского". В этом году в них приняли участие около шестисот спортсменов из 15 городов России и Белоруссии. Мы всегда с удовольствием приезжаем на эти соревнования. И вот почему.

В отличие от многих многодневок, проводимых в России в конце весны, эти соревнования как никакие другие соответствуют высокому уровню решения спортивно-технических задач, так необходимому в подготовке к летнему сезону.

Во-первых, все три дня соревнования проводятся на местности с различным ландшафтом. В первый день (спринт) — дистанции с большим количеством КП и частой

сменой направлений; это заставляет спортсмена не просто бежать, а постоянно ориентироваться, что немаловажно для начала сезона. Соревнования на классической дистанции проводятся на крупном рельефе с разнообразной конфигурацией и проходимость, что позволяет проверить физические и технические возможности спортсмена. А третий день — эстафеты, которые своими динамикой и зрелищностью дают возможность проверить психологическое состояние спортсмена в данный период. Спланированные дистанции интересны, технически сложны и как правило имеют множество вариантов прохождения между контрольными пунктами. Чувствуется, что консультантами технических задач по их планировке являются недавние члены

сборной страны — Алексей и Ирина Никитины, которым хорошо знаком современный уровень спортивного ориентирования. Во-вторых, каждый год организаторы соревнований преподносят участникам приятные сюрпризы. В прошлом году все шестсот участников перед стартом второго дня совершили интересную экскурсию в самую западную крепость древней Руси — Изборск. В этом году перед стартом второго дня участники ездили на экскурсию к памятнику Александра Невского, расположенному на окраине города на горе Соколиха. На фоне прекрасного пейзажа и подножия своеобразного памятника состоялось награждение победителей первого дня соревнований. Победители и призеры получили оригинальные медали с надписью "Святой



Награждение производит
параолимпийский чемпион 1998 С.Шилов

благочестивый князь Александр Невский". В-третьих, организаторы соревнований предоставили участникам все условия для их успешного выступления — транспорт, проживание, медали, призы, карты, дистанции, судейство — и все это бесплатно. И, конечно, как всегда не подвела погода. Следует сказать и о супероригинальных сюрпризах, подготовленных спонсорами соревнований. В первый день соревнований каждый участник на финише получал по

большому банану от ОАО "Псковхлеб", а во второй — по апельсину от ОАО "Псковхимлегмаш". В заключительный день стартов всем были вручены вымпелы в качестве приглашения на следующий год. Все три дня участники, пересекая финишную ленточку, становились одновременно и обладателями бутылки напитка "Макс" от ОАО "Гарант".

В общем, участники остались очень довольны организацией этих соревнований, в подготовке которых большую организаторскую

работу проделали облспорткомитет, спортивный клуб ориентирования "Русь" и, конечно, семья Никитиных во главе с уважаемым Валентином Алексеевичем. Свои помещения для спортсменов бесплатно предоставили СДЮШОР по футболу "Стрела", лыжная база "Сосеночка" и даже Псковская десантная дивизия.

Несмотря на недорогие призы, мы обязательно приедем на следующий год на эти увлекательные добрые соревнования. Что сделать советуем и вам! 



Семья Никитиных.
Организаторы и участники всех
соревнований в Пскове

Награждение у памятника А.Невскому



ОТ ШКОЛЬНОГО ДВОРА К ЧЕМПИОНАТУ МИРА

Завеса секретности пала

Вот мы и дожили до самой большой революции в ориентировании — на рубеже столетия бега с картой и компасом все КП открыты для обзора хоть для телеоператора, хоть для бабушки-пенсионерки, хоть для первоклассника. А были времена суровые, и, похоже, они еще долго останутся в нашей библии — правилах соревнований. В свое время инструктор ЦСДСО "Зенит", отвечающий за ориентирование и впервые посетивший роковое в своей биографии КП, был после доклада начальству уволен. Провинность его была мизерная. Он по маркировке дошел до финишного КП и помахал своим ручкой. Своими были известны в свое время спортсмены Галина Зеленова из Свердловска и москвич Михаил Архипов, они заканчивали эстафету. Михаил Аврутис из ЦСДСО "Авангард" (Украина) вовремя подсуетился, и наших сняли. Женскому горю не было конца. Дело в том, что впервые российская команда отнесла одну из прибалтийских и завоевала призовое место. Опубликованные здесь карты и снимки красноречиво доказывают, что революция в разгаре, а физкультурные работники могут спать спокойно.

История вопроса

Так кто же затеял эту революцию? Мирные "большевики" — группа спортсменов мировой элиты, возглавляемая известным шведским спортивным менеджером. Инициативную группу поддержала крупнейшая в Европе телекоммуникационная корпорация "Ericsson", и не только морально. Эта корпорация достаточно известна на российском рынке своими проектами и мобильными телефонами.

Пробные соревнования прошли в 1995 году. Они показали заманчивые перспективы выхода "в люди" бегунов с картой и компасом. Телерадиокомпания приняла ориентирование как экзотический и динамичный вид спорта. Появились тысячи зрителей, ими заинтересовались рекламодатели. Естественно, стал увеличиваться и призовой фонд. Как всегда новшество быстро прогрессировало в странах Скандинавии. Из стран Восточной Европы парковые туры подхватила Чехия.

1996 год стал официальным годом рождения паркового ориентирования, получив название Park World Tour (PWT). В этом же году стал разыгрываться Кубок PWT, прошедший в четыре этапа.

В 1997 году Кубок состоял уже из 8 этапов, появились и новые страны: Австрия, Венгрия, Италия, а в 1998 году этапов стало уже 10. Характерно, что четыре были отданы Китаю (2 Гонконгу и 2 собственно Китаю), где ориентирование находится в начале развития. Геополитики размещения этапов не так просты, как кажутся, они еще раз демонстрируют различные решения. Ведь ФСО Китая легче и дешевле организовать парк-тур и зрелищно продемонстрировать, что такое компас и карта, а потом двигать паровоз развития дальше, набирая скорость. Уже расписан 1999 год, имеется проект Кубка 2000 года. Если дело пойдет такими темпами, то не за горами Чемпионат Мира по парковому ориентированию, а там, глядишь, и на Олимпиаду начнут пробиваться!

Диковина ли парк-туры для России?

Уверен, что любой тренер, педагог-организатор, руководитель кружка знаком с городскими парками и лесопарками. Кто из них не проводил там тренировки и соревнования. Примеров тысяча. Да вряд ли найдется спортсмен, который не стартовал бы в российских парках, начиная от чемпиона мира Ивана Кузьмина и кончая нынешними школьниками. Я сейчас и не вспомню всех первопроходцев этого полезного дела. Вот уже 29 лет подряд Борис Иванович Огородников проводит свой семейный старт на призы ТВ, причем только в парках и лесопарках столицы. И экзотические КП, которые сейчас появились в мировых парк-турах, у нас давно были. В идеальном пар-

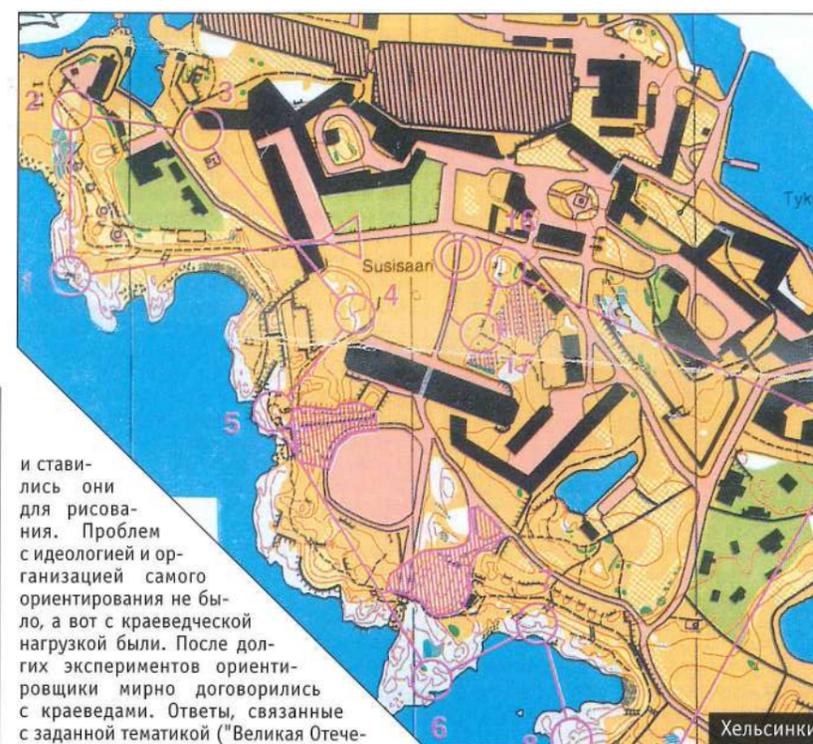
ке — на ВДНХ — КП стоял прямо у космической ракеты. Да и в Лужниках были всенародные КП. На заре соревнований на призы ТВ была устроена телепередача городов, и все старты проходили в парках. В Санкт-Петербурге все парки огромного города и лесопарки зеленой зоны имеют спорткарты. Челябинск, Екатеринбург, Пермь, Владивосток, волжские города, да и не только они, имеют уникальные парки и по рельефу, и по размерам, и по насыщенности ориентирами, и по расположению (прямо в центре города). Все они просто созданы для спортивно-демонстрационных стартов. Могу смело утверждать, что соревнования в парках для нас не диковина. Но парки парками, а вот старты внутри городских районов, прямо по улицам города или в примыкающих к паркам микрорайонах у нас не так и часты.

"С компасом по городу"

Так называлась моя методическая статья в журнале "Физкультура в школе" (изд. "Педагогика", № 5, 1988 г.), где был обобщен четырехлетний опыт проведения соревнований по городскому ориентированию в Архангельске.

Разновидности аналогичных стартов существовали в свое время на Урале (Серов, Н.Тагил). Сейчас это собираются делать в Москве (организаторы П.Бурба—Н.Рощина), в Ростове Великом (Н.Тарарушкин), может быть, и где-то еще, точных сведений пока нет. Все эти соревнования наряду с приобретением участниками навыков ориентирования носят познавательно-тематический характер: "Экскурсия по городу", "Знай свой город", "Спорт и я" — названия этих соревнований говорят сами за себя. Они совсем не похожи на нынешние, но и в те годы привлекали СМИ и зрителей.

В Архангельске применялась так называемая "слепая карта". Со схемы города снимались названия улиц. Указывались только площадь, улица или номер школы, где располагался центр соревнований. Команды школ состояли из пяти человек, проводник — член школьной дружины ГАИ в оранжевом жилете и с жезлом. Контрольными пунктами служили памятники и мемориальные доски, где стоял контролер с компасом. Команды могли пользоваться любым транспортом, кроме легковых машин. На "слепой карте" КП памятники изображались традиционными кружками и имели цену в очках. Это были типичные соревнования "по выбору", со всеми законами этого жанра. Но со старта команды должны были взять "обязательное КП", их было 4—5,



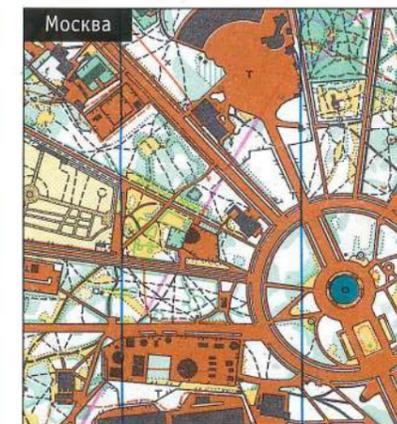
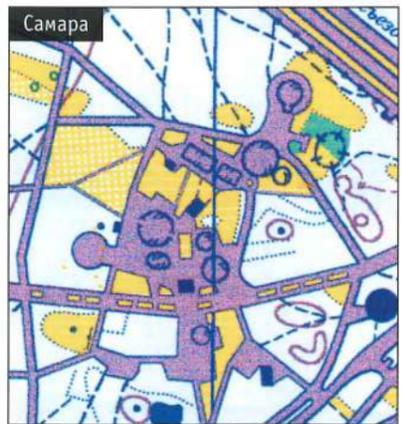
и ставились они для рисования. Проблем с идеологией и организацией самого ориентирования не было, а вот с краеведческой нагрузкой были. После долгих экспериментов ориентировщики мирно договорились с краеведами. Ответы, связанные с заданной тематикой ("Великая Отечественная", "Михайло Ломоносов", "400 лет Архангельску", "300 лет русскому флоту" и т.п.), должны были носить характер "да-нет" и принимались прямо на КП. Очки в ориентировании и в краеведении сбалансировали, и споры затихли. Громоздкие викторины отпали, команды получали результат, пересекая финишную черту. Но на это решение ушло 3—4 года.

Известная в ориентировании супружеская пара москвичей Павел Бурба—Надежда Рощина пошла по пути разыскивания спортивных объектов с помощью карты-схемы и фотографий этих объектов. Причем карта-схема содержит не только названия улиц, но и номера домов. Определены даты и время посещения объектов, именно тогда там есть контролеры. Есть еще спортивная викторина. Естественно, введена очковая система. Красочно изданная брошюра выдается заранее и сдается контролерам. Я не завижусь инициативным супругам — им предстоит потратить немалое количество времени для подсчета очков. Потом для 100 лучших еще будет финал и награждение. В любом случае они молодцы. Вообще это конкурс, посвященный Всемирным юношес-

ким играм-98, а не состязание в традиционном понятии. Директор станции туристов древнего русского города Ростова Великого Н.М.Тарарушкин разработал и осуществил уникальную систему обучения навыкам ориентирования, через которую проходят все школьники города по методике "город, парк, лес". А соседи из Переславля-Залесского пошли еще дальше, нарисовали (сам С.Сибилев) и издали цветные карты школьных дворов, где проводят не только обучение, но и соревнования.

Анатомия (технология) процесса

А теперь спустимся на землю и посмотрим, что мы имеем сегодня, какой опыт накоплен у спортсменов и у организаторов. Со спортсменами все ясно. Выступление нашей элиты носит эпизодический характер, хотя принимающая сторона оплачивает полный пансион и стартовый взнос. В.Новиков делится своими впечатлениями, а его соперник Ю.Омельченко, чемпион мира из Черновцов, один из ведущих скоростников мировой элиты, достаточно ярко рассказы-





вает, как он стартует в WPT. Тем более, что он борется за место под солнцем на большинстве этапов Кубка WPT. Организаторы пока делают первые робкие попытки, это и понятно. Никакого опыта, дело новое, но, как у нас говорят, "прорвемся". Под таким девизом молодая волна московских спортсменов во главе с Константином Володиным объявила и проводит "Кубок парков Москвы-98" (восемь этапов). Набирают опыт, набивают шишки, но все равно идут вперед.

В Новороссийске КСО "Малая Земля" (пред. Б.Борисов), стараниями С.Добрына, проводит старты ГПТУ-36 в зонах, имеющих сады и островки леса, расположенных в жилых микрорайонах. Повезло новороссийцам, именно такие участки местности очень подходят под парковое (так и хочется сказать — городское) ориентирование. Пока это все, чем мы располагаем. Но надеюсь, что осенью мы будем завалены информацией о парк-турах.

Уже в 1997 году наши украинские коллеги начали возрождение парков. Молодые московские спортсмены (рук. Ганжа) побывали в Алуште и любезно предоставили нам карту. Она очень характерна для малых городов России: частный сектор с садами и огородами вперемежку с многоэтажными постройками — идеальное место для проведения парк-тура. Тут и город, и лес, и рельеф, и даже море!

И все же в крупных городах можно найти подходящие парки, а что же делать малым городам, которых в России тысячи. Ведь у них нет ВДНХ и Лужников. Но всегда есть хотя бы одно футбольное поле или так называемое спортивное ядро. Там проходит вся физкультурно-спортивная работа, туда приходят отдыхать. Именно там проходят праздники и футбольные поединки. Это ядро и надо использовать для спортивно-демонстрационного паркового, вернее городского, ориентирования. Здесь всплывает извечный вопрос — карты. На мой взгляд, эту проблему можно решить на местном

уровне, не прибегая к приглашению профессионалов и не выходя на большие затраты. Хранители геопланов, георайотделы строительства и архитектуры, земельные комитеты и другие организации обладают "золотым фондом" для парковых стартов. Геопланы масштабов 1:5000—1:500, в 1 см — 5 метров. На них есть все столбы, колодцы и даже каждое дерево. Так что планы вам в руки, и в путь!

Выходите в парки, лесопарки, зоны отдыха, микрорайоны, проведите упорным методом обхода дешифрирование. Приготовьте оригинал в условных знаках спорткарта, не забудьте нанести их на поле карты, и в типографию. Привязывать парковые старты надо к общим праздникам и торжествам, юбилеям, дню города, дню физкультурника и т.д. В крупных городах в парках есть лица, отвечающие за спортивно-физкультурную работу, необходимо найти с ними контакт, как это делают москвичи при подготовке соревнований на призы ТВ.

Несколько слов о технологическом процессе. Карта шведского города Лаха хорошо демонстрирует возможности парк-тура, особенно применение масштабов, да и зоопарк для нас учеба. Правильно ставит вопрос В.Новиков о тренировочных полигонах. Похоже, что надо из общей площади подготовленной карты выделить небольшой участок, а спортсмены просмотрят этот полигон прямо перед стартом — прекрасная разминка.

Готовых рекомендаций, естественно, дать

невозможно, все зависит от местности и карты. И все же... Хотим мы этого или нет, но обязаны выйти к людям (отдыхающим, прохожим, болельщикам), иначе братья за это — пустое дело. Мы приходим в парк проводить соревнования и прячемся подальше от толпы, растягиваем тряпочный выцветший финиш и проводим для себя состязания интеллектуалов. В парк-турах все наоборот — мы выходим в культурную часть парка, ставим экзотические КП, добиваемся громкоговорящей связи и начинаем интеллектуальные скачки по КП. Иначе и не назовешь. В.Новиков и Ю.Омельченко рассказали это достаточно эмоционально.

Публичные выступления потребуют от спортсменов перестройки психологии лесного человека. Здесь все на виду, как на ладони, тем, кто никогда не выступал на стадионе или не участвовал в пробегах по улицам городов, будет очень тяжело. У тренеров возникнут проблемы при подготовке детей к эмоциональным нагрузкам.

Но если мы хотим выйти в люди, то игра стоит свеч. Как положительную сторону необходимо отметить экономический эффект. Отсутствуют транспортные расходы спортсменов, никто не думает об организации питания, палаточных лагерей и т.д.

Будем надеяться, что в парки придет ТВ, за ним реклама, а с ней и рекламодатели-спонсоры. Наконец-то будут зрители. Расслабляться организаторам никак нельзя. Они должны проявить свои способности в поисках взаимовыгодных контактов с рекламодателями, искать пути партнерства, а не кланчить деньги. И если адаптация спортсменов к парковым стартам зависит от них и от тренеров, то организаторы должны четко себе представлять, что это такое.

Как установить знак КП в брусчатку или асфальт, как уберечь его от наших вандалов, как обезопасить спортсменов от собак, где взять армию контролеров, как распечатать всем болельщикам протоколы, как организовать информацию, особенно слуховую, при отсутствии в нашем виде спорта комментаторов. Как сохранить газоны, как облегчить отметки на КП (электронных карточек пока у нас нет), как быстро проверить отметку, как, как, как... Сплошные вопросы. Что делать с терминами: "сотрудничество", "лидерование"? Забыть напрочь и не вспоминать? Как все же построить интересные дистанции?

Позволю себе высказать личные соображения по этому поводу. На мой взгляд, к паркам подошло бы опробованное не раз планирование методом "ромашки", т.е. несколько желательных равноценных лепестков-петель, в идеале четыре:

- а) сразу четыре спортсмена стартуют, каждый на свою петлю (А, Б, В, Г) — уменьшается время старта, происходит рассеивание;
- б) каждый в сумме проходит все четыре петли;
- в) трижды спортсмен появляется в центре на зрителях и на ПВК, чтобы сменить карту — главный принцип паркового ориентирования;
- г) динамика нарастает, так как видно лидеров и аутсайдеров;
- д) на освобождаемую петлю запускается следующая группа спортсменов;
- е) если это эстафетный вариант, то на последнем этапе стартуют тренеры — ажиотаж обеспечен.

Естественно, будет множество вариантов, горячих споров и дискуссий, но сама идея соревнований в парках, городах, лесопар-

ках встречается "на ура". Где бы я ни был, с кем бы я ни разговаривал по этому поводу, в том числе и с бизнесменами, у собеседников загораются глаза. А это значит, что зерно упало на благодатную почву. Будем надеяться на скорый урожай. Надеюсь, в октябре на Всероссийском совещании-семинаре мы сможем обменяться мнением о парковых стартах 1998 года. Тем более, что результаты первого Чемпионата России по парковому ориентированию (парк города Владимира) уже будут известны. Если нужен лозунг, он в заголовке — отдаю бесплатно. 



PWT 2000 и 2001

1998 год — это специфический год для Всемирного паркового тура. За последние два года в его рамках прошло много больших и волнующих соревнований. Сейчас ориентировщики осваивают Азию, и тур уже насчитывает 10 этапов. Лучшие мировые ориентировщики, мужчины и женщины, приглашенные на тур, борются за победы и медали.

Хотите пригласить Мировой парковый тур в свой город?

Может быть, вы сами, ваш клуб или ваша национальная федерация уже думали о том, чтобы пригласить Мировой парковый тур в свою страну. Помните, что выбор мест для PWT 2000 и 2001 будет сделан уже этой осенью.

Готовы ли вы выполнить критерии регламента Мирового паркового тура? Можете ли организовать расселение и питание для 65 человек на два дня и две ночи? Можете ли вы гарантировать 50 тыс. шведских крон на призовой фонд для спортсменов?

Если на эти три вопроса вы ответили "Да", то вы готовы для участия в соревнованиях 2000 и 2001 гг. Последний срок для принятия решения — 30 октября 1998 года.

Необходима следующая информация:

1. Организатор (клуб/федерация)
2. Центр соревнований и город
3. Персона для контактов (имя, адрес, телефон, факс и E-mail)
4. Директор соревнований
5. Программа соревнований
6. Пресс-секретарь
7. Дата соревнований
8. Пройдут ли соревнования в кооперации с другими спортивными событиями или нет
9. Тип "местности"
10. Место размещения
11. Ближайший международный аэропорт (возможности доставки)
12. Особенности сервиса спонсоров, хозяев города
13. Возможности для телевизионного обзора и других средств массовой информации.
14. Не забудьте приложить спортивную карту, карту города и расписание соревнований

Технические детали.

- * Результаты всех 10 этапов идут в зачет тура.
- * 15 лучших спортсменов получают очки: 1 место = 25 очков, 2 = 20, 3 = 17, 4 = 15, 5 = 13, 6 = 11, 7 = 9, 8 = 8, 9 = 7, 10 = 6, 11 = 5, 12 = 4, 13 = 3, 14 = 2, 15 = 1.
- * В каждом этапе участвуют 25 мужчин и 25 женщин.
- * Стартовый интервал — одна минута.
- * Время победителей: мужчины — 12 минут, женщины — 15 минут.
- * Все этапы проводятся в городских условиях, в центрах городов и/или в парках массового отдыха.

Организаторы.

PWT организован официально зарегистрированной фирмой (Foreningen Park World Tour r.f.) под эгидой IOF. Каждое соревнование готовится клубом ориентирования по согласованию с национальной федерацией ориентирования или самой национальной федерацией ориентирования.

Идеи и цели.

Идеи и цели PWT состоят в увеличении интереса к ориентированию и повышении известности IOF, особенно через СМИ, привлечении новых групп спортсменов, развитии ориентирования в новых странах.

Финансовые условия 1998 года.

Каждый спортсмен, приглашенный на этап PWT, обеспечивается бесплатным проживанием и питанием в течение двух дней соревнований.

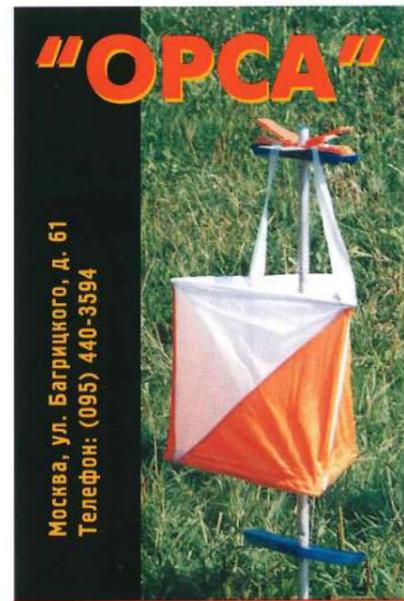
Денежные призы десяти лучшим на каждом этапе.

1 место — 7500 шведских крон, 2 — 5000, 3 — 2500, 4 — 1500, 5 — 1000, 6 — 500, 7 — 500, 8 — 500, 9 — 500, 10 — 500.

Всего призовой фонд на все этапы составляет 400 000 шведских крон.

По итогам года 15 лучших получают денежные призы в размере: 1 — 60 000 шведских крон, 2 — 30 000, 3 — 20 000, 4 — 15 000, 5 — 10 000, 6 — 8000, 7 — 6000, 8 — 4000, 9 — 3000, 10 — 3000, 11 — 3000, 12 — 3000, 13 — 3000, 14 — 3000, 15 — 3000. Суммарный призовой фонд — 350 000 шведских крон.

Федерация спортивного ориентирования России готова рассмотреть предложения от возможных организаторов, готовых выполнить эти условия.



Москва, ул. Багрицкого, д. 61
Телефон: (095) 440-3594

**ПРОИЗВОДСТВО
И РЕАЛИЗАЦИЯ
ИНВЕНТАРЯ
ДЛЯ
СПОРТИВНОГО
ОРИЕНТИРОВАНИЯ**



Полеты во сне и наяву

Кто же не знает Сергея Курагина из Дзержинска. Чуть ли не на всех российских многодневках его старенькая машина, превратившись в спортларек, обеспечивает бегунов с картой и компасом костюмами собственного пошива и другой атрибутикой.

А когда Сергей куда-нибудь отлучается, его заменяет двенадцатилетняя дочь с подружкой, хранительницы походного очага. Сережа у нас хороший человек, не пьет, не курит, ведет образцовый образ жизни, ест по системе раздельного питания. Но мало кто знает, что он еще ИКАР?! Да, да, парит в небе! Он ищет любую возможность, чтобы полетать на паратране, а главное, чтобы ото-

рваться от грешной земли и посмотреть на всех нас сверху. Пробегал дистанцию, поел, поработал коробейником и на гору. Так было на Чемпионате ветеранов в Тольятти, где Сережа парил над Волгой, оторвавшись от Молодецкого кургана. Того самого, где когда-то стоял народный разбойник Степан Разин. Так было и на Кавказе, после стартов "Альтроса".

Не всегда полеты заканчиваются удачно, болячек хватает. Но заболевание небом — хроническое, да Сережа и не стремится от него избавиться, скорее наоборот.

Следующий сезон мы увидим его уже на дельтоплане!

Удачных тебе полетов и... стартов. Г.Шур

РОБИН ГУДКИ С КОМПАСАМИ

Какие-то Робин Гудки, придумают же. Робин Гуда знаем. Без колчана со стрелами, натянутой тетивы и лука представить его невозможно, но какое это имеет отношение к ориентированию, да еще особы какие-то женского пола?

Ну, а теперь рассказ о том, что произошло летом 1997 года в Бразилии.

"WORLD NATUR GAMES" — эти загадочные слова таили в себе необычные и очень оригинальные состязания. Бег с картой, компасом... колчаном стрел и луком. Ничего себе нагрузили.

Вот что рассказала чемпионка Мира по стрельбе из лука, участница двух олимпиад, Татьяна Мунтян: "Мы, как те черепашки, — все свое несли с собой. Слава Богу, в джунгли не загнули. Ориентирование было несложное, но надо было учитывать, что все мы впервые взяли в руки карту и компас. Я успела сделать всего пять тренировок в моих родных Черновцах. И очень благодарна черновицким профи, которые меня учили. Карты были точные, устроители понимали, что все же мы лучники, а не ориентировщики. Были даже некоторые этапы маркиро-

ванные, а у ориентиров были надписи типа "лес", "поляна" и т.п. Бежали в основном по полям и дорожкам, и даже был один старт в парке, где мы носились по кварталам города и стреляли с подоконников или с церковных колоколен. Привычных стрельбищ не было. Было несколько оборудованных, но в основном мы стреляли на всяких естественных сооружениях и даже по бегущим мишеням. Луки выдавали на старте, без привычных и отлаженных визиров. Так что, отправляясь на дистанции, мы были настоящими Робин Гудками. Всего было 50 участников, из них 15 женщин. Но обошлись с нами не по-джентльменски — соревновались все вместе. И хотя я выиграла, призовой фонд ушел сильному полу.

Организаторы обещали в 2001 году разделить спортсменов по традиционному принципу — будем надеяться. Особо мы не обиделись, так как организаторы оплатили нам все: от самолета до шведского стола. Как вы понимаете, Бразилия от Украины очень далека, и расходы были немалые.

Жребий развел нас в три группы, по шести разным дистанциям (кстати, бежали и стре-

ляли по две в день), но в итоге каждый пробежал их все. Своеобразный биатлон и многоборье. Я за 100—150 метров до рубежа переходила на ходьбу, иначе на стрельбе можно было все растерять. У нас из бегового времени вычитали за меткость в стрельбе из лука, т.е. за попадание в десятку — две минуты, менее десятки — меньше и т.д. В итоге выигрывал тот, кто имел наименьшую сумму времени на всех дистанциях. Я на шести дистанциях, минус стрельба, затратила 1 час 40 мин.

Кроме нас состязались спортсмены еще в четырех комбинированных экзотических сочетаниях. Был общий праздник — своеобразное приключение "Кэмел трофи". Все было отлично организовано, состязание широко освещало ТВ и СМИ. Остались адреса и незабываемые впечатления.

Кстати, раньше я думала, что ориентирование — это контакт с природой, лесом, экзотика, чистая экология... Но сейчас, естественно, поняла, насколько это интересный, серьезный и многогранный вид спорта".

По материалам Черновицкого журнала "МИДИНО"

СЕРАФИМЫЧ

Славна земля Нижегородская ориентированием: и спортсменами, и тренерами, и судьями, но не только. Сильна она еще своими новинками и всякими придумками.

Так было и на юбилее известного в России преподавателя и тренера В.С.Хлудова, а в народе просто "Серафимыча". В гости к шефу народу привалило столько, что предполагаемое юбилейное застолье решили превратить в спортивно-оздоровительное шоу.

Воспитанники Серафимыча, как в былые го-

ды, провели фирменную разминку шефа, баскетбол и... эстафету по карте, да еще с "фарстом".

Были призмочки, легенды, карточки и даже карты масштаба 1:150! Все как будто бы готовилось для лилипутов. На деле же все габариты соответствовали размеру спортзала, а семь команд, где были и известные асы магнитной стрелки, бились за призы. Две команды даже были дисквалифицированы! Необычными оказались и технические условия. Каждый должен был пробежать два этапа с шестью КП. Для точек КП были ис-

пользованы подоконники, двери, шведские стенки, концы матов и скамеек. Но самым оригинальным был "лесной массив". Передвигаться можно было только за пределами баскетбольной площадки, а если по площадке, то лишь по матам и скамейкам, имитирующим варианты движения от КП до КП. Ну, а далее по программе: банкет в спорткомплексе университета, тусовка старых друзей и гимн в честь Серафимыча. Устроителями этого увлекательного шоу были известные в России мастера спорта Ольга и Александр Кротовы.

Тренер мамы и бабушки Валентины Кротовой в 60-е гг.
Г.Шур (по материалам сборника "Нижегородское ориентирование")

Елаховскому Станиславу Борисовичу 70 лет



Уважаемый Станислав Борисович!

Вам 70, это вдвое больше, чем возраст спортивного ориентирования в нашей стране.

Вы — пример сочетания мудрости ветерана и юношеской увлеченности, пронесенной через многие, многие годы.

Трудно найти другого автора, перу которого принадлежало бы столько изданий по ориентированию от художественных до методических, которыми пользуются уже несколько поколений. Достаточно вспомнить начало семидесятых годов, когда появилась Ваша книга "Бег к невидимой цели".

Ваши заслуги в пропаганде ориентирования трудно переоценить, особенно в развитии нашего национального вида — ориентирования на маркированной трассе.

Вы и люди Вашего поколения принесли в ориентирование системный подход, глубокий анализ, четкие количественные и качественные оценки.

С Вашей упорной, многолетней работой связан выход Российского лыжного ориентирования на высокий международный уровень.

Для Вас характерны высокая принципиальность и обостренное чувство справедливости.

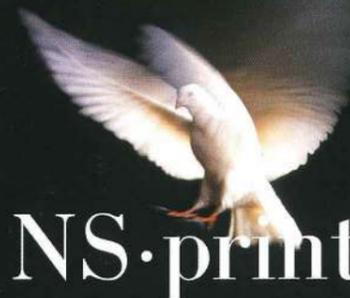
Желаем Вам, Станислав Борисович, здоровья, неуязвимого спортивного долголетия, а главное, чтобы Ваш уникальный опыт и знания спортсмена, судьи, писателя, организатора, тренера всегда были нужны людям, всегда были востребованы!

Лыжная комиссия ФСО России
Получено по факсу из СК "Кедр", г.Новоуральск
20 мая 1998 года



Фото из архива Е.Грановского, 1973 г.

**ПОЛИГРАФИЧЕСКАЯ
ФИРМА**



Деловая полиграфия:
бланки, конверты, папки,
визитки, наклейки,
нашивки, дисконтные
карты.

Полиграфия

высокого качества:
буклеты, журналы,
каталоги, проспекты,
плакаты, календари,
открытки.

**Послепечатные
работы:**
тиснение фольгой,
конгрев, вырубка,
биговка,
фальцовка,
брошюровка.

Наружная реклама

Сувенирная продукция

**Допечатная
подготовка:**
Оригинальный
дизайн
Фирменный стиль
Сканирование
Верстка
Цветоделение



Тел./факс: (095) **196-7889**,
пейджер 961-**3333** аб. 50688

ПРИГЛАШЕНИЕ

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ ЦЕНТРА РОССИИ
НА УДЛИНЕННЫХ ДИСТАНЦИЯХ**

18.09 Заезд участников—19.09 Удлиненная дистанция—20.09 Отъезд

Контактный адрес:

241001 Брянск, пер.Пилотов, д.4, кв.67, Евсук Людмила Георгиевна
тел. (0832) 417542

**Одновременно с 17 по 20.09 будет проводиться XIV
мемориал А.И.Виноградова, участники которого
получат значительную скидку по стартовому взносу.**

Организационный комитет, спортивная общественность и все любители спорта Брянской области будут рады видеть участников и гостей первого регионального чемпионата центра России на удлиненных дистанциях. Конечно, Брянск пока нельзя назвать меккой ориентирования, но природные условия для развития вида спорта здесь прекрасные. Добро пожаловать в брянские леса, где можно будет побороться за звания и титулы и просто отдохнуть. Участников ждет высокий берег реки Десна с перепадами высоты до 75 метров на склоне, смешанный лес и конечно же интересные дистанции и точные карты, подготовленные Валерием Малащенко.

Оргкомитет



Уважаемые читатели!

**В нашем журнале открывается новая рубрика
"ПРЕЗЕНТАЦИЯ"**

В ней мы будем знакомить вас с новыми центрами спортивного ориентирования, новыми спортивными картами и картами на уникальные и просто интересные участки местности. Мы приглашаем к сотрудничеству всех составителей спортивных карт и организаторов соревнований. Представленный в редакцию картографический материал может быть опубликован по обоюдному согласию как до, так и после проведения первых соревнований.

Для оформления рубрики просим по возможности представлять в редакцию:

- карты или электронную версию карт,
 - фотографии составителей карт, организаторов работ по их подготовке, меценатов и спонсоров,
 - краткий обзор истории создания карты,
 - краткую информацию о коллективе создателей карт,
 - фотографии местности и пейзажи, фотографии мест размещения и возможных полевых лагерей,
 - фрагменты использованных картослов и аэрофотоснимков.
- Фотографии должны быть цветными, не менее чем 10 x 15 см, все иллюстрации сопровождаются краткими комментариями.

ROSSIGNOL



ПРЕДСТАВИТЕЛЬ В РОССИИ :
ЗАО «Красная Гора - Спорт»,
103051 Москва, ул. Неглинная, 29/14
Тел. (095)200-4683/3635/1027,
факс: (095)200-2028,
E-mail : kgora@moscow.portal.ru,
http : \ www.rossignol.ru
Филиал в Санкт-Петербурге:
т./факс (812) 2305374,
Филиал в Новосибирске:
тел. (3832) 360621

МОСКВА:
«КАНТ» тел. (095) 1117530, 4631163;
«ЦЕЗАРЬ» тел. (095) 1513162;
«СПОРТ-МАРКЕТ» тел. (095) 2790717;
«ЭРЦОГ» тел. (095) 2905513;
«ЭКСТРИМ-СПОРТ» тел. (095) 9237918;
«КОРИЗА» тел. (095) 3955134, 3902759;
«АЛЬПИНДУСТРИЯ» тел. (095) 1659081;
«СПОРТТОРГОВЬЕДИНЕНИЕ»
тел. (095) 9035011, 4010461;
ЕКАТЕРИНБУРГ:
«ДАЙВКЛУБ» тел. (3432) 468867, 478482,
«МАНАРАГА» тел. (3432) 749016;
ТОМСК:
«ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР» тел. (3822) 415398, 722327;
ИРКУТСК:
«АЛЬПИНДУСТРИЯ - БАЙКАЛ» тел. (3952) 277979;
Н. НОВГОРОД:
«ДЮСШ №5» тел. (8312) 651990;
ПЕТРОПАВЛОВСК-КАМЧАТСКИЙ:
«КАМЧАТКА-СЕРФ» тел. (41500) 59277;
БАРНАУЛ:
«САБИНА» тел.(3852) 750949;
КРАСНОЯРСК:
«ГРОТ» тел. (3912) 231796, 231867;
МИНСК:
«ТОП-СПОРТ» тел. (017) 2237388;
КИРОВ:
«Федер. Л.Г.» тел. (8332) 651326;
ИЖЕВСК:
«ТУРИСТ» тел. (3412) 780867;
ХАБАРОВСК:
«РОБИНЗОН» тел. (4212) 211350;
ПЕРМЬ :
«ПКЛС» тел. (3422) 673554, 681555
ЧЕЛЯБИНСК:
«СПОРТИВНЫЙ МИР» тел. (3512) 525395

страна	ЗОЛОТО			СЕРЕБРО			БРОНЗА			ДИСЦИПЛИНА	лыжи	ботинки	крепления
	лыжи	ботинки	крепления	лыжи	ботинки	крепления	лыжи	ботинки	крепления				
	4	2	-	7	6	3	5	5	3	СЕВЕРНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ	16	13	6
	2	1	1	1	1	-	1	-	-	ГОРНЫЕ ЛЫЖИ/ФРИСТАЙЛ	4	2	1
										ВСЕГО	20	15	7

USA	ПИКАБО СТРИТ									Супер гигант	.		
SWE										Скоростной спуск	.		
NOR	ХАНС ПЕТТЕР БУРААС									Слалом	.	.	.
SUI									МИХАЭЛЬ ВАН ГРЕНИГЕН	Гигантский слалом	.		
FRA									СЕБАСТЬЯН ФУКРАС	Акробатические прыжки	.		
NOR	ОЛЕ ЭЙНАР БЬЕРНДАЛЕН									10км. Биатлон	.	.	
NOR									ОЛЕ ЭЙНАР БЬЕРНДАЛЕН	4x7,5 эстафета биатлон	.	.	
NOR									ЛИВ ГРЕТ СКЬЕЛБЕРГ	4x7,5 эстафета биатлон	.	.	
JAP									МАСАХИТО ХАРАДА	К 120	.		
JAP	МАСАХИТО ХАРАДА									К 120 команда	.		
JAP	ТОКОНОБУ ОКАБЕ									К 120 команда	.		
GER									ХАНС ЙОРГ ДЖЕКЛИ	К 120 команда	.		
NOR	ХАЙДОР СКАРД									Лыжное двоеборье, эстафета	.	.	
FIN									ХАННУ МАННИНЕН	Лыжное двоеборье, эстафета	.	.	.
FIN									ТАПИО НУРМЕЛА	Лыжное двоеборье, эстафета	.	.	.
FRA									ЛЮДОВИК РУКС	Лыжное двоеборье, эстафета	.	.	.
FRA									СИЛЛЬВАЙН ГУЛЛАМ	Лыжное двоеборье, эстафета	.	.	.
NOR									АНИТА МОЭН ГУИДОН	15 км. классический стиль	.	.	
NOR									АНИТА МОЭН ГУИДОН	4x5 км. эстафета	.	.	
NOR									ЭЛТН НИЛЬСЕН	4x5 км. эстафета	.	.	
ITA									МАНУЭЛА ДИ ЧЕНТА	4x5 км. эстафета	.	.	
ITA									МАРКО АЛЬБАРЕЛЛО	4x5 км. эстафета	.	.	