



тел: (095) 331-9623

АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

№3, 1998

Первый мастер спорта СССР

На французском юниорском подиуме – россиянка

Дистанция длиною в 35 лет

Виктор Трунов – ученик Виктора Алешина

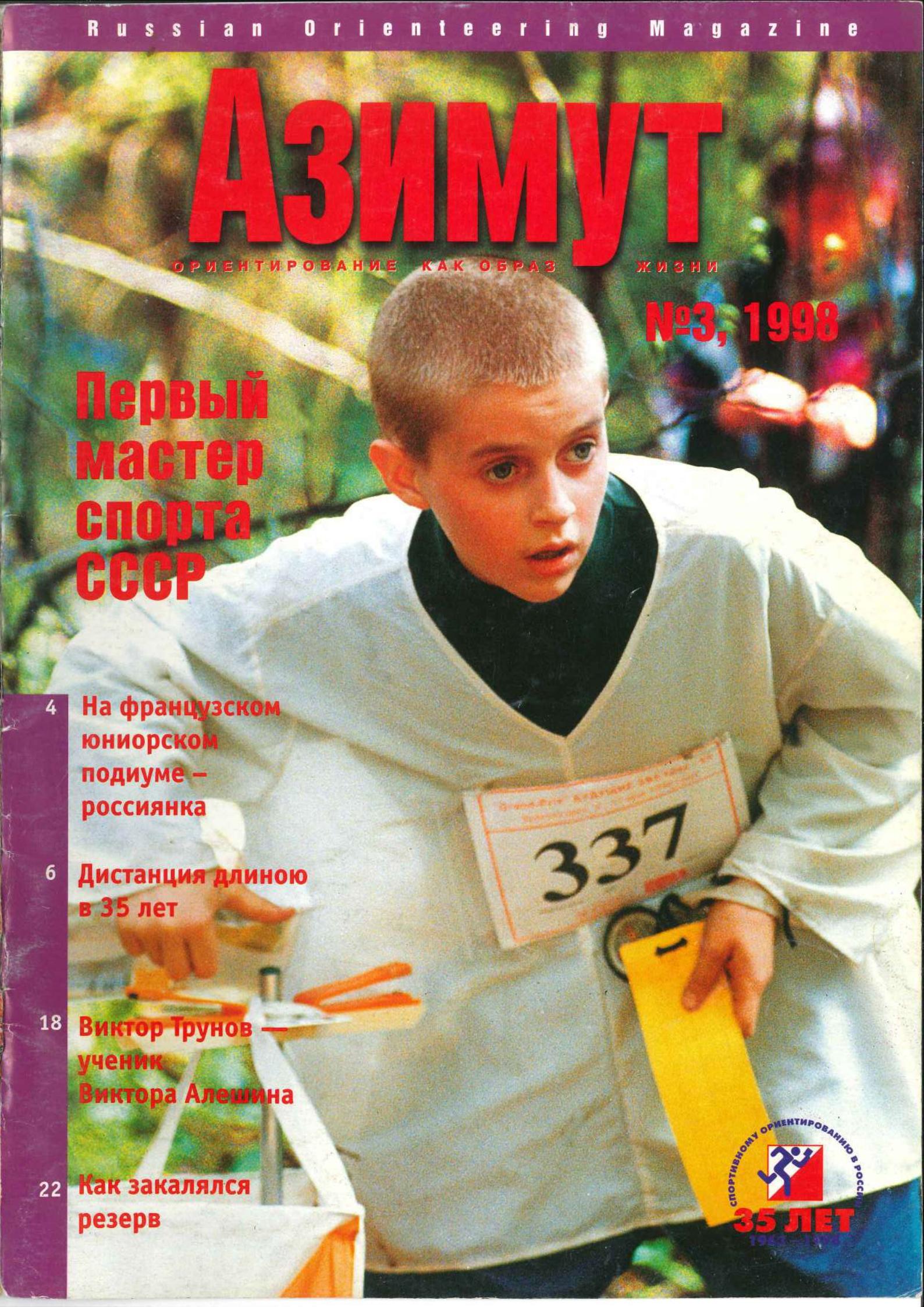
Как закалялся резерв

4

6

18

22



СПОРТМАСТЕР КРУГЛЫЙ ГОД!



спортмастер

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

Оптовый центр СПОРТМАСТЕР: Москва, ул. Бориса Галушкина 7, 2-й этаж

RUSSIAN ORIENTEERING
MAGAZINE

Журнал
"Азимут"
1998, №3

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 Безимяный
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
Ольга Минаева
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: №3, 1998

100 YEARS
OF
ORIENTEERING

Персона

Огонь, вода и медные трубы	2
Виктор Трунов - ученик Виктора Алешина	18
Первый мастер спорта СССР	26
Московские патриархи	34

Интервью

Работаем, чтобы были результаты	13
Конгресс ИОФ	16

Олимпийский проект

К вопросу представления ориентирования в Международном олимпийском комитете	14
--	----

Соревнования

Стоп-кадр, или спортивное ориентирование	24
Азимут – Дружба	30

Сборная

На французском юниорском подиуме - россиянка!	4
Сборные России, зимняя программа	12

Новости

Парк-туры шагают по планете	40
-----------------------------	----

Консилиум

Интервальная гипоксическая тренировка в сочетании с традиционной спортивной тренировкой – эффективный метод подготовки спортсменов-ориентировщиков	9
--	---

Нравственное воспитание средствами спортивного ориентирования	15
--	----

Обувь скороходов	28
Вспомогательная горизонталь	37

Оздоровительная физическая культура для профилактики перенапряжений и травм голеностопного сустава у спортсменов-ориентировщиков	38
--	----

Мой клуб

Когда ориентирование – семейный вид спорта	44
--	----

35 лет ориентированию

Дистанция длиною в 35 лет	6
Как закалялся резерв	22

Уроки ориентирования

Урок седьмой	32
--------------	----

Народные байки

Байки от Евгения Иванова	46
Алаверды Генриха Шура	47



asics

Columbia
Sportswear Company®



Сергей Беляев, несмотря на свою молодость, имеет богатый политический и реформаторский опыт. Достаточно назвать некоторые известные фамилии – Черномырдин, Чубайс, Собчак, в окружении которых он вращался, чтобы сделать вывод: матерью школу прошел человек.

В последние дни фамилию Беляева стали называть вкупе с "писателем" Кохом, хотя, как известно, Беляев "занеменитую" книгу не писал и никаких гонораров не получал. С чего бы тогда? Может быть, это политическая "подножка" набирающему вес политику? Может, что еще? Время покажет.

ОГОНЬ, ВОДА И МЕДНЫЕ ТРУБЫ

Сергей Беляев

– Сергей Георгиевич! Похоже, что "партия власти", к которой Вы тоже имели когда-то отношение – это еще одно, сугубо российское явление. Каковы корни этого явления и перспективы?

– Партия власти – действительно сугубо российское изобретение. Вообще-то партии создаются для того, чтобы приходить к власти. Партия – группа людей, поставившая себе целью приход к власти политическими методами. Когда же обозначается понятие – "партия власти" – то это говорит о том, что в стране отсутствует нормальная политическая система. У нас нет таких партий, которые, реально добившись власти, имели бы возможность реализовывать свою программу. Так уж устроено наше государство. Наш парламент – сам по себе, правительство – само по себе. "Партия власти", на мой взгляд, – это все то, что представлено во власти, т.е. все партии, которые сегодня есть в парламенте и правительстве, включая коммунистов. Это и есть "партия власти".

– Но принято считать "партией власти" НДР. – Это только потому, что в свое время она была создана по инициативе Ельцина по-средством Черномырдина. НДР не получила того количества голосов, которые ожидали. Поскольку НДР была создана Черномырдиным и не была особенно поддержана правительством изнутри (не все губернаторы также бросились садиться в эту колесницу), то получилась очередная общественно-политическая организация, ориентированная на курс, который проводил Черномырдин.

Главная же причина неурядиц крылась в том, что Черномырдин, как лидер политического движения, являлся одновременно еще и председателем правительства. Политическое движение формировало одну программу, правительство – другую. Возникала расщепка. Двойственность, к сожалению, вообще свойственна российской политике еще со времен царя Гороха. Мы всегда и во всем поступаем двойственно, даже во внешней политике: в Европу – с одним взглядом, в Азию – с другим.

– Вы считаете НДР нежизнеспособным явлением?

– Да, считаю. Поэтому и вышел из НДР. Я искренне работал для того, чтобы это объединение стало жизнеспособным. Потому что

не видел на горизонте таких составляющих, которые могли бы сформировать не просто центристскую политическую силу, а силу,ющую достаточно прагматично разрабатывать стратегию развития страны. Силу, опирающуюся на общественное мнение и при этом доводящую это мнение до правительства. НДР мог бы стать такой организацией, если бы моментально не обюрократился. К сожалению, "Наш дом" так и остался закрытым для общества. До простого человека не доходят смыслы и значение его деятельности. Поэтому и не имеет "Дом" перспективы. Если нужна была в парламенте карманская фракция, то, может, не стоило и огород городить, создавая общественно-политическую организацию. Можно было просто "купить" депутатов, навязав им формулу, посредством которой они бы голосовали за правительство. Что собственно и происходит: правительство договаривается с депутатами, выставляя это как путь к стабилизации.

– Чем же оплачивает правительство такие договоры?

– Тут действует принцип: "Не пойман – не вор". Это сложный, многогранный механизм. Некоторые его грани таковы: депутаты добиваются бюджетных ассигнований для своих территорий, они настаивают на реализации каких-то инвестиционных программ. Им "идут навстречу". В вопросе налоговых законов "работа" так же идет по отдельным депутатам. Идет "работа" и по фракциям. Скажем, аграрная фракция заявляет: "Мы за стабильность". Что означает – за действующее правительство. А им в ответ: "Правительство поддержит сельское хозяйство, как бы ему ни было тяжело и горько". Аграрии как правило, – одномандатники. Для того, чтобы и дальше быть избранными, они демонстрируют "свои возможности", хорошо играя на этом. ЛДПР вообще "работает" как акционерное общество. В обмен на какие-то законопроекты, которые они выдвигают (например, по экономическим отношениям с Ираком или Ливией), ЛДПР голосует за бюджет, по налогам, основным законам. Эта партия – вроде бунтовщиков, но тем не менее они четко ведут "правительственную линию". Многие другие в Госдуме "работают" по той же схеме.

– А кто-нибудь лично имеет что-то от правительства?

– Конфликт был не столько между мной и Черномырдиным, сколько между мной и системой, построенной Черномырдиным. Это не человеческий конфликт, а системный. Я вообще не конфликтный человек.

– Вы прошли также "огонь, воду и медные трубы" приватизационного процесса, изнутри все пощупали, понаблюдали. Почему, на ваш взгляд, этот процесс приобрел столь криминальный характер? Что делалось для того, чтобы этого не допустить?

– Свою деятельность я начинал не с приватизационного процесса. Я начал с депутата районного совета (став председателем совета) и депутата Ленсовета (став сначала главой администрации района, потом заместителем мэра). Собчак попросил меня, как заместителя мэра по вопросам собственности, заняться более детальной проработкой реформирования, поскольку в районе я этот процесс начинал еще на муниципальном уровне. Закон о приватизации уже к тому времени был, но программы не было; все понимали, что первые шаги в приватизации нужно делать самостоятельно. Надо сказать, первый этап (это было в 1992 году) приватизации муниципальной собственности: магазины, бытовое обслуживание, рестораны, кафе, столовые – прошел довольно успешно и быстро, все сразу увидели результат. По большому счету, это дало импульс развитию приватизационного процесса в целом по России. Этот этап не вызывал сомнений и нареканий, так как был на виду. Особенно при приватизации продовольственного оптового звена все увидели, что частная инициатива является движущей силой. Далее эти способы автоматически были перенесены на среднюю промышленность, ту, которая формирует бюджеты субъектов (городов, областей) – легкая, обрабатывающая, мебельная и т.д. К этому тоже все отнеслись с пониманием, особенно рабочие. Проходили митинги, на которых люди требовали скорейшей приватизации. Затем начался массовый этап приватизации с участием приватизационных чеков. И здесь я сразу почувствовал, что возможно участие в этом этапе криминальной среды: началась быстрая перекупка ваучеров, участвовать в этом деле стали сомнительные люди. У меня состоялся первый разговор с нашими ленинградскими руководителями тогдашнего ФСК, где я говорил о том, что в такой ситуации правоохранительная система должна не созерцать, а вести соответствующую профилактику. Внутри органов приватизации тогда уже были созданы специальные службы, основная задача которых заключалась в предотвращении возможных преступлений со стороны собственных работников (особенно это касалось уровней начальников отделов, людей, принимающих, хотя и промежуточное, но первое решение). Конечно же, мы этим вопросом были серьезно озабочены, но в то же время опасность тогда была скорее на уровне разговоров. Это уже потом началось тонкое внедрение криминала, и не только в органы приватизации, а и вообще во власть.

– И все же, почему не было заслонов, непонятно.

– Мне кажется еще, что само общество не созрело до конца к тому моменту в отношении приватизации. К сожалению, эта экономическая незрелость так и не позволила реализовать те задачи и программы привати-

зации, которые в начале реформ намечались. Ведь проведение реформ – это не только дело правительства, но и всего общества. А мировоззрение масс не было сформировано. К сожалению, организаторы реформ не уделили этому достаточного внимания. Да, велась мощная пропагандистская кампания, но куда она была направлена? "Вы получите собственность – и сразу станете богатыми!" Это была ошибочная концепция. Потому что, получив собственность, люди дополнительно "получали" и колossalную ответственность. Государство должно было буквально навязать людям иную мировоззренческую политику. Оно должно было сказать: "Получая собственность внутри государства, вы становитесь ответственными собственниками. Не рассчитывайте на то, что кто-то что-то за вас сделает". Вот это было бы правильно. У нас же речь шла о быстрой раздаче, в надежде на то, что люди мгновенно станут другими. В результате все вылилось в некую пропагандистскую кампанию, главной целью которой было – обеспечение необратимости реформы. Мировоззрение людей было неподготовлено. Ведь в сознании человека, выросшего в социалистической среде, закреплено: низкая доходность компенсируется определенными социальными гарантиями. Встроенные в эти рамки, мы другого не видели. В новой ситуации нужно было действовать так: "Давайте обеспечим высокие доходы гражданам, и это само по себе обеспечит соответствующие гарантии". Чем выше доход – тем больше гарантий". Государство должно было занять позицию, ставящую сложные, ответственные задачи перед производителем, обществом и человеком. Наши же власти избрали самую простую и легкую задачу: "Раздадим, а дальше каждый сообразит, что делать". Не сообразили, потому что не были готовы. Я вижу все наши проблемы в мировоззренческой неготовности. Бешеные же темпы реформ были продиктованы стремлением сломать старую машину. Помните, появился такой "интересный" термин – "необратимость реформ". Чтобы обеспечить необратимость, нужно сделать всех собственниками, обеспечить акциями, вывести из государственной собственности как можно больше людей, чтобы им было что жалеть, если начнут отнимать. Но никто ничего не жалел и не возмущался, потому что никто не чувствовал, что это его собственное, потому что не понимал, что это такое – корпоративное управление. Никто не ведал, что собственно надо управлять и для этого нужен некий механизм. Государство должно было не просто подготовить общество, оно должно было создать этот механизм. Ни того, ни другого сделано не было.

Общество жаждало перемен. Если было бы по-другому, не было бы реформ, все бы захлебнулось в самом начале. Ждали перемен, начиная с ухода последних "столпов" – Брежнева, Черненко, Андропова. Вот уже и Горбачев наверху – а перемен все нет и нет. В обществе начиналась смута. Пришел через либеральных реформ. Но когда они пришли, то и здесь людям не удалось сказать самого главного слова. Что надо терпеть. Еще терпеть. Что не будет манны небесной, надо терпеть и работать. Думали только об одном: главное – удержать власть и обеспечить неотвратимость реформ. Ког-

да я выходил из НДР, то публично обосновал свой выход: обрабатывать корпорацию власти для того, чтобы эта корпорация была у власти всегда, не имея при этом никакой связи с обществом, больше не хочу.

– Город Ленинград – Санкт-Петербург все больше превращается в областной центр. Чем объясняется такой откат?

– О Ленинграде, как о городе с областной судьбой, заговорили задолго до того, как он стал Санкт-Петербургом. Я даже придумал такое определение: город уже перестал быть Ленинградом, но так и не стал Санкт-Петербургом, он потерял оба названия. Это связано с долголетней историей "переполачивания" Петербурга: после революции, после блокады, в связи с политической волной лимитчиков и т.д. Ему было суждено стать областным городом.

Город до сегодняшнего дня так и не имеет своей идеи. Петер мог бы расти через специализацию. Ведь у него были и есть "Авиапорт", Зимний дворец, Эрмитаж, Русский музей. Раньше все это как-то сочеталось. А теперь город перестал специализироваться на чем-то своем. Одно время было нащупано правильное направление. Начали говорить: "Культурная столица России". Но, я думаю, точнее – не "культурная столица", а "столица культуры". Если бы такая специализация была заложена в Санкт-Петербург, то это бы в корне изменило ситуацию.

– Говорят, вы собираетесь вернуться в Санкт-Петербург и даже подумываете о должности мэра?

– Подумывать о чем-то всегда можно. На деле же есть более реальные задачи. Выборы мэра пройдут в 2000 году, и пока Яковлев не писал заявления о своем уходе. Что будет в 2000 году? Даже Александр Македонский не знает, что он будет делать дальше.

Я поставил перед собой задачу – так повлиять на выборы в Петербурге, чтобы конодательное собрание стало бы действительно отражать политические интересы граждан города, чтобы оно способствовало организации общественного управления, чтобы власть организовала жизнь города, а по-настоящему управляли бы этой жизнью сами его жители. Такая идея может быть реализована именно в Петербурге – городе, который всегда четко и конкретно выражал свои пристрастия к демократии. Если нам удастся это сделать в Петербурге, то движение так или иначе сможет распространиться на всю страну.

Сейчас я готовлюсь к выборам. Мы сформировали Петербургское отделение "Российского прогрессивного союза" (штаб-квартира в Москве), которым я руковожу. К нам пришли студенты, творческая и техническая интеллигенция, работники предприятий среднего и малого бизнеса, то есть те, кто не востребован, потерян, так называемый средний класс. Надо "перевернуть чашу" – чтобы само общество создавало условия, а власть бы реализовывала общественные запросы. А не наоборот. Я думаю, что в Петербурге это реально. Петербург обязательно станет столицей культуры. Там вообще органичны любые новации. Даже трудно вообразить, что там может быть. Может быть, со временем Петербург вообще станет столицей мира.

На французском юниорском подиуме — РОССИЯНКА!

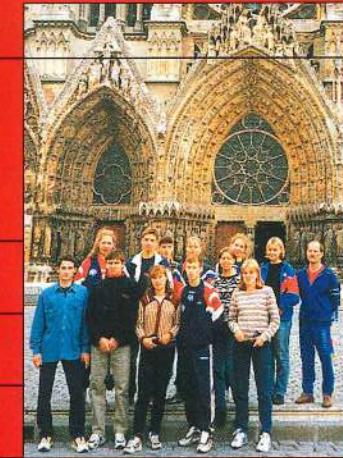


В Париж! В Париж! Как странно сладко

Ты в сердце в этот миг стучишь,

Прощайте, невские туманы,

Нева и Петр! В Париж! В Париж!



Не успели стихнуть футбольные баталии, а Франция встречала на своей земле очередной Чемпионат Мира. В этом году юниорский Чемпионат Мира проходил в Реймсе, в 150 километрах к востоку от Парижа, в уже ставшие привычными для юниоров сроки — с 13 по 19 июля. Реймс — центр провинции Шампань, а потому глазу не отыскать границы виноградников. Раскинувшись на десятки километров, они дерзко подступают к городу, кое-где разбавленные медовыми лоскутками пшеничных полей. Невольно задаемся вопросом: «Где же леса?» И вскоре не только видим их, но и сами попадаем под своды густых крон. Чувство удивления, восхищения лесом, чувство непонимания его не покидало на первой тренировке. Лес представлял собой сплав различных видов знакомых российских лесов, но в таких неожиданных сочетаниях и пропорциях, что порой оставлялся, как вкопанный. Ведь, действительно, непролазность зарослей ежевики — была одной из главных проблем. Спокойные, плавные лощины, широкие плато и крутые склоны, наполненные микрорельефом,

своебразие искусственных земляных и водных объектов, богатый спектр растильности — превращали ориентирование здесь в непрерывный, насыщенный процесс. Благодаря финансовой помощи Федерации спортивного ориентирования наша сборная провела недельный тренировочный сбор на картах, находящихся в приятной близости с местностью чемпионата. Продуманный подход Вячеслава Викторовича Костылева в течение всего тренировочного периода предоставлял решать сложные задачи на технически трудных дистанциях. Это способствовало тому, что мы гораздо увереннее преодолевали дистанции чемпионата. Энергичность и заботливость Ольги Петровны Минаевой и Сергея Петровича Королева в вопросах здоровья и питания создавали легкую атмосферу в команде.

В нашем представлении Франция никогда не ассоциировалась с ориентированием. Норвегия, Швеция — это конечно! Наверно, даже ориентировщикам мировой элиты упоминание о Франции скорее навевает мысли об ориентировании в изысканных ароматах парижских духов или об ориентировании в лучших сортах Шампанских вин, но не о спортивном ориентировании. И вот настало время юниорам-ориентировщикам из 36 стран мира скрестить компаса и карты и на французской местности.

И грянул бой. Юниорский бой. По новым правилам "игры" на классической дистанции за Россию бежали 4 юниорки и 4 юниора. В напряженной борьбе Таня Переляева завоевала серебряную медаль, Таня Косты-



ла стала 14-й, Либо Марина — 15-й, Гаяля Галкина — 28-й. Лучшими из наших ребят были Сергей Детков — 11-е место и Руслан Грицан — 20 место, лучше всех из нас знакомый с титулом Чемпиона Мира среди юниоров. Одним из самых сильных мгновений чемпионата стал для нас финал спринта. Уже финишировали 95% спортсменов. Скоро решится все. Лучшая из юниорок финка Анна Хейканен имеет результат 28:35. Таня Переляева уронила карту, а продолжала бег с другой. Учитывая систему рассеивания, результат команды мог быть элементарно аннулирован. Проявив спокойствие и хладнокровие, совершив, казалось, невозможное, она отыскала свою карту в группе спешивших вперед 50 участниц и передала эстафету во второй десятке, с 5-минутным отставанием от лидера. Гаяля в свою силу пробежала дистанцию и финишировала третьей.

Торжественный и недоступный пьедестал окружен морем разноцветных флагов и цветов. Годы напряженных кропотливых тренировок стоят того, чтобы стоять на его верхней ступени. И выше всех взмывает российский флаг. Сильнейшей среди юниорок стала Таня Переляева с отрывом в две минуты от второй на спринтерской дистанции. Лавровые венки, медали, цветы, вспышки видеокамер, взрывы шампанского и аплодисментов. И вдруг все смолкает. Российский гимн наполняет собой все пространство победного французского леса. И почему-то ужасно трудно сдержать слезы.

Лучшим из ребят в этот день был Паша Наумов, ставший 14-м. Расстановка сил в эстафете давала уверенность в победном выступлении женской команды, состоящей из Таня Коростылевой, Гали Галкиной, Таня Переляевой, третий раз участвующих в чемпионате. Но на первом этапе от этой уверенности осталась лишь робкая надежда. В горячей борьбе за отметку Таня Коростылева уронила карту, а продолжала бег с другой. Учитывая систему рассеивания, результат команды мог быть элементарно аннулирован. Проявив спокойствие и хладнокровие, совершив, казалось, невозможное, она отыскала свою карту в группе спешивших вперед 50 участниц и передала эстафету во второй десятке, с 5-минутным отставанием от лидера. Гаяля в свою силу пробежала дистанцию и финишировала третьей.

Впереди, в трех минутах, на решающий этап эстафеты убежала победительница на классической дистанции финка Анна Хейканен и стремительная шведка Регула Хуллигер. На дистанцию вышел лидер нашей женской команды и лидер чемпионата Татьяна Переляева. Предстояло 5 напряженных километров. Спокойно и надежно пройдя дистанцию, Таня принесла российской команде 2-е место, немного не догнав финку. Эстафетная команда ребят (Михаил Сенин, Сергей Детков, Руслан Грицан) финишировала 12-й. А уверенную победу праздновали в тот день шведы. По итогам 3 дней

соревнований мы поделили с представителями Финляндии 1-е место, ребята завоевали 7-е, а потому, пропустив вперед скандинавов, российская команда заняла почетное 4 место. По сложившейся традиции на каждом чемпионате выбирается одна наиболее дружная, обаятельная команда. Этот титул был присужден нашей команде.

Память еще прокручивала напряженные моменты дистанции, а мы уже очутились в Париже. Ощущение счастья не покидало. Единогласно было решено начать знакомство с Парижем с башни, сооруженной экспериментатором Эйфелем. С ее верхушки мы помахали рукой Федерации спортивного ориентирования России, финансовая забота которой помогла нам преодолеть проблемы, связанные с подъемом на трехсотметровую высоту. Триумфальная арка, Елисейские Поля, Лувр, Нотр-Дам, набережная Сены. Все это удалось увидеть своими глазами.

Две недели во Франции позади. Завершены и три часа пребывания над облаками. Наша юниорская команда дружно ступает на российскую землю. В глазах у всех уверенность в будущих победах.

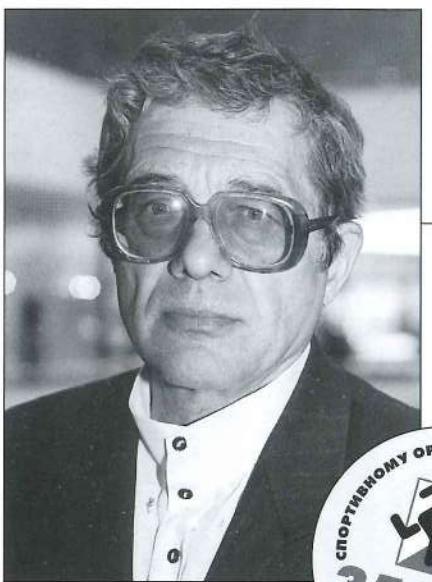
Участницы юниорского Чемпионата Мира во Франции
Либо Марина и Наталья, Санкт-Петербург
Фото О.Минаевой

ГЛАВНЫЙ СПОНСОР ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ РОССИИ
по лыжному ориентированию

ЗИМНИЙ СПОРТ
WINTER SPORT

MOROTTO

STAR
Ski Wax



Дистанция длиной в 35 лет

От редакции. В "Азимуте" №1 за 1997 год была опубликована статья Евгения Ивановича Иванова "Древняя история молодого спорта". Автор, почетный член ФСО России, судья всесоюзной категории, один из видных деятелей российского и советского спортивного ориентирования любезно согласился продолжить публикацию, которая идет под общим заголовком "Дистанция длиной в 35 лет".



Вместо предисловия.

Я хочу вынести на суд читателя свои воспоминания. Большую часть жизни мне довелось провести в туче событий, связанных с развитием спортивного ориентирования в нашей стране – сначала в роли участника состязаний, затем в течение 10 лет в должности ответственного секретаря Центральной секции, начиная с 15-летней работы старшим тренером Центрального совета "Динамо".

По счастью, самый интересный и значительный период моей жизни, работа в Центральной секции в 1965–75 гг., совпал с чрезвычайно важным временем для отечественного ориентирования – с этапом его становления. Было и еще одно счастливое для меня совпадение: хобби с работой.

Поскорее бы стать взрослыми...

Мне приснился странный, но очень сладкий (и крамольный по тем временам) сон: печатный орган ЦК КПСС газета "Правда" посыпала свою передовую(!) статью спортивному ориентированию. Придя утром на работу и развернув газету, я так долго хотел, что мои сослуживцы серьезно беспокоились. Я же был безутешен: передовая статья "Правды" называлась "...плюс электрификация" (желающие могут отыскать ее в одном из ноябрьских номеров за 1964 год). Для очень молодых читателей напомню, что в течение многих лет один из главных лозунгов нашей жизни гласил: "Коммунизм – это Советская власть плюс электрификация всей страны". Посмеявшись, я задумался над тем, что могло означать "Коммунизм – это ориентирование плюс электрификация", и откуда могла появиться эта странная формула. Впрочем, объяснение, конечно, было.

Уже не первый год и я, и мои друзья находились в тесном плена, а, может быть, в крепких объятиях этого удивительного явления – ориентирования, с его необъяснимым притяжением, запутанными проблемами, жаркими дискуссиями, интереснейшими собеседниками. Говорю, что вот уже пятый год я работал штатным ответственным секретарем всесоюзной секции ориентирования, и мои друзья, о которых идет речь – члены бюро секции, активисты, спортсмены, судьи. Одним словом, фанатики. Я вспоминаю одного из них, Виктора Фунтикова из Краснодара, его

горящие глаза и страстную речь: "Ребята, нам надо объединиться в мощную дружную семью, сообщество, род. Да-да, именно род, с его общими интересами, крепкой взаимосвязью, нерушимыми традициями, выживаемостью. Наше объединение будет все-сильно, оно должно связать воедино всех здравомыслящих людей".

Так вот, занимались мы ориентированием по большому счету. На нашей совести было все: и правила, и разрядные требования, и проведение соревнований, и подготовка сборной команды, и отсутствие жестоких компасов, и жуткая проблема с картами, и нехватка методических материалов. А работать приходилось буквально "в тылу врага". Центральный совет по туризму, которому пришлось руководить ориентированием, был далек от спорта и знати ничего не хотел о наших проблемах. Мне как штатному работнику постоянно приходилось выслушивать от начальства какой-нибудь бред типа: "Всесоюзные соревнования нужно проводить один раз в четыре года". Или: "Сборы сборной команды организовывать не будем, пусть готовятся мастера спорта, научиться готовить классные карты и дистанции, обеспечить всю армию ориентировщиков качественными компасами, одеждой и обувью. От масштабов работы захватывало дух.

Шаг за шагом

А теперь вернемся к первым шагам нового вида спорта. Итак, создан союзный общественный орган – Центральная комиссия по сплетам и соревнованиям, проведены 1-е Всесоюзные соревнования, впервые составлен единый календарный план. Главной нашей заботой на первых порах было создание и укрепление республиканских, краевых и областных комиссий, формирование стабильного календаря, совершенствование правил и популяризация ориентирования.

Всесоюзные летние соревнования сначала проводились с интервалом в два года. Затем к их организации подключился Всесоюзный совет ДСО профсоюзов, и в 1968 г. в Литве были проведены первые соревнования между командами спортивных обществ. В дальнейшем время зам. председателя Центральной секции Борис Огородников, будучи лауреатом Ленинской премии, сумел прорваться на страницы нашей главной газеты. В ЦС по туризму по этому поводу поднялся страшный шум. Во-первых, как он (Б.Огородников) посмел напечатать, не показав материал руководству, во-вторых, ты (Е.Иванов), все подстроил и за все ответишь, а, в-третьих, нужно срочно реагировать, т.е., как обычно, соста-

Интересны изменения в программе состяза-

ний. На 1-х Всесоюзных соревнованиях спортсмены бежали по маркированной трассе и участвовали в командной гонке патрулей (заданное направление) – по 2 человека. В последующие годы проводились лично-командные соревнования в заданном направлении и эстафета, причем с 1967 года в состав команд стали включать юношей и девушек 17–18 лет. С 1969 года Всесоюзные соревнования проводятся по группам А и Б. Была разработана система отбора в сильнейшую группу и правила перехода из одной группы в другую.

В 1970 году

появился третий вид программы

– личное первенство. Чемпионы ДСО профсоюзов проходили по той же программе до 1979 года, когда командный зачет был исключен и оставались только личные состязания.

Самым престижным соревнованием после всесоюзных был матч 8 городов (Москва, Ленинград, Рига, Таллин, Вильнюс, Киев, Минск, Свердловск). Первые два матча (1963 г. – Ленинград, 1964 год – Эстония) прошли по инициативе местных энтузиастов, а с 1965 года он был включен во всесоюзный календарь.

Эти состязания собирали элиту спортивного ориентирования и были серьезной проверкой сил перед всесоюзными стартами. Кстати, участники этого матча, проходившего в Загорске Московской области в 1966 году, первыми получили звание мастеров спорта СССР: призеры личного первенства В.Игнатенко и В.Мохов (Москва), Я.Клетникс (Рига), Л.Фомичева (Ленинград), Л.Бариса (Рига), О.Малова (Казанцева – Ленинград) и победители эстафеты – рижанки Л.Натра (Бланка), Р.Остуле, Л.Бариса, а также мужчины – Г.Остуле, Б.Реннертс и Я.Клетникс.

В последние годы звание мастера спорта

можно было выполнить

на многих

крупнейших

соревнованиях

– первенствах союзных

республик, Москву

и Ленинграда, матче

встречах, чемпионатах ЦС ДСО.

В 1969 году нам удалось попытаться по-настоящему сравнить свои силы с самыми опытными зарубежными спортсменами – на репетиции Чемпионата Мира, которая проходила в ГДР. Здесь действительно собрались сильнейшие ориентировщики планеты.

Официальная история зимних соревнований начинается всесоюзным матчем 18 городов, который состоялся в Ленинграде в 1966 году. Какого-либо отбора команд не было. Тем не менее, здесь собрались сильнейшие ориентировщики из ведущих городов страны. Программа состязаний включала маркированную трассу и эстафету, которая впервые проходила по принципу биатлона – за ошибку в нанесение КП участники наказывались прохождением штрафных кругов. Следует особо отметить, что эту систему единолично разработал ленинградец Лев Вениаминович Лебедкин, блестящий специалист в области карт и дистанций, один из пионеров отечественного ориентирования.

Чтобы

правильно оценить итоги нашего выступления, следует понять обстановку состязаний. Невероятно огромное психологическое напряжение: ведь для нас это соревнование №1. Я помню, как Лилия Бариса (одна из ведущих спортсменок страны), ожидая старта и нервно теребя компас, с дрожью в голосе вдруг задала неожиданный вопрос:

"На север показывает красный или синий конец стрелки?"

2-й день. Эстафета. Ребята немного успокоились и заняли 8-е место среди 36 команд,

проиграв победителям почти 18 минут. Позади остались вторые составы команд Швеции, Дании, Швейцарии, ГДР, первая команда Норвегии и др. Девушки чуть не довели нас до инфаркта. Первый этап закончилась пятым. Зоя Пятакова на втором отрезке вывела команду на 40е место. На последнем этапе Л.Бланка уже на середине дистанции вышла на 3-е место. Ждали радиообщений. Информация с последнего КП: Ливия третья. Наша команда безумствует на финише. заявляется Ливия. Мы видим, как ей тяжело. До финиша – 300 метров. Ливия еле бежит, устало переворачивает ноги, качается из стороны в сторону. Мы бешено орем. До финиша – 80–100 метров. Вдруг из леса появляется Норвежка И.Хадлер (чемпионка мира 1970 г.), беспощадно настигает и обходит нашу спортсменку. Цена бронзовой медали – 4 секунды. На финише мы и плакали, и смеялись, и успокаивали рыдающую Ливию, а представитель команды Борис Огородников, обняв Ливию, яростно кричал на весь стадион: "Ничего, мы еще покажем этим капиталистам!"

Резонанс от нашего выступления был очень

приятен. Президент ИОФ подошел к нам и, подняв большой палец, сказал: "Ваши девушки – прима!"

В следующем году мы, к сожалению, поехали

не на Чемпионат Мира, а в Болгарию на Кубок

мира и дружбы. В программу соревнований,

по нашему предложению, внесено изменение: впервые подводились итоги комплексного зачета по двум видам состязаний. В лично-командном первенстве мусульманка команда заняла 2-е место (Р.Абсол – 2-е, С.Крылов – 8-е, В.Киселев – 11-е) женщины выиграли 1-е место (Л.Милова – 1-е, М.Абала – 2-е, Л.Бланка – 3-е, Л.Бариса – 5-е). Интересно, что ленинградка Ляля Милова приехала не в составе команды, а была приглашена болгарской федерацией как победительница международных заочных соревнований начальников дистанций. Больше того, Ляля выиграла у второго места почти 9 минут! В эстафете обе наши команды были вне конкуренции. В итоге – общекомандная победа.

В последние годы (до выхода из ЦС по туризму и экскурсиям) сборная команда СССР

ежегодно выезжала на международные то-

варищеские встречи в страны соцлагеря, вы-

ступая с переменным успехом. Наиболее ус-

пешные результаты в эти годы показывали

Л.Милова, Г.Дукште, И.Пейланс,

(Продолжение на стр. 43)▶

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 непрокалываемой резиной для тренировок по грунтовым дорожкам.

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

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

С предложениями обращаться:

KI Sport Components

в Москве: тел./факс (095) 447 43 88

E-mail: bnp@aha.ru

По вопросам приобретения обращаться: Екатеринбург: «Собинич-И», тел./факс (3562) 75 15 88; Волгоград: «Костомукша Академия», тел. (8172) 72 36 29; Екатеринбург: «100 Дни-Фитнес», ул. Красноармейская, 48; Киров: «Авангард», тел. (8322) 27 54 45; Москва: «ОЛИМП», Красная Пресня д. 23, тел. (095) 253-4656, факс (095) 253-4280; Союз лыжных федераций России, тел. (095) 401-09-29, тел./факс: (095) 933-17-53; Гульев Виктор (095) 448-8896; Колищенко Алексей (095) 441-4538; Аарен Алексей (095) 440-2538; Нижний Новгород: Лузин Николай, «Фрея-Лайн», тел. (8312) 65 82 88, факс (8312) 67 57 45; Рязань Юрий, «ДЮСШ-5», тел. (8312) 65 19 90; Новосибирск: «Мир Спорта», тел./факс (3832) 21 44 90, (3832) 21 44 91, (3832) 32 87 48; Т.Д. Данилов, тел. (3832) 44-40-40, факс (3832) 43-58-12; Петровников-Кашинский Степаненко Андрей, тел. (41522) 98 00, факс: (41522) 41-53-08, факс: (3822) 72-23-21; Уфа: «Цадаров Раиль», тел. (3472) 221 144; Ульяновск: Магазин «Робсан», тел.: (4212) 21 1356, факс: (4212) 23 24997; Челябинск: Антонов Андрей, «Рота Вергор», тел./факс: (35177) 48259; Краснодар: «КЕПЛЕР Спорт», тел./факс: (0892) 302490.

Где вы можете приобрести продукцию этих фирм:

Федеральный центр лечебной физической культуры и спортивной медицины России
Российско-американская фирма Минздрава РФ "Трейд Медикал ЛТД"

ИНТЕРВАЛЬНАЯ ГИПОКСИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА В СОЧЕТАНИИ С ТРАДИЦИОННОЙ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКОЙ – ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД ПОД- ГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ

Одним из средств повышения общей и специальной работоспособности, получивших распространение после Олимпийских игр в Мехико, стала гипоксическая тренировка, разновидностью которой является интервальная гипоксическая тренировка (ИГТ). Использование ИГТ оказалось возможным благодаря результатам исследования воздействия на организм человека горного климата и его основного фактора – низкого парциального давления кислорода во вдыхаемом воздухе (P_{O_2}), проводившихся учеными на протяжении нескольких десятилетий. По предложению академика Н.Н. Сиротинина стали применять адаптацию к гипоксии в качестве лечебного нетрадиционного средства, а также использовать адаптацию к физической гипоксии (ступенчатую) во время пребывания в горах вначале для подготовки альпинистов к покорению высочайших вершин Земли и спортсменов при подготовке к Олимпийским играм в Мехико в 1965 г.

В последние годы ИГТ стала успешно применяться при подготовке спортсменов, тренирующихся на выносливость, стайеров, марафонцев, лыжников. И особенно эффективно использование ИГТ для подготовки спортсменов, длительная напряженная физическая нагрузка которых связана с напряженной деятельностью центральной нервной системы: спортивное ориентирование, биатлон, спортивные игры и др. А так же ИГТ применяется при лечении больных с различной патологией (бронхиальная астма, хронический бронхит, заболевания сердечно-сосудистой системы, астения, анемия, невроз, хронические заболевания женских половых органов), для реабилитации после многодневных соревнований.

Тренировочный процесс в горах при его общем положительном действии имеет ряд недостатков. Основным из них является нарушение планового процесса подготовки, неизбежное снижение интенсивности нагрузок, отсутствие условий для совершенствования спортивной техники и тактики во многих видах спорта, сложность организации полноценного тренировочного процесса в горных условиях, сравнительно краткосрочный и неоднозначный эффект в разные сроки реадаптации по возвращению к условиям равнинны, большие материальные затраты на проведение спортивного сбора в среднегорье.

Применение ИГТ в спорте стало возможным благодаря использованию аппарата «Гипоксикатор» фирмы «Трейд Медикал», который позволяет непосредственно из окружающего воздуха получить гипоксические смеси



Виталий Кондратьевич Величенко выступает на торжественной конференции ФСО России посвященной 100 летию мирового ориентирования. Москва. Киноконцертный зал «Октябрь».

18 октября 1997 года

необходимого состава и в нужных количествах. В аппарате имеется газоанализатор, имеются кнопки для выбора и автоматической реализации заданных режимов, пульсоксиметр и оксиметр, которые позволяют непрерывно регистрировать частоту сердечных сокращений и насыщение артериальной крови кислородом, то есть судить о напряжении кислорода в артериальной крови.

В своем поиске эффективного использования ИГТ в спорте мы исходили из следующих положений:

1. Гипоксическая тренировка должна приводить к адаптации к недостатку кислорода, к повышению аэробных возможностей, общей и специальной выносливости организма спортсмена.

2. Гипоксическая тренировка спортсменов не должна нарушать планового традиционного процесса подготовки, во время которого совершаются физические качества, техника и тактика, свойственные данному виду спорта.

3. Дополнительный вид тренировки не должен отнимать много времени у спортсменов и должен быть легко доступен, прост в осуществлении.

Таким образом был создан комбинированный метод подготовки спортсменов. Суть состоит в том, что, не нарушая плановой подготовки, традиционной для каждого вида спорта, тренировочного процесса, ИГТ проводится в свободное от тренировочных занятий время. В условиях покоя, сидя в кресле, спортсмен вдыхает через маску поочередно по гипоксической смеси, то комнатный воздух. Один сеанс ИГТ состоит из 4-6 серий поочередных вдохов ГГС и атмосферного воздуха. Курс ИГТ включает 14-24 сеанса.

Преимуществом использования ИГТ перед другими гипоксическими воздействиями является то, что не нарушая процесса спортивной тренировки, ИГТ дополняет спортивную тренировку и приводит к более быстрому повышению аэробных и анаэробных возможностей организма и работоспособности спортсменов. Простота использования ИГТ, не требующая больших материальных затрат, проводящаяся в любых условиях, в том числе и местах спортивных сборов, делают этот метод адаптации к гипоксии особенно приемлемым в спорте.

Предложенный комбинированный метод базируется на адаптации организма к двум типам гипоксии: вызываемой снижением P_{O_2} во вдыхаемом воздухе и к выделенному нами типу гипоксии – к гипоксии нагрузки – обязательным компонентам интенсивной мышечной деятельности.

Для определения чувствительности спортсменов к гипоксии в начале и в конце курса ИГТ проводится гипоксический тест, во время которого спортсмены на протяжении 10 минут вдыхают ГГС. До вдыхания ГГС и на 3-й, и 8-й минутах ее вдыхания определяется минутный объем дыхания (МОД), содержание кислорода и углекислого газа во вдыхаемом и альвеолярном воздухе, частота сердечных сокращений (ЧСС), систолический объем, насыщение кислородом артериальной крови (SO), систолическое и диастолическое давление, забирают пробы крови для определения содержания гемоглобина, количества эритроцитов, содержания лактата, пирувата, pH. До ИГТ, во время гипоксического теста и после курса ИГТ проводится психологическое тестирование. Содержание кислорода во вдыхаемой газовой смеси в гипоксическом teste – нами специально подобранная концентрация O_2 – для спортсменов выбрана потому, что при этой концентрации кислорода его напряжение в артериальной крови на 2-4 мм рт. ст.

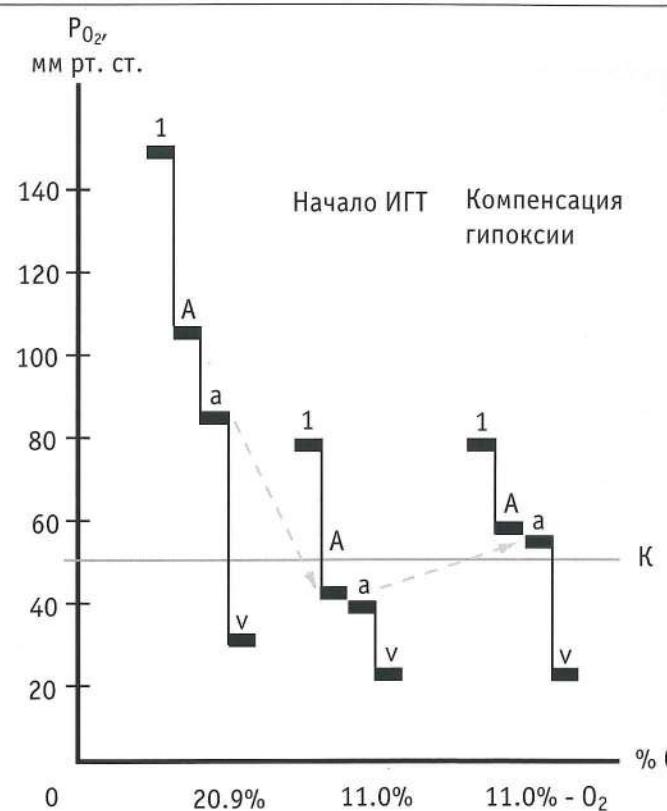


Рис. 1. Изменения каскадов P_{O_2} при вдыхании смеси азота с 11% O_2 : 1 – вдыхаемый воздух; A – альвеолярный воздух; a – артериальная и V – смешанная венозная кровь; К – критический уровень P_{O_2} в артериальной крови

ревнованиями в Чехословакии, где им предстояли гонки в горных условиях, ориентировщики, лыжники – перед предстоящим циклом подготовки в среднегорье, волейболисты и волейболистки – в соревновательном периоде годичного цикла подготовки. Все спортсмены были высокой квалификации (МСМК, ММС, КМС, члены и кандидаты в члены сборных команд страны).

После курса ИГТ, проводившегося на фоне ТСТ, спортивные результаты и специальная работоспособность спортсменов повысились, они были лучшими, чем у спортсменов контрольных групп такой же квалификации (рис. 2).

Велосипедисты показали лучшее время на этапах гонки в Чехословакии, заняв все призовые места. Два пловца из четырех, получивших курс ИГТ, стали чемпионами Украины в зимних соревнованиях лыжники-гонщики и ориентировщики после курса ИГТ смогли в первые же дни после приезда в среднегорье проводить тренировки, не снижая объемов и интенсивности нагрузок, то есть оказались адаптированными к условиям среднегорья.

После курса ИГТ у спортсменов кислородная стоимость работы стала меньше, потребление кислорода VO_2 на дистанции при большей скорости ее прохождения после курса ИГТ снизилось, кислородный долг после прохождения дистанции уменьшился с 5,501 + 0,132 до 4,980 + 0,370 л.

После курса ИГТ на фоне ТСТ, как показали результаты эргометрических тестирований, проведенных Радзиевским П.А., общая физическая работоспособность спортсменов различных специализаций достоверно возросла: увеличился как величина предельной нагрузки и максимального потребления кислорода, так и во время работы на предельной нагрузке, мощность на панно, уменьшилась ЧСС. После курса ИГТ существенно повышалась аэробная производительность и выносливость спортсменов (рис. 2, 3, 4).

Тестирование спортсменов подтвердило, что после курса ИГТ предельная мощность

ниже критического (ниже 50 мм рт. ст. O_2 , что характерно для субкомпенсированной гипоксии). После курса ИГТ во время гипоксического теста P_{O_2} становится выше (рис. 1) и гипоксия из субкомпенсированной переходит в компенсированную, что свидетельствует об адаптации к гипоксии. В курсе ИГТ содержание кислорода во вдыхаемом ГГС для спортсменов различного пола, возраста, специализации, спортивной квалификации и спортивного стажа варьи-

рует от 9 до 12%, согласно концепции Н.Н. Сиротинина о ступенчатой адаптации к гипоксии.

Был проведен ИГТ для 129 спортсменов 18–25 лет, специализировавшихся в циклических на выносливость и ациклических видах спорта при интенсивных и длительных нагрузках. Ориентировщики, гребцы, пловцы, спортсмены конного спорта и легкой атлетики проходили курс ИГТ в подготовительный период, велосипедисты – перед со-

твествующим тестированием.

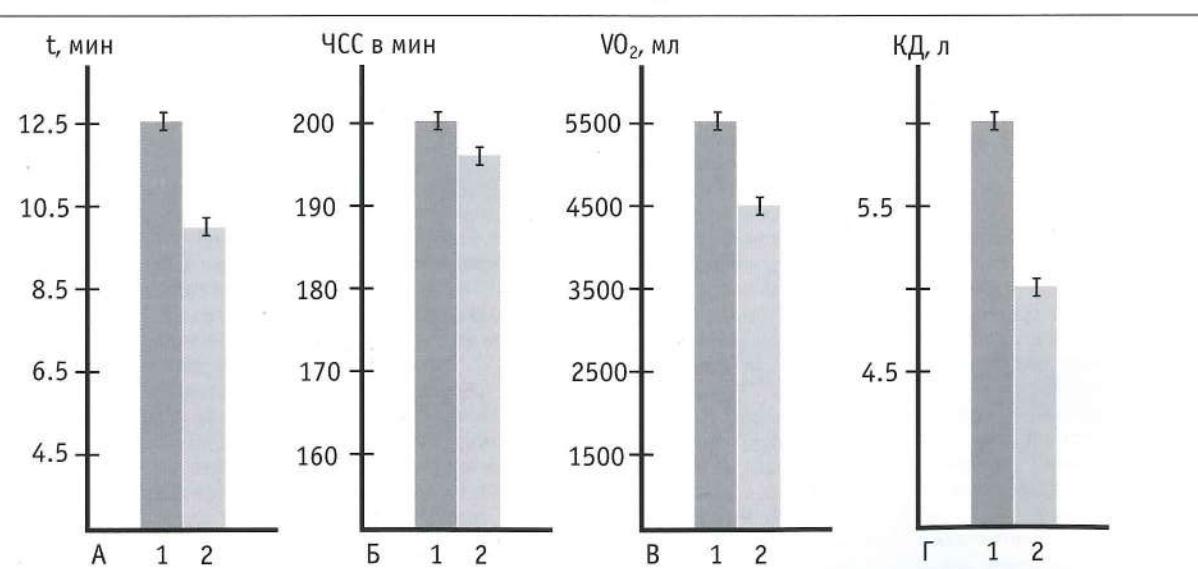


Рис. 2. Результаты тестирования гребцов-байдарочников в гребном канале: А – время прохождения дистанции, мин; Б – ЧСС, в 1 мин; В – потребление O_2 (VO_2), мл; Г – КД (кислородный долг), л; 1 – до, 2 – после курса ИГТ на фоне ТСТ

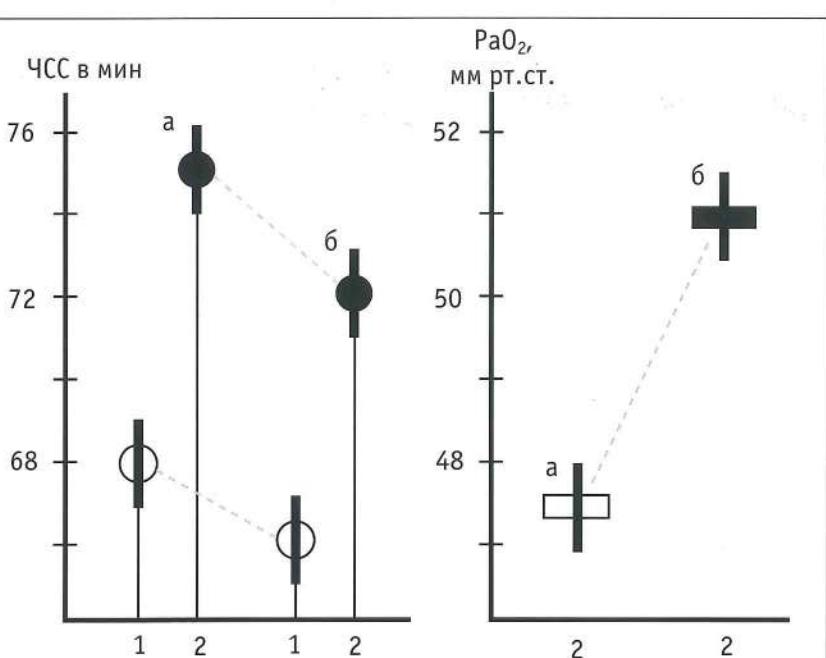


Рис. 3. Изменение ЧСС и PaO_2 у спортсменов во время гипоксического теста после курса ИГТ: 1 – при вдыхании воздуха, содержащего 20,9% O_2 ; 2 – при вдыхании ГГС с 11% O_2 ; a – до, б – после курса ИГТ

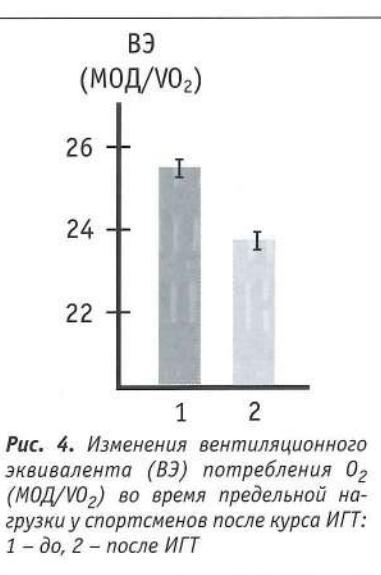


Рис. 4. Изменения вентиляционного эквивалента (ВЭ) потребления O_2 (МОД/VO₂) во время предельной нагрузки у спортсменов после курса ИГТ: 1 – до, 2 – после ИГТ

дневных соревнований. Наконец, ИГТ может быть применена как метод подготовки к соревнованиям в горных условиях и среднегорье.

Таким образом, ИГТ является эффективным заменителем тренировки в горах, она позволяет адаптироваться к низкому P_{O_2} во вдыхаемом воздухе в течение более короткого периода времени и более простыми и доступными средствами. Курс ИГТ, проведенный в соревновательный период, способствует повышению аэробной и анаэробной производительности, а в сочетании с ТСТ – общей и специальной работоспособности, улучшению спортивных результатов.

Федеральный Центр ЛФК и спортивной медицины осуществляет гипоксическую тренировку спортсменов по предварительному согласованию с дирекцией.

Таблица 1 Концентрация лактата в крови при выполнении нагрузок на гребном эргометре			
Показатель	Максимальная мощность, Вт	Длительность работы, мин, с	Содержание лактата в крови, ммоль л ⁻¹
До ИГТ	400	2 мин 31 с + 9 с	8,8 + 0,5
После ИГТ	450	2 мин 43 с + 17 с	12,2 + 0,6
После ИГТ при предельной нагрузке до тренировки	400	3 мин	7,3 + 0,3

работы возросла на 12,5%, увеличился общий объем работы, снизилась ЧСС на каждой степени нагрузки, повысилась экономичность дыхания, кровообращения, кислородных режимов организма.

После курса ИГТ увеличилась и анаэробная производительность. С возрастанием мощности на предельной нагрузке увеличилось содержание лактата в крови (табл. 1). Но при выполнении нагрузки, бывшей предельной до ИГТ, содержание лактата в кро-

ви, как мы видим в таблице, достоверно снизилось.

Курс ИГТ адаптировал организм спортсменов к недостатку кислорода во вдыхаемом воздухе. Об этом свидетельствуют данные повышения содержания гемоглобина в крови, увеличение ее кислородной емкости (рис. 5).

Курс ИГТ может служить также эффективным средством реабилитации после много-

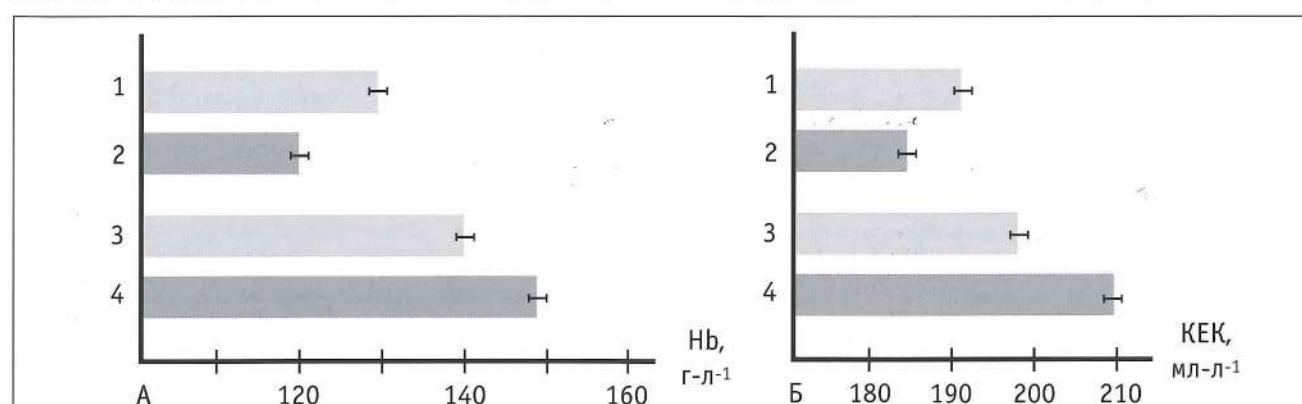


Рис. 5. Содержание гемоглобина в крови (А) и кислородная емкость крови (Б) у контрольной группы при первом определении (1) и через 2 нед. (2) и у спортсменов, прошедших курс ИГТ: до (3) и после курса (4)



К вопросу представления ориентирования в Международном олимпийском комитете (Олимпийский проект)

И.Столов. Заслуженный тренер России, член комиссии "Олимпийский проект" Международной федерации ориентирования.

Проблема включения ориентирования в программу Олимпийских игр обсуждалась на Конгрессе ИОФ в июле в Португалии в виде последовательного плана действий, растянутого до 2012 года. Перспектива видится интересная, хотя срок ее реализации так отдален по годам, что вряд ли кто-нибудь из сильнейших сегодня действующих ориентировщиков поднимется на олимпийский пьедестал. Речь шла о летнем ориентировании, и план представлял вице-президент ИОФ А.Якобсон.

Нам представляется, что наиболее перспективным выглядит план группы "Олимпийский проект". Он имеет наступательный характер. Цель - Олимпийские игры 2002 года.

Для представления в Международном олимпийском комитете в качестве дополнения к усилиям руководства ИОФ мы предлагаем рассмотреть ориентирование не только с точки зрения его технических характеристик, но и опираться на философию олимпизма.

"Олимпизм представляет собой философию жизни, возвышающую и объединяющую в сбалансированное целое достоинство тела, воли и разума. Олимпизм, соединяющий спорт с культурой и образованием, стремится к созданию образа жизни, основывающегося на радости от усилия, на воспитательной ценности хорошего примера и на уважении к всеобщим основным этическим причинам".

Для того чтобы быть включенным в программу Олимпийских игр, олимпийский вид спорта должен соответствовать следующим критериям Олимпийской Хартии:

1.1.1. В программу Игр Олимпиады могут быть включены только виды спорта, широко распространенные не менее чем в 75 странах на четырех континентах – для мужчин, и не менее чем в 40 странах на трех континентах – для женщин.

1.1.2. В программу зимних Олимпийских игр могут быть включены только виды спорта, широко распространенные не менее чем в 25 странах на трех континентах.

Ориентирование распространено в 50 странах. Таким образом, нормативные требования МОК выполнены по п.1.1.2. Но этого

еще недостаточно, чтобы занять ему место в олимпийской программе.

Распространенность, международное признание, доступность – эти критерии лишь фиксируют процесс распространения и освоения культуры, но не являются его организующим и направляющим началом, гарантами успеха.

Нам представляется, что ориентирование способствует гармоничному развитию человека, оно не дублирует ни один вид соревнований Олимпийской программы, что очень важно.

Представляя ориентирование, мы должны определить, какие ценности культуры оно несет олимпизму.

В основе любого вида спорта лежит культура двигательной деятельности, направленной на достижение высокой эффективности перемещения в пространстве и связанное с тем, что в процессе занятий им несет воспитательный потенциал, что и обеспечивает развитие определенной совокупности способностей, причем не только физических и моральных, как трактует Хартия, но также сенсорно-интеллектуальных и социальных качеств, двигательной компетентности и мастерства.

Ориентирование как сформировавшийся вид спорта, целиком обладает всеми элементами культуры двигательной деятельности:

- по форме ориентирование – естественное;
- по составу ориентирование – циклический вид спорта;
- по специфике участвующих в работе функциональных систем – ориентирование интегрирует мыслительные и функциональные ресурсы энергообеспечения.

Причем соотношение элементов двигательной деятельности меняется в процессе соревновательной деятельности и по своей информативности обладает высоким воспитательным потенциалом. Изложенные критерии можно считать условно-обозначенными, и они не претендуют на полноту изложения. Но они могут стать хорошим дополнением техническим характеристикам ориентирования.

Ориентирование моделирует жизнедеятельность человека как частицы природы. Это естественная потребность человека.

В ориентировании сама природа предъявляет к человеку свои требования, а не дизайнеры-конструкторы искусственно созданных препятствий зреющих, развлека-



Нравственное воспитание средствами спортивного ориентирования

Казанцев С.А. тренер Санкт-Петербург

ва ли ни единственным видом спорта, средствами которого можно формировать в системном виде все качества, составляющие систему нравственного воспитания личности.

Нравственную сущность человека составляет система (совокупность) таких качеств, как жизненная позиция, образ жизни, мировоззрение, образ мира.

Жизненная позиция формируется в процессе трудового воспитания. Основу здорового образа жизни составляет физическое воспитание. Мировоззрение человека определяет его отношение к окружающему миру и формируется в процессе социально-экологического воспитания. Образ мира человека или его кругозор определяет его индивидуальными особенностями восприятия картины мира. Эти особенности развиваются в процессе эстетического воспитания, творческого воспитания, а также в процессе путешествий, дающих возможность расширения картины мировоззрения.

Система нравственного воспитания соотносится с функционально психологическим описанием деятельности в спортивном ориентировании и макроструктурным психологическим описанием человека, приведенным в работе В.А.Ганзена "Системные описания в психологии". Физические качества человека определяются его индивидуальными особенностями, а именно: полом, возрастом, конституцией, генетикой. С точки зрения высших спортивных достижений в конкретном виде спорта, эти особенности накладывают определенные ограничения. Однако основу здорового образа жизни определяет физическая активность, которая проявляется и формируется в беге с ориентированием.

В процессе занятий спортивным ориентированием активизируются процессы мышления, развивается память, внимание, формируются перцептивные навыки: восприятие, представление, чувства, ощущения. Эти процессы: перцепция, мышление, воля, аффект составляют систему субъектных (по Б.Г.Ананьеву) особенностей человека.

Актуализация субъективных особенностей в связи с конкретным видом трудовой деятельности побуждает умственную активность, необходимую в процессе трудо-

вого воспитания, которое и определяет жизненную позицию человека.

Личностные особенности человека проявляются в его характере, темпераменте, направленности, способностях. Личность формируется в процессе общения с социальной и экологической средой.

Занятие спортивным ориентированием, с одной стороны, дает возможность обще-

ния с людьми, объединенными общими интересами и ведущими здоровый образ жизни, а с другой – дает возможность общения с лесом, с природой. Условия про- ведения тренировок и соревнований при различных погодных условиях формируют устойчивость к дискомфорту, гармонизируют отношения человека с окружающей средой. Таким образом, спортивное ориентирование может служить средством социально-экологического воспитания человека.

В процессе занятий спортивным ориентированием создаются предпосылки для развития индивидуальности человека. Путешествия по карте во время соревнований, путешествуя по стране или по другим странам, человек постоянно делает для себя маленькие открытия, узнает что-то новое и таким способом познает мир, расширяет свой кругозор.

Средства для достижения цели в соревнованиях по спортивному ориентированию дают бесконечные возможности для проявления своего индивидуального стиля деятельности в связи со своими индивидуальными особенностями. Этот постоянный поиск своих возможностей для достижения максимальных результатов и составляет основу творческого воспитания.

Вывод. Очевидно, что существует много способов формирования отдельных качеств, составляющих систему нравственного воспитания человека, и каждый из сторонников того или иного вида деятельности, связанный с воспитанием, будет отстаивать преимущества своего вида деятельности. Однако существует не так много видов деятельности, где все качества, входящие в систему нравственного воспитания, формируются одновременно, т.е. они взаимосвязаны, взаимообусловлены, но в то же время присутствуют как бы в нейтральном виде, маскируясь целенаправленной спортивной деятельностью. ■



КОНГРЕСС ИОФ

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МИРОВОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Интервью с вице-президентом ФСО В. Елизаровым провел Г. Шур.



Генрих Шур: Виктор Леонидович, вы впервые участвовали в конгрессе ИОФ, ранее вы бывали на научных и политических, так что есть, с чем сравнить.

Виктор Елизаров: Очередной XIX конгресс ИОФ проходил с 7 по 11 июля в Португалии в старинном городе Синтра в 20 километрах от Лиссабона. В своей жизни мне приходилось принимать участие во многих научных и политических конгрессах и конференциях, но конгресс ИОФ меня приятно удивил. Португальская федерация спортивного ориентирования провела его на высочайшем организационном уровне, все было четко продумано и сделано с максимальным удобством для участников. Все участники конгресса были размещены в правительственный резиденции Caesar Park Hotel, одном из лучших отелей мира, в котором до этого проходила очередная сессия НАТО.

По традиции, кроме официальной части была организована обширная культурная программа, включавшая экскурсии, коктейли, банкеты, ночной тур по барам Лиссабона и соревнования по ориентированию для участников конгресса. Все эти мероприятия делали наше общение более эффективным и непринужденным. И если рассматривать конгресс, как место встречи людей, увлеченных общим делом, которые собирались, чтобы пообщаться и выработать общие взгляды и позиции, то здесь Португальской федерацией были созданы все условия для стопроцентного результата. Что касается спортивных карт, предложенных участникам конгресса, то их авторами оказались А. Ширинян, Л. Маланков и В. Правило. Это подразумевало, тем более, что карты были высокого качества. Лидеры португальской федерации подтвердили тот факт, что составители карт из России и Украины подняли спортивную картографию в Португалии на высокий уровень, благодаря чему поднялся уровень развития спортивного ориентирования в целом по стране.

Г.Ш.: Ясно, что развлекательная программа была отличная, а как работалось?

В.Е.: Работа конгресса была конструктивна и правильно организована. Один день отводился на работу в комиссиях, на следующий день проходил общий семинар, в котором приняли участие представители всех делегаций, комиссий и все руководство ИОФ. Велись от-



крытые дискуссии по всем вопросам, ранее обсуждавшимся в комиссиях. Только на третий день все обсужденные на семинаре вопросы были вынесены на голосование: вопрос – голосование и.т.д., молча, тихо и спокойно. Устроить на конгрессе привычный для нас бардак было практически невозможно. Перечень вопросов для обсуждения формируется заранее. Для того чтобы вопрос попал на обсуждение, его нужно заявить заранее в письменном виде в год конгресса до 1 марта. Стихией возникшие вопросы к рассмотрению не принимаются. Такая схема обеспечивает спокойную и стабильную работу без потрясений и революций. Наверное, это идеальная схема для работы общественной спортивной организации, здесь нет места для политики, стихии и личных амбиций, а все проблемы решаются цивилизованно.

Г.Ш.: Я думаю, нам надо взять на вооружение эту модель организации работы для того, чтобы покончить с анархией, царящей, к сожалению, на наших конференциях. А какие вопросы решались на конгрессе?

В.Е.: Вопросов было много, из главных – это прием новых членов, которыми стали Индия и Молдавия, дополнения к уставу ИОФ, благодаря которым ИОФ теперь имеет право зарегистрировать штаб-квартиру и свободней работать со спонсорами, а также план работы ИОФ на 1998–2000 годы.

Из технических вопросов обсуждались оптимизация календаря и правила соревнований. Принятое решение о проведении летнего Чемпионата Мира 2003 года в Швейцарии, Чемпионата Мира 2002 года по лыжному ориентированию в Болгарии. Местом проведения следующего конгресса ИОФ в 2000 году стала Австрия.

Из стратегических планов утвержден "Олимпийский проект", который дает установку на то, чтобы лыжное ориентирование попало в Олимпиаду 2006 года, а летнее – в Олимпиаду 2012 года. Утверждена также программа увеличения количества стран – членов ИОФ, к 2000 году их должно быть 64, а к 2002 – 75.

Г.Ш.: Расскажите подробнее про планы ИОФ на 1998–2000 годы?

В.Е.: План работы ИОФ состоит из четырех основных частей.

Первая – это развитие мирового ориентирования. Здесь стоят задачи популяризации ориентирования через все доступные средства массовой информации, включение ориентирования в программу признанных крупных международных соревнований и игр (например: Пан Американские игры, Азиатские Игры и т.д.), работа в международных спортивных организациях.

Вторая часть – это укрепление ИОФ как организации. Это увеличение спонсорской помощи ИОФ, расширение членства ИОФ, привлечение новых идей и новых людей для работы в ИОФ.

Надежные гарантии соблюдения принятых стандартов и выполнение правил ИОФ при проведении соревнований.

Третья часть – это поддержка членов ИОФ. Здесь вопрос стоит о четком информационном обеспечении членов ИОФ, о средствах массовой информации и рекламе и о поддержке программ школьного и юношеского ориентирования.

И наконец, четвертая часть – это развитие четырех дисциплин: летнего ориентирования, лыжного ориентирования, ориентирования на маунтин-байках и ориентирования для инвалидов.

Г.Ш.: А что это за "Олимпийский проект", который планирует ИОФ?

В.Е.: Программа "Олимпийский проект" предусматривает многогранную и сложнейшую работу по включению ориентирования в программу Олимпийских игр. На мой взгляд, ИОФ уже продвинулась вперед в решении данного вопроса. Если еще год назад дискутировалось, какой вид ориентирования должен войти в программу Олимпийских игр первым, то сейчас позиция следующая – пусть это будет любой из видов и как можно быстрей. Что касается летнего ориентирования и ориентирования на маунтин-байках, то здесь много работы. Сейчас ИОФ имеет 50 членов, а для включения в программу летних Олимпийских игр необходимо минимум 75 членов. ИОФ рассчитывает, что на эту работу уйдет от 4 до 6 лет. Для включения в зимнюю Олимпиаду необходимо 25 членов, здесь шансов больше, так как все условия выполнены. 2006 год установлен в план, как окончательный год включения, так как есть надежда, что зимняя олимпиада пройдет в Европе (Швейцария или Финляндия). Президенты федераций ориентирования этих стран на конгрессе практически поклялись, что сделают все возможное и невозможное, чтобы соревнования по ориентированию вошли в программу Олимпийских игр.

Что касается зимней олимпиады в Солт-Лейк-Сити 2002 года, то здесь шансы тоже еще есть, так как программа зимних игр будет утверждаться в Лозанне летом 1999 года. Однако здесь есть ряд больших проблем и не только финансовых. Основная из них та, что национальная федерация ориентирования США не в состоянии самостоятельно организовать и провести это мероприятие. В любом случае придется присыпать десант из Европы для подготовки трасс. Еще одна причина в том, что на сегодняшний день все телевизионные трансляции с зимних Олимпийских игр 2002 года уже проданы, и лыжного ориентирования среди них нет. Тем не менее ИОФ сформировала группу лоббирования. Большая роль здесь отводится России, чьи позиции в мировом спорте и Олимпийском движении общеизвестны (кстати, в эту комиссию приглашен И.И. Соловьев), чтобы попытаться решить эти проблемы и добиться включения лыжного

ориентирования в Игры 2002 года. Отдельно идет работа по включению ориентирования среди инвалидов в паралимпийские игры, кстати на летнем Чемпионате Мира в 1999 году в Великобритании будут организованы международные соревнования среди инвалидов.

Г.Ш.: Есть ли изменения в руководстве ИОФ и в комиссиях?

В.Е.: Что касается президента и вице-президентов – изменений нет, так как не было подано заявок на то, чтобы баллотироваться на эти должности. Поэтому президент и вице-президенты под аплодисменты зала продлили свои полномочия. Что касается консультов, то на пять мест претендовали восемь кандидатов. Голосование определило пятерых. Теперь руководство ИОФ выглядит следующим образом: президент Сью Харви (Sue Harvey, Великобритания), первый вице-президент Аке Якобсон (Ake Jacobson, Швеция), вице-президент Хюг Каммерон (Hugh Cameron, Австралия), вице-президент Эммонд Шешени (Edmond Szechenyi, Франция), консульты: Томас Брагли (Thomas Brogli, Швейцария), Хичино Эстевес (Higino Esteves, Португалия), Иорданка Мельниклийска (Iordanka Melnikliyska, Болгария), Брюс Вольф (Bruce Wolfe, США) и Ян-Эрик Круслеберг (Jan-Erik Krusberg, Финляндия), который имеет хорошие перспективы стать президентом ИОФ.

Что касается комиссий, то, к большому сожалению, ушел в отставку с поста руководителя комиссии по лыжному ориентированию Вели-Марку Кортением (Финляндия), человек, который очень много сделал для развития лыжного ориентирования. Его уход связан с большой загруженностью по бизнесу. Новый руководитель комиссии еще не назначен. Также планируется смена руководителя летней комиссии. Назначение руководителей комиссий – это дело руководства ИОФ, а не конгресса, и все новые руководители комиссий будут названы на ближайшем после конгресса заседании руководства ИОФ.

Г.Ш.: Поднимались ли на конгрессе вопросы по финансовой деятельности ИОФ?

В.Е.: Впечатления двойственные. С одной стороны, подкупает цивилизованность процесса и верность традициям, а с другой, огорчает отставание в развитии ИОФ от ведущих мировых федераций. В то же время виден прогресс за последние два года. Если два года назад обсуждался вопрос о возможности коммерциализации ориентирования, то сегодня секретариат ИОФ подготовил необходимую рекламную продукцию для работы со спонсорами. Если два года назад необходимость включения ориентирования в Олимпийские игры подвергалась сомнению, то сейчас ИОФ создает группу по лоббированию "Олимпийских проектов".

С одной стороны, это вселяет оптимизм, с другой, задаешься вопросом: "Почему это не делалось раньше?" На мой взгляд, ИОФ никуда не деться от вопросов геополитики, а значит не уйти от необходимости изменения структуры ИОФ. Для того чтобы процесс увеличения членов ИОФшел эффективно, необходимо создать институт вице-президентов по континентальному принципу с соответствующими полномочиями. На мой взгляд, вообще нужно разделить развитие ориентирования по двум направлениям: развитие видов ориентирования и развитие географии, на сегодня это требование времени. К сожалению, ИОФ недостаточно контролирует и участвует в этих процессах. Что касается географии, то подавляющее большинство стран – членов ИОФ находятся в Европе, тогда непонятно, что мешает развиваться ориентированию на других континентах. Наверно, отсутст-

вие геополитики и тормозит этот процесс. С другой стороны, появляются новые виды ориентирования. За последнее время это маунтин-байк и парковое ориентирование, и здесь ИОФ идет не впереди паровоза, а пожалуй, позади него. Уже несколько лет проводятся соревнования по маунтин-байку, но правил для проведения международных соревнований так и нет.

Два года назад на конгрессе в Израиле ИОФ признала маунтин-байк как один из видов ориентирования. Что-либо подобное я ожидал услышать на этом конгрессе относительно паркового ориентирования или хотя бы как

нибудь оформить отношения с этим направлением, хотя бы как с рекламным. Но этого не было сделано, а это означает, что еще как минимум два года мировое ориентирование будет развиваться само по себе, а парковое само по себе, а это, наверное, неправильно.

На мой взгляд, для всех любителей ориентирования во всем мире ориентирование – это больше, чем спорт – это образ жизни, тем более что среди других видов спорта ориентирование уникально тем, что его навыки используются любым человеком от рождения до самой смерти. Поэтому международная федерация ориентирования должна чувствовать развитие ориентирования в мире и своевременно решать глобальные стратегические вопросы, хотя бы на шага опережая ситуацию, а не догоняя ее. ■

Крупнейшие международные соревнования

Летняя программа

Чемпионаты Мира	
1999 г.	Великобритания
2001 г.	Финляндия
2003 г.	Швейцария

Чемпионаты Мира среди юниоров	
1999 г.	Болгария
2000 г.	Словакия
2001 г.	Венгрия
2002 г.	Испания

Чемпионаты Мира среди ветеранов	
1999 г.	Дания
2000 г.	Новая Зеландия
2001 г.	Литва

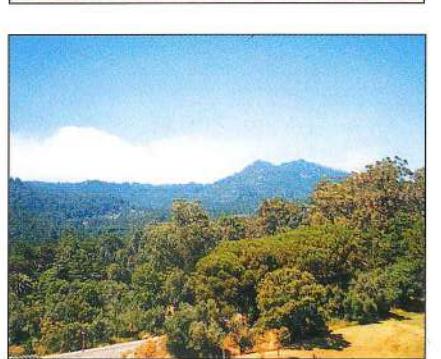
Лыжное ориентирование

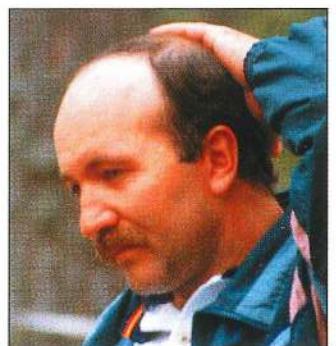
Чемпионаты Мира	
2000 г.	Россия
2002 г.	Болгария

Чемпионаты Мира среди юниоров	
1999 г.	Болгария
2000 г.	Словакия
2001 г.	Италия

Маунтин-байк

Чемпионат Мира	
2002 г.	Франция





Виктор Трунов – ученик Виктора Алешина

Интервью с В.Труновым провел Г.Шур.

Воктябре 1973 года в Курске, выйдя на старт соревнований по ориентированию, Виктор Трунов впервые взял в руки компас и спортивную карту. Выходит, что в юбилейный год для российского спортивного ориентирования Виктор Викторович по праву должен отметить свое двадцатипятилетие в спортивном ориентировании.

В 1978 году ему было присвоено звание мастера спорта СССР, в 1979 году он стал судьей республиканской категории, а в 1984 году, в 25 лет, был удостоен звания судьи всесоюзной категории, сейчас он председатель Белгородской ФСО.

К этому можно прибавить и тренерские заслуги. Среди воспитанных им пяти мастеров спорта СССР – член сборной РСФСР Ирина Зюкина и член сборной СССР и России Сергей Сибилев.

В архиве у Виктора Трунова лежит памятный диплом от Курского УВД за задержание особо опасного рецидивиста, благодарности и дипломы от различных физкультурно-спортивных организаций СССР, РСФСР и Российской Федерации.

Много соревнований за это время подготовлено и проведено при его участии. Он участвовал в подготовке и проведении Всесоюзных соревнований, чемпионатов, первенств и Кубков СССР в 1978, 1982–1988, 1990, 1991 годах, Чемпионата Мира среди студентов в 1990 году, чемпионатов и первенств РСФСР и России в 1981, 1986, 1990, 1996–1998 годах. Помимо этого можно перечислить более двухсот крупных соревнований от Чемпионатов вооруженных сил СССР, чемпионатов ЦС ДСО "Буревестник" и ЦС "Динамо" до многодневок с 5000 участниками.

В 1976 году Виктор Трунов впервые попробовал себя в Курске как составитель спортивных карт, а уже в 1977 на историческом Алольском семинаре познакомился с Виктором Максимовичем Алешиным и его бригадой составителей карт.

Настоящая спортивная картография – это творчество, это искусство, это только для одаренных. Здесь у нас именно тот редкий и уникальный случай, когда профессия выбирает людей, а не люди профессию.

Плоды полевой работы составителей спортивных карт измеряются квадратными километрами, а у него в багаже их только пригодных для соревнований высшей категории более 300 в Курской области, Белгородской области, Приморском крае, Хабаровском крае, Амурской области (БАМ), Красногорском крае (Минусинск, Норильск), Свердловской области, Пермской области, Самарской области, Тверской области, Новгородской области (Валдай), Псковской области (Алоль, Печеры), Воронежской области, Республике Чечне, Ставропольском крае (Железноводск), Республике Адыгея, Грузии (Бакуриани, Тбилиси, Тетри-Цкаро), Украине (Донецкая область), Белоруссии (Минская область), Латвии (Плявиняс), Польше (Елена Гура), Чехии (Ичин), Южной Корее (Сеул), Китае (Харбин, Гуанчжоу, Пекин), Испании (Мурсия, Картахена и т.д.).

За 23 года картежной деятельности Виктор Трунов работал в бригадах со всеми ведущими спортивными картографами СССР и России. Своими учителями считает Михаила Быканова (Курск), Валерия Киселева (Рига) и конечно же регалии первенства отдает, по его словам, "великому учителю и создателю отечественной спортивной картографии Виктору Алешину".

В 1998 году, когда отечественное ориентирование справит 35-летний юбилей, Виктор Викторович отметит 25 лет занятия ориентированием.

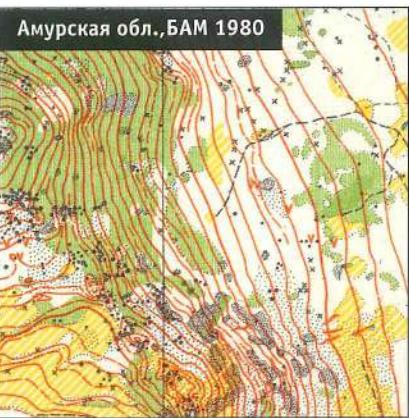
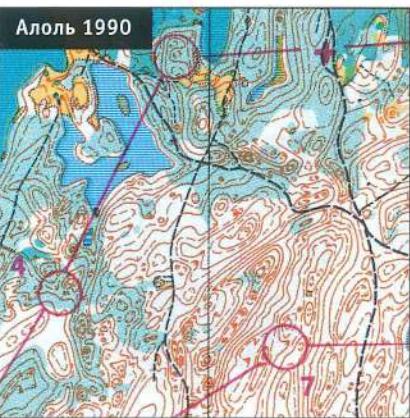
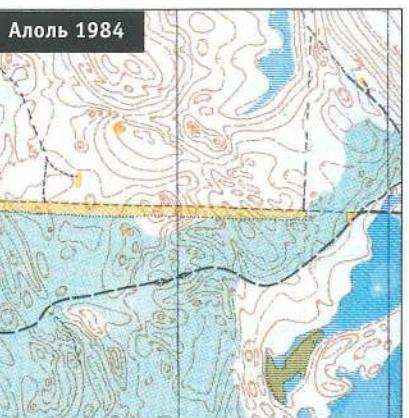
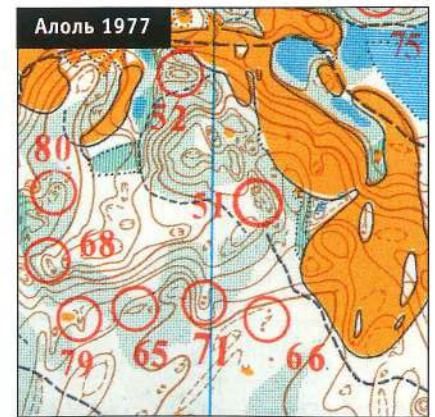
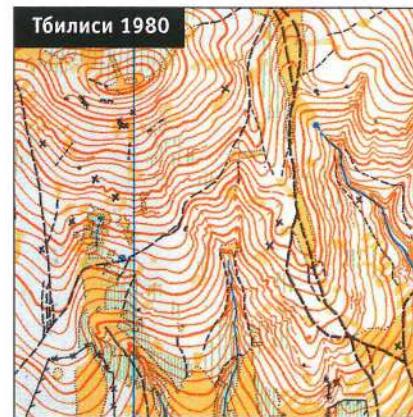
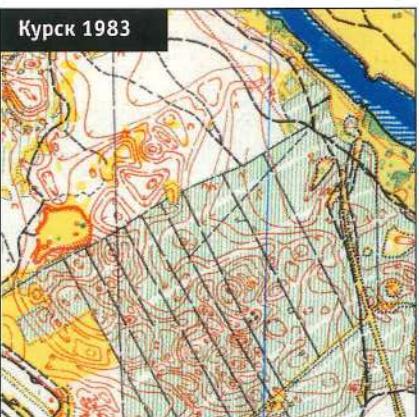
Генрих Шур: Ты всегда очень серьезно относишься к спортивной картографии, никогда не говорил: "Я еду рисовать", а говорил: "Я еду работать". Это показатель профессионального подхода к делу. Профессионализм же всегда может гарантировать и качество. Карта начинается с полевых работ, а это твой козырь, это подняло имя Виктора Трунова в спортивном ориентиро-

вании. Как же сегодня следует планировать эти работы?

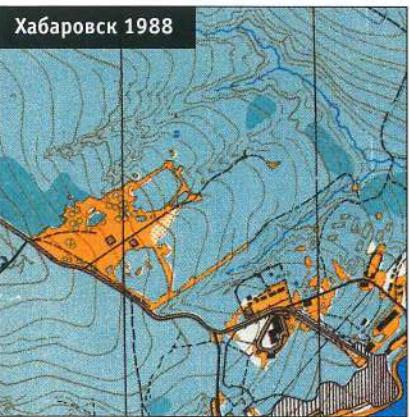
Виктор Трунов: Пришло время профессионального отношения к работе. Современная спортивная карта стала достаточно дорогим продуктом, и расходы заказчика на весь цикл работ сегодня оцениваются от 200 долларов США за 1 квадратный километр. Понятно, что не так просто профи-

нансировать создание спортивной карты, но развитие нашего вида спорта это требует во все возрастающей прогрессии.

Сегодня полевые работы должны, как правило, производиться за один цикл или за один заезд составителей. Исчезнет необходимость лишних переездов, акклиматизации, адаптации к новому типу местности.



Чемпионат РСФСР. Грозный 1986 год.
Л. Конев, В. Трунов, Ю. Янин, В. Сычев, А. Музев, А. Свирь, С. Симакин, В. Голованов



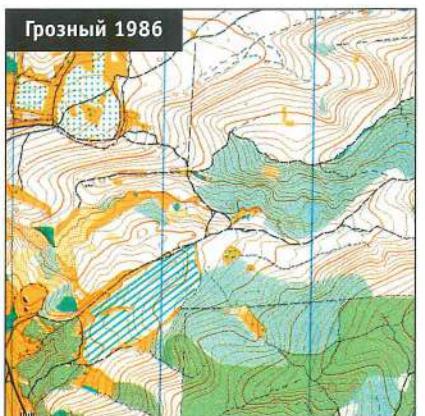
набор, сам набор карты на компьютере, редакция промежуточных версий и внесение корректировок и правок по итогам инспектирования, полиграфия.

Есть условные знаки, есть требования к точечным, линейным, площадным объектам, есть требования к желтому цвету, необходимости. Подчеркну, что есть требования к проходимости, а не к видимости. Карта должна быть на эксперанто, и всякая само-деятельность здесь недопустима.

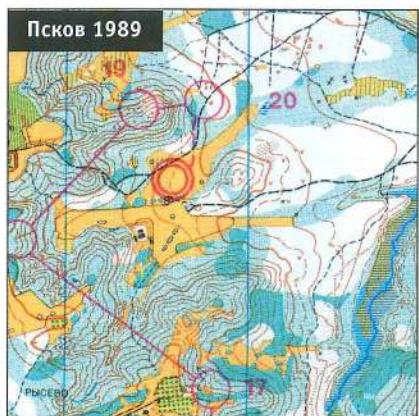
Г.Ш.: Эсперанто. Это интересно. Ты первый, кто привел такое мудрое сравнение.

В.Т.: Карты должны быть понятны ориентировщикам любой квалификации. На карте не должно быть пропусков и не должно быть надуманных ситуаций. Не бывает психологического рельефа и темного леса.

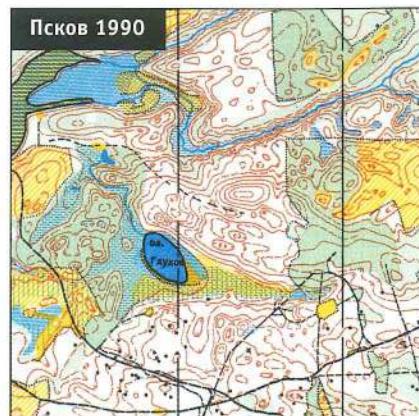
Бывает только реальное состояние местности на момент съемки. Тайна леса – это выдумка недобросовестных картографов, это халтура, спрятанная за красивыми словами.



Грозный 1986



Псков 1989



Псков 1990

Г.Ш.: Скажу откровенно, и сильнейшие спортсмены, и инспектора не жалуются на твои карты. Как удаётся много лет держать марку и в чём залог твоего успеха?

В.Т.: Формула успеха спортивной карты зависит от ряда объективных и субъективных причин. Вот они, на мой взгляд:

- 30% успеха зависит от квалификации картографа, от того, насколько он одарен в этой области, от того, занимает ли свое место в этой нише спортивного ориентирования;
- 30% успеха стоит в прямой зависимости от качества исходных картографических материалов, погодных условий, бытовых условий, микроклимата и взаимопонимания в бригаде составителей, размера и своевременности оплаты труда;
- 40% успеха связано с обычной нудной тяжелой работой по полевому обследованию 100% местности, от количества и качества измерений, терпения и выдержки исполнителя.

Для меня лучший показатель успеха карты и дистанции – такая ситуация, когда после финиша участники говорят о чём угодно, только не о карте. Кarta успешна только тогда, когда по ней может провести соревнования любой дистанционник, а не только автор карты.

Г.Ш.: 22 года в спортивной картографии – это целая биография в ориентировании. Ты сможешь вспомнить всех, с кем приходилось создавать спортивные карты? (Через два часа у меня на столе лежал список из 81 фамилии.)

В.Т.: Со многими я работал один раз, со многими на протяжении нескольких лет,

с некоторыми наиболее выдающимися личностями сталкиваешься постоянно периодически при создании спортивных карт. В списке мои учитель и мои ученики.

Каждую фамилию я назвал один раз в тот год, когда впервые делали совместную карту, и заранее прошу извинения, если случайно что-то напутал, ведь прошло столько времени.

1976 год. М.Быканов (Курск), Н.Бредихин (Курск).

1977 год. В.Алешин (Москва), А.Бушинский (Москва), Ю.Захаров (Москва), Р.Кузьмин (Москва) М.Гизатуллин (Уфа), В.Голованов (Орел), В.Попов (Москва), Э.Гибшман (Архангельск), В.Ефимов (Москва), Ю.Волохов (Курск).

1978 год. М.Поповчук (Кишинев), А.Сабанин (Томск).

1979 год. Ю.Черных (Белгород), П.Коржов (Белгород), А.Курченков (Воронеж), Ю.Худеных (Горький).

1980 год. И.Алутин (Курск), Г.Воронцов (Москва), С.Симакин (Москва), А.Зязин (Воронеж).

1981 год. Л.Афанасьев (Омск), А.Свирь (Белгород), В.Ченцов (Белгород).

1982 год. В.Киреев (Курск), А.Ехлаков (Белгород).

1983 год. В.Матвеев (Обнинск), А.Серов (Людиново).

1984 год. Ю.Янин (Москва), Г.Герасименко (Красноярск).

1985 год. Р.Микайтис (Каунас), С.Кирелис (Каунас), А.Анненков (Курск).

1986 год. С.Сибилиев (Курск), Е.Леонов (Курск), В.Андрейшин (Красноярск), М.Замота (Геленджик), В.Правило (Минск), Л.Маланков (Гродно), Г.Кунцевич (Свердловск), Б.Левин (Москва), И.Багров (Грозный).

1987 год. Ю.Митин (Пермь), В.Малашенко (Брянск), С.Сухарев (Сумы), В.Петров (Пенза), Н.Болонкин (Пенза).

1988 год. Е.Долинин (Гродно), П.Пунько (Минск), В.Зайцев (Минск), В.Туркин (Минск), Е.Штеплер (Черновцы), Б.Марасин (Киев), Л.Саломаха (Норильск).

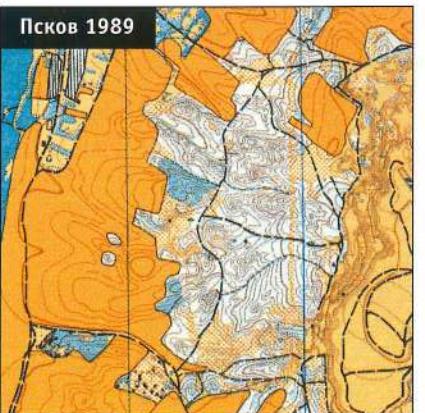
1989 год. Владимир Трунов (Курск), А.Михалев (Котовск), И.Леонтьев (Котовск), С.Гурьев (Смоленск), В.Киселев (Рига), В.Кондрашин (Горький), В.Сычев (Горький), А.Грибенок (Белгород), О.Мерзликин (Белгород), Ю.Сафонов (Белгород), А.Черемных (Красноярск).

1990 год. В.Юдинцев (Киров), В.Балабин (Москва), Е.Осипов (Улан-Удэ), А.Митяков (Хабаровск), В.Доронин (Хабаровск).

1995 год. В.Жбанчик (Тольятти), П.Иванов (Черновцы), А.Лихневский (Белгород).



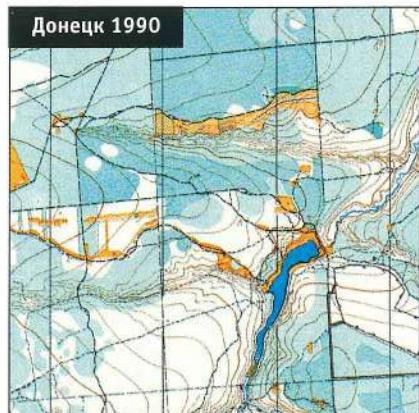
"Мемориал А.Матросова", Альоль 1986 год
А.Собанин, В.Трунов, Ю.Янин, В.Алешин



Псков 1989



Свердловск 1986



Донецк 1990



Минская обл., Хатынь 1988



Красноярский край, Минусинск 1985



Самарская обл., Тольятти 1996

1996 год. Х.Ужбаноков (Майкоп), А.Баринов (Пятигорск), В.Пызгарев (Тула).

1997 год. И.Фомин (Москва), С.Скрипко (Томск).

1998 год. В.Дьячков (Тамбов), Ю.Новиков (Белгород), В.Колопатин (Белгород), Э.Никонов (Белгород).

Я сейчас вспоминал людей, с которыми проживал полевую жизнь, с кем от года к году в разных регионах страны создавал спортивные карты и думал, а ведь какая удивительная география у нашего вида спорта, сколько я сделал карт, которые помогли кому-то познакомиться с азами ориентирования, а кому-то добиться самых высоких достижений. Все это я один конечно же не смог бы создать, поэтому спасибо Вам друзья и коллеги за совместную твор-

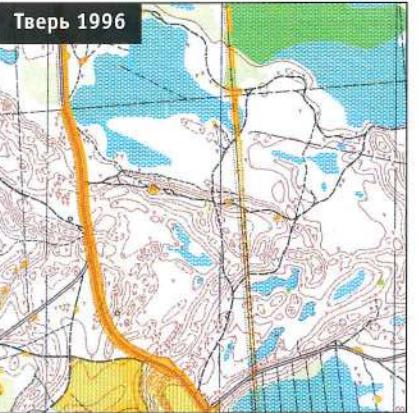
ческую жизнь в ориентировании.
Не буду исключать то, что труд многих из выше перечисленных мною специалистов должен быть приравнен к заслугам перед российским спортивным ориентированием не ниже, чем заслуги спортсменов чемпионов мира. Руководству федерации об этом не лишене задуматься, ведь не просто так и по современному мудро сказал Виктор Максимович Алешин: "Будут карты – будет ориентирование".

Г.Ш.: Список впечатляет. Этим не стыдно гордиться. Но всегда что-то есть, что беспокоит и сегодня. Что же?

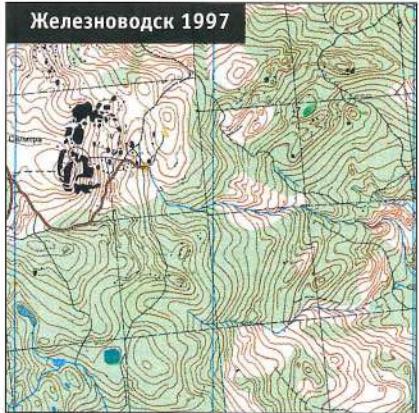
В.Т.: Сегодня почти кризисное состояние с пополнением в рядах спортивных картографов. Не охотно проявляют желание молодые рисовать карты. Почему? Говорить можно много.



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



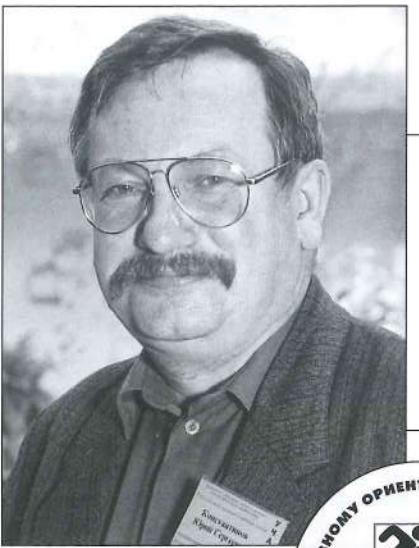
Тверь 1996



Железногорск 1997



ПРОИЗВОДСТВО
И РЕАЛИЗАЦИЯ
ИНВЕНТАРЯ
ДЛЯ
СПОРТИВНОГО
ОРИЕНТИРОВАНИЯ



Как закалялся резерв

Об истории детско-юношеского ориентирования в России.

Ю.Константинов,
вице-президент FSO России.

Директор Центра детско-юношеского туризма Министерства общего и профессионального образования РФ, судья всесоюзной категории.

Соревнования по ориентированию среди школьников проводятся давно, с тех пор, как начал развиваться школьный туризм. Формы соревнований были различные – это и прохождение по азимуту, простейшие соревнования с применением карты, а также "закрытый маршрут". Постепенно в программы почти всех туристических слетов школьников стали включать соревнования по ориентированию, они становятся популярными среди учителей, появляются первые судьи и первые тренеры. В начале 50-х годов соревнования начали выноситься за программы туристических слетов, и в эти годы начинают проводиться первенства среди школьников Ленинграда, Москвы, Горького, Свердловска и других городов и областей страны. В эти же годы соревнования по ориентированию среди школьников республик Прибалтики начинают проводиться в соответствии с требованиями, предъявляемыми на соревнованиях взрослых.

Во дворцах и домах пионеров, при детских экспериментально-туристических станциях начинают работать первые кружки юных ориентировщиков и юных судей по ориентированию, начинают проводиться матчевые встречи сборных команд школьников. Так, в 1964 году сборная команда школьников Москвы выезжала на зимнее первенство Ленинграда и на первенство Москвы принимала у себя юных ориентировщиков Ленинграда и Латвии. Соревнования показывали, что уровень подготовки карт и дистанций, уровень самой подготовки команд школьников очень различен, в то время когда во взрослом ориентировании эти различия постепенно стягивались.

Летом 1965 года в Подмосковье был проведен I туристический слет дворцов пионеров страны. Целый день слета был посвящен ориентированию, причем в этот день проводились несколько видов ориентирования: маркированная трасса, азимутальное эстафета в заданном направлении. Каждый вид проводил тот Дворец пионеров, который считал его наиболее перспективным и имел большой опыт в его проведении. Этот слет показал, что включение



Соревнования по ориентированию среди школьников проводятся давно, с тех пор, как начал развиваться школьный туризм. Формы соревнований были различные – это и прохождение по азимуту, простейшие соревнования с применением карты, а также "закрытый маршрут". Постепенно в программы почти всех туристических слетов школьников стали включать соревнования по ориентированию, они становятся популярными среди учителей, появляются первые судьи и первые тренеры. В начале 50-х годов соревнования начали выноситься за программы туристических слетов, и в эти годы начинают проводиться первенства среди школьников Ленинграда, Москвы, Горького, Свердловска и других городов и областей страны. В эти же годы соревнования по ориентированию среди школьников республик Прибалтики начинают проводиться в соответствии с требованиями, предъявляемыми на соревнованиях взрослых.

Во дворцах и домах пионеров, при детских экспериментально-туристических станциях начинают работать первые кружки юных ориентировщиков и юных судей по ориентированию, начинают проводиться матчевые встречи сборных команд школьников. Так, в 1964 году сборная команда школьников Москвы выезжала на зимнее первенство Ленинграда и на первенство Москвы принимала у себя юных ориентировщиков Ленинграда и Латвии. Соревнования показывали, что уровень подготовки карт и дистанций, уровень самой подготовки команд школьников очень различен, в то время когда во взрослом ориентировании эти различия постепенно стягивались.

Но уже в 1961 году в Москве руководитель кружка юных судей Московского дворца пионеров Валентин Михайлович Куликов начал проводить соревнования юных туристов по специально подготовленным, откорректированным и отлично вычерченным картам, уровень которых был намного выше тех, по которым стартовали взрослые участники.

Толчок к развитию ориентирования, как вида спорта, среди школьников был дан в 1969 году, когда в Ленинграде была проведена первая матчевая встреча 10 силь-

нейших команд РСФСР, в которых приняли участие сборные команды союзных республик, а также команда Болгарии. А в марте 1970 года в Перми было проведено первое зимнее первенство РСФСР, куда были приглашены и команды союзных республик. Лучшие результаты показали представители сборной команды Латвийской ССР, что заставило обратить внимание на подготовку юных ориентировщиков в РСФСР. С тех пор первенство РСФСР проводится ежегодно, причем финалу одно время предшествовали зональные соревнования, а потом первенство проводится стало по двум группам – "A" (сильнейшие) и "B". Ежегодно проводится матч 10 сильнейших команд РСФСР, в Киеве проводилась матчевая встреча сильнейших команд. Матчевые встречи позволяли сильнейшим командам школьников повышать свое мастерство, обмениваться опытом работы по развитию ориентирования в областях и республиках.

В ряде территорий наблюдалась картина, когда связь между взрослыми ориентировщиками и детскими работниками отсутствовала совсем, каждый варился в собственном соку. И только после того, как сильнейшие юные спортсмены стали успешно выступать на трассах взрослых, когда стало ясно, что без притока юных новый вид спорта не сможет развиваться, положение изменилось. В 1967 году впервые в программу Всесоюзных соревнований были включены юниоры, и с тех пор группа юниоров включается в программу всех территориальных соревнований, а с 1972 года и в программу Чемпионата ДСО профсоюзов.

Первые официальные соревнования, где сборные команды школьников союзных республик смогли на равных помериться своими силами, состоялись в 1971 году в Москве. Здесь на базе матча сильнейших команд РСФСР был разыгран Кубок ЦК ВЛКСМ, который выиграли ориентировщики Латвии. Соревнования были проведены на высоком уровне, подготовлены хорошие карты и дистанции. Необходимо отметить, что 1970-1973 годы характеризовались подъемом ориентирования в краях и областях РСФСР, соревнования стали проводиться повсеместно, появился большой от-

ряд судей, проводящий соревнования для школьников. Соревнования по ориентированию начали включаться в программу спартакиад школьников (Московская область, Горький). В 1973 году в Челябинской области открылась ДЮСШ по ориентированию, отделение ориентирования начало работать и в Ленинградской области. Большое развитие получила сеть кружков по ориентированию при детских экспериментально-туристических станциях, дворцах и домах пионеров. В этих кружках были подготовлены тысячи ребят разрядников, они сыграли свою роль в развитии ориентирования.

Начали проводиться массовые соревнования школьников, когда на старт выходило по несколько сот участников. Так, в 1974 году на соревнованиях "Апрель", проводимых Московской областной ДЭТС, принял участие более 800 школьников. По настоящему массовые школьные соревнования проводят школы №239 г. Ленинграда, №45 г. Горького, №144 г. Свердловска, №6, г. Куйбышева №154 г. Долгопрудного Московской области, Кузьмоловская школа Ленинградской области и другие, в которых на старт выходят почти все учащиеся.

В связи с развитием массовости росло и спортивное мастерство юных ориентировщиков. Все чаще в протоколах соревнований взрослых в первых рядах стали появляться фамилии школьников, появились десятки кандидатов в мастера спорта, сотни перворазрядников. Так, победители первого первенства РСФСР Ольга Мухина и Сергей Симакин, прошедшие подготовку в кружке Центральной детской экспериментально-туристической станции МП РСФСР, стали членами сборной команды страны, помимо их еще семь кружковцев станции стали мастерами спорта СССР.

Зимой 1972 года в составе участников Всесоюзных зимних соревнований в г. Туле было 24 юноши и девушки, которые занимались в кружках детских экспериментально-туристических станций, из них 7 человек мастеров спорта СССР. Все это настоятельно ставило требования проведения Всесоюзных соревнований школьников.

В 1974 году Центральная детская экспериментально-туристическая станция Министерства просвещения СССР провела в Литве первые Всесоюзные соревнования по ориентированию среди пионеров и школьников. Этим соревнованиям предшествовали соревнования в школах, районах, областях, краях, республиках. Впервые соревнования по ориентированию были проведены в 14 союзных республиках. Учитывая, что ориентирование среди школьников было развито не во всех республиках одинаково, что некоторые республики не имели природных условий для его развития, эти соревнования проводились по двум классам – "A" и "B", отбор в которые был проведен в классификационных соревнованиях по отбору. Соревнования прошли на высоком организационном уровне, спортивном уровне, явились хорошей школой не только для юных спортсменов, тренеров, но и для руководителей детского ориентирования, присутствовавших на соревнованиях. Среди участников данных соревнований были такие известные в будущем

Болгарии. Сборная команда СССР выступила ровно, но из-за снятия команды девушек в эстафете комплексного зачета не имела. Такая же участь постигла команды Швеции, Норвегии, Болгарии. Первое место в этих соревнованиях завоевала команда РСФСР, второе – ГДР, остальные команды не имели комплексного зачета. В этих соревнованиях было заметно преимущество команд Швеции и Норвегии, но команда СССР выглядела лучше команд социалистических стран.

И только в 1975 году была скомплектована настоящая сборная команда школьников СССР. Она комплектовалась по итогам I Всесоюзных соревнований пионеров и школьников 1974 года, четырех турниров отборочных соревнований, проведенных в Латвии, а также по итогам 20 дневных учебно-тренировочных сборов в Карпатах. И результат не замедлил сказаться. Чемпионка среди девушек Данута Кельмелите из Литвы заняла первое место в международных соревнованиях, Эльза Хумонен из ленинградской области была третьей, а среди юношей победил Игорь Захаров из Челябинской области. Сборная команда заняла первое место в комплексном зачете, оставив позади себя сборные Болгарии, Швеции, ГДР, Швейцарии, Австрии.

В 1976 году сборная СССР на соревнованиях "Родина-76" заняла второе место, пропустив вперед себя команду Болгарии. Характерно, что советские школьники, не попадая в число призеров в личном зачете (за исключением 1975 года), выступают очень ровно в командном зачете, показывая высокие результаты, особенно в эстафетах. В этом основная разница с командами других стран – у них сильны отдельные спортсмены, у нас – очень сильные и ровные команды.

Итоги проделанной работы по развитию ориентирования среди школьников подвели II Всесоюзные соревнования, которые проводились в 1977 году в Ярославской области и в которых приняли участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнованиях "Родина", в которых принимают участие команды из многих стран. В 1970 году член сборной команды РСФСР О.Мухина заняла среди девушек первое место. В 1971 году на эти соревнования выезжали уже команда Латвии, занявшая второе место, и команда РСФСР, занявшая третье место.

Летом 1970 года в Литовской ССР проводились международные соревнования с участием сборных команд союзных республик, куда была приглашена и команда Народной Республики Болгарии. В свою очередь Болгария пригласила команду РСФСР принять участие в международных соревнования

СОРЕВНОВАНИЯ

СОРЕВНОВАНИЯ

Фото: А.Киселев, А.Кузьмин, Ю.Янин

стоп кадр или спортивное ориентирование



ГЛАВНЫЙ СПОНСОР ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ РОССИИ
по лыжному ориентированию

ЗИМНИЙ СПОРТ
WINTER SPORT



Валерий Игнатенко

Невысокий худощавый парень с на- смешливыми глазами и копной черных волос, в синих тренировочных

Первый мастер спорта СССР

по спортивному
ориентированию

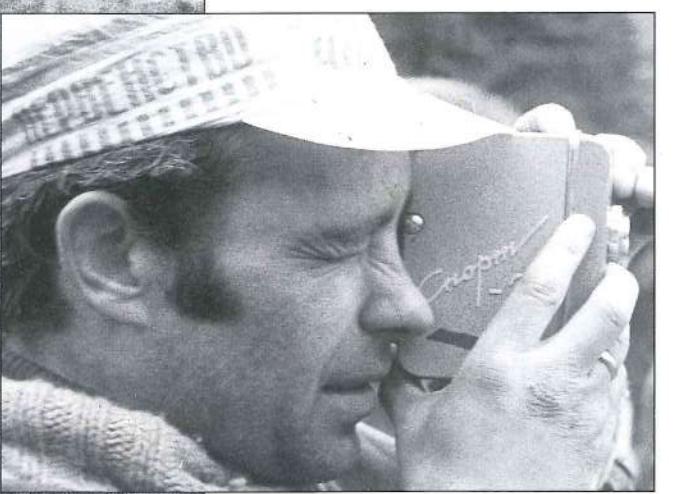
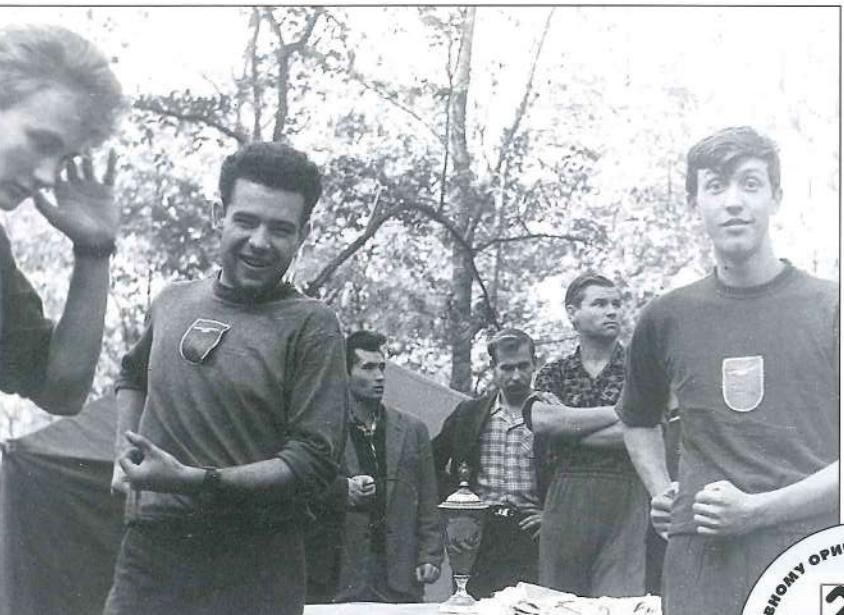


Фото из семейного архива

брюках с аккуратными разноцветными заплатками и галстуком-селедкой на голой груди. Таким в первый раз я увидел Валеру Игнатенко на слете туристов МАИ сорок лет назад. Он запомнился сразу – непредсказуемостью мышления, непоколебимой убежденностью в своей правоте, совершенно неожиданными знаниями тонкостей в глубоко специфических вопросах и обладанием немоверного объема самой различной информации. Кстати, позднее последнее качество принесло ему популярную среди "маевцев" кличку "Главземшарсправка". И, безусловно, он выделялся своей спортивной подготовкой. Лыжник – перворазрядник. В те времена это было убедительной характе-



ристикой. Вполне закономерно, что вскоре он стал одним из лидеров туристской секции института. Спортивные турпоходы высшей категории сложности, которыми руководил Валера, могли бы послужить темой для специального рассказа – настолько они были необычными по замыслу и яркими по воплощению.

С конца 50-х годов в Москве настал бум соревнований по закрытому маршруту – прообразу современного спортивного ориентирования. Бегали ночью, командами, с рюкзаками. Успех в состязаниях почти полностью зависел от ведущего – капитана команды. Для меня сейчас кажется вполне естественным, что Валера очень быстро стал лучшим "маевским" ориентировщиком. Как однажды про него сказал один из наших ветеранов Саня Баринов: "У этого парня есть нюх". Вы можете смеяться, но в те годы это качество было необходимым. Старые, мягко выражаясь, несовершенные карты требовали не только умения читать ситуацию, но и распознавать, чему можно верить, а чему нельзя.

В начале 60-х годов все шире проводятся личные соревнования. Валера буквально врывается в московскую элиту ориентировщиков, и в 1965 году на зимнем матче 16 городов в Свердловске он одерживает свою первую громкую победу. Через несколько месяцев на Всесоюзных летних соревнованиях он занимает второе место. Следующий год вошел в историю отечественного спортивного ориентирования – появились первые мастера спорта. И первым среди первых стал Валерий Андреевич Игнатенко, который летом 1966 года завоевал золотую медаль на матче 8 городов СССР, а с ней и почетный серебряный знак.

Шли годы. Валера окончил МАИ и начал работать в ВИСТИ (Всесоюзный институт спортивного и туристского инвентаря). Там он, что называется, пришелся ко двору и стал ведущим специалистом в электронном обеспечении крупнейших соревнований. Здесь же он создал первую в стране электронную систему "Финиш" для состязаний по ориентированию, с которой исколесил весь Союз. И сейчас символическая память

– электронное табло ежегодно появляется на соревнованиях на Псковской земле, которую Валера очень любил.

В 1968 году Валера еще раз поразил всех, когда на своей свадьбе познакомил нас с невестой. Один из друзей с грустью сказал тогда: "Не пытайтесь меня женить и не ищите для меня невесту – все равно такой красивой я никогда не встречу". А ориентировщики с тех пор ежегодно получали приглашение, украшенное сплетенными обручальными кольцами: "Райса Федоровна и Валерий Андреевич приглашают Вас на соревнования, посвященные годовщине свадьбы". По-видимому, после женитьбы Валера должен был бы остановиться. Но этого не произошло. По-прежнему он оставался одним из лидеров московского ориентирования. Валера не ошибся в выборе супруги не только по внешним и внутренним качествам, Раиа была очень спортивной и вместе с Валерой выходила на старты и не только, в 1975 году она выполняет звание мастера спорта! Мы помним, как они и маленький Петьку втянули в ориентирование. Так образовалась счастливая семья московских ориентировщиков. Валера всегда был упрямым, ершистым, не-примиримым к любой несправедливости человеком. Его прямota нередко доходила до резкости, поэтому помимо огромного числа друзей существовали и недруги. Но это были не только его недруги.

Я до сих пор поражаюсь его феноменальной памяти, поистине фантастическому знанию Подмосковья. Уже в середине 60-х годов многие ориентировщики поняли полную несостоенность применяемых на соревнованиях карт. Одним из первых, кто не только понял это, но и принял на себя непостижимый труд по созданию современных спортивных карт, был Валера Игнатенко. И если многие новаторы использовали топографическую карту, то он, как правило, работал "с чистого листа". Подмосковная местность – не самый лучший объект для спортивного ориентирования. Валера это прекрасно понимал, постоянно искал лучшее, оригинальное, а если и не находил, то старался из невозможного

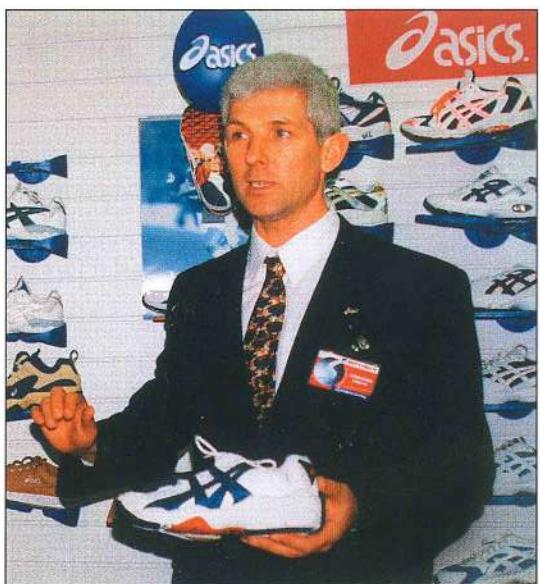
сделать "конфетку". Валера и здесь делал все не как все. Съемку он вел чисто геодезическим методом. В лесу вел схематический абрис, на каждый объект брал угол (азимут) в градусах, и превышение в метрах и сантиметрах. Потом все эти, только ему понятные, измерения накладывались дома на планшет, т.е. рисовал местность не с натурой и камеральным способом. Когда все было готово, снова выходил в лес и шлифовал содеянное. Этот метод был очень трудоемким, но и очень точным. Пожалуй, он был единственным в стране, рисовавшим карты таким способом.

Его самые успешные старты приходятся на конец 60-х – начало 70-х годов. Я не хочу сказать, что позднее он исчез со спортивного горизонта. Нет. Валера постоянно находился в гуще событий, прекрасно для своего возраста выступал на состязаниях самого различного ранга. Одним из первых он понял необходимость регулярных тренировок (смешно сказать, но даже сильнейшие ориентировщики страны тренировались от случая к случаю, когда появлялось свободное от работы время). До самого последнего года своей жизни он регулярно пробегал 50 километровый марафон "Лыжня России".

Оценивая нынешнее состояние спортивного ориентирования и наши успехи за рубежом, с горечью сознаешь, что такие спортсмены родились чуть-чуть раньше срока, раньше того времени, когда они смогли бы проявить всю силу своего таланта.

Что еще сказать о моем друге? Прошло уже пять лет, как Валера ушел от нас. Его отсутствия друзья категорически не принимают. Мы часто собираемся, вспоминаем молодые годы, турпоходы, соревнования. И Валера Игнатенко находится всегда среди нас непременно. ■

Е.Иванов,
председатель туросекции МАИ
1956–1963 гг., отв. секретарь
Всесоюзной секции ориентирования
1965–1975 гг., МС, СВК,
почетный член ФСО России



Обувь скороходов

Кроссовки, которые мы выбираем.

Продукцию фирмы ASICS представляет менеджер компании СПОРТМАСТЕР Сергей Агибалов.

Кроссовками сейчас не удивишь: хочешь — на рынке покупай, хочешь — в ГУМе. На все вкусы, потребности и кошельки. Но какие кроссовки выбрать? Конечно же, удобные, красивые, прочные и не очень дорогие. Желательно — известной фирмы. Какой? Например, ASICS.

Возможно, вам не знакомо это название, хотя ASICS — один из крупнейших брендов в производстве спортивной экипировки.

Впрочем, быть может кто-то помнит кроссовки TIGER — не так давно они были безумно популярны в нашей стране. ASICS Corporation образовалась на основе японской корпорации ONITSUKA TIGER, и сегодня это огромная транснациональная компания. Как и все крупные производители спортивной обуви, компания ASICS сделала



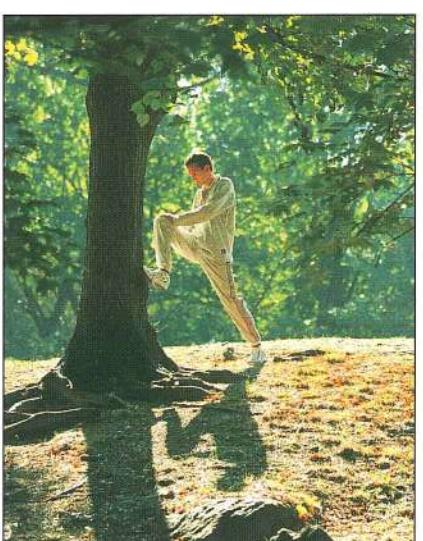
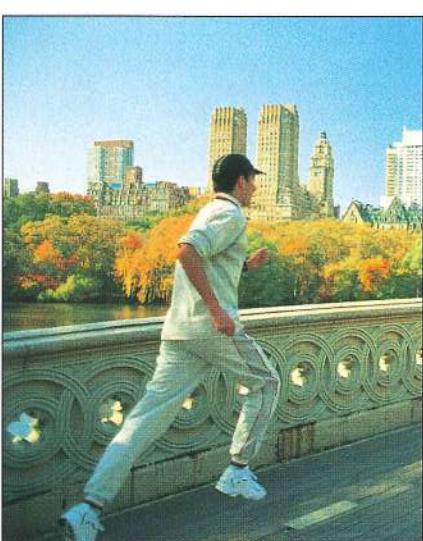
ставку на развитие и применение передовых технологий — и попала... нет, не в десятку, а в пятерку ведущих спортивных фирм. Для того, чтобы в этих кроссовках можно было не просто бегать, а почти летать, работает целый научно-исследовательский институт спорта в городе Киото (Япония). Уникальные разработки поставили кроссовки ASICS в один ряд со всеми "рибоками" и "адидасами". Наиболее выдающеся изобретение ASICS — это ASICS GEL Cushioning System, до сих пор не превзойденная по своим характеристикам амортизационная система.

Бег, при том что это естественный для человека способ передвижения, связан с весьма ощущимися для организма ударными нагрузками. В среднем на каждую ногу приходится вес, в 7-9 раз превышающий ваш собственный. Предотвратить боли в ступнях, коленях, подколенных сухожилиях и спине при-

званы амортизационные системы, смягчающие удары и вибрацию в момент постановки стопы на грунт. ASICS GEL — это желобобразное вещество на основе силиконов, запаянное в прочную пластиковую капсулу. Он позволяет гасить не только прямые, но и боковые скользящие удары. Более того, ASICS GEL не теряет своих

свойств при изменении температуры или давления воздуха, не вытекает при повреждении капсулы, как это случается с системами на основе газов. Он не садится, не прессуется, как пенистые материалы.

Кроссовки ASICS — это высокофункциональная спортивная обувь, созданная с учетом классических положений ортопедии, биомеханики и новейших технологических разработок. Дополнительную амортизацию создает легкая, обладаю-



щая низкой теплопроводностью промежуточная подошва из этиловинилацетата (EVA). Стабилизирующая вставка DUOMAX надежно фиксирует стопу, предохраняя ее от чрезмерной подвижности. Пластина-спиннер TRUSSTIC гарантирует анатомически правильную постановку ступни и предупреждает развитие плоскостопия. Раздвоенный каблук SPLIT HEEL и внешняя подошва WAVE DUOSOLE способствуют гибкости, усиленному контролю при приземлении и отличному сцеплению с грунтом. Две канавки в передней части подошвы FLEX GROOVES придают дополнительную гибкость без уменьшения толщины подошвы и ее амортизационных качеств.

Выступы и канавки KEEF позволяют быстро изменять направление движения и предотвращают боковое скольжение. Износостойкая резина AHAR увеличивает срок службы кроссовок. Вот почему именно ASICS стали наиболее популярной обувью среди бегунов, особенно марафонцев. Более 30% участников престижнейших Парижского, Лондонского марафонов 1997 г. и почти все победители Московского международного марафона Мира 1997 г. бежали в кроссовках ASICS. Известны случаи, когда спортсмены, связанные контрактными обязательствами с другими фирмами, на ответственные соревнования надевали ASICS, заклеивая логотип лейкопластырем.

Тех, кто занимается спортивным ориентированием, скорее всего, заинтересуют специализированные модели для длительных кроссов зимой и в межсезонье (GEL-

NANDI, GEL-TRA-BUCO, GEL-130 TRAIL).

Они изготавливаются из водоотталкивающей нейлоновой сетки, усиленной синтетической кожей и нубуком. Внешняя подошва с агрессивным рисунком протектора делается из "вечной" износостойкой резины

AHAR, причем носок и пятка укрепляются дополнительно. В конструкции этих моделей нашли применение все инновации и патентованные разработки ASICS, такие как промежуточная подошва из EVA, системы контроля устойчивости стопы DUOMAX и TRUSSTIC, вставки ASICS GEL.

Классические беговые модели ASICS из натуральной кожи (GEL-130 LE, GEL-2000) и синтетических материалов (GEL-MAGNUS, GEL-HEAT, GEL-PROPEL II, GEL-SPORT) одинаково хороши как для занятий спортом, так и для повседневной носки.

Кроме того, ASICS предлагает игровые кроссовки для волейболистов, теннисис-

тов, футболистов, а также женские модели для занятий фитнесом.

Новые коллекции сезона весна-лето'98 — в магазинах торговой сети СПОРТМАСТЕР.

Оптовый центр СПОРТМАСТЕР: улица Бориса Галушкина, дом 7, 2-й этаж.

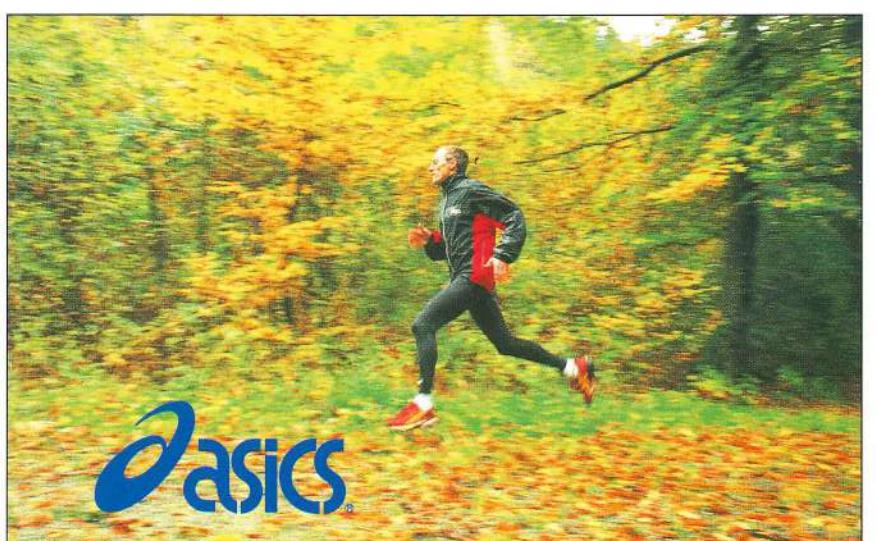
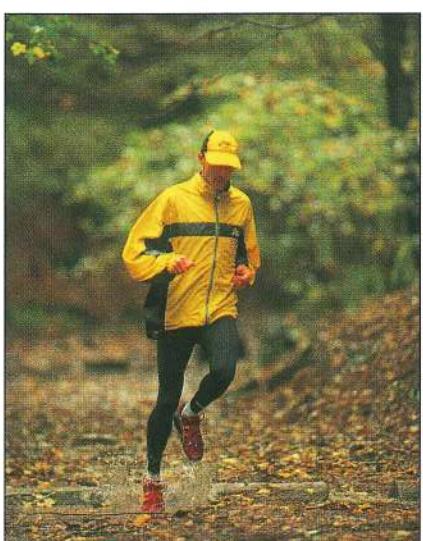
Салон-магазин КЕТТЛ ЕР-СПОРТ: Ленинский проспект, дом 21.

Магазин СПОРТМАСТЕР: Ленинский проспект, дом 81.

Магазин СПОРТМАСТЕР: Манежная площадь, ТК "Охотный ряд", 2-й этаж.

Магазин СПОРТМАСТЕР: ВВЦ, павильон "Москва", 3-й этаж.

Секция СПОРТМАСТЕР в магазине ПЕРЕКРЕСТОК: Алтуфьевское шоссе, дом 40-Д. Телефон единой справочной службы СПОРТМАСТЕР: 956-28-10.



Азимут-Дружба

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ СРЕДИ ВЕТЕРАНОВ

Вот и закончился очередной чемпионат ветеранов, так обычно начинается репортаж. Но о белгородском стоит сказать особо. Дело в том, что идея встретиться ветеранам бывшего Союза зрила давно и только теперь осуществилась. К сожалению, не подъехали белорусы, молдаване и казахи. Украина была представлена известными центрами ориентирования – Харьковом, Днепропетровском, Запорожьем и Черкассами и, конечно, достойными мастерами магнитной стрелки.

Посвящались эти дружественные соревнования 35-летию отечественного ориентирования, а официальная эстафета так и называлась – "Азимут-Дружба". Дело в том, что все ветераны условно разделены по возрасту, команды формировались по сумме лет трех участников, и носили несколько экзотические названия: "Ветераны – 90–104 года"; "Суперветераны – 105–149 лет"; "Старейшины – 150–194 года"; "Патриархи – 195 лет и старше". Ажиотаж на дистанциях и при формировании команд был невиданный. Эстафета явно удалась. Теперь решили ее вписать в программу чемпионатов, правда, были предложения подумать над названиями групп более тщательно.

Палаточный городок раскинулся на классной поляне, примыкающей к речке. Она-то нас и спасала, т.к. жара была африканская – +42 градуса! Сколько братания, задушев-

ных посиделок у костра, 100 ветеранских граммов – не счесть.

Спасала нас и еще одна речка – пивная. Пиво действительно лилось рекой. Его не только успевали охлаждать, но и подвозить!

Впервые за всю историю ветеранских состязаний круглосуточно работал бар! Организаторы сознательно пошли на риск, правда, получили замечание от одной нашей почтеннейшей дамы, но бар не закрыли. Лично я



пиво не пью, но от души радовался за своих товарищей – им так было хорошо!

Белгород и раньше проводил большое количество соревнований, причем серьезного ранга, но вот уже несколько лет федерация находилась в спячке. На этот раз председатель Белгородской федерации ориентирования В. Трунов провел тотальную мобилизацию. Под флаг ориентирования были призваны все, кто двигался, от ветеранов (Ю. Черных, Э. Никонов, В. Колопатин, О. Мерзликин, Ю. Новиков, И. Дмитриев) до элитных мастеров (В. Новиков). Но без директора областного центра детско-юношеского туризма, нашего коллеги – кандидата в мастера спорта по ориентированию Виктора Ченцова чемпионата просто не было бы. На дистанциях появились А. и Н. Свирь, Гостищевы, Л. Картова, А. Ехлаков, А. Стрижаков. И даже гость из Норильска Л. Соломаха. Были и аборигены из далекой Якутии, Читы, но рекорд дальности принадлежал Г. Аникиной из Магадана. Дружную команду из Адыгеи возглавил Аслан Хуако. Были и звезды – чемпионка мира среди девушек Татьяна Переляева из Москвы – она выступала в матче

"Кубок первого салюта". Помогал инспектировать дистанции своему отцу член сборной команды России Валентин Новиков – недавний герой О'Рингена – третье место в борьбе с сильнейшими спортсменами мира по сумме пяти дней. Ошеломляющий успех! Приехал из соседнего Харькова член сборной Украины Сергей Данько. Из Черкасс – очень сильная пара Н. и Т. Божко. Были спортсменки, выступающие на российских элитных чемпионатах: Татьяна Корнеева (Екатеринбург), Лариса Скрипко (Томск) и др. И все же самыми многочисленными были группы 45–55–55. Приехали известные ориентировщики семьями – Бортновские, Перележевые, Новиковы, Соловьевы, а Безымянных было аж четверо!

Но удивили всех М. Замота (Адыгея), выиграв обе дистанции у именитых соперников, и неувядаящая Лилия Пух из Запорожья. Возглавляли все наше сообщество старейшина участников Великой Отечественной войны Виктор Гаврилович Романов из Москвы иуважаемые и почтенные дамы: Нонна Соловьева (Санкт-Петербург) и Ольга Буткина (Казань).

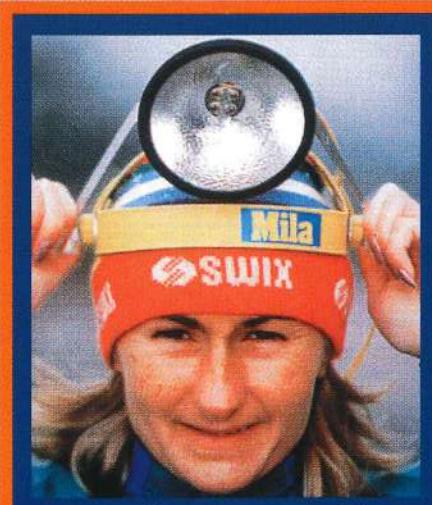
И все же убойный день был последний – эстафеты. Мы вспоминали знаменитый "Ильвес" и не просто так. Ветераны объединились в команды сами, больше по дружбе, чем по необходимости. Борьба разгорелась не на шутку. В одной из групп было 25 команд! Кто победил? "Азимут-Дружба"!

Несколько слов о технической части. Опрос показал, что организаторам надо было на картах эстафет провести состязания на классических дистанциях, на скоростной карте – эстафету, а на третьей – укороченные дистанции. И все было бы о'кей! Знаем, что служба дистанции, возглавляемая А. Лихневским, работала "не жалея живота своего", но все же ошибок не избежала. Практически без сбоя отработал секретariat (гл. секретарь И. Дмитриев), да и остальные службы не подвели.

Ветераны отмечали теплый прием и благожелательность. Дешевое и вкусное питание (кстати, следует взять на заметку организаторам), прекрасный бар и запоминающуюся дискотеку. Дело в том, что в период чемпионата мы так дожди и не дождались. А вот в последний день он пошел, было это в 22 часа, в самый разгар дискотеки! И никто с дискополя не ушел. Мы благодарны всем тем, кто вложил в чемпионат хоть частичку своего труда, своей души. А мы это всегда чувствовали. И все же отметим тех, без которых чемпионат не состоялся бы. О. Ченцове мы уже писали. Прекрасна была и кухня. А вот один из лучших спортивных картографов России Виктор Трунов выступил в новом качестве – главным судьей. Удалось ли ему новое амплуа? В любом случае, спортсмены невидимые миру слезы не заметили, а это не всем удается.

Спонсоры постарались и полностью взяли на себя призовой фонд. Особо мы благодарны фирме "Московский компас" (президент С. Хропов), "Фонду поддержки и развития спортивного ориентирования" (президент И. Столлов), ООО "Редакция журнала "Азимут" (директор Ю. Янин), а также ФСО России. □

Председатель Совета ветеранов
Г.Шур
фото О.Глазырин.



с "Милей"
любая трасса
станет освещенной!

Mila®

Для лыж, бега, велосипеда, ориентирования, альпинизма, охоты, спасательных и розыскных работ.

Ближний / дальний свет 10 / 20 ватт.
Никелево-кадмийный 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



Урок ведет
Ольга Глаголева

УРОК СЕЛЬМОЙ

Соблюдение грамотного соотношения общей физической и специальной физической подготовки.

Правильное сочетание ОФП и СФП, особенно на начальных стадиях занятий любым видом спорта, а особенно видами спорта, требующими больших физических нагрузок, являются гарантией гармонического развития ребенка, а главное – гарантией предупреждения травматизма. Грамотное сочетание ОФП и СФП позволяет на всех этапах занятия спортом исключить вредное влияние чрезмерных нагрузок на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма.

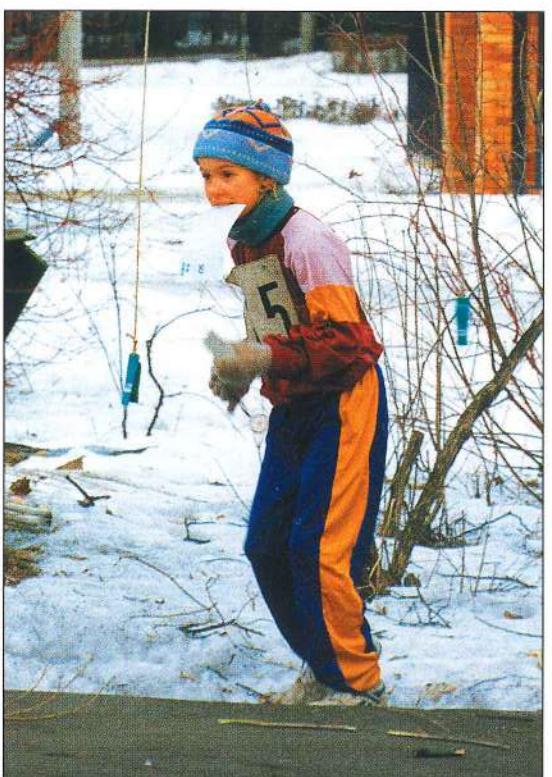
Преобладание общей физической подготовки в первые годы занятий продиктовано необходимостью укрепления мышц опорно-двигательного аппарата. Прежде всего это мышцы стопы, поддерживающие поперечный и продольный своды стопы, для предупреждения плоскостопия. Печальная статистика показывает, что 50% бегунов, на разных стадиях жизни, страдают заболеваниями ног, причиной которых является уплощение стопы.

Детям, страдающим плоскостопием, в любой степени опасно без специальной подготовки приступить к занятию видами спорта, связанными с бегом.

Необходимость поддержания свода стопы связана с наличием при беге удара о землю, первой рессорой при котором является стопа. Второй рессорой, смягчающей удар, является коленный сустав, которому тоже необходимо уделять большое внимание.

Не секрет, что среди травматизма травма колена занимает не последнее место. Здесь хотелось бы напомнить, что при укреплении связочного аппарата коленного сустава недопустимо применение упражнений, где угол сгибания в коленном суставе даже под нагрузкой собственного тела достигает менее 90 градусов (все глубокие приседания и т.д.).

Особое внимание необходимо уделить укреплению мышц, поддерживающих позвоночник в вертикальном положении. После стопы и коленного сустава удар принимает на себя позвоночник, а точнее межпозвоночные диски, которые находятся между позвонками и состоят из хряща. При каждом ударе о землю у бегущего человека нагрузка на диск увеличивается. Если мышцы, поддерживающие позвоночник, слабые, то нагрузка на диск может быть настолько велика, что со временем вызовет нежелатель-



ное изменение в межпозвоночных дисках. Это, в свою очередь, приводит к неравномерности в высоте диска, что может привести к сдавливанию нервов и сосудов, проходящих в канале позвоночника. Неравномерность диска вызывает искривление позвоночного столба и несимметричную работу мышц, что является причиной возникновения болезненных ощущений в мышцах и головных болей.

К мышцам, поддерживающим позвоночник, относятся мышцы спины (длинные мышцы спины), мышцы шеи и мышцы брюшного пресса.

Существует большое количество методик развития этих мышц, но главное при подборе упражнений – исключать травмоопасные упражнения, связанные с переизгибанием позвоночного столба.

К большому сожалению, мы часто считаем главной задачей в первый год – научить ориентироваться, забывая о самой главной задаче детского спорта – здоровье детей. Умелое сочетание ОФП – СФП и обучения технике ориентирования – залог безопасности для здоровья ребенка занятий спортом.

Теперь немного поговорим о безопасности детей в период начального обучения ориентированию:

Как обезопасить себя и учащихся? Прежде всего соблюдайте педагогические принципы при построении своей работы. Особое внимание следует обращать на три из них: доступность, индивидуализацию и постепенное повышение требований.

Доступность: задания, соответствующие учащимся, по возрасту и уровню подготовки.

Индивидуализация: учитывать природные способности детей одного возраста к ориентированию, ощущению себя в пространстве и т.д.

Постепенное повышение требований: соблюдение поочередности освоения навыков ориентирования от простых к более сложным.

Осуществляйте контроль за усвоением учащимися изучаемого навыка, не переходите к следующему (более сложному), не убедившись, что вся группа усвоила изучаемый элемент.

Первые задания на работе с картой на местности должны быть максимально простыми. На первых порах постарайтесь не выпускать детей в лес без сопровождающих взрослых. Переход к самостоятельному ориентированию нужно тщательно продумать. Карта должна иметь ограничивающие ориентиры. Желательно использовать открытую местность с большим количеством крупных ориентиров и дорог.

Безопаснее начинать с ориентирования "звездочкой", где каждое звено состоит из одного контрольного пункта (старт – КП №1 – старт – КП №2 – и т.д.), а ребят, неуверенных в себе, можно послать парами. Главная задача первого самостоятельного выхода в лес – не испугать ребенка, т.е. полное понимание и безопасность. Не выпускайте детей, не обучив аварийному азимуту.

Соревнования по ориентированию для детей

Любые соревнования по спортивному ориентированию, проводимые для детских возрастных групп, должны прежде всего отвечать требованиям безопасности для жизни и здоровья детей.

Для этого необходимо соблюдать следующие требования:

1. Местность: с ограничивающими ориентирами с четырех сторон, отсутствие опасных мест.

2. Карта: масштаб 1:10000, обязательно герметизированная.

3. Планировка дистанций: при наличии группы МЖ-10 нанести на карту "нитку" по неоптимальному пути и повесить маркировку. Дистанция для этих групп должна соответствовать первому уровню обучения, т.е. на каждом повороте по контрольному пункту. Начиная с групп МЖ-12 необходимо продумать вариант участия в соревнованиях слабоориентирующихся детей. Для этого можно участников делить на группы А и В, соответственно их возможностям, на усмотрение тренера. Возможен вариант введения группы "Н" – новички, где ребята разных возрастов, но только что начавшие заниматься ориентированием.

Никто из детей не должен остаться разочарованным. Планируйте дистанции соответственно возрасту. Не экономьте на безопасности для детей, делая срезку дистанций МЖ-21 для группы МЖ-12.

4. Наличие скорой медицинской помощи на финише.

5. При проведении выростного старта старт младших групп максимально должен быть приближен к центру соревнований.

6. Выбирайте время старта соответственно погодным условиям, не допускайте перегрева летом и обморожений зимой.

Требования к тренерам

1. При заявке выбирайте дистанцию соответственно возможностям ребенка. Участие по более старшей возрастной группе допускайте очень осторожно, только в исключительном случае.

2. Следите за осуществлением медицинского контроля. Не допускайте детей к соревнованиям в болезненном или ослабленном состоянии. Ответственность за здоровье детей лежит на вашей совести.

3. Не выпускайте в лес ребят, не владеющих "аварийным" азимутом. Каждый участник, выходящий на дистанцию, должен знать, что в том случае, если он вовремя не закончил дистанцию, заблудившись или получив травму, его будут искать. Разработайте с ребятами те способы, которыми они помогут службе поиска их найти. Перед выходом на дистанцию проверьте у детей знания ограничивающих ориентиров.

4. Следите за одеждой, в которой дети выходят в лес. Не допускайте возможного переохлаждения или перегрева, а также обморожений. Особенно важно не выпускать ребят в лес без компаса. Наличие природной

интуиции не всегда спасает от несчастного случая.

5. Внушайте ребятам мысль о том, что каждый из них обязан оказать помощь заблудившемуся или получившему травму товарищу. Хорошо, если юные спортсмены будут знать приемы первой до-врачебной помощи.

Безопасность при проведении учебно-тренировочных сборов и спортивно-оздоровительных лагерей

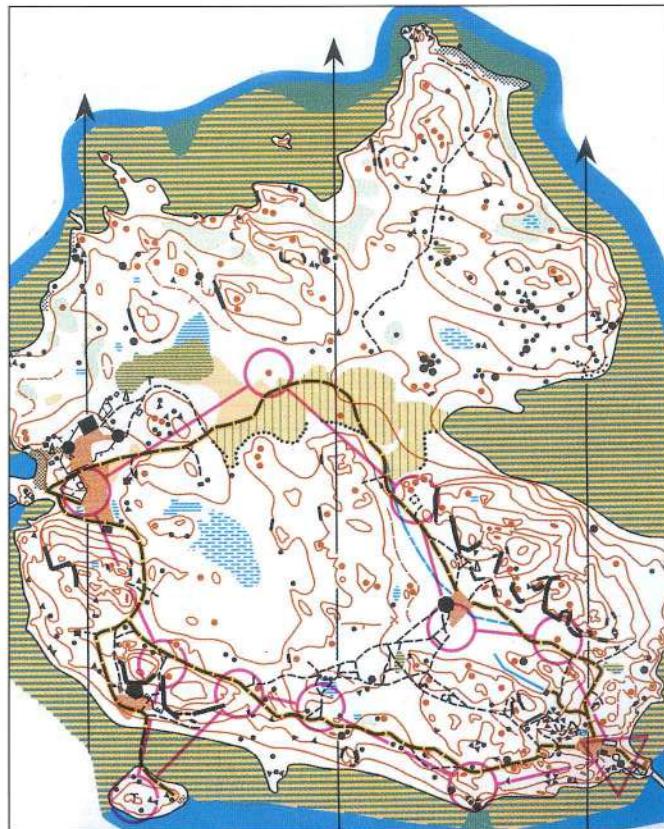
1. При выезде с детьми на длительный срок каждому тренеру полезно знать некоторые особенности отъезжающих. С этой целью можно предложить родителям заполнить анкету, где наряду с паспортными данными нужно указать:

a) Особенности здоровья: наличие пищевых и прочих аллергических реакций, сведения о перенесенных инфекционных заболеваниях, переносимость лекарственных препаратов, наличие хронических заболеваний и способы ликвидации их острых периодов. Очень важно иметь информацию о принятых в семье способах борьбы с высокой температурой и т.д.

b) Желательно указать в анкете, где будут находиться родители в период проведения мероприятия с указанием адреса, телефона или иного способа связи.

c) Умеет ли ребенок плавать. Это поможет вам избежать несчастных случаев на воде.

2. Каждый УТС начинается с переезда. При правильной организации он не причинит неприятностей. Перед дорогой сообщите ребятам подробный маршрут следования, места пересадок. Рассясните правила пове-



дения в транспорте.

3. Не оставляйте детей любого возраста без присмотра взрослых в местах повышенной опасности: у костра, у плиты, у водоемов во время купания.

4. При отсутствии медицинского персонала имейте при себе аптечку.

Все это не трудно, но сильно снижает вероятность несчастного случая.

Уважаемые коллеги! На свете нет ничего дороже жизни и здоровья наших детей. Давайте вместе его беречь и преумножать. Постараемся сделать спортивное ориентирование самым безопасным видом спорта во всех отношениях.

Желаю удачи.
С глубоким уважением к Вам.

P.S. Конечно, это не все, но вы дополните это сами, исходя из вашего опыта. Спасибо за многочисленные письма.

**ГЛАВНЫЙ СПОНСОР ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ РОССИИ
по лыжному ориентированию**

ЗИМНИЙ СПОРТ — **WINTER SPORT**

→ MOROTTO →

MOROTTO

STAR
SkiWax

МОСКОВСКИЕ ПАТРИАРХИ

Разные судьбы

В этом номере мы знакомим вас со старейшими действующими ориентировщиками России. Все они близки по возрасту, все не мыслят себя без спорта. У всех яркие биографии, у всех воспоминания о нелегких пережитых годах войны, и все же судьбы у всех разные. Но несмотря на преклонный возраст, они живут полной жизнью, стартуют, имеют хобби, строят планы. Популярный в свое время лозунг "спорт и труд – рядом идут" здесь вполне уместен.

Мы снимаем шляпу перед ними с благодарностью за защиту отечества, за их самоотверженный труд, за их оптимизм и жизнерадостность, за их преданность спорту.

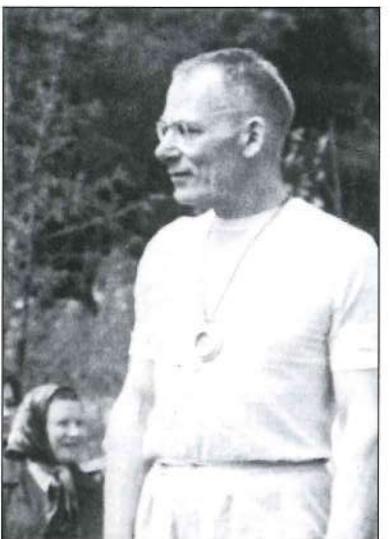
Долгих вам лет жизни и удачных стартов на лесных стадионах.

Редакция благодарит В.И.Мартишеву, В.А.Руцкова и самих героев очерков за деятельное участие в подготовке материала.



35 лет
1963 – 1998

Старейший из старейших



1983 год в живописных окрестностях Раменского шли IV Всесоюзные соревнования ветеранов. Не очень понятны были возрастные группы 56, 62, а старше вообще не было. Тогда опытные прибалты столкнулись с московскими "дедами", и "деды" разнесли их в пух. Первым был Лев Николаевич Галлер, вторым Виктор Гаврилович Романов и третьим Вадим Александрович Руцков. Еще до старта 72-летний Лев Николаевич сокрушался, что ему надо состязаться с "молодыми", но все же стал чемпионом.

Кто же такой Лев Николаевич? Феномен или хорошо подготовленный

спортсмен. И то, и другое. Имеет разряды по 19 видам спорта! Это уже

близко к рекорду Гиннеса. Но соблюдение режима, регулярные тренировки на протяжении всей жизни и делают таких людей целеустремленными и спортивными. Первым призом в жизни Льва Николаевича был костюм с начесом, который он выиграл в гладком беге на 400 метров на Всеукраинской спартакиаде в 1933 году в Харькове.

Инженер-энергетик, он много лет работал на стройках в Минморфлоте,

Минтрасстро и проектных институтах. На фронт не взяли, и не только

из-за близорукости, а больше по национальному признаку. Лев Николаевич был из немцев, да еще не из рядовых, а из боронского клана.

Но несмотря на это вкалывал он как и все. В свои 50 он уже был почетным членом ДСО "Водник" и "Локомотив". Там, где он работал, всегда

кипела спортивная жизнь и всегда вожаком был Лев Николаевич. Шли

годы, марафонские пробеги давались все тяжелее, болели надкостицы

и ахиллы, лыжные гонки тоже становились нелегкими. Но он все равно

участвовал в соревнованиях клуба "Дома учених" и клуба ветера-

нов-лыжников. В Доме ученых познакомился Лев Николаевич с Вади-

мом Александровичем Руцковым. Долго уговаривать Льва Николаевича

не пришло, и он в свои 63 года появился на лесном стадионе. Физи-

чески он был прекрасно подготовлен, но освоить сложный в техничес-

ком отношении новый вид спорта даже для молодых проблема.

Но именно любознательность и возможность ухода с асфальта взяли

свое, и Лев Николаевич быстро вписался в старейшую группу ветера-

нов.

Хочется отметить необыкновенную скромность этого человека. Бывало,

натянет тент и уйдет на дистанцию. Если дождь, все быстренько двигаются

под его тент, а он придет, возьмет свой рюкзачок и пойдет пере-

одеваться в кустики. Никогда от него не было слышно не то что грубо-

го слова – повышенного тона. Одевался он скромно, радовался как ре-

бенок, когда ему доставалась премия, связанная с ориентированием (ком-

пас, рюкзак, костюм).

На старте он всегда повторял свою знаменитую

фразу, особенно на выездах: "Не волнуйтесь, я скоро приду", – и при-

ходил. По его удивительной мускулатуре можно было изучать анатомию

человека, несмотря на преклонный возраст.

Чем только не увлекался Вадим Александрович: бег, лыжи, волейбол,

велосипед; в его спортивной биографии были даже бокс и парашют-

ный спорт. Но основательно он занимался плаванием и до войны был

участником спартакиад – Всероссийской вузов и РСФСР, и настольным

теннисом, но эту любовь он сохранил и до сегодняшних дней. А в ориентировании он пришел лишь... в 50 лет, но уже навсегда. Куда бы ни забрасывала судьба геолога, то ли в Якутию, то ли в Афганистан, Вадим Александрович организовывал там физкультурную работу и проводил соревнования. И все же он сам отмечает особые вехи своей физкультурно-спортивной деятельности.

Это организация суперкоманд по спортивному ориентированию в отраслевом совете МГС ДСО "Спартак" и "Зарубежгеологии". В то время команда МГС "Спартак" была одна из сильнейших в стране, а какие имена: Лидия Кулинина (Кривоносова), Тамара Бортковская, Геннадий Воронцов, Александр Прохоров и др. Жаль, что команда распалась, сетует Вадим Александрович, но друзья остались.

Мне и стареть не скучно, я старею вместе со своими друзьями, но все мы стареем и сейчас с большим удовольствием.

Это и выполнение звания КМС по настольному теннису в 51 год! И подтверждение звания до 70 лет. Это выигрыш звания чемпиона в г. Кабул в 1962 году, где соревновались не только афганцы, но чехи и китайцы.

Как-то так получилось, что Вадим Александрович параллельно выступал до сих пор на двух фронтах: в любимом с детства настольном теннисе и в своем профессиональном виде – спортивном ориентировании. Чемпионское звание Союза и России в этих видах он завоевывает каждый год, уже в течение 30 лет. Не счесть медалей, дипломов и сувениров, хранившихся в доме Вадима Александровича – позавидуешь этому человеку, у которого и сейчас возникают, не свойственные вроде бы пенсионеру проблемы, особенно в выходные дни. Что класть в спортивную сумку – компас или ракетку. Ехать на чемпионат России по ориентированию или в научную экспедицию по изучению аномальных явлений (биология НЛО), на чемпионат Европы по настольному теннису или на "Лыжню России".

Но в любом случае ежедневная плотная зарядка, бег, дыхательная гимнастика, психоэнергетическая тренировка – и жизнь становится прекрасна. Вроде все сказано, но мы все же не удержались и задали Вадиму Александровичу вопрос:

- Что для вас есть карта и компас?

- В 1936 году я впервые взял в руки топокарту и горный компас, будучи на геологической практике на Северном Кавказе. В 1941 году мне пришлось самостоятельно проводить топосъемку на маршруте. Это была тяжелейшая работа в экспедиции на верховьях рек Колыма и Индигирка. Небольшой отряд в шесть человек. По "зимнику" трактор забрал нас в места, где не ступала нога человека. Там предполагались россыпи золота.

Район представлял собой "белое пятно", т.е. топокарт на эти места не было. Пришлось с помощью компаса и мерного шнурка вести маршрутную съемку – постоянно снимая азимут и ведя абрис.

Эта тяжелейшая экспедиция запомнилась мне не только отсутствием топокарт, но и событиями.

Встретились с медведем, жутко перепугались друг друга, и, слава Богу, стремглав разбежались в разные стороны.

И второе событие – уже шла война, а мы узнали о ней лишь в августе. Компас и карту я держу в руках уже 62 года, сперва как профессионального геолога, а потом как спортсмен-ориентировщик. Так что компас и карта – это спутники всей моей жизни, и я не могу себя представить без них, а сейчас, когда не стало моего товарища Льва Николаевича Галлера, и я теперь старейший, надо держать марку.

Три встречи с ориентированием



нах земного шара!

Два сухих абзаца впитывают в себя напряженные и рискованные экспедиции, труд в экстремальных условиях в течение огромного периода жизни – 43 лет.

У него есть и редкая награда человека, не воевавшего с винтовкой в руках, – "За Победу над Германией". А получил он эту почетную для тыловика награду за поиск золота на Колыме. Но самое значительное, что первооткрывателем этого месторождения был именно его отряд. Это месторождение золота было открыто в 1941 году, что дало возможность быстрейшего освоения и добывчи драгоценного металла и пополнения Фонда обороны страны. А обнаруженные позже залежи урановой руды дали возможность обеспечить сырьем первую отечественную атомную бомбу.

В 1952 году Вадим Александрович был в числе разработчиков первого проекта глубокого бурения гигантских нефтегазовых месторождений Тюменского севера, впоследствии сыгравших огромную роль в развитии нашего государства.

Супруга, кандидат геологических наук, была всегда рядом, и на маршруте, и в творческих коллективах, и дома.

Но как и у всех активных и творческих натур, Вадиму Александровичу и этого было мало – спорт шагал рядом все эти годы. И с целью закалки, ведь маршруты геологов требуют всегда держать себя в серьезной физической форме, как и увлечение.

На старте он всегда повторял свою знаменитую фразу, особенно на выездах: "Не волнуйтесь, я скоро приду", – и приходил. По его удивительной мускулатуре можно было изучать анатомию

человека, несмотря на преклонный возраст.

Чем только не увлекался Вадим Александрович: бег, лыжи, волейбол,

велосипед; в его спортивной биографии были даже бокс и парашют-

ный спорт. Но основательно он занимался плаванием и до войны был

участником спартакиад – Всероссийской вузов и РСФСР, и настольным

теннисом, но эту любовь он сохранил и до сегодняшних дней. А в ориентировании он пришел лишь... в 50 лет, но уже навсегда.

Куда бы ни забрасывала судьба геолога, то ли в Якутию, то ли в Афганистан, Вадим Александрович организовывал там физкультурную работу и проводил соревнования. И все же он сам отмечает особые вехи своей физкультурно-спортивной деятельности.

Это организация суперкоманд по спортивному ориентированию в отраслевом совете МГС ДСО "Спартак" и "Зарубежгеологии". В то время команда МГС "Спартак" была одна из сильнейших в стране, а какие имена: Лидия Кулинина (Кривоносова), Тамара Бортковская, Геннадий Воронцов, Александр Прохоров и др. Жаль, что команда распалась, сетует Вадим Александрович, но друзья остались.

Мне и стареть не скучно, я старею вместе со своими друзьями, но все мы стареем и сейчас с большим удовольствием.

Это и выполнение звания КМС по настольному теннису в 51 год! И подтверждение звания до 70 лет. Это выигрыш звания чемпиона в г. Кабул в 1962 году, где соревновались не только афганцы, но чехи и китайцы.

Как-то так получилось, что Вадим Александрович параллельно выступал до сих пор на двух фронтах: в любимом с детства настольном теннисе и в своем профессиональном виде – спортивном ориентировании. Чемпионское звание Союза и России в этих видах он завоевывает каждый год, уже в течение 30 лет. Не счесть медалей, дипломов и сувениров, хранившихся в доме Вадима Александровича – позавидуешь этому человеку, у которого и сейчас возникают, не свойственные вроде бы пенсионеру проблемы, особенно в выходные дни. Что класть в спортивную сумку – компас или ракетку. Ехать на чемпионат России по ориентированию или в научную экспедицию по изучению аномальных явлений (биология НЛО), на чемпионат Европы по настольному теннису или на "Лыжню России".

Но в любом случае ежедневная плотная зарядка, бег, дыхательная гимнастика, психоэнергетическая тренировка – и жизнь становится прекрасна.

Вроде все сказано, но мы все же не удержались и задали Вадиму Александровичу вопрос:

- Что для вас есть карта и компас?

- В 1936 году я впервые взял в руки топокарту и горный компас, будучи на геологической практике на Северном Кавказе. В 1941 году мне пришлось самостоятельно проводить топосъемку на маршруте. Это была тяжелейшая работа в экспедиции на верховьях рек Колыма и Индигирка. Небольшой отряд в шесть человек. По "зимнику" трактор забрал нас в места, где не ступала нога человека. Там предполагались россыпи золота.

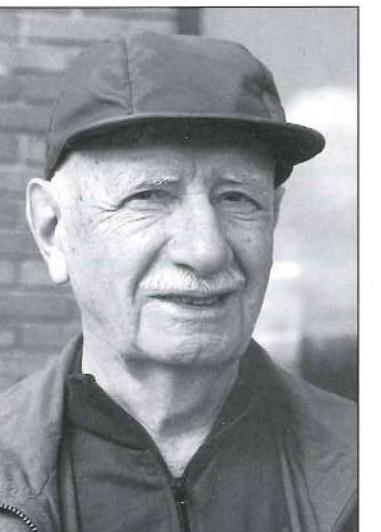
Район представлял собой "белое пятно", т.е. топокарт на эти места не было. Пришлось с помощью компаса и мерного шнурка вести маршрутную съемку – постоянно снимая азимут и ведя абрис.

Эта тяжелейшая экспедиция запомнилась мне не только отсутствием топокарт, но и событиями.

Встретились с медведем, жутко перепугались друг друга, и, слава Богу, стремглав разбежались в разные стороны.

И второе событие – уже шла война, а мы узнали о ней лишь в августе. Компас и карту я держу в руках уже 62 года, сперва как профессионального геолога, а потом как спортсмен-ориентировщик. Так что компас и карта – это спутники всей моей жизни, и я не могу себя представить без них, а сейчас, когда не стало моего товарища Льва Николаевича Галлера, и я теперь старейший, надо держать марку.

Три встречи с ориентированием



награду от командования – карманные часы.

Группа в 16 человек начинает подготовку к забросу в тыл к немцам. Вот

что вспоминает сам Виктор Гаврилович.

- Было это в феврале 1943 года, мы ждали снега, тренировались и готовились к спецоперации. Надо было перейти линию фронта, разгромить секретный объект немцев, захватить документы и доставить их в штаб армии.

На тренировках меня грызли сомнения, выдержу ли такие нагрузки, несмотря на приличную лыжную подготовку? Ведь на нас были одеты ватные штаны, валенки, полуушубок, теплая ушанка, автомат ППШ с дисками пат

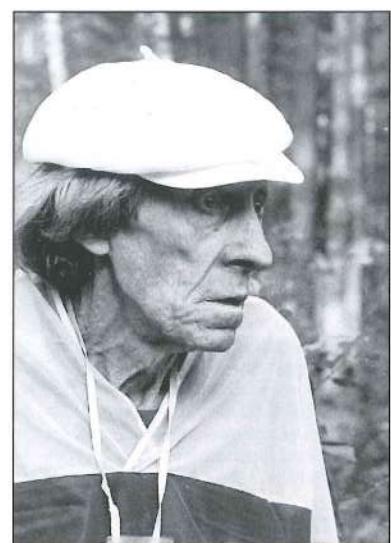
где встретил своих давних друзей — звезд мировой величины. Все больше и больше Виктор Гаврилович берет на себя организаторские функции. Где бы он ни работал, везде появлялись секции и команды, естественно, он был вожаком и выступал за свои коллективы. И достаточно успешно, в лыжах добежал до I разряда, да и в других видах преуспел.

Был одним из организаторов и членом бюро Московского клуба лыжников, и Московского клуба ветеранов спортивного ориентирования, а в 1987 году был избран в состав бюро Совета ветеранов ФСО ССР. В свое время придумал соревнования "За спортивное долголетие", которые проводятся и сейчас в Москве.

Сколько Виктор Гаврилович стартовал в жизни, не перечесть, сколько организовал коллективов тоже. Но в своих рассказах он всегда подчеркивает, что главные всегда были интересы команды, он выходил на старт и с температурой, и даже с поломанными ребрами, и никогда не сходил с дистанции — чувство долга всегда было глашатаем.

Виктор Гаврилович в жизни не такой жесткий как кажется на первый взгляд. Он занимается живописью и фотографией, обожает классическую, лирическую музыку, да еще собирает марки. Вот такой он статный, с громким баритоном Виктор Гаврилович Романов.

Кросс на всю жизнь



Сергей Федорович Илюшин отличается от своих друзей-соперников, несмотря на биографическую схожесть, тем, что он профессиональный спортивный работник. Но в давние годы он натуральным образом добежал до чемпионата СССР и стал его бронзовым призером и мастером спорта. Это в те годы, когда мастеров спорта можно было посчитать по пальцам. Не приди на нашу землю война, может быть, стал бы Сергей Федорович серьезным профессиональным спортсменом. Со школьной скамьи до сегодняшнего дня он бегает по дорожкам и не хочет останавливаться, так как это стало потребностью всей его жизни.

Перебрав, как все юноши, различные виды спорта, он в 1933 году остановился на средних дистанциях, особенно на барьерном беге. Именно в беге на 400 метров с барьерами он в 1938 и 1939 годах завоевал бронзовые медали в чемпионате СССР, защищая честь днепровского флага. Тогда же он получил грамоту из рук легендарного маршала С.М. Буденного. В эти же годы Сергей Федорович поступил в институт физкультуры, но не надолго. Пришла финская война, и сержант Илюшин с оружием в руках стал на защиту нашей Родины. Лишь через восемь долгих армейских лет, демобилизованный гвардии капитан, имеющий шесть боевых наград, тяжелые ранения и контузии, сел снова за учебники, вернувшись в родной физкультуре.

Особо запомнились жестокие бои за блокадный Ленинград, но и не только.

Вспоминает С.Ф. Илюшин:

- На всю жизнь запомнился мне один кросс, но не на дорожке стадиона. Прошло почти 60 лет, а я помню все до мелочей. Надо было доказать всему миру, и особенно немцам, что дух защитников блокадного Ленинграда не сломлен.

Руководство города и армейское начальство решило провести ряд акций, которые поразили бы мир.

Голодные, истощенные выходили на сцену музыканты и исполняли знаменитую симфонию Д.Шостаковича, оркестром дернировал сам автор. Тогда состоялся и вошедший в историю легендарный футбольный матч, хотя обстрел города не затихал. Мы, бойцы и командиры — участники кросса, дали себе слово не падать на землю, если даже будет обстрел, добежать до конца. Почти без сознания я рухнул на финиш, еле-еле откали. Это был самый трудный кросс в моей жизни. Я и сейчас в раздумьях, что для меня дороже — бронзовые медали чемпионата ССР и серебряный знак мастера спорта или финиш того памятного блокадного кросса?

Окончив институт, Сергей Федорович пришел работать на отделение легкой атлетики кафедры физвоспитания МАИ, затем в МГС "Динамо". Позже он переходит в МГС ДСО "Труд", а затем в крупный московский коллектив физкультуры ЦНИИТаш. Там судьба свела его с заядлыми туристами Розой и Александрой Колосовыми, которые заразили его вечно-

ным вирусом туризма, а с ним картой и компасом. А дальше вечное соперничество в спартакиадах Отраслевого совета машиностроения, где главным соперником был спортклуб "Торпедо". В то время ориентировщиками спортклуба тренировал Б.Ю. Томсон.

Так Сергей Федорович втянулся в лесной спорт, который не бросает и по сей день. В свои 80 он продолжает работать инструктором физкультуры в родном институте уже 32 года. Не отывает номер, а мог бы — все же заслуженный пенсионер со стажем. Свидетельством тому рассказ председателя московского клуба ветеранов В.И. Мартишева:

- В конце февраля в районе станции Опалиха Московский клуб лыжников проводил гонку. Я случайно оказался участником этих соревнований. Отличная погода, прекрасное скольжение и вдруг... наперерез выезжает человек с планшетом и компасом. С трудом уверачиваюсь от него, пускаю в догонку пару ласковых. Позже начинаю соображать. Знаю, что никаких официальных стартов по ориентированию в этот день в Москве нет. Остановился в недоумении, кто же это? "Хлопцы, чьи вы будете, кто вас в бой ведет?"

Оказалось, что это зимнее первенство коллектива физкультуры по ориентированию ЦНИИТаш! Не чудеса ли? Не перенесла ли меня машина времени на 10–15 лет назад?

Оказалось, все реально, зима 1998 года. Кто же автор этого действия, которое происходит из года в год, несмотря ни на что. Как вы догадываетесь, это Сергей Федорович Илюшин.

Имя его старющим произносилось с чувством глубочайшего уважения.

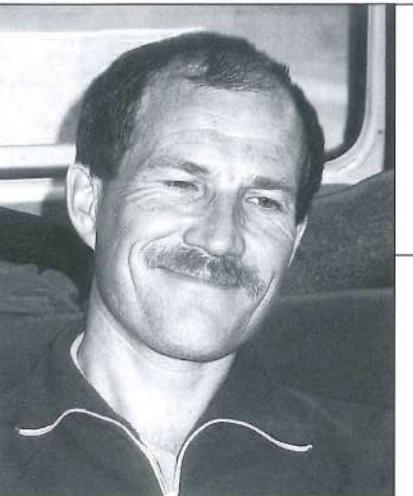
За свою многолетнюю самоотверженную работу на передовой здоровья он был отмечен 12 правительственных наградами.

Сергей Федорович не так часто выходит на московские старты, но в места своей молодости, там, где он воевал, выезжает ежегодно и считает это своей обязанностью и традицией.

С.Ф. Илюшин:

- Приеду на соревнования "Белые ночи", поклонюсь своим друзьям, вспомню молодость, тот блокадный кросс, побегаю и на душе полегчает. Соревнования всегда нравятся, душа радуется — столько молодежи, детей. Из своего спортивного опыта я сделал вывод, что необходимо добиться того, чтобы спортивное ориентирование стало обязательным предметом в школе. Это нужно и для здоровья, и для профессиональной деятельности. В России огромные лесные массивы, моря и горы, где умение ориентироваться играет огромную роль и нередко выручает человека из беды.

Грамота, подписанная легендарным командармом С. Буденным.



Прежде всего хотелось бы извиниться перед читателями журнала за то, что моя статья "Полугоризонталь" в прошлом номере была опубликована без рисунков, что значительно затруднило понимание содержания. Я попросил редакцию исправить ситуацию. (Рис. 1)

Тем не менее, я уже получил отклики от коллег-тренеров. А с некоторыми обсудил данную проблему. В частности, не совсем согласен с моей позицией Ю.Т. Новиков. (Аналогичные или похожие возражения могли, по всей видимости, возникнуть и еще у кого-то.) Я благодарен ему за конструктивную критику моей позиции. Передать хотя бы частично наш разговор очень сложно. Не вдаваясь в детали, можно так выразить его замечания. В настоящее время в спортивном ориентировании нет понятия "полугоризонталь", а есть — "вспомогательная горизонталь". А уже из этого следует некорректность некоторых моих рассуждений.

Я бы сейчас рекомендовал тем, кому интересна данная тема, перечитать статью из прошлого номера (с добавленными рисунками), а уже потом читать дальше эту. Для ясности понимания хотелось бы также исправить опечатку в прошлой статье. Средний столбец, предпоследняя строка: вместо "условие" должно быть "условна".

Итак. Я признаю свою некорректность с точки зрения терминологии. Действительно, правильное название прерывистой рельефной линии — "вспомогательная горизонталь". Но смысла это не меняет. Так как в моем представлении "полугоризонталь" и "вспомогательная горизонталь" применительно к спортивному ориентированию идентичны.

В чем же принципиальное различие между полугоризонталью и вспомогательной горизонталью? Если рассуждать математически, то полугоризонталь должна проводиться на

Вспомогательная горизонталь

высоте полусечения, а вспомогательная горизонталь не обязана следовать этому правилу.

Используя термин "полугоризонталь", я совсем не имел в виду ее математические характеристики. Всем понятно, что в спортивной карте нужна не математическая точность, а наилучшая наглядная сопоставимость рельефных форм на местности и в карте. В силу последнего вспомогательная горизонталь может "гулять" между основными (возьмем для примера $H = 5$ м) в пределах от 2 до 3 метров. А в некоторых случаях, я считаю, возможны даже рамки: от 1,5 до 3,5 м. Более того, допустимо, для лучшего изображения локальной ситуации, "двигать" и основных горизонталей.

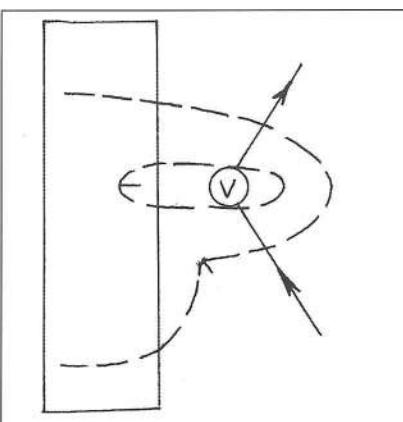
Здесь, правда, не следует забывать и о другой функции рельефных линий. Помимо изображения обозреваемой на местности локальной ситуации, рельефные линии формируют общую глобальную (необозреваемую) картину района действий ориентировщика. А в общей картине ему нужны (при выборе пути, например) не мелкие формы рельефа, а количество горизонталей на склоне и их "поведение", т.е. двигая горизонтали, нельзя менять их количество и характер их поведения.

Таким образом, изображение рельефными линиями каких-то объектов или характеристик местности несет двойную информацию: показывает форму и указывает уровень высоты, на которых находятся данные объекты (на самом деле — вторая информация изначально первичная).

А ориентировщику нужна и та и другая информация. Ему нужно знать: как выглядят объект и где он находится. Трактуя только возможности вспомогательной горизонтали, некоторые рисовщики иногда, желая усилить информацию первого типа, совсем забывают об информации второго типа. О недопустимости этого я и хотел сказать в прошлой статье.

Я против крайности, когда говорят, что вспомогательная горизонталь условна и проводить ее можно где угодно, как угодно и даже по нескольку штук рядом. Ведь так ее можно и в спираль закрутить, и заставить пересечь другую.

Спортивная карта условна, но строга. Она не есть вольный рисунок. Ее смысл определяется назначением и состоит в лаконичном изображении.



ражении реальности, т.е. минимумом картографических знаков представить максимум информации. Без строгой лаконичности здесь нельзя.

Вот поэтому применение в одном сечении нескольких вспомогательных горизонталей, а также проведение их вне рамок допустимы убивают нужные всем лаконичности и однозначность, а рождают напряженную неопределенность, а иногда и просто хаос в голове ориентировщика.

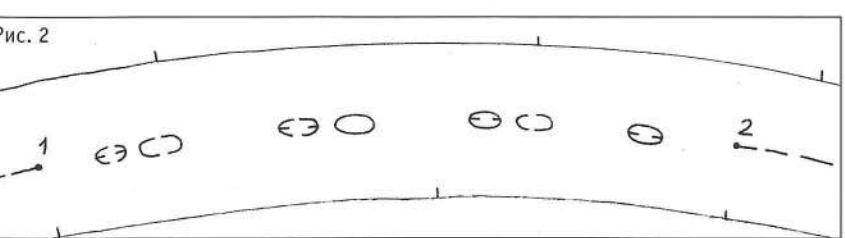
После разговора с Ю.Т. Новиковым я перешел на книжной полке. Нашел книжечку под названием "Условные знаки спортивных карт" (для летних соревнований). Немного старовата, правда. Зато с подробными объяснениями. И вот что я там прочитал: "А.103. Вспомогательная горизонталь. Применяется для дополнения изображения, выполненного основными горизонтальами, в тех случаях, когда они несут такую информацию об элементах рельефа, изобразить которую без них невозможно. Проводятся примерно на половине высоты основного сечения. Между двумя основными горизонтальами может быть проведена только одна вспомогательная".

В заключение хотел бы предложить ориентировщикам следующую картографическую задачу по теме: (Рис. 2)

Проведите от т. 1 до т. 2 непрерывно полугоризонталь. Виноват, вспомогательную горизонталь.

Если размышления над задачкой понравились, можно поменять направление склона, т.е. развернуть на обеих горизонталах бергштрихи в обратную сторону, и снова нарисовать вспомогательную горизонталь.

А еще можно две основные горизонтали заменить на вспомогательные. И попробовать между ними провести основную. ■



В.Костылев, тренер, Фрязино

Оздоровительная физическая культура для профилактики перенапряжений и травм голеностопного сустава у спортсменов-ориентировщиков

Н.Белоглазова, Москва

Спортивное ориентирование является уникальным видом спорта. Оно привлекает к себе творческим характером, темпераментностью, кроме того, отличается от других видов спорта тем, что соревнования проводятся на местности с неровностями грунта, камнями и другими препятствиями. Эти особенности обусловливают специфичность травм спортсмена-ориентировщика. Травмы и перенапряжения опорно-двигательного аппарата надолго лишают спортсменов возможности тренироваться и принимать участие в соревнованиях. Между тем в процессе спортивных тренировок некоторые тренеры либо из-за незнания, либо от своей недобросовестности не проводят комплексную профилактику травм. В спортивном ориентировании, как и в большинстве других видов спорта, нет разработок, посвященных вопросам научно-практического обоснования и практического применения средств профилактики травм. Это и заставило меня изучить проблему профилактики травм у спортсменов-ориентировщиков и предложить методику оздоровительной физической культуры для профилактики перенапряжений и травм.

На многодневке ФИН-5 в 1984 году по данным травматизма было выполнено исследование. Наибольшее число травм возникло в нижних конечностях. Ниже представлена локализация травм у спортсменов-ориентировщиков.

Таблица 1.
Виды и распределение травм у спортсменов-ориентировщиков.
голова лоб, голова - 3,9%
глаза - 4,3%-8,2%
руки ладони, кисть - 3,1%
локоть, предплечье, плечо - 11,3%-14,4%
туловище грудь - 2,6%
спина - 1,7%-4,3%
ноги бедро - 3,5%
колено - 16,5%
икра - 7,0%



голень спереди - 8,2%
голень спереди и сбоку - 9,1%
ахилово сухожилие - 18,8%
стопа, пальцы ног - 4,8%-67,9%
прочее - 5,2%

Самыми распространенными оказались травмы связок голеностопного сустава. Чаще стопа сгибается вовнутрь и связки надрываются, либо разрываются полностью. Стопа может быть отведена наружу. Растижение дает о себе знать болью и отеком. Несколько слов о первой помощи. Если растяжение все же произошло, надо оказать помощь, которая заключается в тройном правиле:

- 1) холод;
- 2) перевод ноги в верхнее положение;
- 3) фиксация давящими повязками.

На 2-3-й день можно принимать согревающие ванночки и растирки.

Мною проведено исследование для определения количества травм голеностопного сустава. Для проведения исследования был выбран метод анкетирования. Результаты анкетирования подтвердили и конкретизировали данные о травмах голеностопного сустава. Независимо от стажа занятий, квалификации у исследуемых спортсменов, в той или иной степени имели место травмы голеностопного сустава, которые проявлялись в виде растяжений.

Таблица 2.
Результаты анкетирования.

Травмы голеностопного сустава - 67,7%

Из них: - растяжения 90%

- ушибы 70%
- разрывы ахилла 10%
- вывихи 10%

Из сказанного выше вытекает вывод: надо уделять огромное внимание профилактике травм голеностопного сустава, в частности растяжений.

Но в чем же конкретно эта профилактика? Конечно, в достаточном проведении разминки, в результате которой мышцы и суставы готовятся к работе. Но помимо этого необходимо проводить профилактическую

тренировку тех групп мышц, на которые приходится наибольшая нагрузка, в частности эта тренировка сводится к развитию силы и гибкости в тканях вокруг голеностопного сустава. Гибкость делает спортсмена более быстрым и подвижным, в свою очередь уменьшает количество травм. Перед тем как выполнять упражнения на гибкость, надо разогреть мышцы с помощью спокойной ритмической активности (бег трусцой, ходьба). Эта активность способствует стадии растягивания, увеличивает приток крови к мышцам, связкам, сухожилиям, делая их более гибкими. После этого можно выполнять следующие упражнения на растягивание, представленные в таблице 3.

Занятия по развитию гибкости надо делать ежедневно. Растигивание следует проводить до момента натяжения. Натяжение удерживает 10-20 секунд.

Упражнения на силу ведут к усилению и укреплению мышечной ткани. Сильные мышцы лучше стабилизируют сустав. Силовые упражнения надо выполнять с непредельной величиной отягощения, чаще вес собственного тела, и дозируются по количеству повторений. Постепенно их количество увеличиваются. Примерные силовые упражнения представлены в таблице 4.

Эти упражнения наиболее рационально использовать в разминке тренировочного занятия.

Помимо этих занятий важно как можно чаще вводить в тренировочный процесс упражнения на ловкость, так как спортсмен на дистанции постоянно встречается с изменяющимися условиями бега. При этом надо сохранять способность к чтению карты. Используются упражнения на равновесие (стояние на одной ноге с закрытыми глазами, ходьба по неустойчивой поверхности). Развитию ловкости способствует прохождение специально оборудованных трасс, где часто надо менять способ передвижения (ползком, бегом, прыжками и другое).

Доказано, что отдельно взятое средство восстановления или профилактики не позволяет достигнуть должного эффекта. Следовательно надо широко варьировать тренировочные нагрузки и к профилактике подходить комплексно. В комплекс помимо специальных физических упражнений должен входить профилактический массаж (реальное самомассаж), гидропроцедуры и тейпирование (лейкопластырные повязки используются для скальной и каменистой местности).

В заключение хотелось бы призвать тренеров уделять достаточное внимание профилактике травм. Заставляйте спортсменов выполнять разминку, не заявляйте спортсменов на соревнования с недолеченными травмами. Помните, что предупредить легче, чем лечить.

Таблица 3

Примерные упражнения на гибкость

№	Исходное положение	Описание упражнения	Дозировка	Методические указания
1	ИП – сидя с опорой на руки сзади	"1" – "взять" носки на себя, "2" – вернуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола.	16 раз	амплитуду постепенно увеличивать, ногу не сгибать
2	ИП – сидя с опорой на руки сзади	"1" – приподнять выпрямленную правую ногу, "2" – "3" – 2 круговых движения стопой наружу, "4" – вернуться в ИП. То же другой ногой	По четыре раза той и другой ногой	
3	ИП – стоя	"1" – согнуть правую ногу на носок и подать пятку вперед, "2" – вернуться в ИП. То же другой ногой.	16 раз	Нагрузка распределяется на все пальцы стопы
4	ИП – сидя на пятках, носки выпянуты	"1" – опираться левой о пол, правой захватить левое колено и постараться приподнять его, "2" – вернуться в ИП. То же другой ногой.	16 раз	Пятки от пола не отрывать
5	ИП – стоя спиной к спинке стула (опоре) в положении выпада с опорой на руки	"1" – "2" – соги сзади стоящую ногу, потянуть ее коленом к полу, "3" – вернуться в ИП. То же другой ногой.	16 раз	Пятки от пола не отрывать
6	ИП – сидя на стуле	Перекатываться пресс-пальце, соги с разгибанием стопы, то же с мячами.	1-2 минуты	
7	ИП – сидя на стуле, ноги на ширине плеч	"1" – опираться на носки, отвести пятки вправо, максимально передвигая ноги, "2" – обратным способом вернуться в ИП.	4-5 серий	Ступни ставить на пол, на всю плоскость
8	ИП – сидя на мяче	Скользить по мячу в стороны до пола и обратно.		Не отрывать ступни
9	ИП – нога на колене другой ноги	Круговые вращения левой и правой ногой.	16 раз	Полная амплитуда
10	ИП – стоя	Перекаты с внутренней на внешнюю сторону стопы.	16 раз	Постоять на каждой стороне по 1-2 минут
11	ИП – стоя	Ходьба на внешней стороне стопы.	1-2 минуты	
12	ИП – сидя по-турецки	Сидеть в положении по-турецки	2-5 минут	Не сгибаться
13	ИП – сидя на полу	Разгибание стопы с помощью подстопника со шнурком.	1-2 минуты	

Таблица 4

Примерные силовые упражнения

№	Исходное положение	Описание упражнения	Дозировка	Методические указания
1	ИП – стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе	"1" – подняться на носки как можно выше, "2" – вернуться в исходное положение.	16 раз	Максимальный подъем на носки
2	ИП – стоя на небольшом возвышении, пятки на весу, взяться за опору.	"1" – постараться опустить пятки как можно больше вниз. "2" – подняться на носки. "3" – вернуться в ИП.	16-20 раз	Постепенно увеличивать амплитуду
3	ИП – стоя	"1" – поднять носки, переместить пятки вправо, "2" – опираясь на пятки, приподнять носки и переместить их вправо. То же в другую сторону.	8-10 раз	Максимально поднимать и отводить пятки и носки
4	ИП – стоя	"1" – приподнять носки, выполнить перекат на пятки, руки вперед, "2" – опускать руки, перекат с пяток на носки.	16 раз	Постепенно увеличивать амплитуду
5	Стоя, ноги на ширине плеч	Прыжки на выпрямленных ногах.	24 раза	Отталкиваться только стопой
6	Стоя, руками держаться за опору	Максимально подняться на носки.	1мин x 50 отдых 1 мин	Опускаться медленно
7	Сидя	Подъем стопы с отягощением.	В зависимости от веса груза	Постепенно увеличивать груз
8	Стоя	Полуприседания на носках.	20-30 раз	
9	Сидя на полу	Разгибание стопы, растягивая резиновый амортизатор.	1-2 мин	Большая амплитуда
10	Лежа на полу	Движение ногами, имитирующее вращение педалей велосипеда.	1-2 мин	Акцент на работу стоп
11	Сидя на стуле	Подъем ноги на носок, преодолевая вес гири (5-10 кг), положенной на бедро.	До утомления	Максимально поднимая ногу
12	Стоя у гимнастической стены	Статический упор ногой (5-10 сек) с последующим расслаблением (2-3 мин).	5-10 раз	Полное расслабление

ПАРК-ТУРЫ ШАГАЮТ ПО ПЛАНЕТЕ



Park World Tour

В мае прошлого года в Швеции был проведен самый экзотический парк-тур, в нем принял участие член сборной команды России Валентин Новиков. Мы попросили его поделиться своими впечатлениями.

Даже тигры были в шоке

Валентин Новиков: Я впервые стартовал в парковом ориентировании. Всего IOF допускает к розыгрышу Кубка по 25 человек у мужчин и у женщин; я был рад, что меня включили в такую серьезную компанию. Много знакомых имен, бывшие наши соотечественники Ю.Омельченко и Н.Винницкая (Украина), К.Кальюс и С.Сильд (Эстония), Е.Воверис (Латвия).

Ред.: А почему этот тур окрестили самым экзотическим?

В.Н.: Дело в том, что мы стартовали в крупнейшем зоопарке Швеции, в г.Эскильстуне. Ориентировались мы среди вольеров и клеток, где на нас глазели звери. А у клетки с тиграми стояла прозрачная панель! Это было для нас неожиданностью и вызывало естественное сомнение. Мы так стремительно носились из клетки в клетку, что тигры забеспокоились, мне даже показалось, что они заинтересовались моей беготней.

Ред.: Тут мы сделаем отступление и приведем высказывание об этом старте чемпиона мира по ориентированию из Черновцов Юрия Омельченко.

— Около 10 тысяч зрителей пришли посмотреть на 25 лучших "зверей" ориентирования, которые бегали среди белых тигров, обезьян, дельфинов, панд, ягуаров и других экзотических животных, многих из которых мы так и не успели разглядеть. Сложилось впечатление, что организаторы соревнуются, кто оригинальнее предложит место соревнований. Вот некоторые легенды пунктов: угол дома (стеклянная клетка белого тигра), угол бассейна с дельфинами, остров, водопад, трактор, и все это в пять петель и с ревом толпы в 100 децибел. Выиграл Йорген Мартенсен, второй Рудольф Ропек, третий Щетил Бьерло. Я проиграл 1 минуту лидеру, ведь это были мои первые соревнования в году, в которых я мог бежать, не чувствуя боли в колене.

Ред.: Ну, а теперь, Валя, расскажи, чем отличается парковое ориентирование от традиционного.



В предыдущем номере журнала мы обещали познакомить вас с тем, как проходит World Park Tour, что мы и делаем.

В.Н.: Традиционные атрибуты — только карта и компас, остальное все новое. КП стоят в неимоверных местах, о "звериных КП" я уже говорил. Одно КП стояло у экскаватора, а другое на крыше огромного супермаркета!

Быстрее, и здесь возможны ошибки. Еще

быть может быть суперконцентрация и мобилизацию всего себя.

Ред.: Держится ли призовому фонд в секрете, или егоглашают?

В.Н.: Победитель 4-го тура Х.Эриксон получил 6000 крон (долларов). В этом туре отличился один из лидеров паркового ориентирования Юрий Омельченко, заняв второе место (проиграл 23 секунды) и выиграв у самого И.Мартинсена 33 секунды!

Наконец-то нашим "закрытым" видом спорта заинтересовались теле- и фотооператоры, да и реклама уже есть.

Надо отметить: то, о чем я рассказал, — это состязания мировой элиты.

Ред.: Ну, а что же нам делать в России? Мы свою элиту можем выделить, а как же дети, ветераны?

В.Н.: Я не организатор, но знаю, что украинцы уже проводят парковые эстафеты.

Россия богата лесопарками, в них чуть ли не все тренеры проводят занятия. Надо выходить в микрорайоны, примыкающие к лесопаркам. Говорят, что кое-где уже начали проводить парковые состязания. Да и на элитном уровне уже надо проводить, а то отстанем, а догонять всегда трудно.

Ред.: В октябре во Владимире перед чемпионатом на удлиненных дистанциях состоится первый чемпионат по парковому ориентированию. Надеемся, что сильнейшие спортсмены посетят этот древний город и поборются за медали в парке. Что ты можешь посоветовать организаторам парк-туров?

В.Н.: Подумать о формуле мастерство-масштабность. Предоставить тренировочный полигон в парке, так как очень сложно привыкнуть к масштабу. Максимально приблизить трассу и КП к зрителям, не бояться их, заготовить протоколы, давать радиоинформацию по ходу соревнований.

О зрителях надо сказать особо. Они тоже получают протоколы, и по имени подбадривают спортсменов, шум стоит ужасный. Услыхав свое имя, ты стараешься бежать еще

где и когда задействована их реклама.

Ред.: Спасибо за откровенную беседу. Мы хотели бы увидеть тебя в победителях первого паркового чемпионата России.

В.Н.: Спасибо.

Юрий Омельченко в лидерах.

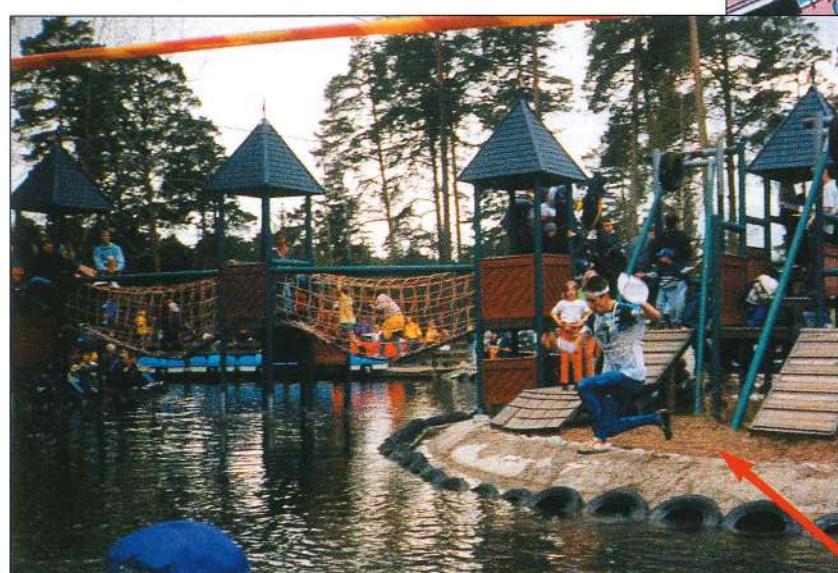
Редакция благодарит журнал "Мидинфо" (г.Черновцы), главного редактора Е.Штемплера и специального корреспондента В.Жилкина (Венгрия) за предоставленные материалы.

А вот что говорит наш бывший соотечественник, чемпион СССР среди юниоров (1990 год), чемпион мира в спринте, один из сильнейших скоростников парковых туротов, украинец Юрий Омельченко, удачно выступивший в 1997 году.

Чехия.

Этап парк-тура проходил в очень древнем и очень красивом городе Чески Крумлов, который находится под патронажем ЮНЕСКО. Старт был дан на центральной площади города, и поэтому было немного тяжело настроиться.

Со старта не сразу сообразил, что к чему,



так как вариант начинался с бега в обратную сторону. Ну вот я мчусь, по ходу приоткрывая спину, чтобы не делать больших ошибок. С 4 КП начинаю видеть спину Торресона (чемпион мира-97), который стартовал минутой раньше, поднимая скорость, но появляются мелкие ошибки, а по пути на 12 КП просто уткнулся в глухую крепостную стену и понял, что эта крепость в самом деле неприметна... Не сдаваясь, пытаюсь удержать скорость. С 14 КП надо было пробежать по воде, и последние 4 пункта нам пришлось скользить по городской брусчатке в отяжененных кроссовках. В этот день я устроился девятым, но перед мной было много тех, кто до этого не имел зачетных баллов в Кубке. Это успокаивало, но в то же время весь протокол перетряхнулся, и человек 10 оказались сзади в 5-6 очках. Я — пятый.

Венгрия

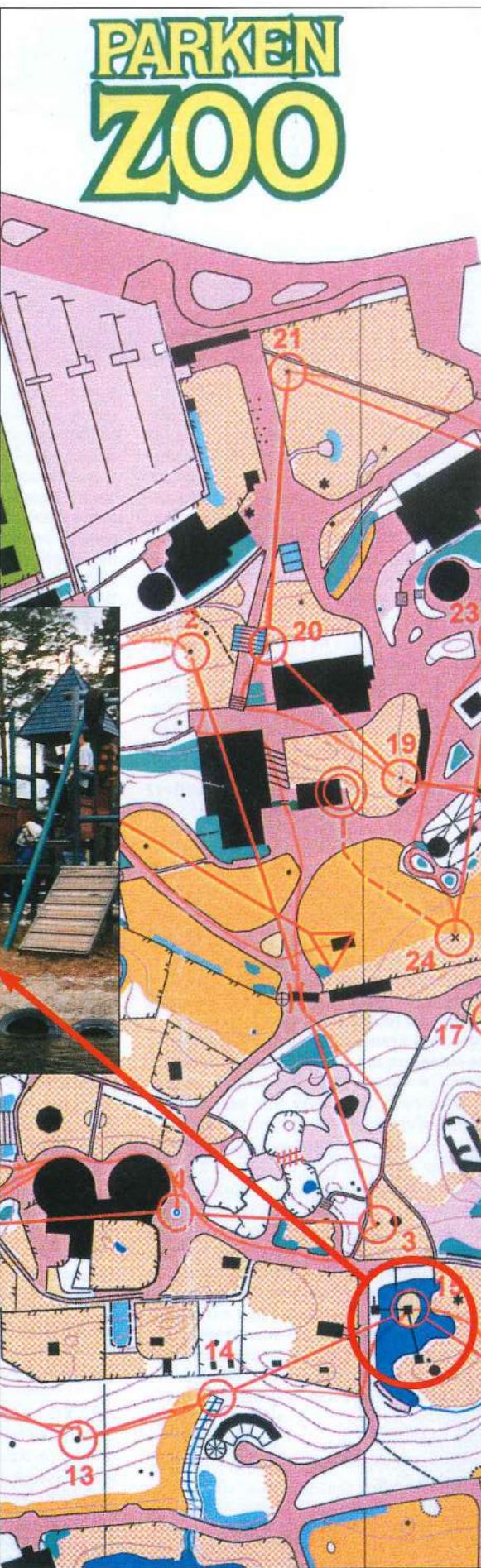
Будапешт предложил нам обычный парк и бешенные скорости, которые они опять же

погасили водой. С предпоследнего КП пришлось примерно 100 метров грести по пояс в воде. С потерей в 40 секунд я был отброшен на 12-е место и 8-е в общем зачете. Ошибкой организаторов было то, что они не предупредили спортсменов, что в заборах, обозначенных знаком непреодолимого, были дыры, и многие из-за этого проигрывали на перегоне, даже не подозревая об этом.

Странно, я не выиграл в этой ситуации, у нас же дома все заборы дырявые — наверное, уже немного отвык от нашей реальности.

Австрия

Австрийский Граж продемонстрировал фантастическую организацию, и этот этап скорее всего



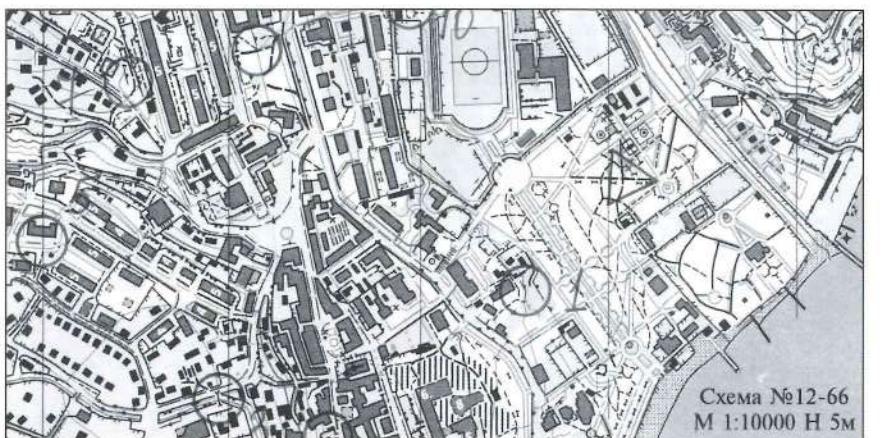


Схема №12-66
М 1:10000 Н 5м

быки на корриде) за 2 минуты до старта. Первые 7 КП были в лесу на горе, и мне удалось пройти их почти без ошибок (хотя, как потом выяснилось, я проиграл 20 сек на варианте). 5 пунктов в парке практически все прошли без ошибок, и разница в результатах была только из-за степени усталости, последние 5 пунктов по городским улочкам и финиши на площади. С последнего КП до финиша сопровождала телекамера, и зрители могли наблюдать все на огромном экране возле финиша. Внизу экрана светился результат и место, как на мировых соревнованиях лыжников. Я в этот день был четвертым, а первые 15 человек разместились в диапазоне 40 сек. В общем зачете я поднялся на 4-е место, но разрыв в очках (скоро зазор), показывал, что борьба еще не закончена, причем лидеры опустились так, что человека три могли выиграть, а 10-12 человек прорвались в шестерку.

Италия

Очередной, безвизовый заезд в Италию (в этом туре не имел ни одной визы), и в 24.00 мы в Венеции. Первое впечатление было таким, будто я попал в какой-то заброшенный, нищий город, и если бы не фантастически красивый центр и несколько улочек, мое представление о земном рае умерло бы на месте.

Итак, о соревнованиях, которые в Венеции не интересовали никого, кроме самих участников и судей. Дорогие читатели, представьте себе, в субботу нас забрасывают в эти лабиринты улочек и каналов, по которым неспешно прогуливаются влюбленные парочки и беззаботные семейства, а по каналам дефирируют гондолы с поющими сиренами гондольерами. Как оказалось, хоть я и прохожу по варварам (так они думают о выходах из стран СНГ), но так мчаться, как они, не смог. На 8-м пункте меня догнал Теркельсен. Хотя я практически не ошибался, но мне все стало ясно, когда я "прошел" за ним два перегона в самом настоящем коридоре (люди от него просто отлетали в сторону, как бильярдные шары, чего мне не позволяло сделать мое "варварское" воспитание). В конце концов, мне все таки удалось убежать от него, но это было на пустынных улочках и уже слишком поздно. Я оказался 11-м.

Швеция

Организаторы постарались хорошо: – во-первых, соревнования провели за 2

еено думает о совместной работе, даже готова заключить контракт на три года вперед. У нас очень хорошие связи со спонсором, это стабильный партнер. Соревнования паркового ориентирования можно смотреть по телевидению, и с их помощью мы можем сами завоевывать средства масс-медиа (массовой информации), что открывает для ориентирования огромные возможности. Для спортсменов старты в таких соревнованиях являются очень хорошей подготовкой, даже самая маленькая ошибка может стоить первого или хорошего места.

Здесь, в первую очередь, важна психологическая подготовка при образцом ориентировании на высокой скорости.

Этот вид спортивного ориентирования имеет огромное преимущество – соревнования можно проводить в любых точках мира, где угодно, ведь парки есть даже там, где нет леса или опасно ориентироваться.

В таких стартах может принять участие любой – не заблудится в знакомом городе (парке), который для других, будто чужой лес.

И журналисты смогут понять сущность нашего спорта, если стартуют на таких соревнованиях. Они на своей шкуре почувствуют, что ориентирование требует серьезной концентрации, быстрого мышления и основательной физической подготовки, испытывают, что значит скорость в этом спорте. У паркового ориентирования есть возможность попасть в олимпийские виды спорта, что имеет огромное, почти решающее значение сегодня для любого вида спорта. За борьбой спортсменов можно следить чуть ли не до финиша, что невозможно на традиционных соревнованиях в лесу.

Я думаю, что парковое ориентирование принесет революционные изменения в наш спорт. Однозначно то, что это хороший вид ориентирования, хотя, я знаю, есть его противники. Заканчиваю, парковое ориентирование приближает наш спорт к массам. Ориентирование – один из видов спорта будущего.

Поиск, новое, приключения скоро будут преобладать в спорте. В Финляндии считают, что через несколько лет марафон будут бегать только пожилые. А молодежь уже ищет более разнообразные (не монотонные), волнующие, интересные виды спорта. Ориентирование лучше всего подходит для этого.

В районе Королевского дворца в Стокгольме и в прилегающем парке состоялись соревнования по парковому ориентированию. Участвовали все желающие, в том числе мэр Стокгольма, премьер-министр Швеции (пригласили и королевскую семью, но они не пришли), весь персонал дворца. Всех желающих на старте инструктировал сам Йорген Мартенсен.

Пресс-конференция главного спонсора PWT фирмы "ERICSSON"

В Будапеште прошла пресс-конференция фирмы "ERICSSON" (мобильные телефоны) – очень серь-

езно проводившему мирового паркового тура. На нее прибыли легендарный Й.Мартинсен – победитель 1996 года, председатель PWT – Anders Vestegard.

Скандинавские гости поведали о своих грандиозных планах развития PWT, что может быть очень интересным для читателей. Планируется провести Чемпионат Мира по PWO в 2000 году. Цель соревнований – развитие и популяризация ориентирования во всем мире. Звезды ориентирования попадают в поле зрения населения с помощью организаторов соревнований и службы прессы и ТВ, таким образом обеспечивая спонсорскую поддержку соревнований. Парковое ориентирование способствует росту имиджа ориентирования, как вида спорта – кандидата в Олимпийскую программу.

– Предлагается изменить традиционный двухлетний цикл проведения Чемпионатов Мира;

- ежегодное проведение традиционных ЧМ и PWT будут поддерживать внимание к виду спорта, обеспечивая большую поддержку со стороны спонсоров, вызовет больший интерес со стороны организаторов, спортсменов, прессы;
- парковое ориентирование можно обеспечить в любых точках мира, что обеспечит приток новых стран в IOF;
- организация соревнований несложна, легче обеспечить спонсорскую поддержку;
- предлагаемая программа открывает новые возможности в соревнованиях, вводя командные и смешанные командные соревнования.

Дополнения (общие принципы) по проведению соревнований:

- дистанции на 10–13 мин, интервал старта – 1 мин, одновременно стартует только одна категория;
- каждый день соревнований другая карта;
- центр соревнований в центре города, что обеспечивает приток зрителей и разнообразную программу для публики, прессы и спортсменов;
- дешевизна соревнований, снижение затрат по участию в них;
- в 2000 год свои пожелания по проведению Чемпионата Мира по PWT высказали чехи и итальянцы;
- предложено национальным федерациям разработать свои правила и положения по соревнованиям этого типа.

Мы будем продолжать знакомить Вас с новостями паркового ориентирования. Надеемся получать информацию из регионов России.



(Начало см. на стр. б)

Л.Бланка, Р.Юрика, И.Гипсле, А.Зукуле, эстонцы У.Аннус, Я.Мильян, А.Кивикас, М.Пярник, ленинградцы С.Кузнецова, О.Кацанцева, З.Пятакова, И.Иванова, И.Степанова, москвичи С.Манцев, С.Симакин, Л.Кукилина, О.Мухина, харьковчанин Г.Корчевский, а также спортсмены российских городов – А.Глушко (Новосибирск), С.Клепицкая (Воронеж), Ю.Баранов (Казань).

Как я уже отметил, наши победы были одержаны на товарищеских матчах над спортсменами соцстран, которые довольно сильно отставали от мировой элиты. Поэтому, не имея очных встреч с сильнейшими ориентировщиками мира, трудно было оценивать наши реальные силы.

В 1972 г. нам, наконец, повезло. Наша команда (2 человека) была допущена к участию в Кубке Международной Федерации по лыжному ориентированию в заданном направлении. Поскольку никаких отборочных состязаний организовать не удалось, было решено послать победителей Всесоюзных зимних соревнований 1971 года – Л.Кукилину (Кривоносову) и С.Елаховского. Следует отметить, что в то время программа Всесоюзных соревнований включала только маркированную трассу, и опыта состязаний в данном направлении на лыжах у нас практически не было. Тем не менее, Л.Кукилину удалось добиться высочайшего результата – она выиграла бронзовую медаль. 44-летний С.Елаховский занял 24-е место.

Поскольку в капиталистические страны нас не выпускали, мы постарались наладить связь с сильнейшими ориентировщиками соцлагеря – с венграми и чехами, которые в эти годы неоднократно пробивались на чемпионатах мира в десятку лучших, а в эстафетах несколько раз занимали 3–5 места. Немаловажно было и то, что в этих странах качество спортсорт значительном превосходило болгарский уровень.

1972г. Кубок Л.Етоши и Кубок Венгрии. В личном зачете наших спортсменов среди призеров нет. Однако в эстафетах мужчины заняли соответственно 1-е и 2-е места, а женщины – оба разы были вторыми. Очень серьезные испытания выпали на долю нашей команды в 1973 году на многодневке в Швейцарии (наконец-то прорвались!) – 3000 участников из 20 стран, в том числе практики из мировой элиты. Наши лучшие результаты – 5-е место у Гипсле, 17-е у Киселева. Итоговые результаты: Гипсле – 11-е, Киселев – 35-е. Сказалось малый опыт зарубежных стартов и слабая физическая подготовка. Один из лидеров шведской команды (Якобсон) имеет результаты в гладком беге, до которых нам далеко (1500 метров – 3.45, 3000 – 8.47).

1973 г. Кубок Венгрии, многодневка. 850 спортсменов из 15 стран. Р.Юрика трижды занимает второе место, но после пяти старта – лишь четвертая. Стабильно выступавший Г.Корчевский в итоговом протоколе на второй позиции, А.Глушко – четвертый. В командном зачете мужчины выигрывают Кубок, женщины занимают третье место. 1974 г. Вновь Кубок мира и дружбы в Болгарии.

Первый день: Клепицкая – 3, Мухина – 6, Степанова – 15, женская команда – II место. Мужчины: Глушко – 1, Корчевский – 3, Баранов – 19, команда – I место. Эстафету наши ребята выиграли, а девушки сняли за неправильное прохождение дистанции. В итоге команда оказалась на 5-м месте.

1974 г. Впервые выступали на Кубке Балтийского моря в ГДР. Первый день: Гипсле – 3, Юрика – 5, Киселев – 1, Душките – 2. Выиграли женскую эстафету и заняли 2-е место в мужской. Мировой элиты не было, поэтому выступили более или менее удачно.

1975 г. Болгария. Кубок мира и дружбы. Лучшая среди женщин – М.Меде (4-е место). У мужчин – С.Кузнецова (1), С.Симакин (3), С.Губайдуллин (6). В эстафете женщины третьи, мужчины – пятые. В итоге – 5-е общекомандное место.

1975 г. Многодневка в Венгрии. А.Зукуле занимает 1-е место, у мужчин лучший – Кивикас (8-е место).

1976 г. В третий раз подряд проигрываем

Кубок мира и дружбы в Болгарии, несмотря на неплохие личные результаты: Гипсле (1), Кивикас (1), Душките (2). В том же году А.Зукуле не удается отстоять звание обладателя Кубка Венгрии, она уступает Ш.Моншарт, чемпионке мира 1972 г. Зато в следующем году наша спортсменка опять обходит знаменитую венгерку на этих соревнованиях.

Следует отметить, что в 1976 году проводилась встреча руководителей туристических организаций социалистических стран. Была разработана большая программа международного сотрудничества: туристические походы, экспедиции, семинары, симпозиумы, соревнования по различным видам туризма. Все руководители поддержали инициативу чехов, которые предложили ежегодно проводить Кубок соцстран по ориентированию поочередно в каждой стране.

На первых соревнованиях, проходивших в 1977 году в Чехословакии, собрались сильнейшие спортсмены Восточной Европы. Многие из них уже имели опыт неоднократного участия в чемпионатах мира и других крупных международных соревнованиях. Поэтому не удивительно, что в личных соревнованиях среди призеров наших спортсменов не оказалось. Тем не менее, сборная СССР после первого дня заняла третье место, пропустив вперед лишь две команды Чехословакии (хозяева имели право выставить два состава). В мужской эстафете мы проиграли победителям (чехам) более 50 минут и заняли 4-е место. Зато женщины были на высоте: Святкина, Пярник, Мухина и Гипсле выиграли у чехов 23 минуты. В итоге наша команда заняла 3-е место, уступив обеим командам хозяев.

На следующий год Кубок соцстран проходил в Болгарии. И опять нашими главными соперниками были чехи. Киселев выиграл минимум у Качмарчика (занявшего 9 место на чемпионате мира), а женщины порадовали довольно плотными результатами (Иванова – 3.45, 3000 – 8.47).

1979 г. Кубок мира и дружбы в Болгарии, многодневка. 850 спортсменов из 15 стран. Р.Юрика трижды занимает второе место, но после пяти старта – лишь четвертая. Стабильно выступавший Г.Корчевский в итоговом протоколе на второй позиции, А.Глушко – четвертый. В командном зачете мужчины выигрывают Кубок, женщины занимают третье место.

1979 г. Кубок мира и дружбы в Болгарии. Первый день: Клепицкая – 3, Мухина – 6, И.Иванова – 15, женская команда – II место. Мужчины: Глушко – 1, Корчевский – 3, Баранов – 19, команда – I место. Эстафету наши ребята выиграли, а девушки сняли за неправильное прохождение дистанции. В итоге немцы выступают двумя составами. Забегая вперед, скажу, что это им не помогло. Опять впереди чехи, за ними – наша команда. В личном первенстве И.Иванова заняла 2 место, И.Пейланис завоевал золотую медаль. В эстафете женщины выиграли, а мужская команда проиграла чехам всего 14 секунд.

Продолжение следует.

КОГДА ОРИЕНТИРОВАНИЕ – СЕМЕЙНЫЙ ВИД СПОРТА

Виктор Белов, председатель ФСО Оренбургской области, отец и тренер пятерых детей.

Ориентированием меня заставили заниматься. Заставили, как начальника физподготовки полка МВД, в котором служил в Оренбурге после окончания в 1974 году ГЦОЛИФКа.

А происходило это примерно так. В 1978 году меня вызвали в Москву на сбор по линии "Динамо". Именно там я впервые узнал, что есть такой интересный вид спорта – ориентирование. Сбор длился около месяца, и за это время мне пришлось познакомиться с тем, что такое спортивная карта, что надо делать, чтобы из привычной топографической сделать спортивную карту, какие практические навыки необходимы, чтобы проводить соревнования и многое другое.

В части меня заставили заниматься ориентированием как начальника, поэтому стал готовить команду, возить ее на соревнования и участвовать в них сам. Было принято и положено добиваться результатов личным примером, так я и выполнил норматив кандидата в мастера спорта.

При войсковой части для детей военнослужащих была открыта секция ориентирования. Секцию пришлось возглавить тоже мне. Начали занимать призовые места и на первенстве Оренбургской области. Ориентирование быстро вошло в норму жизни, и в 1980 году меня избрали председателем Федерации спортивного ориентирования области, которым являюсь и по сей день.

Сначала занимался со взрослыми детьми, но вскоре выяснилось, что этого недостаточно, поскольку они очень плохо закреплялись в ориентировании. Принятое решение заниматься с малышами от 1-го, 2-го класса, и дело потихонечку пошло. До 1990 года все складывалось удачно, много детей можно было вывозить на соревнования, планировать учебно-тренировочный процесс.

В 1990 году финансирование прекратилось, на соревнования стали возить тех, у кого были деньги или очень хороший результат, но вскоре и здесь многое, к сожалению, остановилось.

Так уж получилось, что до сих пор в выездах вынужден ограничиваться своей семьей, в которой растут пятеро детей: четыре девочки и мальчик. Денег сегодня еле хватает на своих.

Вся семья занимается ориентированием, и по праву могу сказать, что ориентирование у нас семейный вид спорта, который сплотил нас в круге общих интересов.

Помимо меня и детей к ориентированию и результатам детей в полной мере причастны и мама Белова Любовь Юрьевна и конечно же бабушка Белова Нина Васильевна. Думаю, что будет справедливо, если расскажу о нашей спортивной семье начну именно с них.

Бабушка. Это наш главный администратор семейной команды. Она много ездила по стране, возя на соревнования старших девочек, в то время пока родители поднимали младших.

За границу она впервые выехала в 1995 году в Швецию на O-Ringen, где увидела все великолепие массового ориентирования.

Мы и многие наши знакомые после этого неоднократно слышали от нее: "У ориентирования очень большое будущее. Я не зря столько лет посвятила этому виду спорта".

Мама. Очень приветствует, что дети занимаются ориентированием. Она сама планирует участие во всех поездках, сама возит детей на соревнования. Благодаря ее участию, и, наверно, это участие будет справедливо назвать главным, у нашей семьи есть средства для осуществления планов и поездок. Конечно же мы никогда не забываем, что помимо всего она и мать большого семейства, в котором младшему 7 лет, а старшей 17.

Дети. Я уже говорил, что их пятеро, и на соревнованиях мы стараемся быть вместе. Спасибо ориентированию, что здесь учтены интересы всех возрастных групп, поэтому на соревнования заявляемся как команда, команда Беловых. Кто хочет, может считать нас семьей, кто хочет – клубом, но мы всегда вместе и всегда на ориентировании.

Евгения. Старшая дочь (1981 г.р.), мастер спорта. С 1995 года выступает за сборную команду России на чемпионате Европы среди юношей в группе Ж16 (Словакия, Австрия, Франция, Венгрия). У нее есть и медали, в том числе и золото в эстафете. С 13 лет она выезжает на крупные международные многодневки, такие, как FIN-5, O-Ringen, матчи в Германии и Бельгии, с которых по своей возрастной группе привезла немало призов и медалей. К своим 17 годам Евгения уже имеет солидный опыт международных соревнований, знакома со всеми типами европейской местности.

Что делать, чтобы попасть в юношескую сборную России? Нужно глушить всю спортивную тусовку, а следовательно побеждать на первенствах России и отборочных стартах. Жене здесь удается показать себя.

Ее успехи вдохновляют сестер на усиленные тренировки, учат переносить трудности, длительное пребывание на соревнованиях вдали от дома.

По традиции семья открывает сезон в марте в Майкопе, затем в Геленджике или Железногорске, а после этого у нас запланировано участие во всех майских многодневках в Москве и центральном регионе. Здесь после зимнего периода, насыщенного легкотяжелой кроссовой работой, мы интенсивно работаем на различной местности над техникой ориентирования. Важно и то, что появилась возможность планировать контрольные старты на крупных и популярных соревнованиях на качественных картах.



В последние годы у нас запланировано участие во всех майских многодневках в Москве и центральном регионе. Здесь после зимнего периода, насыщенного легкотяжелой кроссовой работой, мы интенсивно работаем на различной местности над техникой ориентирования. Важно и то, что появилась возможность планировать контрольные старты на крупных и популярных соревнованиях на качественных картах.

В последнее время эти точные карты появились в разных регионах страны: на юге это Майкоп, Сочи, Геленджик и конечно же Железногорск, на северо-западе – Кузнецкое и Петрозаводск, и благодаря их появлению мы на наши планы смотрим с оптимизмом. Хочу поблагодарить федерацию за то, что активно развивается картфонд Центра России, поскольку это позволяет проводить соревнования на новых местах с минимальными затратами на переезды. Ну как не вспомнить Рязань, Тверь, Владимир, Валдай, потому что для всех, кто профессионально занимается ориентированием и вынужден надолго уезжать из дома, это очень важно и актуально.

Здорово, что у ориентировщиков появляется все больше спонсоров и проводятся соревнования с достойным призовым фондом. Думаю, что руководству ФСО России следует в первую очередь обратить внимание именно на эти соревнования, содействовать поднятию их статуса и всячески содействовать организаторам и спонсорам, беречь их и даже удовлетворять амбиции. В то же время

хочу пожелать организаторам, чтобы при награждении всегда присутствовала памятная и наградная атрибутика, чтобы были медали, кубки, вымпели, специальные сувениры, а сами призы всегда соответствовали интересам спортсмена того или иного возраста. И еще раз напомню про медали, которые и по прошествии большого количества лет смогут достойно украсить какое-то место в доме, напомнить о жизни, прожитой в спорте, и вызвать зависть, уважение и восхищение у друзей, знакомых и коллег.

Александра. (1982 г.р.) В этом году Саша выиграла все отборочные старты на личном первенстве России в Осетре и прошла первым номером в юношескую сборную России по группе Ж16. Она успешно выступила на Чемпионате Европы в Венгрии, где заняла 6-е место в личном зачете и 1-е место в эстафете.

В семейной команде Саша самая хозяйственная девочка, она завхоз нашей команды. Саша прямая противоположность энергичной и взрывной Жене. На нее возложен бюджет семейной команды, на нее и экономика и экономия.

В свои 16 лет она очень здраво смотрит на жизнь, умеет все рассчитывать по возможностям, знает, что можно себе позволить, а что нельзя, и при этом имеет великолепный контакт с младшими детьми у нас в семье. Политика в воспитании младшего поколения Беловых идет подчас через нее.

В тренировках Саша очень вынослива, беспрекословно и дисциплинированно выполняет задания тренера.

Все мы понимаем, что накопленный тренировочный потенциал необходимо ежегодно развивать еще более упорными тренировками. Малейший сбой, нежелание тренироваться или другие жизненные ситуации сразу могут привести к завершению спортивной карьеры. Все знают, как будет сложно снова набрать спортивную форму.

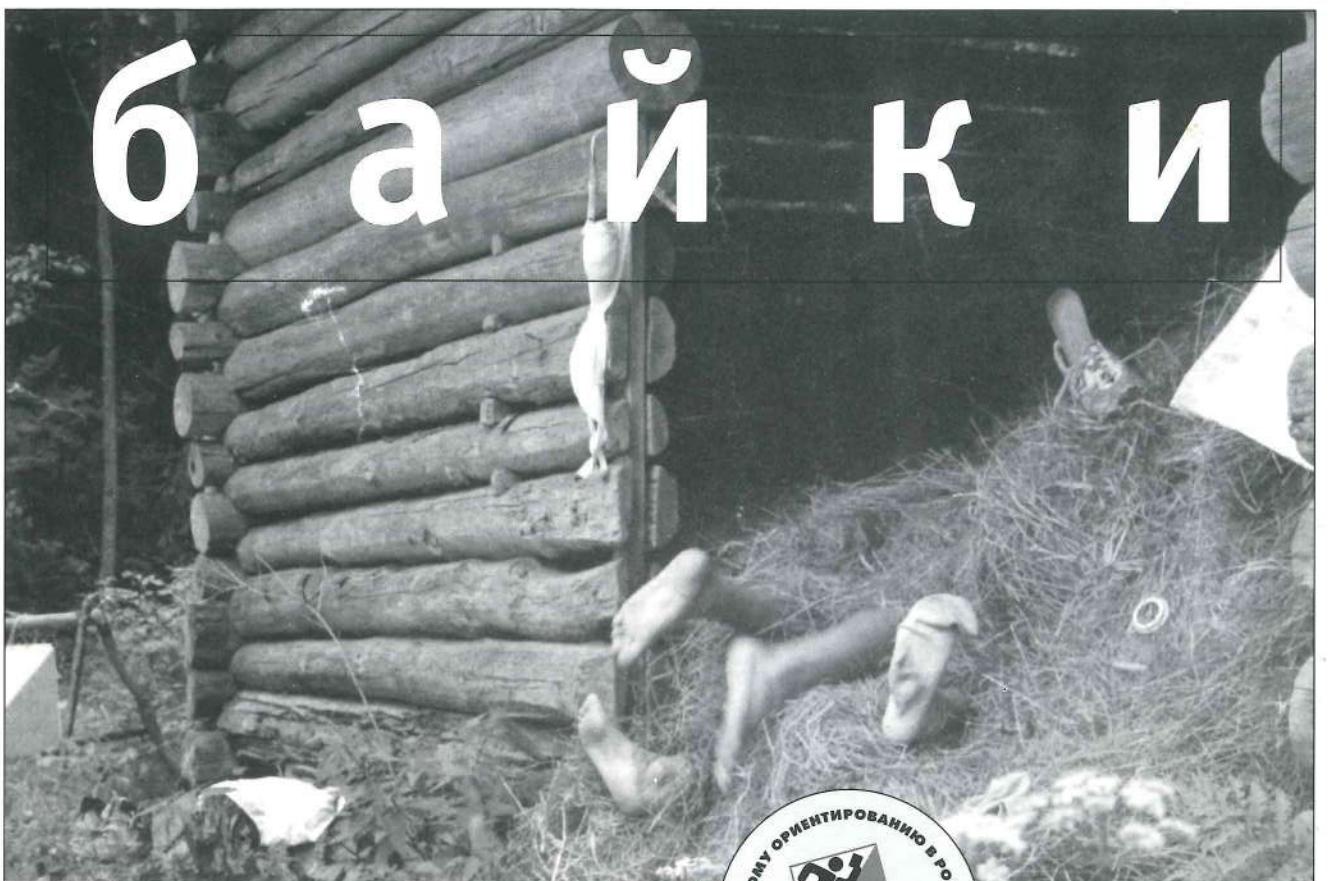
Если девочки соглашаются и принимают устный договор, то до конца сезона они должны строго выполнять тренировочные планы. У нас в семье есть еще одно правило: если ребенка заинтересует что-то больше, чем спорт, то в конце сезона он имеет право заявить об этом и завершить профессиональную спортивную карьеру. Сознательность и честность всегда будут только украшать ребенка и гражданина. Только спортсмен, который сам сознательно начнет планировать ежедневные тренировки по своему самочувствию, сознательно исполнять их, сможет добиться результата в спорте. На дистанции спортсмен работает один, он лучше всех знает свои слабые и сильные стороны, поэтому, по моему убеждению, в тренировочном процессе главное – сознательная заинтересованность спортсмена, а тренер нужен, чтобы создавать условия для тренировок и участия в соревнованиях и в то же время с высоты своего опыта и спортивного образования подсказывать пути дальнейшего совершенствования спортивной деятельности.

Евгения и Александра. Девочки живут отдельно. В училище олимпийского резерва, где они получают образование, созданы все условия, чтобы они имели возможность двух тренировок в день, а также они обеспечены питанием и имеют материальную поддержку. Сами тренировки проводятся под руководством опытных профессиональных тренеров.

Такая возможность стала для нас реальностью, потому что председатель облспорткомитета Федор Иванович Щелоков видит перспективу в финансировании училища и вместе с этим необходимость поддержки роста лучших молодых спортсменов в Оренбургской области.

Много делает, помогает и содействует продвижению наших планов директор училища Александр Федорович Тюленев. Сам он лыжник и очень отчетливо понимает, как трудно воспитать спортсмена на выносливость. Благодаря ему мы дважды в год выезжаем на сборы в среднегорье в Кисловодск, после которых наши функциональные возможности значительно возрастают.

Отец и тренер. Как отец и как тренер хочу сказать, что со взрослыми девушками работать совсем непросто. У каждой свои планы, а спорт требует очень большой самоотдачи, поэтому по традиции с каждой раз в год заключается договор. Этот устный договор я ежегодно заключаю со всеми своими детьми-спортсменами. Суть его в том, что каждый из них должен согласиться еще один год усиленно тренироваться, а я со своей стороны обязуюсь создать условия для выезда и участия во всех запланированных соревнованиях в стране и за рубежом.



От Евгения Иванова

1963 год, г.Ужгород. I Всесоюзные соревнования.

В те годы одним из главных (и очень щекотливых) вопросов было сохранение в тайне всех секретов дистанции. В команде москвичей была твердая установка: поменьше общаться со своими земляками – судьями, чтобы нас ни в чем дурном не заподозрили.

Про себя я решил, что постараюсь даже не здороваться со своими друзьями, а их в ГСК было много: Владимир Кудрявцев, Игорь Плотке, Евгений Риневич, Александр Колесников.

Помню, приезжаем на автобусе в центр соревнований. Огромная толпа участников. Я первым выпрыгиваю на землю и попадаю в объятия Кудрявцева, который громогласно приветствует и поздравляет с приездом.

Позднее Риневич рассказал мне забавную историю. К нему как-то подошел то ли азербайджанец, то ли грузин и посоветовал: "Я тут походил, посмотрел и понял, что здесь так просто не выиграть. Слушай, скажи, кому дать? Сколько? A?"

В 1964 году в районе Дубны мы с Валерой Игнатенко ставили летнюю маркированную трассу для первенства ЦС "Труд-2". Одна из команд поразила своей экипировкой: каждый участник нес с собой по дистанции здоровенный кол с укрепленным на нем планшетом. Кроме карты и компаса они были снабжены набором игл, карандашей, транспортиром и даже ученической резинкой-ластиком.

Причем измерять расстояние их научили не двойными шагами естественной длины, а метровыми прыжками. Это была уморительная картина: участник, неся в руке жердину с планшетом, прыжками передвигался по трассе, добегал до поворота дистанции, вби-

вал в землю кол, деловито доставал карту, компас, другие принадлежности и начинал что-то чертить, измерять и прикидывать. Вполне понятно, какой результат можно было ожидать от такой команды.

Соревнования выиграли москвичи, среди которых я помню Дениса Иванова, Рэма Кузьмина, Володю Блинова. При подведении итогов московскую brigadu судей обвинили во всех смертных грехах. Аргументация была "убийственна": " Да как же это возможно: бежать, не останавливаясь, и тем не менее колоть по нулям?"

В 1967 году мне довелось с Левой Станецким обследовать местность в Пермской области для Всероссийских зональных соревнований. Целый день бродили по лесу, страшно устали и, закончив работу, зашли в деревню. Купили молока, разломили единственный батон хлеба пополам и сели на бревнышко перекусить. В какой-то момент Лева отложил хлеб в сторонку и повернулся ко мне, чтобы показать на карте заинтересовавшую его деталь. Огромный красно-черный петух мгновенно подскочил, схватил левин кусок и пустился наутек. Боже мой, какая же ярость и возмущение были написаны на лице Станецкого!

Петуха он так и не догнал. Я страшно хотела и безропотно отдала Леве половину своей пайки.

В латвийском городке Мадона проводился матч восьми городов ССР. В первый день соревнований после обеда при огромном стечении народа мы с Борисом Огородниковым устроили конкурс на лучшее знание латышского языка. В то время я очень много об-



щался с латышами, чему-то научился и к месту и ни к месту демонстрировал свои знания. Помоему, Борис решил меня проучить. В общем, в результате состоявшихся между мной ожидал конфуз. Причем

Борис выиграл чисто тактически: он говорил отдельные слова, а я – целые фразы. Словарный запас у меня кончился быстрее. Мне себя от досады, не раздумывая о последствиях, я выпалил: "Завтра вы все услышите от меня 100 новых слов". Поостыяв, я схвачился за голову, ругал себя и думал, как выйти из положения. Идея пришла неожиданно. На следующий день все та же толпа выжидала смотреть на меня, Борис ухмыляется, а я начинаю: " Виенс, диви, трис, четырь, пьеви" и так далее (все просто – обычный счет, далее идут повторы с несложными изменениями). До ста досчитать мне не дали. Победа!

Всесоюзные зимние соревнования 1968 года. Карты были уже готовы, дистанции спланированы. Оставалось только выяснить условия приема в центре соревнования. Этим центром оказалась глухая деревушка Калужской области.

Мы с Женей Риневичем приехали в эту деревню в середине дня. Несколько десятков домов, кирпичное здание какой-то фабрички, школа. Риневич всегда любил произвести впечатление, поэтому на вопрос сторожа фабрики весомо ответили: "Мы из ВЦСПС". Мужичонка оробел и повел нас к начальству. Войдя в кабинет, где сидели двое мужчин, сторож, заведя глаза вверх, почему-то шепотом сказал: "Они к вам! Из ВЦСПС!" Риневич, взяв на себя инициативу, очень интеллигентно и толково объяснил, что в их деревне намечено проведение Всесоюзных соревнований. Сидящих

за столом мужиков (как впоследствии оказалось, директора и секретаря партбюро) эта новость сразила наповал. Очухавшись, директор неуверенно спросил: "И что ж, к нам со всей области приедут?" Риневич снисходительно: " Да нет, я же говорю – со всего Союза!" Растряянность наступила полная. В конце концов мы договорились, что нам предоставят помещение для переодевания спортсменов.

В день соревнований колонна из пятнадцати автобусов с 27 командами въехала в деревню. На пригорке стояла большая группа женщин, которые наперебой кричали:

- Кто здесь москвичи?
- Латвийская команда – идите ко мне!
- Ленинградцы, ждем вас!

Оказалось, что каждой команде была выделена отдельная изба. Топились бани, варились борщи, готовились пельмени и пироги. На фабрике был объявлен выходной день, в школе отменены занятия. А сколько было заинтересованных болельщиков! Праздник удался на славу (причем весь сервис был бесплатный!).

На Всесоюзных зимних соревнованиях в Отепя 1969 г. Эстонцы никого не выпускали для просмотра дистанции. Исключение сделали лишь для представителя ЦС по туризму, взяв с меня клятву никому ни в чем не помогать. Сомнения меня одолевали только по одному поводу. Лыжи тогда не маркировали, поэтому замену сломанных лыж в обычных обстоятельствах доказать было невозможно. Но если я кому-нибудь помогу, эстонцы этот факт вычислят сразу и обвинят меня в неэтичном поведении. Я твердо решил лыжи никому не давать.

И надо же было случиться, что на дистанции я догнал шлепающего на одной лыже Виестурса Лиепиньша из команды моих друзей латышей. Я знаю, что Лиепиньш впервые выступает на Союзе, и латыш в один голос прочли ему медаль. Мне чуть дурно не стало от безвыходности ситуации, и все же пришлось переступить через себя: "Извини, Виестурс, не могу". Тот укоризненно посмотрел на меня, ничего не сказал и заковылял дальше. Не знаю, у кого в тот момент настроение было хуже.

Весь вечер и последующий день латыши дружно сторонились меня, не заговаривали и даже не здоровались. Ох, как было тошно! Накануне эстафеты я решился и ворвалась буквально в большой номер, где собралась



вся команда: "Вы должны меня понять – я дал слово. И не нарушил бы его даже для москвичей!" И ушел.

Утром отношения были полностью восстановлены.

Самое интересное, что на следующих соревнованиях ситуация повторилась. Во время эстафеты я стоял на одном из КП. Вдруг на пункт на одной лыже вбегает Волли Кукк из команды Латвии. Я запомнил только его выражение лица: напряжение глаза и какие-то шарахающиеся из стороны в сторону суетливые движения. Кричу ему: "Волли, бери лыжу!" Он даже не сразу меня понял, потом схватил лыжу, мой ботинок размера на три меньше своего и помчался дальше. В эстафете команда Латвии была второй. Вы скажете, несправедливо? А разве справедливо, когда судья КП отдавал лыжи только спортсменам своей команды?

11 Всесоюзные летние соревнования 1969 г. Глухие брянские леса. Палаточный лагерь на 500 человек. Костры, костры, костры. Все команды три раза в день варят грибы. Закончились соревнования на великолепной местности с потрясающими картиами. Яркий солнечный день. Отличное настроение. Готовимся к закрытию и награждению победителей. Я надеваю заветную белоснежную сорочку. Вдруг прибегают ребята, говорят, что нашли мужика, который без всяких приспособлений, одними пальцами открывает пивные бутылки. Я недоверчиво смеюсь: "Полно врать!" Через несколько минут приходят с Рейном Вяльбом. "Не веришь, – говорят, – смотрите!". Пива не оказалось, достали бутылку плодово-ягодного вина с металлической

стороны в сторону – да, т.е. все наоборот.

Чемпионат Мира в Чехословакии. Эстафета. На одном из этапов собирались вместе трое – честь впереди венгр, за ним финны и норвежец. Венгр выбегает к КП, видит, что это чужой пункт, но имитирует отметку и бежит прочь. Соперники, не глядя, отмечаются и продолжают путь. Венгр, сделав небольшой круг, находит нужный КП и мчится дальше. Команды Финляндии и Норвегии дисквалифицируют, венгры занимают третье место.

Всесоюзный чемпионат ДСО профсоюзов. Миасс, 1980 г. Команда "Динамо" приехала в город поздно вечером, до турбазы (центра соревнований) иди далеко, много вещей. Представитель команды Е.Иванов звонит в городок милиции, объясняет обстановку и просит помочь с транспортом. "Сейчас что-нибудь придумаем", – отвечают из милиции. Приезжает машина медвытрезвителя.

С контрольного пункта, совмещенного для женщин и девушек, радист передает: "Прощла женщина №...". С финиша отвечают: "Под этим номером не может быть женщины, это – девушка". Радист торопливо: "Сейчас проверю". На финише – хотят.

Алаверды Генриха Шура к байкам Евгения Иванова

Об открытии пивной бутылки одним пальцем. Рейн Вяльба, командующий парадом ночного факельного шествия в честь 10-летия Всесоюзного ориентирования, судья всесоюзной категории, красавец мужчина, в свое время чемпион Эстонии по фехтованию, действительно открывал пивные бутылки пальцами, но не одним, а двумя. Чему я был свидетелем, сидя с ним в единственном тогда в СССР ночном варете в Таллинне. Дело в том, что уважаемый в Эстонии архитектор, получивший Госпремию за проект театра в г. Вильянди, был в молодости каменщиком и подушечки его пальцев на всю жизнь затвердили. Эффект естественно был колossalный.

Как Шура тащили к воде (вечер в Брянских лесах)



Заводила латышской команды Арно Лицес, затянул игру неспроста. Дело в том, что в 1969 году на советский экран была выпущена весьма соблазнительная кинокартина "Милион лет до нашей эры". Жуткие звери-чудо-вица, племена с матриархальным правлением, полуобнаженные ловкие и сексуальные актрисы устраивали там шабаш. Они пригали как леопарды, скакали по деревьям как тарзан, короче – все делали в темпе и красиво. Это действие и устроили латыши. Они вымазались в речной грязи, взяли шесты и гонялись кто за кем. Но матриархат и здесь соблюдался, и меня подхватила женская команда, она же меня и пожалела. До сих пор благодарен им за это.

О медалях венгров

Сам Евгений Иванов написал статью в "Советский спорт", которую назвал "Чардаш на финиш". Дело в том, что венгр пересадил эстафету, он буквально повис на своем товарище по команде. Судьи еле-еле растигли их. Как потом выяснилось в разговоре с очень сильным спортсменом Боросем, они на ухо передали друг другу ситуацию, сложившуюся в лесу.

