



АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

№5, 1998

7

Волковые коньки
пришли в столицу

20

Наступление Новиковых
продолжается

32

Под звон колоколов

34

Праздник года

42

Сердце отдаю детям

СОФТВЕРНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ В РОССИИ
35 ЛЕТ
1963 - 1998



Дорогие друзья!

Завершился год, в котором российское спортивное ориентирование отметило свой 35-летний юбилей, год триумфа российской школы ориентирования на международной арене. Уже целых 35 лет живет и развивается в нашей стране этот прекрасный вид спорта, и все же многое в прошедшем сезоне произошло впервые.

Впервые российская мужская команда выиграла золото в эстафете на Чемпионате Мира по лыжному ориентированию.

Впервые россиянин Виктор Корчагин выиграл золото на классической дистанции и стал двукратным чемпионом мира.

Впервые россиянин Руслан Грицан выиграл золото в спринте и на классической дистанции и стал двукратным чемпионом мира по лыжному ориентированию среди юниоров.

Впервые россиянка Анна Устинова стала чемпионкой мира среди юниоров по лыжному ориентированию, выиграв спринт.

Впервые россиянка Татьяна Переляева стала чемпионкой мира среди юниоров в спринте.

Впервые наши девушки завоевали серебряные медали в эстафетах на Чемпионате Мира среди юниоров и Чемпионате Мира среди студентов, а также у нас первые серебряные медали на Чемпионатах Мира среди юниоров (С.Осипов, Т.Переляева) и на Чемпионате Мира среди студентов (В.Новиков, М.Рябкин).

Впервые в России прошел Чемпионат Мира по лыжному ориентированию среди юниоров.

В прошедшем 1998 году Федерация выступила с рядом новых инициатив.

Прежде всего на отчетной конференции мы утвердили новые Правила соревнований по спортивному ориентированию, утвердили новую структуру будущего президиума. Несомненно все это будет способствовать дальнейшему развитию ориентирования в нашей стране.

Особенно хочется обратить внимание на то, что состоялся первый Чемпионат России по парковому ориентированию. Это историческое событие, так как именно парковое ориентирование своей зрелищностью поможет развитию и популяризации спортивного ориентирования как увлекательного и доступного массового вида спорта, а также привлекать к себе средства массовой информации.

17 октября в Москве, в Президент-отеле состоялось торжественное собрание, посвященное 35-летию отечественного спортивного ориентирования. Более 1000 человек из регионов России были награждены юбилейными дипломами за весомый вклад в развитие нашего вида спорта. Все они составили памятный «Почетный список Федерации спортивного ориентирования России».

В 1999 году в моем родном Санкт-Петербурге будет проходить первый за всю 100-летнюю историю развития мирового ориентирования Чемпионат Мира по лыжному ориентированию среди ветеранов. А в канун третьего тысячелетия в Красноярск съедутся все именитые спортсмены мира на Чемпионат по лыжному ориентированию. Так что, дорогие друзья и коллеги по духовному увлечению, и в новом году нам не придется скучать. Это интересно. Это трудно. Трудно вдвойне, когда экономическая ситуация в стране не отвечает нашим притязаниям. Но мы знаем, что главное — здоровье народа, увлечение молодежи полезным делом. В этом смысл нашей деятельности.

И мы верим, что в новом году наши мечты сбудутся. С Новым годом, счастливых стартов. Главное вера — в свои победы.

Президент Федерации спортивного ориентирования России,
депутат Государственной Думы Федерального собрания РФ
Сергей Беляев.

С. Беляев

Содержание: №5, 1998

Олимпийский проект

УЕОФ — новый этап развития ориентирования	3
Сборная	
Сборы за границей — роскошь или?..	4
Наши победы не случайны!	6
Необычное приключение во Франции	22
Итоги летнего сезона 1998 г.	46

Соревнования

Роликовые коньки пришли в столицу	7
Непутевые заметки в пути	14
Наступление Новиковых продолжается	20
Марина в парках не гуляет	23
Тяжелое альпийское	26
Под звон колоколов	32
Виват Кузбасс	33
"Кубок парков Москвы -98"	44

Персона

Александр Глушко — ученик Валерия Киселева	17
Ай да дедушка	27
Сердце отдаю детям	42

Презентация

Русские скалы	28
---------------	----

Консилиум

Влияние лунного цикла на тренировочный процесс	9
Ориентирование как средство оздоровления	12
Управление тренировочным процессом спортсменов-ориентировщиков	12

Новости

Новости от "Московского компаса"	16
Праздник года	34
Почетный список ФСО России	36

Календарь

Календарь ФСО России на 1999 год. Дополнение	12
Календарь 1999 от журнала "Азимут"	24

Народные байки

Байки от А.Щурова	40
Байки от С.Фалевского	40

Редакция журнала "Азимут" назвала двух лучших спортсменов 1998 года: Виктор Корчагин, Татьяна Переляева. Также отмечен Руслан Грицан. Все трое награждены подпиской на 1999 год.

ПОЛИГРАФИЧЕСКАЯ ФИРМА

Деловая полиграфия & Полиграфия высокого качества:
буллеты, журналы, каталоги, проспекты, плакаты, календари, открытки.



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



RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE

Журнал
"Азимут"
1998, №5

Учредители:

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

Редакционный совет:

Сергей Беляев
Виктор Елизаров
Аркадий Ломоносов
Игорь Столов
Юрий Константинов
Игорь Гурьев
Юрий Безымянный
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
Анатолий Киселев, Алексей Иванов,
Юрий Янин, Ольга Минава,
Ольга Жубрикова, Юрий Драков,
Юрий Семенчуков

Дизайн, сканирование,
компьютерная верстка,
цветodelение
"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)
E-mail: ntorient@cityline.ru

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

Редакция благодарит С.Кузнецова,
В.Елизарова, В.Никитина, В.Шустикова за
предоставление электронных версий
спортивных карт

УЕОФ — НОВЫЙ ЭТАП РАЗВИТИЯ ОРИЕНТИРОВАНИЯ

Игорь Столов. Заслуженный тренер России. Олимпийский комитет России. Москва



И в то же время есть ряд общих аспектов, с которыми большинство согласны.

Во-первых, проведение Чемпионатов Европы необходимы почти для всех европейских национальных федераций. Но для мировой спортивной общественности важно, чтобы проведение чемпионатов Европы было юридически правильно оформлено и эти соревнования получили бы официальный статус в соответствии с общепринятыми международными нормами.

В то же время понятно, что существующий Устав ИОФ не позволяет решить эту задачу.

Во-вторых, почти все федерации против появления новых соревнований в календаре из-за финансовых трудностей.

В-третьих, многие федерации выступают за создание статуса Чемпионата Европы уже существующим соревнованиям — Играм Балтийских, Балканских, Северных стран или этапам Кубка Мира. Это касается элитных соревнований.

Статус европейского чемпионата позволяет, без особых усилий со стороны организаторов, качественно поднять уровень и популярность этих соревнований. Согласитесь, что быть чемпионом Европы престижнее, чем чемпионом Балканских игр или Кубка северных стран.

И если касаться непосредственно развития ориентирования в России, то сам факт того, что Федерация ориентирования России объединила более 70 региональных федераций заслуживает внимания к ее инициативе. За последние годы ведущие специалисты ориентирования России стали тщательно рассматривать свое участие в предлагаемом ИОФ международном календаре. Это знак не только возросших возможностей, связанных с демократическими изменениями в нашем государстве, но и более профессиональных теоретических и практических подходов к вопросу о роли и месте ориентирования в системе мирового спорта.

В-четвертых, абсолютное большинство поддерживает проведение Чемпионата Европы среди юношей (группы 16—18), а конкретно приданье соответствующего статуса уже существующему европейскому юношескому матчу (каждый год в конце июня).

В-пятых, интересное предложение о проведении Чемпионата Европы среди ветеранов в те годы, когда чемпионаты мира среди ветеранов проходят на других континентах.

В процессе дискуссий становится ясно, что почти все национальные федерации Европы выступают против увеличения количества официальных соревнований. Здесь федерация России с ними солидарна, а предложения проводить ежегодно чемпионат мира вместо чемпионата Европы представляются неприемлемыми, так как это принесет дополнительные затраты для большинства национальных федераций.

Хотелось бы отметить, что сегодня большая часть национальных европейских федераций не в состоянии организовать у себя чемпионат мира из-за финансовых проблем. Вместе с тем во многих странах есть традиционные соревнования календаря ИОФ, которым можно было присвоить статус чемпионата Европы. Это несомненно повысит уровень ответственности и приблизит национальные федерации к организации соревнований мирового уровня.

ФСО России, выступая как инициатор создания Союза, еще раз отмечает, что никаких финансовых взносов за членство в УЕОФ не будет. И, что важно, не создается новая бюрократическая организация. Разумно, чтобы УЕОФ стала структурой ИОФ в статусе комиссии, возглавляемой вице-президентом или консулом ИОФ.

Этот Союз или комиссия должны состоять из президентов или полномочных представителей европейских национальных федераций ориентирования. При наличии такой комиссии ИОФ будет иметь основания присваивать определенным соревнованиям, ссылаясь на реше-

ние комиссии, статус Чемпионата Европы (при этом не противореча Уставу ИОФ).

В этом случае нужна реорганизация ИОФ, но при этом ИОФ и УЕОФ должны быть "близкими друзьями", — это мнение многих европейских федераций.

Мы уверены, что создание союза европейских федераций даст толчок к образованию других континентальных федераций и вызовет активность в странах, где ориентирование пока еще слабо развито. В Австралии образовано много ассоциаций и союзов ориентирования, но нет федерации континента. А участие в олимпийском движении без наличия действующих континентальных федераций невозможно.

Из большого числа поставленных вопросов, связанных с созданием УЕОФ, хотел бы отметить определенное беспокойство отдельных федераций о том, что создание УЕОФ нарушит единство ИОФ.

Высказывания на эту тему — это лишь боязнь потерять годами отработанную систему деятельности ИОФ под Европу.

В то же время многие национальные европейские федерации, участвуя в дискуссиях о создании УЕОФ, заявляют, что новый союз поднимет акции ориентирования в Европе и мире. С этим нельзя не согласиться.

Создание УЕОФ поможет четче очеркнуть масштабность задач, которые должна решать ИОФ. В связи с этим становится понятным, что существующая на протяжении многих лет и ныне структура ИОФ требует изменений в сторону увеличения масштабности ее задач. К слову сказать, она делает эти попытки. Взять хотя бы создание комиссии "Олимпийский проект" или группы по календарю элитных соревнований, координацию работы по проведению соревнований мировых парковых туров (PWT). То есть внутри себя создает дополнительные структуры.

Определяя новый этап развития ориентирования в мире, идеальным было бы не только создание УЕОФ, но и скорейшее изменение структуры Международной федерации ориентирования.

Думаю, что это отдельная тема. Предложения по этому вопросу были изложены Президенту ИОФ господе Сью Харвей на встрече в Финляндии в октябре 1998 года. В заключение нашей встречи Сью Харвей сказала: "Теперь я начинаю понимать, для чего нужен УЕОФ, но дайте время разобраться и подумать". Время идет.

Федерация спортивного ориентирования России благодарит Международную федерацию ориентирования, федерацию ориентирования Финляндии, лично президента Сью Харвей и Генерального секретаря Барбру Рёнберг за оказанные помощь и поддержку во время визита делегации ФСО России в Финляндию.

ИОФ (IOF) — Международная федерация ориентирования (International Orienteering Federation).

УЕОФ (UEOF) — Союз европейских федераций ориентирования (Union of European Orienteering Federations).

Сборы за границей — роскошь или?..

Среди многих задач, стоящих перед тренерами сборной в период подготовки, есть две, которые каждый раз приходится решать по-новому: как можно полнее узнать (или угадать) тип местности будущих соревнований и как можно точнее смоделировать эту местность в предсоревновательном сборе.

В 1996 году, перед Австрией, мы, новоиспеченые тренеры юношеской сборной, гоняли своих подопечных по крутым Крылатского, которые должны были заменить альпийские склоны.

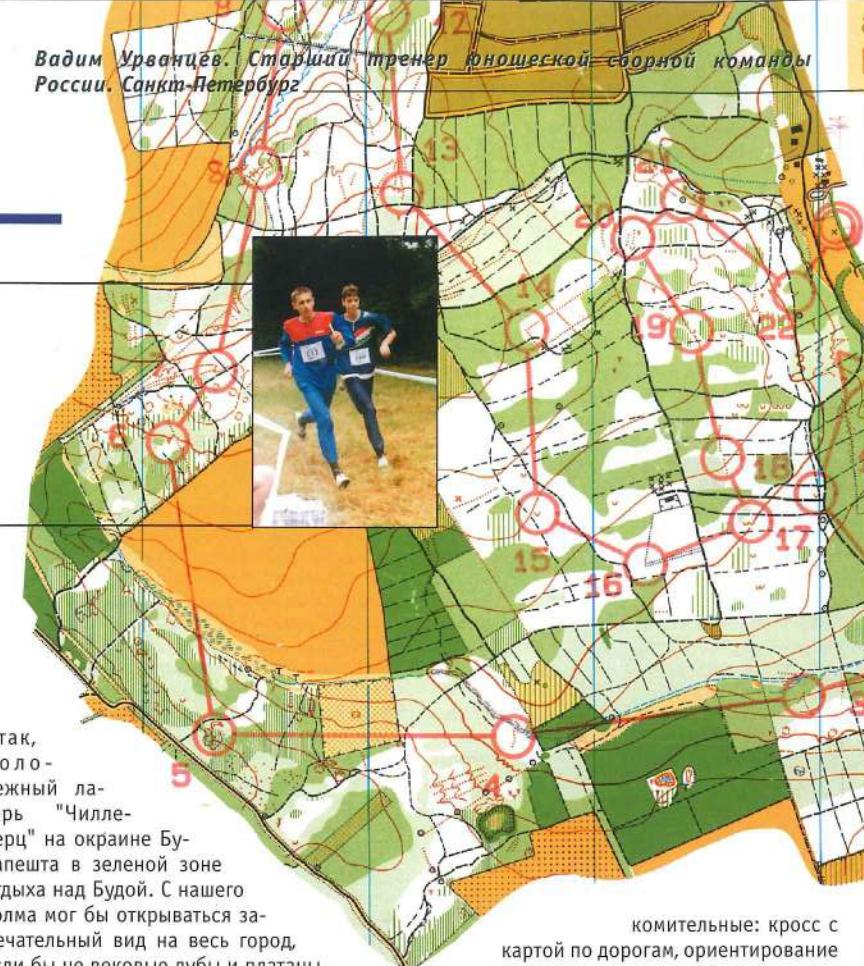
В 1997 году нас опять ждали Альпы, на этот раз — французские. Весенний сбор мы провели в Альште, но перед соревнованиями экономические причины загнали нас в Сосново под Петербург. Скалы и камни Кузнецкого — вот и все, что мы смогли "потрогать ногами" вместо скал и камней Гренобля.

Каждый раз на "разборах полетов", которыми обязательно заканчивались соревнования такого ранга, и мы, тренеры, и участники отмечали, что местность преподносila свои сюрпризы, которые влияли на результаты (понятно, в какую сторону), особенно в первый день соревнований.

И хотя результаты были неплохими: первые — в Австрии; вторые после швейцарцев — во Франции, но всегда часть потенциала оставалась нереализованной. Вот если бы... Поэтому, когда тренер-администратор сборной Алексей Иванов предложил сбор перед Венгрией проводить на месте соревнований, эта идея сразу нашла поддержку. Мои робкие возражения: "Дорого! Не все смогут найти деньги", — были разбиты железной логикой: "В России теперь ненамного дешевле, а кое-где и подороже. А на местах деньги для сборников найдут!" И вообще, в Будапеште у Алексея Денисовича "все схвачено, осталось только уплатить".

Жизнь подтвердила правильность этого прогноза: Оренбург и Красноярск, Тула и Рязань, Анапа и Пенза — больше десятка террито-рий смогли командировать своих участников на сбор и соревнования в Венгрию в первом и втором составах сборной. А заказать транспорт "от порога до порога", найти действительно недорогое размещение-питание и две весьма приличные карты "прямо от за-бора" Алексей Денисович сумел, не выходя из "малахитового" подвала.

Первые тренировки — втягивающие, озна-



Итак, моло-дежный лагерь "Чиллебер" на окраине Будапешта в зеленой зоне отдыха над Будой. С нашего холма мог бы открываться за-мечательный вид на весь город, если бы не вековые дубы и платаны, которые прикрывали нас зеленой крышей от безжалостного венгерского солнца. Поэтому акклиматизация и первые тренировки проходили легче, чем мы предполагали.

Местность вокруг лагеря один в один совпадает с нашими представлениями о том, какая она должна быть в Венгрии: извилистые, изрезанные склоны от 20 до 100 метров высоты, с редкими выветренными скалами, широколистственный прозрачный лес с орешником подлеском, буйный подрост и ежевика на вырубках. Правда, из-за близости города лес прорезан густой сетью тропинок, и это мешает спланировать по-настоящему сложные этапы между КП. Стремимся использовать для КП самые разнообразные точки, особенно с "венгерским акцентом": охотничья вышка, вход в пещеру, кормушка для животных, карстовая яма посреди склона и т.д.

К этому

следует прибавить, что условия для

отдыха в лагере "Чиллебер" почти идеальны:

душ рядом с домиками в каждом "летнем таборе", бассейн под открытым небом,

сауна (правда, за отдельную плату), спортивные площадки на все вкусы. Каждый уик-энд лагерь заполняется участниками каких-то фестивалей, презентаций, ярмарок — музыка, шарики, аттракционы, киоски.

Единственный недостаток — "чересчур европейский" завтрак: две булочки и пять прозрачных ломтиков чего-нибудь плюс мини-джем или микро-сырок. Поэтому старшие мальчики с благодарностью вспоминали тех, кто по разным причинам не смог поехать и остался в России. Поскольку администрация лагеря придерживалась известного принципа: "Упложено — должно быть проглочено", т.е. предоплата не возвраща-

ется, то "сверхнормативные" порции вмиг исчезали в могучих желудках "крокодилов", к вящей радости Ольги Глаголовой, нашей главной кормилицы, поилицы, а по совместительству — доктора Айболита, психотерапевта, тренера-аналитика, постановщика, хронометриста и прочая, и прочая...

Еще один день отдыха — экскурсия по Будапешту — шопинг — домашняя мини-дискотека, и мы покидаем гостеприимный "Чиллебер".

На этом, собственно, и заканчивается основная тренерская работа, так как составы эстафет определены еще в России; давать "мудрые" установки перед стартом не люблю, так как считаю, что учить ученого — только портить; а накачки на общекомандных собраниях по типу "Все как один!", "За нами Россия!", "Не посрамим!" — у нас всегда заменялись дежурными "Смотрите на номер, когда отмечается". На этом можно было бы и закончить статью, так как перипетии борьбы специалист прочтет в сухих строках протоколов, а передать ее волнующие нюансы, избегая журналистских штампов, я не умею.

Как, например, передать какофонию звуков — рев? вой? визг? треск? звон? гуд? — которую создавали многочисленные болельщики из столичного клуба "Искатель", когда на финишной прямой эстафеты появлялся российский спортсмен?

Трехцветными были не только их флаги и шарфы, но и раскрашенные шевелюры и даже лица. И не их ли восторженной поддержке мы обязаны тем, что в эстафетах отыграли у чехов 15 очков дефицита первого дня и не подпустили ближе, чем на 20 очков, эстафетных бойцов — швейцарцев! И так же аплодировали сборники, когда на международных соревнованиях, проходивших параллельно (вернее, последовательно) с юношеским первенством Европы на тех же дистанциях, поднимались на пьедестал "искатели" впередиешущими с представителями второй сборной, КСО "Малахит" и редкими венграми и чехами. (Вообще, результаты международных соревнований в группах НД-12 и НД-14 напоминали открытое первенство Москвы, это говорит о хороших резервах юношеской сборной, ведь сколько сильных ребят еще осталось в России.)

А как передать напряженную тишину, когда в эстафете, пройдя уверенно пункт радиоконтроля в группе лидеров, вдруг "завис" где-то перед финишем Роман Ряполов, победитель первого дня? Или "исчезла" между стартом и радиоконтролем Людия Красноярова, первой получившей эстафету на этапе? Замолкали дуделки и трещалки, и все



трехцветные скапливались у поворота с аллеи на финишную поляну и у демонстрационного табло. Я упомянул эти два случая не для того, чтобы рассказать, как Леша Бортник, получивший за свои



бочку. Этот ряд простейших "пунктов преткновения" можно продолжить. Я думаю, корень бед скрывается в некоторой спешности начальной подготовки "через ступеньку", а то и через две в возрастах 12—14. Никакие предсоревновательные сборы не могут (да и не должны) помогать бороться с такими ошибками — это материалы для "задания на дом" нашим сборникам и их тренерам.

А вообще, предсоревновательные сборы в стране проведения — это не роскошь, а необходимое условие плодотворной подготовки, несмотря на несколько большие расходы. У тренерской бригады уже есть карты, на которых будет проводиться УТС перед юношеской Европой в Германии в июне следующего года.

P.S. — А как же с беговым тест-отбором? Оправдал ли он себя?

— Даже в первый день, когда, по выражению Димы Сомова, "мозги от жары плавились", победители у юношеской бежали по оврагам быстрее 6 мин/км. А в эстафетах, в равнинном парковом лесу с редким орешником и частыми тропами "летели" быстрее 5 мин/км. Попробуйте показать такие результаты на голове технике без беговой подготовки!

— А техника? Совсем была не нужна?

— Те, кто не смог читать карту на ходу и выдерживать прямой путь "с точностью до толщины соединяющей линии" (образное сравнение одного из лучших в прошлом "технарей" России Сергея Кузнецова), те боролись за место после призовой тройки, а то и после первой десятки.

P.P.S. — А как же Андрей Храмов и его 8.25 на 3000 метров?

— Как и следовало ожидать, тренеры легкоатлетической сборной в предпоследний момент не отпустили Андрея в Венгрию (еще ноги переломает!). Но вот что оказалось неожиданностью для нас и для Андрея: в последний момент его, лидера сезона в России, не поставили в команду, так как несколько зарубежных участников имели еще более высокие результаты, а тренерам были нужны гарантированные медали.

Чтобы не заканчивать свой рассказ на такой минорной ноте, хочу поблагодарить наших бескорыстных помощников на сборе и в дни соревнований — тренеров Людмилу Аксенову из Красноярска и Сергея Коваленко из Анапы, чету Беловых из Оренбурга и всех тренеров "на местах", всех без исключения, кто подготовил участников юношеской сборной — победителей командного первенства Европы-98.



Наши победы не случайны!

Эдуард Хренников. Чемпион мира по лыжному ориентированию-98.

Мастер спорта России международного класса. Комсомольск-на-Амуре

Фото: Ю.Семенчуков, Ю.Драков



Хочу рассказать о Чемпионате северных стран и прошедшем параллельно с ним в марте 1998 года Кубке Мира среди юниоров. Как-то незаметно прошел он на фоне Чемпионатов Мира, и ничего о нем не сказано. Хотя результаты не менее впечатляющие.

Соревнования проходили в городе Хаммере (Норвегия), это недалеко от Лиллехаммера, арены предыдущих Зимних Олимпийских Игр, а также Чемпионата Мира по лыжному ориентированию 1996 г. Наша команда приехала на этот чемпионат во главе с А.Акимовым. Ему помогали А.Кудрявый, А.Жестовский, Н.Морсанова. К сожалению, состав команды был неполон, особенно это относилось к женской половине. Со стороны же соперников, как всегда, была жесточайшая конкуренция.

Местность и дистанции. Это было нечто — склон горы, переходящий в плато с очень ненасыщенной сеткой лыжней, по которому и были проведены все три дня соревнования. Первый день — классическая дистанция в два круга. Первая часть каждого кру-

гача начиналась подъемами, уходила на плато и заканчивалась затяжными спусками. Этот день был очень тяжел физически. И все же день принес нам медали всех достоинств и среди них золотые: Руслан Грицан среди юниоров и Анна Устинова среди юниорок.

Очень порадовал Николай Бондарь, заняв 2-е место в мужской группе. Следующий день был днем отдыха, и мы имели возможность посетить Лиллехаммер, а также совершить экскурсию на лыжную фабрику "Madshus", где мы увидели полный технологический процесс изготовления лыж. Второй день соревнований — спринт. Та же местность. Интересная деталь: первая половина дистанции представляла собой коридор, состоящий из двух-трех лыжней, и при этом почти всегда было два, а то и больше вариантов движения. Хочу обратить внимание российских начальников дистанций на то обстоятельство, что при очень ненасыщенной сетке лыжней можно предложить два-три и более вариантов движения. Я не за упрощение ориентирования, но в некоторых районах, где по каким-либо фи-

зическим или техническим причинам невозможно подготовить густую сетку, можно предложить интересные дистанции.

Но вернемся к соревнованиям. Второй день



был не менее урожайным. 1-е место в мужской группе у автора этих строк, 1-е место среди юниоров у Виталия Хомченко. Серебро и бронзу в течение этих двух дней нам привнесли Анна Воробьева, Александр Выжимов, Сергей Осипов. К своему же золоту добавили медали другого достоинства Руслан Грицан, Виталий Хомченко, Анна Устинова.

В третий день наши мужчины и юниоры были солидарны, добавив в копилку сборной России серебряные награды в эстафетной гонке. И только мелкие, досадные ошибки лишили нас первых мест. Это было 8 марта, и вечером мы устроили праздник для наших милых девушек.

Эти соревнования были очень важны для нас, и мы справились с поставленной задачей. Я поздравляю наших юниоров и юниорок. Они доказали, что они — сильнейшие в мире и что Чемпионат Мира в Тульской области был объективным соревнованием.

Хочу поблагодарить Андрея Васильевича Акимова, он решал все организационные вопросы быстро и качественно и не давил на спортсменов, как это часто бывает, давая самостоятельно готовиться к старту. Он хороший руководитель, а наши результаты тому подтверждение. ■

Роликовые коньки пришли в столицу

Юлия Белозерова, КМС, КСО "Малахит". Москва

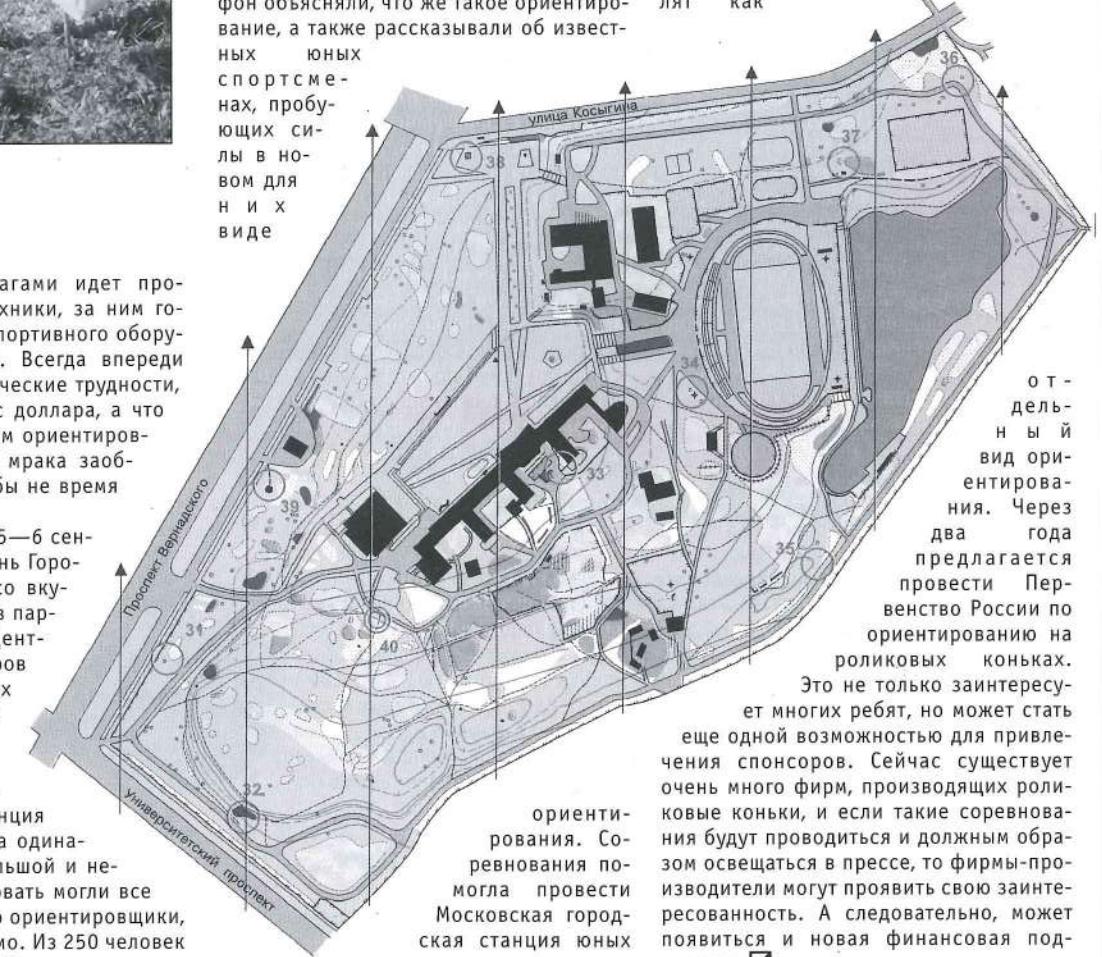


ков, а остальные новички. Многие гуляющие, ранее и не слыхавшие о нашем виде спорта, смогли получить реальное представление о нем. Особенно эти соревнования привлекли внимание тех людей, кто по каким-то причинам бросил заниматься ориентированием. В новом варианте это показалось им очень заманчивым.

Всем участникам на финише дарили памятные подарки: календарики, значки, наклейки. А на одних и тех же роликах могли ехать хоть 10 человек: старт открытый, трасса проезжалась за 20—25 минут. На протяжении старта в микрофон объясняли, что же такое ориентирование, а также рассказывали об известных спортсменах, пробующих силы в новом для них виде

Но что же из этого следует? Будет ли продолжение?

Скорее всего начатое дело не умрет. Весной будет проведено первенство по многоборью, задумывается оно по ориентированию на роликовых коньках, ориентированию на роликовых коньках с палками и ориентированию на лыжероллерах. Помимо подготовки к бегу на лыжах, роликовые коньки способствуют развитию навыков скоростного ориентирования, чтения карты на ходу. Пока это вспомогательный, тренировочный вид. Но, возможно, в будущем его выделят как



Семимильными шагами идет прогресс науки и техники, за ним горится развитие спортивного оборудования и инвентаря. Всегда впереди планеты всей экономические трудности, на лаврах почтут курс доллара, а что остается делать бедным ориентировщикам? Будни серого мрака заработанных цен казалось бы не время для новых идей.

Но в Москве все-таки 5—6 сентября праздновали День Города: скромненько, но со вкусом. Пятого сентября в парке около бывшего Центрального дома пионеров на Воробьевых горах были организованы первые в Москве соревнования по ориентированию на роликовых коньках. Дистанция

была для первого раза одинаковой для всех: небольшой и несложной. Зато участвовать могли все желающие, и не только ориентировщики, но и проезжающие мимо. Из 250 человек на старт выкатилось 40 ориентировщи-



Фото: А.Иванов

ей гравитационной энергией как бы поделили воздушную оболочку на две части, взаимно противоположные друг другу. Подобный процесс наблюдается и в человеческом организме ввиду того, что общий поток разделился надвое — он ослаб. Таким образом, все изнутри идет наружу, этот период наиболее благоприятен для очищения организма, а вот физическую активность надо действительно сократить, чтобы не рассеять энергетический баланс.

5. В полнолуние в организме человека энергия свободно изливается изнутри наружу.

В этой точке происходит поворот от расширения к сжатию, идет борьба, перелом на самых тончайших уровнях человеческого организма. Это колоссальный стресс.

6. После стрессового перелома от расширения к сжатию процессы сжатия начинают преобладать. Теперь энергия и жидкостные среды стремятся сконцентрироваться и идут вглубь организма. Таким образом, у человека появляются силы, ему хочется активно двигаться, заниматься спортом, вообще дать нагрузку. Это считается наилучшим периодом для больших физических нагрузок. Как правило в это время появляется повышенная половая активность, которая вполне оправдана, так как в течение первых двух фаз, первые 14 дней лунного месяца, происходит созревание яйцеклетки.

7. Третья четверть — это фаза, в которой рождается внутренний поворот от сжатия к расширению. Это день "внутренней бури", как и новолуние, первую четверть и полнолуние необходимо пройти спокойно. Избегайте в этот день больших физических нагрузок, пищевых воздержаний и других стрессов для организма. Пример, два стресса: внутренний — от поворота сжатия к расширению и стресс от нагрузки (например, баня) влияют негативно на организм.

8. Четвертая фаза Луны характеризуется тем, что поток энергии и жидкости внутри организма человека стремится к голове, вес тела уменьшается, оно расширяется. Внешне

этот период характеризуется нарастанием пассивности, некоторой отечности, истечением шлаков и жидкостей организма. Другими словами, это период естественного очищения организма — месячные у женщин, окончание жизненного цикла — завершение менструального цикла, завершение всех процессов в Природе.

Таким образом, мы рассмотрели полный Лунный цикл и его влияние в естественном оздоровлении организма, который в свою очередь показал полный расклад: ЧТО, ЗАЧЕМ и КОГДА необходимо делать.

А теперь, исходя из вышесказанного, давайте распределим оздоровительные и спортивные мероприятия в Лунном цикле и на их базе построим тренировочный процесс. Но чтобы понять, как влияют гравитационные силы на человеческий организм, необходимо понять простую, но очень важную вещь. Солнце, Земля, Луна и другие планеты обращают вокруг себя плотную оболочку благодаря тому, что они за счет гравитации притягивают, собирают идерживают вокруг себя вещества, т.е. их гравитационное поле держит массу вещества. Гравитация является той основой, которая формирует тело, придает ему форму и жизнь. А чтобы гравитация чрезмерно не сжимала наш организм, в нашем теле существует другой вид энергии — электромагнитная. Как видно, в теле человека одна сила, гравитационная, сжимающая, тяжелая, уравновешена другой — электромагнитной, расширяющей, легкой.

Центр тяжести тела у любого нормального человека находится в районе пупка. И в зависимости от изменения гравитационных сил Земли, Луны и Солнца он постоянно колеблется. Это приводит к тому, что центр тяжести у человека, как барицентра между Землей и Луной, постоянно движется в теле. Если при прохождении барицента Земля — Луна на поверхности Земли возникают различные возмущения (приливы, отливы и т.п.), то точно так же перемещение собственного центра тяжести по организму чело-

века, а вместе с ним жидкости, энергия вызывает активацию или угнетение функций организма.

ПЕРВАЯ ФАЗА ЛУНЫ

а) Общие замечания: сразу после новолуния жидкости организма и центр гравитационной энергии перемещаются по телу человека в наиболее широких пределах: от макушки головы до ступней ног. Это происходит оттого, что совместная гравитация Луны и Солнца действует на стоящего человека прививом и отливом.

Таким образом, в течение первой фазы Луны, особенно в ее первой трети, будут активизироваться голова, лицо, мозг и глаза. Во второй — горло, шея. И в последней трети — плечи, руки (до локтей), легкие, нервная система. И если у вас в этих местах имеется скрытая патология, то она обострится, так как организм из-за "зашлаковки" перестал быстро воспринимать расширяющий процесс и сосуды не успевают вовремя пропускать возвращающую циркуляцию крови, что ведет к спазмам, болям и т.п.

б) Общие рекомендации, их предлагается две. Первая: в эту фазу рекомендуется начинать любой оздоровительный цикл после новолуния, т.е. в начале лунного жизненного цикла и за счет его энергии согласовывать и укреплять собственные функции. Вторая: если человек хочет избавиться от дурных привычек и неправильного образа жизни.

в) Конкретные рекомендации. 1. Физическая нагрузка — должна нарастать постепенно до 5-го дня. В 5, 6, 7-й дни можно дать солидную нагрузку. 2. Питание: в этот период необходимо есть побольше пищи, которая способствует сжатию организма, а после 4-го дня, чтобы не произошло чрезмерного сжатия и спазмов, ешьте побольше "зарядной" пищи, которая содержит электрический заряд, т.е. термически не обработанная, свежая, сочная, водянистая, прохладная (свежевыжатые соки моркови, свеклы с яблочками).

г) Особые рекомендации: касаются только 4-го дня Лунного месяца. Этот день является тяжелым для организма, так как сказывается усталость после того, как им бы-

ла проделана колossalная работа по перестройке внутреннего потока на противоположный. Это день отдыха.

ВТОРАЯ ФАЗА ЛУНЫ

а) Общие замечания: в 8-е сутки Лунного месяца гравитационный центр энергии у человека находится в грудной полости. Таким образом, в течение второй фазы Луны, особенно в ее первой трети, активизированы плечи, грудь, живот; во второй трети — сердце, желчный пузырь, позвоночник; в последней трети — органы брюшной полости, желудок, тонкий и толстый кишечник. Если в этих местах имеется скрытая патология, она будет обостряться.

б) Общие рекомендации в этой фазе основаны на том, что происходит "расширение" человеческого организма, что весьма способствует очищению организма, легкойтрате энергии и обильным кровопотерям. Поэтому меньше физически нагружайте себя в этот период — средние и малые нагрузки позволяют вам великолепно провести эти 7, 4 суток.

в) Конкретные рекомендации: 1. Физическая нагрузка должна постепенно уменьшаться к полнолунию от средней до малой. 2. Питание — в начале фазы рекомендуется расширяющая пища, чтобы быстрее повернуть процесс от сжатия на расширение, а после 10 дня — каши, тушеные овощи. Масла добавлять минимальное количество.

г) Особенные рекомендации в том, что на 8-й день происходит внутренний поворот энергетики организма. Это день стресса на всех уровнях. Для обычного человека его необходимо пройти спокойно, без излишеств. В 13-й день очень хорошо отдавать свою накопившуюся черную энергию на предметы-поглотители (например, на тополь, осину и т.д.). Следующий 14-й день — очень важный. Это полнолуние. В этот день энергия бьет мощным фонтаном, человека тянет к противоположному полу, искушения самые большие. Но лучше всего воздержаться от любых сексуальных связей, ибо отдача энергии в этот день колossalная и человек потом будет долго восстанавливаться, хотя именно в этот день, как в никакой другой, организм наиболее сладострастен, особенно для женщин.

ТРЕТЬЯ ФАЗА ЛУНЫ

а) Общие замечания. Эта фаза характеризуется переходом от расширенного состояния человеческого организма до сжатого. В первой трети этой фазы активизируются почки, поясница; во второй трети — половые железы, предстата, мочевой пузырь, прямая кишка; в последней трети — ягодицы, бедра. Как говорилось раньше, если в этих месяцах имеется скрытая патология, то она обнаружит себя в разных проявлениях.

б) Общие рекомендации в этой фазе основаны на том, что в ней происходит сжатие. В этот период можно давать и успешно выдерживать большие физические нагрузки. Для занимающихся силовыми видами спорта — это время ударных тренировок.

в) Конкретные рекомендации. 1. Физическая нагрузка. Происходит увеличение физической нагрузки. Вы будете чувствовать, как легко справляетесь с увеличением объемов и интенсивностью тренировок. 2. Питание. Рекомендации те же, что и для первой фазы. Пищеварительные процессы идут гораздо лучше, можно употреблять более грубую пи-

щу. В этот период рекомендуется интенсивно использовать подкормку через кожу, так как нанесенные на кожу вещества будут активно переноситься вглубь организма и производить свое оздоровительное действие.

г) Особые рекомендации касаются в основном 17-го дня Лунного месяца. Этот день благоприятен для половых контактов, так как идет преобразование женской энергии, которая может подпитать мужчину. 21-й день Лунного цикла весьма хорош для ударной тренировки. 22-й день — день особой точки, в которой происходит энергетический поворот. Этот день необходимо провести мягко, спокойно.

ЧЕТВЕРТАЯ ФАЗА ЛУНЫ

а) Общие замечания. После 22-х суток Лунного месяца наступает новый расширительный этап, но действие его своеобразно. И так, в течение четвертой фазы Луны, в ее первой трети активизируются следующие части тела: колени, костная система, кожа, пищеварение; во второй трети — лодыжки ног, запястья рук, зрение; в последней трети — ступни ног, желудочно-кишечная перистальтика.

б) Общие рекомендации связаны со своеобразием этой фазы. Ввиду того, что это окончание Лунного цикла, все тренировочные и оздоровительные циклы нужно заканчивать.

в) Конкретные рекомендации: 1. Физическая нагрузка. Должна быть умеренной, вплоть до ее уменьшения перед новолунием. 2. Питание. Следует придерживаться рекомендаций для второй фазы Луны. Меньше маслянистой и плохоусвояемой пищи. Необходимо также отметить, что в эту фазу прекрасно удается расшлаковка через кожу с помощью парной. Благоприятствуют проведению голодания, вернее, пищевого воздержания следующие дни: 23, 26, 29-й день, чтобы помочь организму перейти на новый цикл.

г) Особые рекомендации. Четвертая фаза Лунного цикла нежелательна для супружеских контактов, в особенности 23-й день, а вот 24-й — благоприятен. Также следует воздержаться от любых энергетических потерь в 28 и 29-й дни Лунного месяца. Умеренность в эти дни должна быть во всем.

Теперь, зная раскладку важнейшего Лунного цикла, мы можем избежать до 90% разнообразных ошибок и досадных неудач в построении собственного оздоровительного и тренировочного процессов. Природный Лунный цикл — это действительно золотой ключ к собственному успеху, стабильному здоровью и процветанию.

Убедиться в этом можно сравнительно легко и быстро. Для этого достаточно взять обыкновенный настенный отрывной календарь и, выбрав любой прошедший месяц, сравнить тренировочный процесс своего спортсмена с предлагаемым подходом. Внимательно проанализировав функциональное состояние спортсмена и его физическую активность, вы без труда определите оптимальную ФОРМУ построения тренировочного процесса.

в) Конкретные рекомендации. 1. Физическая нагрузка. Происходит увеличение физической нагрузки. Вы будете чувствовать, как легко справляетесь с увеличением объемов и интенсивностью тренировок. 2. Питание. Рекомендации те же, что и для первой фазы. Пищеварительные процессы идут гораздо лучше, можно употреблять более грубую пи-

Тульский Муниципальный центр детско-юношеского туризма и экскурсий предлагает изготовление спортивных карт

Цена на декабрь 98 г. от 1000 до 2000 руб. за штуку (в зависимости от тиража и формата).

При общем тираже более 10 000 шт. (например, при печати нескольких карт цена может быть снижена до 0,8-0,9 руб. за штуку.)

При повторном заказе в течение года скидка 5%.

Карты печатаются на качественной бумаге.

При изготовлении карт по традиционной технологии имеется возможность вставлять сетки болот, полуоткрытости, 20 и 50% растирь. На каждую сетку должен быть вычерчен отдельный оригинал с заливкой соответствующих областей сплошным фоном.

Надписи зарамочного оформления, отпечатанные на матричном или струйном принтере должны быть ксерокопированы для получения черного цвета.

Позитивы карт вычерченных с применением ОСАД изготавливаются на фотонаборной машине с разрешением более 2700 DPI. Максимальный размер карты 70x90 см. Формат файлов ОСД.

Мы можем предложить полевые работы и вычерчивание издательских оригиналов с использованием ОСАД.

Готовность тиража - 30 дней с момента получения оригиналов. По договоренности возможно сокращение сроков.

Цены могут быть изменены в результате переговоров. Звоните!!!

Телефоны для справок в Туле:
 -41-20-02 МГЦДЮТур, дир.
 Дудин Валерий Васильевич
 -77-50-94 дом.
 Дудин Валерий Васильевич
 -34-31-79 дом. Пызгарев
 Вячеслав Анатольевич
 Адресс: 300004 г. Тула ул.
 Кутузова, дом 20-в.
 Email: MaximPash@tula.net

ПОВОРОТНЫЕ ДНИ ЛУННЫХ МЕСЯЦЕВ В 1999 г.												
Новолуние	17.01	16.02	17.03	16.04	15.05	13.06	13.07	11.08	10.09	09.10	08.11	08.12
1-я четверть	24.01	23.02	24.03	22.04	22.05	20.06	20.07	19.08	18.09	17.10	16.11	16.12
Полнолуние	31.01	02.02	01.04	30.04	30.05	29.06	28.07	27.08	25.09	25.10	23.11	22.12
3-я четверть	08.02	10.03	09.04	08.05	07.06	06.07	04.08	03.09	02.10	31.10	30.11	29.12



КАЛЕНДАРЬ ФЕДЕРАЦИИ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ РОССИИ 1999 г.

Дополнение

21-24.01 Москва, Чемпионат Вооруженных Сил
МЖ-21. 2 дня.
Казадой Михаил Матвеевич
Москва К-160, Ленинградский проспект, д.39, ЦСКА Тел. (+095)1578621

29.04 - 04.05 Минусинск, Красноярский край.
"Сибириада-99"
МЖ 10-60. 4 дня. Заявки до 15.04.
Бизюкин Сергей Владимирович
660041, Красноярск, пр.Свободный, д.81-В, кв.205.
Тел. (3912) 44 59 32 (с)

08-10.05 Новосибирск. "Приз Победы"
МЖ 10-60. 3 дня. Заявки до 30.04.
Ильченко Анатолий Николаевич
630009, Новосибирск, ул.Грибоедова, д.32/1, кв.89.
Тел. 22 66 91 (с), 16 10 88 (д)

19-23.05 Барнаул. Первенство Сибири
Королев Сергей Петрович.
656060, Барнаул, ул.Шукшина, д.36, кв.37. Тел. 54 94 91 (д)

22-25.07 Самарская область, Тольятти.
Чемпионат Вооруженных Сил
МЖ-21. 3 дня.
Казадой Михаил Матвеевич
Москва К-160, Ленинградский проспект, д.39, ЦСКА Тел. (+095)1578621

26.07-04.08 Самарская область, Тольятти. Учебно-тренировочный сбор перед Всемирными военными Олимпийскими играми
Сборная России, военнослужащие.
Казадой Михаил Матвеевич
Москва К-160, Ленинградский проспект, д.39, ЦСКА Тел. (+095)1578621

05-08.08 Канск, Красноярский край.
Региональный чемпионат и первенство Сибири
МЖ 14-21. 3 дня. Заявки до 18.07.
Бизюкин Сергей Владимирович.
660041, Красноярск, пр.Свободный, д.81-В, кв.205. Тел. (3912) 445932 (с)

06-16.08 Хорватия, Загреб.
Всемирные военные Олимпийские игры под патронажем МОК
Сборная России, военнослужащие.
Казадой Михаил Матвеевич
Москва К-160, Ленинградский проспект, д.39, ЦСКА
Тел. (+095) 157 86 21

18-22.08 Кемерово."Виват Кузбасс"
Региональный чемпионат Сибири среди ветеранов.
Павлюченко Андрей.
650001, Кемерово, ул.Потемкина, д.7, кв.86. Тел. 62 75 73 (д)

18-19.09 Москва. 2x2, или открытое первенство О-Клуба
МЖ 12-21. 2 дня. Заявки до 15.09.
Командные соревнования - 2 человека. ЗН, эстафета,
6 коротких этапов по 3 для каждого.
Калениченко Алексей Иванович
119530, Москва, Очаковское шоссе, д.19, корп.2, кв. 147.
Тел. (095) 441 95 98

24-29.09 Красноярск. "Кубок Сибири-99"
Бизюкин Сергей Владимирович.
660041, Красноярск, пр Свободный, д.81-В, кв.205.
Тел. (3912) 44 59 32 (с)

02-03.10 Томск
Чемпионат Сибири на удлиненных дистанциях
и парковому суперспринту
Коковихин Сергей Анатольевич
634017, Томск, ул.Елизаровых, д.39/1, кв.5. Тел. (3822) 41 98 70 (с).

09-10.10 Новосибирск
Открытый чемпионат г.Новосибирска
Ильченко Анатолий Николаевич
630009, Новосибирск, ул.Грибоедова, д.32/1, кв.89.
Тел. 22 66 91 (с), 16 10 88 (д)

23-24.10 Волжский, Волгоградская область.
Региональный чемпионат и первенство Юга России
на удлиненных дистанциях
МЖ 16, 18, 21. Заявки до 15.10.
Аристов Владимир Александрович
404132, Волгоградская область, г.Волжский,
ул.Карбышева, д.103, кв.180.
Тел. (8443) 26 98 99 (д)

Управление тренировочным процессом спортсменов-ориентировщиков

Валентина Чешихина. Доктор педагогических наук.
Мастер спорта СССР. Москва

Управление тренировочным процессом в годичном макроцикле на основе критерия анаэробного порога позволяет добиться значительных сдвигов спортивных результатов в беге на выносливость, что является одним из условий повышения общего результата в спортивном ориентировании. Это связано с тем, что нагрузки с интенсивностью на уровне анаэробного порога способствуют экономизации физиологических функций, обеспечивающих физическую работоспособность при выполнении субмаксимальной нагрузки. С повышением уровня анаэробного порога при стандартных скоростях бега (подпороговых) снижаются потребление кислорода, выделение углекислого газа, частота сердечных сокращений, дыхательный коэффициент, вентиляция легких, образование лактата в мышцах и крови. Чем выше скорость, развиваемая спортсменом, и потребление кислорода на уровне анаэробного порога, тем выше уровень выносливости и ее аэробного компонента. Эти изменения, наряду с другими физическими способностями, и определяют уровень специальной физической подготовленности ориентировщиков. Поэтому тренировочные нагрузки в беге (особенно выполняемые в подготовительном периоде микроцикла), должны быть направлены на повышение скорости бега и потребления кислорода на уровне анаэробного порога, что является базой — специальным фундаментом повышения спортивной работоспособности спортсмена-ориентировщика, так как режимы соревновательных нагрузок также соответствуют этим околовороговым скоростям. Поэтому в круглогодичном тренировочном процессе должно быть организовано регулярное тестиирование спортсменов, направленное на определение скорости бега, соответствующей анаэробному порогу. Наиболее целесообразно проводить такое тестиирование в подготовительном периоде один раз каждые 5—7 недель. В соревновательном периоде такое тестиирование лучше проводить после крупных соревнований, через 7—8 дней, с целью определения направленности и выбора режимов в последующей беговой тренировке. Такая частота тестиирования, особенно в подготовительном периоде, связана с выходом спортсмена на новый уровень скорости анаэробного порога (2—4 недели) и закрепление этого уровня (до двух недель), после очередного тестиирования коррекцией этой скорости.

В тестировании можно использовать как прямые, так и косвенные методы определения анаэробного порога в процессе бега на требдане или на беговой дорожке. Однако наиболее эффективными методиками определения анаэробного порога оказались: лактацидная и пульсовая. Они наиболее надежны, а полученные показатели достаточно просто обрабатываются.

Определение анаэробного порога по легочной вентиляции пока не дало надежных результатов из-за несовершенства конструкции вентилометров и отсутствия автоматической обработки вентилограмм. На практике чаще всего тренеры не имеют пульсометров с памятью, что затрудняет тестиирование спортсменов. В таком случае можно проводить тест на определение анаэробного порога в условиях стадиона, с остановкой спортсмена после пробега каждого круга на 10—12 секунд с целью измерения ЧСС пальпаторным методом или с помощью секундомера-пульсометра "Электроника-56". По этим данным можно быстро построить зависимость "скорость бега — ЧСС" и определить скорость анаэробного порога. Однако при этом надо помнить, что измерение ЧСС следует начинать через 2—3 секунды после остановки и заканчивать не позднее 10—20 секунд, так как в последующее время начинается значительное падение показателей ЧСС. В интервале до 10—12 секунд ЧСС спортсмена всего на 1—2% ниже той ЧСС, с которой спортсмен бежал дистанцию.

Тестиирование спортсменов по методике Ф. Конкони является обычным тренировочным упражнением, легко воспринимается и переносится спортсменом, так как не требует от него значительной мобилизации физических и психических возможностей.

Управление тренировочным процессом спортсменов-ориентировщиков, связанное с выбором наиболее эффективных режимов беговой тренировки, позволяет упорядочить также и вторую составляющую соревновательной деятельности — работу с картой, так как исследования показали высокую взаимосвязь между эффективностью работы с картой и скоростью бега на уровне анаэробного порога.

Для успешного совершенствования второго компонента спортивного ориентирования необходимо систематически тренировать память, процессы внимания, оперативное мышление.

Для повышения и сохранения высокого уровня психической работоспособности, а особенно на фоне развивающегося физического утомления, вызванного беговой нагрузкой, необходимо в течение всего годичного цикла включать в тренировочный процесс работу с картой: кабинетные задания (разбор и анализ тренировочных и соревновательных дистанций, выбор рационального пути движения, работа с рельефными картами и др.), корректировку и рисовку карт. В ходе втягивающего и базового эта-



пов подготовительного периода необходимо включать в учебно-тренировочные занятия бег с картой 1—2 раза в неделю, а в период специально-подготовительного и предсоревновательного этапов необходимо увеличивать количество учебно-тренировочных трасс по ориентированию до 3—4 в неделю.

Ориентирование представляет собой пример вида спорта, в котором рациональное планирование как физической, так и психологической нагрузки совместно определяет конечный результат. Психическая нагрузка, которая в ориентировании связана с необходимостью сосредоточения внимания и мышления при выполнении технических действий, оказывает воздействие на главную интегрирующую деятельность — ориентировочный бег. Возможные негативные психофизиологические воздействия, оказывающие влияние на результат соревновательной деятельности, можно регулировать при помощи аутотренинга.

Как с помощью физической, так и психической подготовки необходимо стремиться к максимальной деятельности мысли: учить спортсмена от старта до финиша полностью сосредоточиться только на конкретной реализации задач ориентирования и сражаться до конца, вкладывая все свои духовные и физические силы. С этой установкой непосредственно связан выбор соревновательной скорости и необходимые технические остановки. В тренировке, направленной на развитие максимальных возможностей спортсмена в ориентировании, контроль за темпом бега должен быть более жестким, чем при развитии специальной выносливости, так как уровень лактата в крови при таких нагрузках изменяется в значительной степени даже при небольшом увеличении скорости бега и ЧСС. Диапазон изменения концентрации лактата в крови при этих упражнениях должен составлять 4—8 мМоль/л. При этом уровень лактата, как правило, выше на более коротких спусках и ниже при длительных ускорениях.

Необходимо учитывать, что рост спортивной подготовленности сопровождается экономизацией в работе внутренних функций организма. Поэтому при одной и той же скорости бега показатели ЧСС, потребления кислорода, накопления лактата с повышением уровня тренированности будут уменьшаться, и наоборот, ухудшение спортивной формы приведет к повышению этих показателей.

Очень важно научить самих спортсменов контролировать рост подготовленности по физиологическим показателям, что приводит к глубокому осмысливанию тренировочного процесса. В процессе нашего эксперимента выяснилось, что ориентировщики, проводяя после каждой нагрузки уровень ЧСС, могли довольно точно дозировать в процессе самой тренировки интенсивность нагрузки в зависимости от изменяющихся условий внешней среды и своего состояния. ■

Ориентирование как средство оздоровления

Евгений Гаврилов. Мастер спорта России. Москва

Все мы любим ориентирование и занимаемся им, а оно "в отместку" сохранило наше здоровье. Положительное отличие спортивного ориентирования от множества других видов спорта в том, что, первое: занятия постоянно проводятся на открытом воздухе, второе: спортивное ориентирование не несет с собой тот груз монотонности в занятиях, который присущ практически всем неигровым видам спорта, третье: в этом виде спорта варьирование нагрузки возможно не только за счет контроля за скоростью и темпом движений, но и за счет

Показатели ИГСТ

№ п/п	ФИО	Возраст (лет)	Разряд	ИГСТ	
				1 тестирование	2 тестирование
1	Л-н	16	I	113	117
2	Б-в	17	I	108	112
3	Н-н	15	I	107	112
4	Б-к	11	II	107	110
5	К-н	13	II	104	111
6	Г-в	16	I	102	107
7	К-н	12	III	101	100
8	П-в	12	II	100	106
9	Л-в	12	II	99	107
10	М-в	17	I	95	102
11	С-ва	14	I	94	98
12	Т-в	12	III	92	95
13	В-в	13	III	92	91
14	Г-ва	14	I	90	97
15	Я-н	13	III	90	98
16	Ш-в	14	II	88	94
17	К-па	13	III	88	91

изменения технической сложности перегона, четвертое: заниматься и принимать участие в соревнованиях по спортивному ориентированию могут дети от 8 лет и люди преклонного возраста. Для обоснования использования ориентирования как средства оздоровления и профилактики заболеваемости мы провели эксперимент, который включал в себя тестиирование и опрос. Объектом исследования был организм человека, а предметами — работоспособность и заболеваемость.

Нами использовалась методика занятий, основанная на 3—4 - разовых тренировках методом длительной, равномерной, интервальной и соревновательной тренировки. Средний недельный объем нагрузки колебался от 30 до 60 километров. Сначала нами было проведено двукратное тестиирование с помощью Гарвардского степ-теста. Количество обследуемых составила 17 человек, занимавшихся более 1,5 лет на момент первого тестиирования. Возраст колебался от 11 до 17 лет. Повторное тестиирование проводилось в тех же условиях, интервал между пробами составил один год. За это время среднее значение Индекса Гарвардского степ-теста (ИГСТ) выросло на 5 единиц. Мы проверили достоверность различий средних значений ИГСТ, и наблюдаемые различия оказались значительными.

В феврале 1998 года нами был проведен опрос 41 спортсмена-ориентировщика по поводу изменения заболеваемости простудными и инфекционными заболеваниями. Возраст опрошенных колебался от 15 до 23 лет.



Непутевые заметки в пути

Генрих Шур. Председатель Совета ветеранов ФСО России. Москва

Несколько необычным путем решили добираться на Чемпионат Мира среди ветеранов в Новый Бор (Чехия) четырех россиянина. Троиц воспользовались участием в многодневке "Гран-При Буковина-98", которую проводил СВК Ефим Штемpler. Троиц: СВК Сергей Несынин из г. Оса Пермской обл., СРК Василий Кудинов из Волгограда и Николай Владимиров из Новороссийска. Четвертый — автор этих строк, прибывший на поезд в Харьков и пересевший в автобус, хозяином которого был один из сильнейших спортсменов Союза семидесятых годов Геннадий Корчевский. Во Львове вместе с Е.Штемплером к нам присоединилась российская тройка, и на следующий день мы уже были в Кракове. Там проходил "Кубок Вавеля", в котором все мы и приняли участие. Туда же прикатил и автобус с российскими ориентировщиками из Н.Новгорода. Очень похоже, что это был опти-

мальный вариант маршрута в Чехию. Тем более, ехали мимо, да еще участие в "Кубке Вавеля" было почти бесплатным — три старта за 10 долларов! Причем, один скальный. Кстати, количество спортсменов перевалило за тысячу, организация и карты были отличные, короче — все о'кей. Быстрый переезд, чуть не весь день в Праге, и мы уже на месте.

26 лет назад в составе советской делегации я бывал в этих краях на элитном чемпионате мира. Нас уже тогда поразил "чешский рай" — сильно пересеченная, почти дикая местность и нагромождение скал. Странная постановка КП в скалах. Но тогда были не пиктограммы, а словесные легенды (например: щель, вверху, каменная чаша наверху и т.п.). Показалось странным, но отыскать призму тогда было легче, чем сейчас. Тогда мы с трудом упросили чешскую сторону оставить на местах призм бумаги. Организовали самостоятельный старт, где В.Кукк показал вроде бы 11-й результат. Мы в то время не были членами ИОФ. Но это было тогда, а теперь...

Ничего нового в организации чемпионата я не обнаружил. Вызвали удивление почти всегда закрытые двери Центра. Работу он начинал почему-то с 17 часов. Ночью прибывающие спортсмены колотили в двери. Мы жили в этом же здании и воочию убедились в безразличном отношении организаторов к спортсменам. К нам шли косяками в душ и туалет, а иногда и на ночлег, пришлось приютить и больную спортсменку.

Площадь, где проходили открытие и закрытие, не отгородили, народ наседал, и в конце концов остался лишь небольшой пятак. Хотя девушки-лошадки и на нем прекрасно маршировали под симфонджаз. О закрытии и говорить не хочется, мы даже не успели увидеть итоговых протоколов, а награждение шло полным ходом! Все было

знакомо, и напоминало крупную нашу многодневку. Это лишний раз убедило меня в том, что все мы вышли из одного совдеповского сообщества, и долго нам еще придется бороться самим с собой. Не было ни пресс-клуба, ни места для тусовки спортсменов, функционеров, да и просто места, где можно было посидеть с друзьями. И это в стране, где есть шатровые пивные бары на 1000 мест! Еще в период подачи заявок я столкнулся с полным нежеланием чешской стороны вступить в деловые контакты по участию российских ветеранов в Чемпионате Мира. Пришлось предложить им самим, группами и поодиночке, просачиваться на чемпионат. При этом россиян было около 300 человек, а могло быть и больше. Как ни странно, от всей этой сумятицы проиграли организаторы и спортсмены, а выиграли только так называемые "перевозчики". Возникли проблемы и из-за оторванности

участников и Центра чемпионата от компьютерной группы. Эта группа находилась за городом, и дисквалифицированным спортсменам никто не мог дать вразумительного ответа, и это при электронной отметке! И лишь перед стартом следующего дня, когда уже было не до того, можно было попытаться что-то выяснить, но, как правило, апелляции оставались без результата. Электронная отметка — дело нужное и прогрессивное, но отсутствие звукового и светового сигнала в момент отметки не давали участникам убедиться в правильности отметки. На КП стояли односторонние компьютеры (в отличие от игольчатых), и надо было изловчиться, чтобы получить электронный контакт. К карточке я приспособился быстро, новинка хороша, но, к сожалению, я вряд ли увижу ее в России, даже если доживу до глубокой старости.

Что касается карт, они были на высоком уровне. Правда, уверен, что они "забеганы", так как находятся близко от города, там, где ежегодно проходят многодневки. Поразила бумага, на которой были напечатаны карты. Бегая в финале под проливным дождем без пакетов, на финише мы обнаружили целехонькую карту с несмытыми КП. Самое удивительное, что никакой пленки не было. А вот постановка знаков КП, особенно в первый день, вызвала у нас шок. Дело в том, что постановка КП со схожими легендами в радиусе 10—40 метров, да еще в камнях, да еще припрятанных в щелях, нишах, чащах и т.п., ставили спортсменов в тупик. Было КП в конце узкой щели, туда набивались спортсмены, отмечались, а вот выйти оттуда было большим искусством. Пребывающие участники подпирали, а убывающие пробивались на свет божий. Не ориентирование, а аттракцион. Мало того, КП стояли со схожими легендами по 3—5 штук в блоке, да еще со схожими номерами (например: 171, 172, 173 и т.д.). Причем цифра на призмах не была. Планировка была такова, что вход на КП был "слепой", т.е. со склона или из "зеленки", и спортсмены натыкались сразу на веер КП. Считывая, как школьники, цифры, спортсмены суетились и метались. Даже если спортсмены и не ошибались, то потеря из-за броуновского процессыния в 0,5—1,5 мин. были неизбежны, а пунктов 10—15! Из бесед выяснилось, что проблем на перегонах не было, а вот на КП — да. Конечно, было обидно, что элементов случайности было больше, чем здравого смысла.

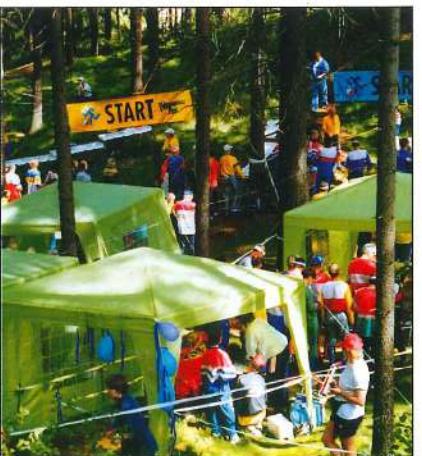
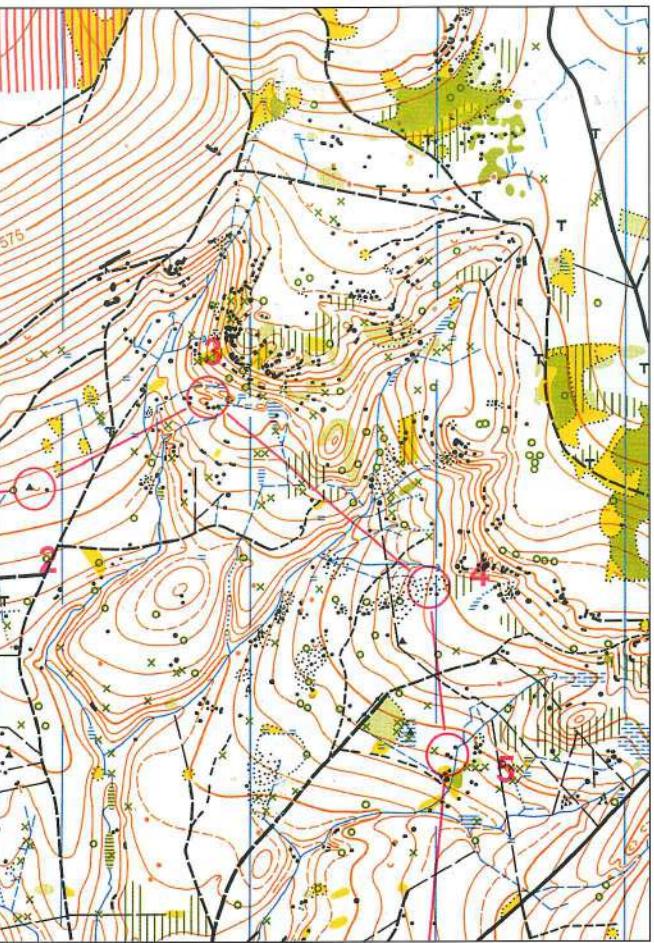
Естественно, что в России я бы получил за такую постановку КП по-жизненную дисквалификацию. Но, как ни странно, международные правила этого не запрещают. Думаю, что чешские дистанционники переборщили и потеряли чувство меры. Контролера ИОФ (не считая национального из Чехии), да и вообще кого-нибудь из руководства ИОФ (хотя эти соревнования и несут "золотые яйца" в виде 25 долларов США в кассу ИОФ с каждого стартующего ветерана) я так и не увидел. Так что этот вопрос, видимо, целесообразно ставить перед техническим комитетом. Особенно хотелось сказать о местности для чемпионатов ветеранов. В Чехии было все, что мешало передвижению: камни, кочки, высокая трава, захламленность, стены ельника и т.п., — все это заставляло больше думать о сохранении здоровья и опорно-двигательного аппарата. Давненько я не видел такой очереди в медпункте. На мой взгляд, для чемпионатов ветеранов необходимо тщательно подбирать местность, учитывая, что большая часть участников все же любители, а меньшая — бывшие спортсмены, да и старшие группы требуют повышенного внимания и страховочных мероприятий. Уже три чемпионата мира не позволяют большинству ветеранов сделать то, к чему они готовятся — бегать в лесу с картой и компасом. Испания — сплошные каменистые поля; Америка — бурелом и труднопрходимый индейский лес; Чехия — разговор

уже был. Мои старые друзья американцы, японцы, итальянцы, израильтяне и др. с удовольствием вспоминали сосновые боры Лемболово, где проходил Чемпионат Мира-95. А я вспоминал последний Чемпионат ветеранов СССР 1991 года. Он проходил в прозрачных лесах Буковины. Рельеф — пальчики оближешь, линеек нет, желтый и зеленый цвет отсутствует — шедевр!

Вот где бы провести Чемпионат Мира. О спортивной стороне дела писать можно только с горечью. Вот уже три чемпионата мы без медалей, а в Питере их было 14! Правда, светлым пятном было в Чехии серебро члена национальной сборной команды Вл. Алексеева и золото литовки Дануте Гиринскайте, выступающей теперь за Швецию, а ранее входившей в состав сборной команды СССР.

В чем же дело? По-моему, историческо-хроническое отставание в беге по камням (постановка ноги) и отсутствие технических навыков и чтения карты тех же камней и скал, а также неумение распределять свои силы в квалификации и финале. В тройках на предварительных этапах наших хватало, а в финале в десятки попали единицы. Общие выводы просты — тренироваться, копить денежки и мечтать о медалях. Всем известно, что мечтать не вредно.

Обратно я возвращался тем же путем, в том же дружном автобусе, но после "испанской авантюры" мне этот старенький "Икарус" показался раем. Тепло попрощавшись с моими опекунами Ефимом Штемplerом и Геннадием Корчевским, я пересел в поезд, идущий в Москву.





Новости от "Московского компаса"

Сергей Хропов. Директор компании "Московский Компас". Кандидат в мастера спорта. Москва

Я бы хотел познакомить читателей журнала "Азимут" с новой разработкой компании "Московский Компас" — платой на палец типа X.

Чтобы оценить достоинства этого типа платы, рассмотрим "кальпельную" модель процесса ориентирования. Я думаю, у каждого ориентировщика есть хрустальная мечта — двигаться в карте светящейся точкой. И не тратить время и нервы на гамлетовские вопросы типа: тут я или не тут? Но это мечта, а реальность превращает "спортсмена-точку" на старте в "спортсмена-каплю" на карте во время прохождения дистанции.

Как вы, наверное, уже догадались, "кальпа" есть неопределенность в местоположении спортсмена на карте. Ведь всегда есть объективные и субъективные ошибки определения пройденного расстояния и взятия азимута. Величина "кальпы" зависит от квалификации спортсмена, точности составления карты, скорости бокового ветра, высоты и жгучести крапивы и многих других параметров, которые вы сами можете вспомнить или придумать. При азимутальном беге она похожа на грушу, хвостиком указывающую на предыдущее местоположение. При движении вдоль линийных ориентиров кальпа вытягивается вдоль них. На точечных "железных" ориентирах "кальпа" скимается в заветную точку. Порой эта "кальпа" может растягиваться по всей карте — тогда мы "плывем". Но не будем о грустном...

В рамках этой модели процесса ориентирования местоположение спортсмена в карте можно представить в виде пульсирующей "кальпы", которая, скимаясь и расплазкаясь, отражаясь и обтекая, движется к железному финишту. Задача ориентировщика состоит в том, чтобы управлять этой "кальпой" и провести ее по выбранному маршруту за минимальное время. При этом размеры "кальпы" должны быть оптимальными, соответствовать данному спортсмену, конкретной местности и текущим задачам ориентировщика. Чем выше мастерство спортсмена, тем лучше он сам регулирует размеры "кальпы": минимизирует ее почти до точки при точном ориентировании и увеличивает до разумных размеров при грубом ориентировании.

Цели разработчиков спортивных компасов стоит в создании такой модели, которая технически позволила бы спортсмену повысить скорость ориентирования при оптимальной точности и надежности. Чтобы понять особенности новой разработки компании "Московский Компас", я предлагаю рассмотреть преимущества и недостатки существующих типов наших плат. Классическим вариантом является плата прямоугольной формы (по нашей классификации это тип C-Classic). Этот тип платы, как и сам наш вид спорта, родился в туристической среде и долгое время был безальтернативным. На C-плате можно сделать множество линеек различных масштабов, вставить линзу, счетчик шагов и даже свисток. С ее помощью удобно вычерчивать маршрут, рассчитывать расстояния и брать азимут.

При движении с платой C карта и компас обычно находятся в разных руках. С одной стороны это удобно: компас не закрывает карту, ориентировщик ведет себя по карте, используя Большой Палец (БП). При взятии азимута (выборе направления движения) спортсмен подносит компас к карте и ориентирует ее. Пока спортсмен стоит на месте или идет пешком, эта техника ориентирования вполне себя оправдывает. Но попробуйте взять азимут при движении на скорости, и вы почувствуете свои руки как связанными. Значит, скорость бега на этот период времени снижается. Но в современном спорте предельных скоростей, где счет идет на доли секунды, любое замедление бега может привести к потере медали. Рост скорости и мастерства в ориентировании привел к тому, что в начале девяностых годов в Швеции родилась идея совместить карту и компас в одной руке. Так родился пальцевой вариант компаса. Другая рука при такой технике ориентирования высвобождается, что приводит к увеличению длины шага за счет маxовых движений. В результате повышается скорость бега. При этом уже не нужно переключать внимание между картой и компасом — все находится в одном визуальном поле. А при чтении карты спортсмен, не снижая темп бега, одновременно контролирует свой азимут, что повышает точность движения и экономит дополнительные секунды.

До недавнего времени наша компания представляла следующие типы плат на палец: тип L (Left—левый) и симметричный тип R (Right—правый). Статистика продаж "Московских" компасов за рубеж дает следующие данные по

Рис. 1. Плата L.

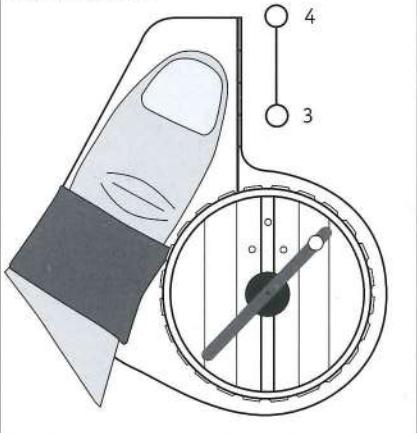
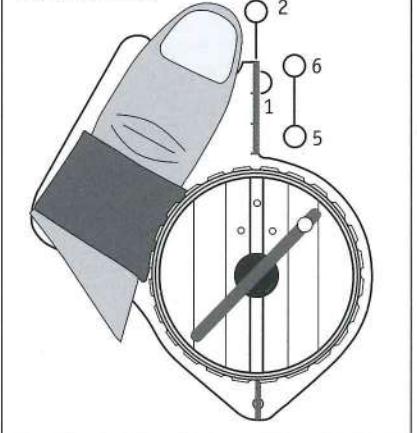


Рис. 2. Плата X.



- плата X применима одновременно как для левой, так и для правой руки. Для этого достаточно переставить колбу и резинку;
- форма платы под палец обеспечивает больший контакт с картой и, как следствие, надежность фиксации;
- компас становится суперкомпактным без загораживающих частей пластика в визуальном поле, повышается обзорность карты;
- нижняя часть платы с продолжением линии-шкалы существенно увеличивает точность взятия азимута.

Плата X прошла успешное тестирование рядом ведущих спортсменов. После некоторого периода привыкания к новой плате они отмечали существенное повышение в точности и надежности ориентирования. ■



Александр Глушко — ученик Валерия Киселева



Редакция продолжает публиковать материалы о выдающихся деятелях российского спортивного ориентирования. Права в этом почетном ряду первые места занимают составители спортивных карт, люди, замечательное и уникальное творчество которых позволяет нам быть ориентировщиками. Сегодня мы знакомим читателей с Александром Александровичем Глушко, который в 1999 году отметит свой 50-летний юбилей.

Соглашаясь с высказываниями Виктора Трунова о планировании работ по подготовке спортивных карт (Азимут №3'98), хотелось бы добавить к этому следующее. Очень большую роль в качестве создаваемой карты играет организация условий труда и быта ее составителей. Создание карты — процесс дорогостоящий, поэтому даже экономически не выгодно, если, как правило, приглашенные специалисты много времени будут тратить на то, чтобы решать проблему, как добраться в район и где и как поесть. Еще один вопрос является, как мне кажется, важным. Это вопрос безопасности. Во время полевых работ составитель карты весь день находится наедине с самим собой, а если он еще и живет в уединенном месте без какой-либо связи, это теперь уже далеко не безопасно.

А.Глушко

О себе:

До знакомства с ориентированием, еще во время учебы в Новосибирском топографическом техникуме, я занимался лыжными гонками и бегал легкоатлетические кроссы. По окончании техникума один полевой сезон работал в землеустройтельной экспедиции, работа моя включала дешифровку фотопланов и опознавание граничных знаков на аэрофотоснимках. Получается, что уже тогда я получил практические навыки по передвижению на местности (правда, верхом на лошади), нанесению изменений на фотоплан и нанесению точек на аэрофотоснимки, иначе говоря, провел технические соревнования по развитию навыков ориентирования в заданном направлении, на маркированной дистанции, а также корректировке карт.

Благодаря учебы и насыщенной топографической практике, в спортивном ориентировании мне не пришло быть новичком. Первый раз я стартовал на соревнованиях по спортивному ориентированию 3 января 1970 года, а 19 сентября того же года я выполнил норматив мастера спорта СССР, хотя прошло меньше года.

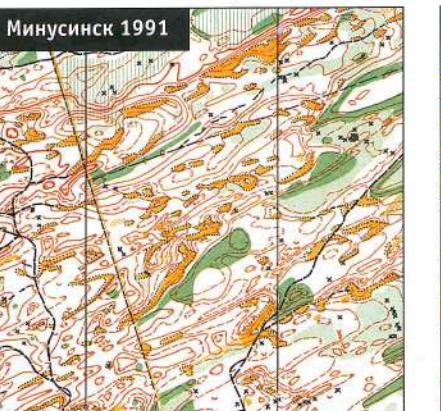
В марте 1971 года после соревнований в Куйбышеве на призы "Памяти жертв Бухенвальда" служивший в то время в спортивном клубе армии Валентин Цыпнятов по пу-



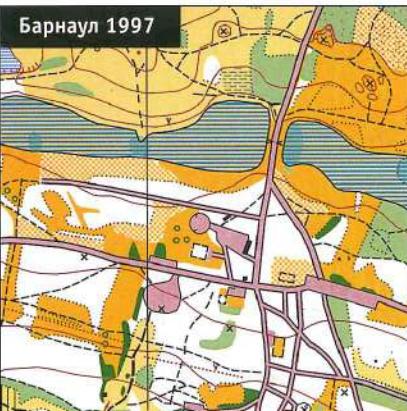
А.Глушко, В.Кривоносов, С.Несынов

секретарь Центральной секции ориентирования Евгений Иванович Иванов. Здесь нам повезло, потому что в связи с неполным заездом вызванных участников нас включили в состав сбора. Программа сбора была замечательно спланирована. Практически каждый день для нас готовилась новая тренировочная дистанция. Каждая тренировка проводилась в новом районе, на новой для нас карте. На всех стартах проводился хронометраж прохождения контрольных пунктов. На одной из таких тренировочных дистанций, которая была поставлена в районе "Укус", я показал лучшее время с неплохим результатом.

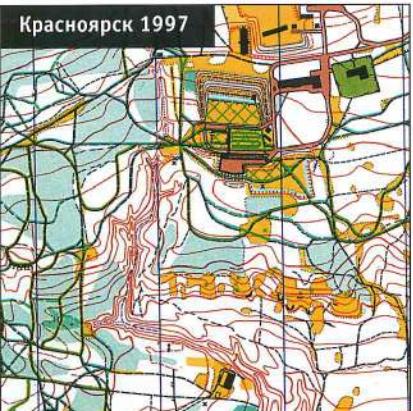
Все участники сбора рассказывали о состоянии развития ориентирования в своих регионах. Так мне сразу посчастливилось не только познакомиться с ведущими ориентировщиками страны, но и из первых уст узнать о положении дел в ориентировании практически во всех регионах Советского Союза. Участниками сбора были такие известные ориентировщики, как Р.Славиньш, Р.Аболс, У.Аннус, В.Кукк, Г.Корчевский и многие другие.



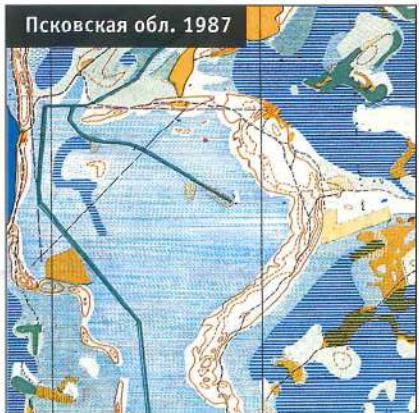
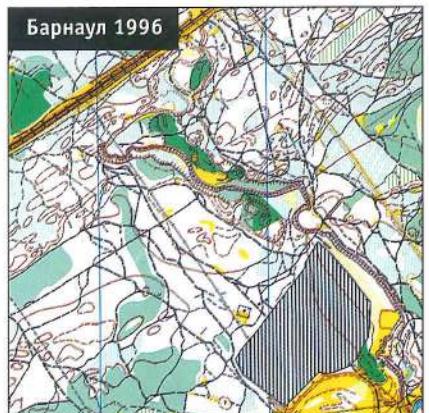
Минусинск 1991



Барнаул 1997



Красноярск 1997



На международном семинаре

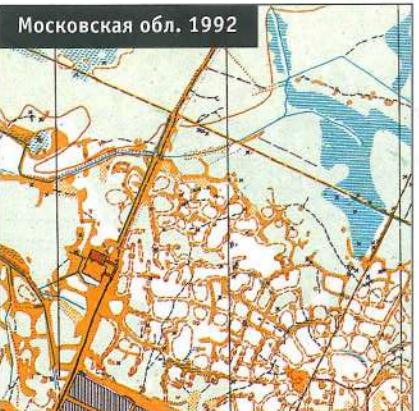
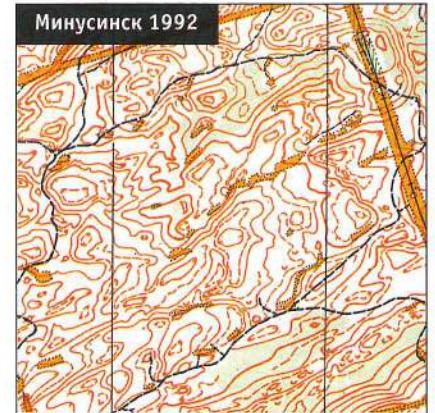
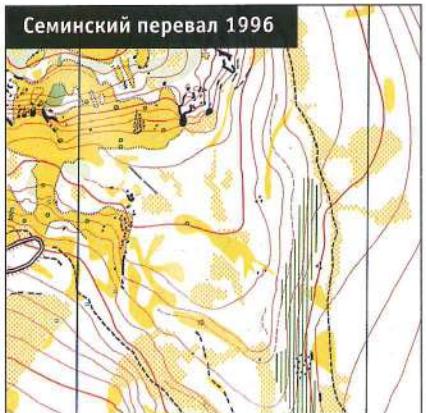
По существующей в то время традиции, каждый ориентировщик принимал участие в подготовке и проведении соревнований. Мой "специализацией" стала подготовка карт и постановка дистанций. В спортивном клубе армии моей обязанностью было не только выступление в соревнованиях и подготовка команды, но и подготовка и проведение всех мероприятий по ориентированию, проводимых в Сибирском военном округе. За период с 1971 по 1990 годы в команде округа было подготовлено около 15 мастеров спорта СССР, в том числе кандидат в сборную команду СССР В. Оськин, члены сборных команд Вооруженных Сил и сборной команды России И. Солодянкин, В. Мизгулин, Т. Толстикова, И. Антипова, О. Рослякова, член сборной СССР С. Хлебников.

Центр армейского ориентирования в 70-х — 80-х годах был Прибалтийский военный

округ, большинство армейских и союзных сборов проводилось в Латвии. Во время сборов, соревнований и в промежутках между ними много времени я проводил в общении с легендарным спортсменом, тренером, организатором соревнований и составителем спортивных карт Валерием Михайловичем Киселевым. Именно у него я очень многому научился.

Первую свою карту для ориентирования я откорректировал в Новосибирске, кажется, в 1970 году, а в 1972 году начал рисовать спортивные карты без использования основы. В 1982 году по приглашению Г. Герасименко из Красноярска я нарисовал карту в Минусинске, а в 1983 году по приглашению С. Мозгунова вместе с Ю. Пастухом я подготовил карту в Барнауле. Это были мои первые карты на выезде. После этого я больше стал заниматься подготовкой спортивных карт, поскольку это занятие казалось интересным, требовало от ориентировщика высшей степени творчества, усидчивости и прилежания. Одновременно я продолжал выступать в официальных российских и всесоюзных соревнованиях. Последнее мое выступление на крупном старте — это Чемпионат России, прошедший в Нижнем Тагиле летом 1987 года, где мы в составе сборной Сибири выиграли мужскую эстафету.

Теперь хотелось бы высказаться по по-



воду статьи «Вспомогательная горизонталь», опубликованной в журнале «Азимут», №3, 1998 г.

Во-первых, мне не понятно, почему "консилиум". Консилиум — это совещание врачей для определения характера болезни и способов ее лечения. Если подразумевается "болезнь" незнания "Условных знаков", то их нужно просто знать и соблюдать, а не предполагать или считать, особенно тренера, который тренировал юниорскую сборную команду страны. В картографии есть правило: "Карта должна отвечать требованию потребителя", в нашем случае разговор идет о спортивной карте, т.е. о карте для спортивного ориентирования. Потребителем является спортсмен. Сейчас уже никому не нужно доказывать, что карта для зимнего ориентирования в заданном направлении отличается от летней, а элементы рельефа отображаются с помощью горизонталей и других специальных знаков. Зато очень много случаев, когда при составлении спортивной карты составители пытаются отобразить на ней единственный в этом районе камень высотой 60 см или ямку размером с призму. Но в условных знаках есть минимальные размеры таких объектов, которые отображаются на карте. Или такой пример: берешь карту местности с микрорельефом, а на ней сплошные горизонтали (основные и вспомогательные), глядя на которые совершенно невозможно понять общего ха-

рактера местности, а когда начинаешь ориентироваться с помощью этой карты, то оказывается, что добрая часть этих горизонталей несет никакой информации. Мотивируется такая излишняя подробность бедностью карты, но карта не может сама по себе быть бедной или насыщенной, она только отображает местность. Если вас не устраивает количество объектов и элементов на карте, то подберите другую местность. Это же относится и к масштабу карты, сечению рельефа, отображению проходимости. Вообще это слишком большая тема. Что касается "Условных знаков для составления спортивных карт", то они условные не потому, что их можно трактовать как угодно, а потому что так устроились общаться между собой составители карт, постановщики дистанций и спортсмены (потребители). И если учитель будет вводить в этот язык общения свои буквы или правила, то ученик может оказаться в сложном положении. Так вот, в "УЗ" написано: "Горизонталь может отклоняться от своего истинного места положения не более чем на 25%".

103. Вспомогательная горизонталь. Промежуточная (вспомогательная) горизонталь используется только там, где невозможно отобразить особенности рельефа с помощью основных горизонталей. Только одна вспомогательная горизонталь может быть использована между двумя соседними основными горизонтальными (в английской редакции 103 Form line).

111. **Бугор.** Бугры (холмы) отображаются горизонтальными. Выделяющийся бугор, не попадающий в основное сечение, может быть показан основной горизонталью, если его высота отклоняется от фактического уровня меньше чем на 25%. Меньшие или плоские бугры должны быть показаны вспомогательной горизонталью.

113. Понижение (яма). Ямы показываются горизонтальными и бергстритами. Выделяющиеся ямы, не попадающие в основное сечение, могут быть показаны основной горизонталью, если линия, отображающая их, отклоняется от фактического уровня меньше чем на 25%. Меньшие или невыраженные ямы должны быть показаны вспомогательной горизонталью.

Исходя из выше процитированного, видно, что вспомогательная горизонтальная может быть проведена где угодно, а бугор и яма могут быть отображены рядом, как показано на рис. 2, и для этого совсем не обязательно проводить между ними вспомогательную горизонталь, которая служит только для выделения каких-либо форм рельефа. Если автор статьи считает, что данные утверждения неправильны, то прежде чем вносить изменения в "Условные знаки", нужно убедить в этом техническую комиссию ИОФ. Иначе это напоминает накручивание изоленты на болт с резьбой M8 с целью навернуть на него гайку M10.



Елена Вяльбе примеряет лампу Mila перед соревнованиями в Заполярье.

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.
Производство Швеция.

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

Чемпионат России Наступление Новиковых продолжается

Юрий Новиков. Заслуженный работник физической культуры РФ, тренер. Белгород

Фото: Ю.Янин



М.Мамлеев, В.Алексеев,

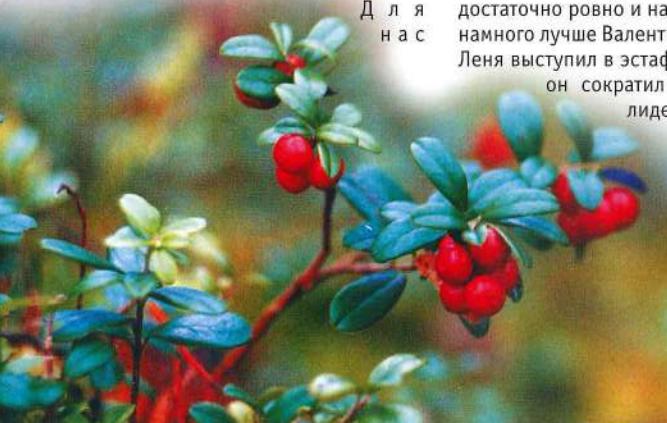
Л.Новиков, В.Новиков, Ю.Новиков

Как поется в известной туристской песне: "Долго будет Карелия сниться..."

Думаю, всем нам запомнились эти необъятные пространства лесов, озер и болот, полные ягод и грибов. И над всей этой красотой стоит столица, умытая в водах Онеги, — г.Петрозаводск. И как "не всякая птица долетит до середины" Онежского озера, так и не каждый ориентировщик познал главную тайну Петрозаводска — тайну седьмой колонны на площади Кирова.

Чемпионат России — это всегда праздник, и поэтому мы так стремимся попасть на него. Да и какой может быть чемпионат, если на нем не присутствуют все сильнейшие спортсмены. Конечно, мы с Валентином специально не готовились к этим соревнованиям.

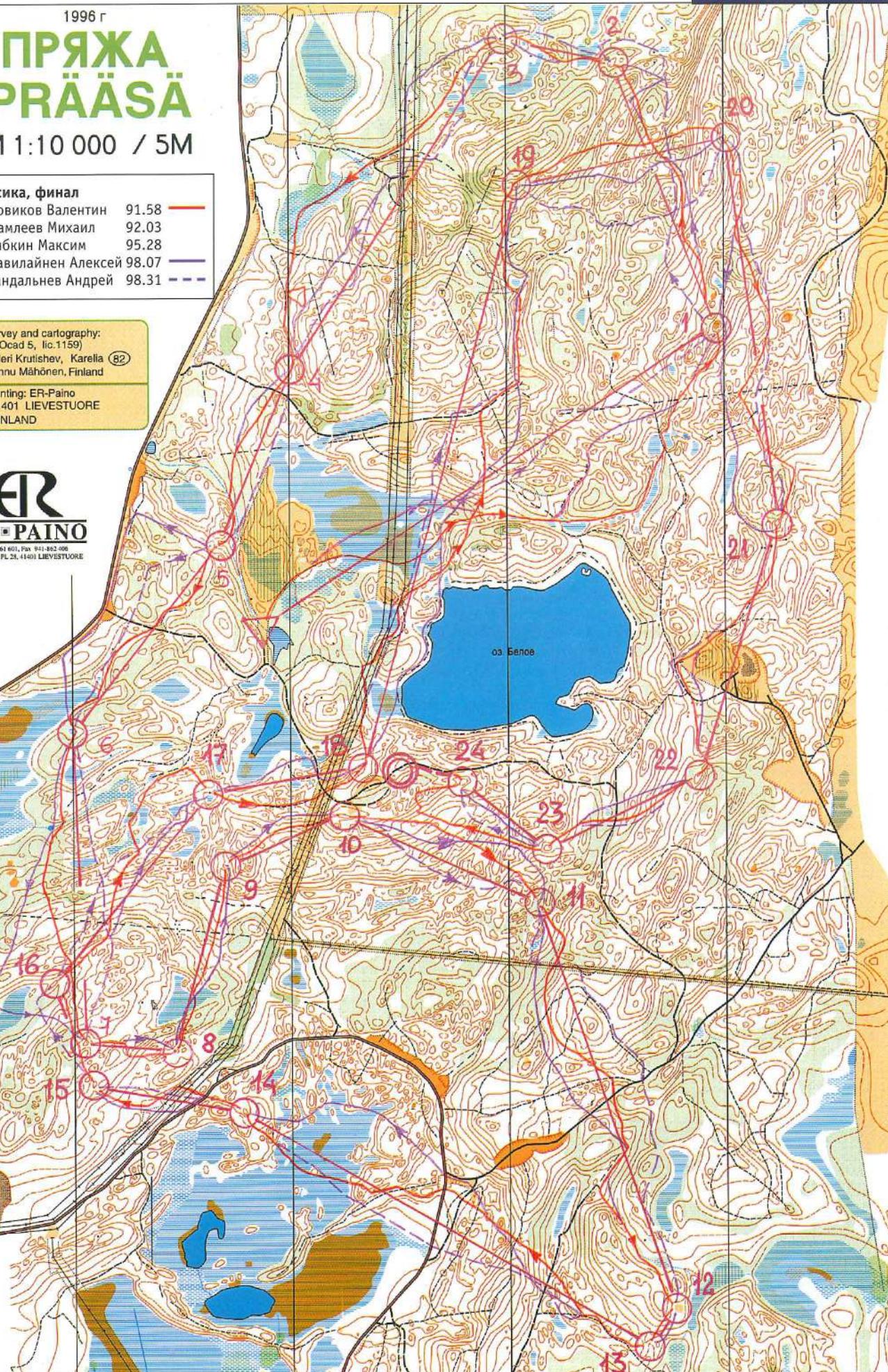
Для нас



главные старты сезона — это Кубки Мира, СИЗМ и Чемпионат Мира среди студентов. И хотя он выиграл два финальных дня (спринт и классику), я, как тренер, все-таки не полностью удовлетворен результатом, так как такой бег на Кубке Мира соответствовал бы примерно 20 месту. Больше радости я получил от выступления своего младшего сына Леонида, который оправдал мои предсказания: по своему техническому и физическому состоянию он уже готов быть в десятке финала спринта на ЧР. Но как часто бывает: первый чемпионат — большие ошибки. Он не смог справиться со своими эмоциями сам. А я не мог ему помочь в полной мере, так как вторую половину дня постоянно был занят на каких-нибудь заседаниях. Классику (финал) ему удалось пройти достаточно ровно и на финише он выглядел намного лучше Валентина. Особенно удачно Лена выступил в эстафете. На втором этапе он сократил минутный отрыв от лидеров и вышел вперед.

Но за 2 КП до финиша сделал небольшую ошибку и в результате откатился на прежнее место. Что интересно, на третьем этапе —

шагах ошикался и в результате откатился на прежнее место. Что интересно, на третьем этапе —



Необычное приключение во Франции



Татьяна Костылева. Мастер спорта России. Москва.

Фото: О.Минаева

не самой быстрой на старте. Но все вновь собираются вместе, и мы опять стремимся ко второму пункту. Развилка ручьев, бугорок — за ним будет призма. Я спокойно разбираю варианты следующего 3-го перегона. А вот и она, лощинка, в которой стоит пункт. На нем уже отмечается финиш, шведка и кто-то еще. Я подбегаю, но тут понимаю, что нас здесь слишком много и почему-то никто не убегает. Даже самые "чайники" уже подоспели, но никто не может отметиться.

Шум, гам, я смогла услышать ручань и просьбы успокоиться на всех 4 языках, которые я понимаю. Но не тут-то было! Как тут успокоишься? Всем нужно скорее, все торопятся. Вдруг я чувствую, что нахожусь в положении сидя-лежа, чуть поодаль от этой шумящей толпы. Порядком разозлившись, я встаю и вижу, что люди потихоньку разбегаются. Тоже кое-как, толкнув кого-то, отмечаясь и... А где же моя карта?

Смотрю, мой КП-4 я еще не взяла, до него метров двести. У меня даже не было сил поблагодарить судью за то, что моя карта все-таки вернулась ко мне. Я из всех сил (и физических, и умственных) стала пытаться работать дальше. Но это было так сложно — все внутри меня кипит, хочется крикнуть, что это несправедливо. Но в конце концов виновата я сама, и никому до меня нет никакого дела!

Судорожно смотрю вокруг. О счастье, вон она валяется! Вырываю ее из-под чьей-то ноги... А номер-то на ней не мой! Совсем-совсем не мой!

Как? Что? В моей голове паника. Это Чемпионат Мира, эстафета, совсем еще начало дистанции! Там, на финише меня ждут, а я должна пройти и сказать, что потеряла карту?!

Только не это! Больше вокруг почти никого нет. Но что делать? Бежать! Бежать за всеми и искать свою карту. И я бегу, бегу

что есть сил за исчезающим из виду "паровозом". И это уже не "паровоз", а последний вагон. А что, если моя незнакомка уже совсем далеко? Нет, нужно ее найти!

И вот я, совсем не смотря в карту, лежу вперед и заглядываю на номер каждой, кого догоняю. Ох, как это, наверное, смешно выглядит: "Она что ли первый раз в лесу, эта русская, совсем не знает, что нужно делать?"

"Паровоз" останавливается, явно не зная, куда бежать. Я думаю: "Эх вы, будь у меня моя нормальная карта, не была бы я тут среди вас!" Но вот все-таки и КП, кто-то его нашел. Смотрю, отмечается вроде бы все, в "моей" карте такой КП есть, значит беру.

Думаю, что на следующем КП так гулять нельзя и, чтобы хоть немного догнать, нужно самой поориентироваться. Бегу углом по просекам, надежно, выхожу на КП... а никого нет! Значит, рассеивание, значит, нужно найти все три пункта. Но не всю же дистанцию так?

Вон там, наверное, второй — слишком много собралось людей. И верно, есть. Но где искать третий? Боже мой, людей все меньше и меньше, наверное — туда. Бегу. Остались одни "чайники" — ходят тут и там. Бегу к одному, к другим, мечусь. И тут бежит Она — француженка с моей картой! Про этот момент очень хорошо сказала Татьяна Переляева: "И хорошо, что француженка не понимала по-русски". Да, действительно, я очень эмоционально стала вырывать у нее карту, не утруждая себя переводом. А она, понимаете ли, даже и не заметила, что у нее не своя карта, и просто сказала, что-то вроде "OK". OK? Да тут такое творится у меня в голове, а она OK, OK.

Смотрю, мой КП-4 я еще не взяла, до него метров двести. У меня даже не было сил поблагодарить судью за то, что моя карта все-таки вернулась ко мне. Я из всех сил (и физических, и умственных) стала пытаться работать дальше. Но это было так сложно — все внутри меня кипит, хочется крикнуть, что это несправедливо. Но в конце концов виновата я сама, и никому до меня нет никакого дела!

Судорожно смотрю вокруг. О счастье, вон она валяется! Вырываю ее из-под чьей-то ноги... А номер-то на ней не мой! Совсем-совсем не мой!

Как? Что? В моей голове паника. Это Чемпионат Мира, эстафета, совсем еще начало дистанции! Там, на финише меня ждут, а я должна пройти и сказать, что потеряла карту?!

Только не это! Больше вокруг почти никого нет. Но что делать? Бежать! Бежать за всеми и искать свою карту. И я бегу, бегу

что есть сил за исчезающим из виду "паровозом". И это уже не "паровоз", а последний вагон. А что, если моя незнакомка уже совсем далеко? Нет, нужно ее найти!

И вот я, совсем не смотря в карту, лежу вперед и заглядываю на номер каждой, кого догоняю. Ох, как это, наверное, смешно выглядит: "Она что ли первый раз в лесу, эта русская, совсем не знает, что нужно делать?"

"Паровоз" останавливается, явно не зная, куда бежать. Я думаю: "Эх вы, будь у меня моя нормальная карта, не была бы я тут среди вас!" Но вот все-таки и КП, кто-то его нашел. Смотрю, отмечается вроде бы все, в "моей" карте такой КП есть, значит беру.

До сих пор не верится! □

Последний день Чемпионата Мира среди юниоров. Эстафета, самый зрелищный вид соревнований. Команда у нас довольно сильная — я бегу с Татьяной Переляевой, новой чемпионкой мира и Галиной Галкиной, которая уже приятно удивляла нас отличным бегом в эстафете в прошлом году. Все команды хотят выиграть, у многих есть шансы, но в эстафете бывает все...

Со мной в этот день произошло нечто, я думаю, неповторимое. Я, как обычно, бежала свой любимый 1-й этап. Еще перед стартом информация о том, что на всех КП, даже на первых, будет по одному компостеру, меня серьезно возмутила. Дело в том, что при электронной отметке карточку в ячейку компостера нужно вставить очень четко и правильно, на что нужно время. И не трудно догадаться, что сорока спортсменкам (а именно столько нас было на 1-м этапе) сделать это практически одновременно будет очень сложно. Но тогда я даже не могла предположить, что в такой ситуации можно продумать определенную стратегию действий на выходе из КП. А именно, ускориться за несколько десятков метров до призмы, чтобы отмечаться первой и без проблем.

Но вот я на старте. Все внимание приводено к нам, стартующим. Вокруг меня много спортсменов из разных стран, но я думаю о своем, решаю свою задачу — надежное прохождение своего этапа. Старт! Я начинаю бежать, разбираю 1-й перегон. Все вместе пробегаем пункт К, вбегаем в лес. Тут все потихоньку рассредотачиваются, наверное, как обычно, на 1-м КП есть рассеивание. Без особых проблем выхожу на свою микроямку и первой отмечаясь, про себя замечая, что это я-то, которая была далеко



На старте первого этапа эстафеты

Марина в парках не гуляет



Вот и у нас прошел первый Чемпионат России по парковому ориентированию. Есть и первые чемпионы. Среди женщин выиграла воспитанница СДЮШОР "Ориента" Марина Христева (тренер Андрей Лосев). Примечательно, что Марина выиграла и первый Чемпионат России в ночном ориентировании в Волгограде в 1994 году. Первая чемпионка России поделилась с читателями журнала своими впечатлениями о соревнованиях по парковому суперспринту во Владимире.

В: Стоит ли думать о терминах, известных в спринте в лесу? В парке им. 850-летия г. Владимира ни болот, ни завалов, ни крапивы не было, беги себе да беги, ничто не мешает.

О:

Конечно,

нет,

надо

о

них

забыть

и

спортсменам

и,

особенно,

судьям.

Это ведь кросс

с

ориентированием,

очень

динамичный

и

скоростной,

да

старт

через

минуту,

да

почти

без

выбора

варианта,

к

кото

руму

нужно

привыкнуть

но

когда

со

ско

рост

ю

зву

ка

на

тебя

"наезжают"

и

объекты

и

КП

и

все

это

на

бы

спе

ци

аль

ные

трени

ровки

.

В:

С

чита

ешь

ли

ты

что

пар

к-сп

р

ин

и

демон

стра

ти

е

зр

и

це

ль

о

молод

ых

?

О:

В

о

ч

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

и

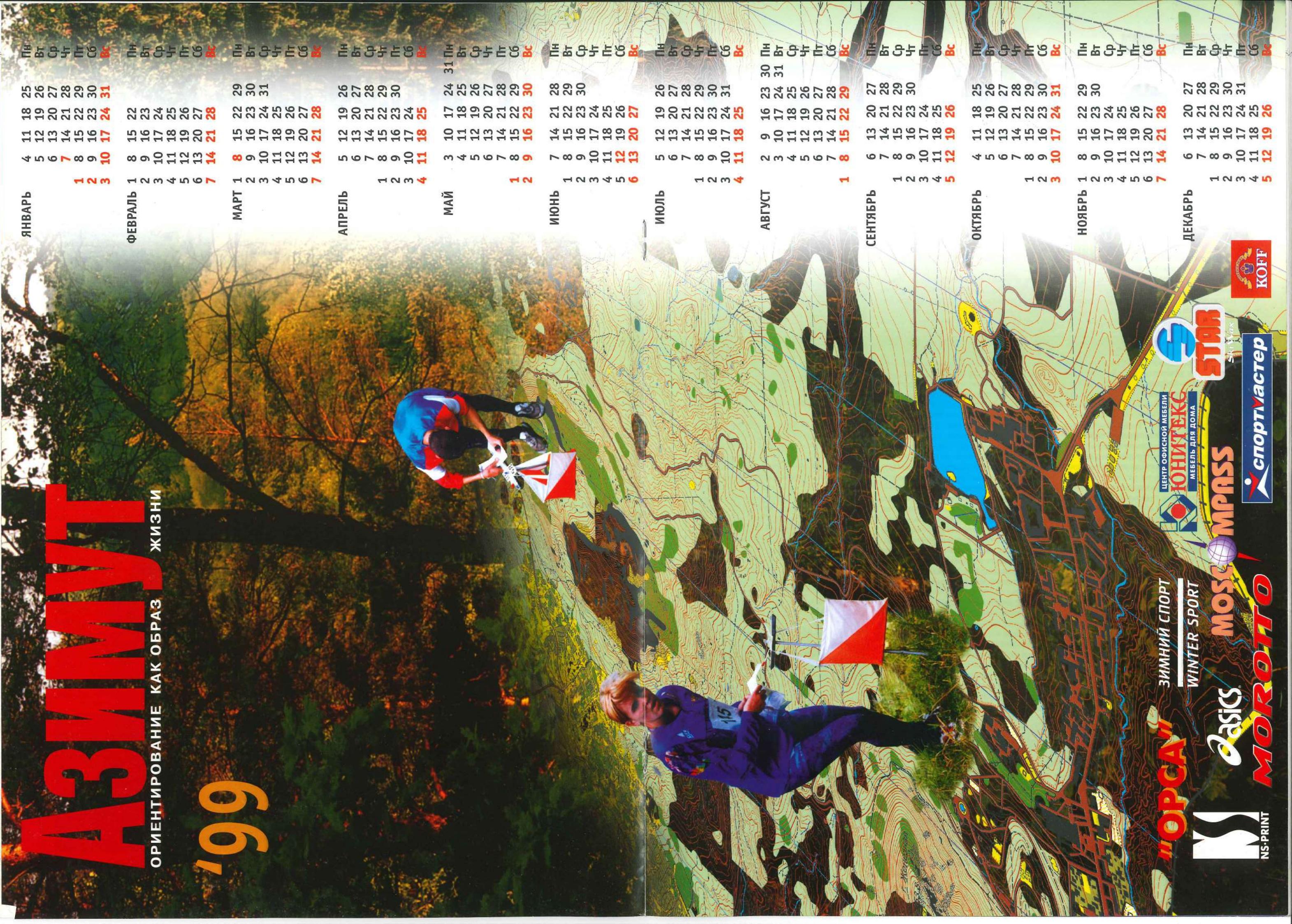
АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

199

ЖИЗНИ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ



ЯНВАРЬ	5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29 9 16 23 30 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
ФЕВРАЛЬ	1 8 15 22 2 9 16 23 3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
МАРТ	1 8 15 22 2 9 16 23 3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
АПРЕЛЬ	5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29 9 16 23 30 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
МАЙ	3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29 9 16 23 30	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
ИЮНЬ	1 7 14 21 28 2 8 15 22 29 3 10 17 24 31 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
ИЮЛЬ	5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29 9 16 23 30 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
АВГУСТ	2 9 16 23 3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
СЕНТЯБРЬ	1 6 13 20 27 2 7 14 21 28 3 8 15 22 29 4 9 16 23 30 5 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
ОКТЯБРЬ	4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 7 14 21 28 8 15 22 29 9 16 23 30	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
НОЯБРЬ	1 7 14 21 28 2 8 15 22 29 3 9 16 23 30 4 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс
ДЕКАБРЬ	5 11 18 25 6 12 19 26 7 13 20 27 8 14 21 28 9 15 22 29 10 17 24 31	ПН Вт Ср Чт Пт Сб Вс





Сергей Серебряков, Москва

Слово "Алоль" не оставит равнодушным ни одного ориентировщика. Даже те, кто там не был, наверняка слышали о грандиозных стартах Мемориала Матросова, собиравших некогда до 4 тысяч участников! Но это в прошлом, а теперь? Увы, нынешняя "Русь-5", преемница Мемориала, оставляет совсем другие впечатления.

Начну с того, что в положении, разосланном оргкомитетом, значились разные сроки соревнований: 11—16 и 12—17 июня. Логика подсказывает верить последнему, по времени получения, и это оказалось правильно. Но в нем ни слова об отмене предыдущего, и кто-то его не получил, а кто-то вообще отказался участвовать из-за такой неразберихи. Но вот мы на месте, на знакомом берегу озера Светлого близ Ночелогова, где уже неоднократно стоял лагерь соревнований. Но если когда-то для информации приходилось ставить до 40 стендов, сейчас все уместилось на одном. Всего 195 человек — такой упадок даже для нынешних нелегких времен шокирует. Взять, например, "Белые ночи", "Московский компас", "Жемчужину России" — везде под тысячу участников и более. Удручит также полное отсутствие ларьков со спортивными вещами. Однако главное все же сами соревнования.

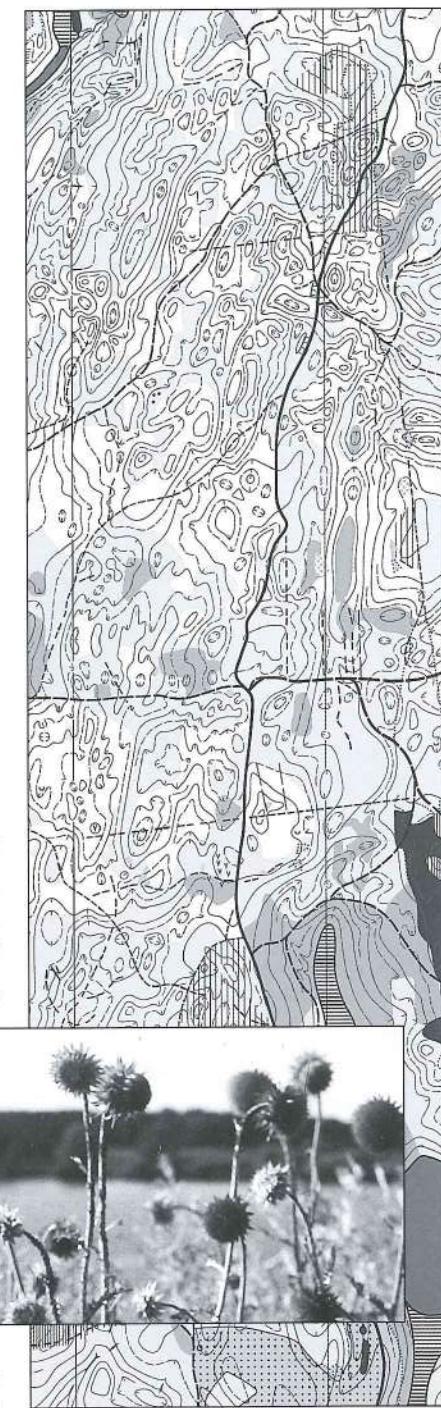
В информации о дистанциях официально, черным по белому, значится: "Участникам предстоит тяжелое альольское ориентирование". Поначалу это не очень пугает — места знакомые, сколько раз здесь бегали. А зря...

Первый день — спринт. Тяжесть дистанции осознаю уже на втором КП, где допускаю промах и для привязки возвращаюсь к месту старта. Если на прошлых соревнованиях здесь нас относительно щадили, ставя лишь немногие КП в самые хитрые участки рельефа в "зеленке", то теперь они задействованы "на всю катушку". Ни одного простого КП! "Гуляют все!" Особенно жалко детей — только и слышно: "Где я нахожусь?" Эх, знать бы самому... Короче, на 4-километровую дистанцию затрачиваю полтора часа — и оказываюсь на 4-м месте по группе, проигрывая лидеру относительно немного. Кстати, результаты можно было бы аннулировать — у одного КП оказалась неправильная легенда.

Второй день — классика в той же местности. Горький опыт первого дня помогает, но все же без "заголов" не обходится. Почти 2 часа на 7,5-километровую дистанцию — и снова отнюдь не худшее время. Вижу, как сходят участники, как финишируют пешком... Славная надежда: может быть, завтра, близ озера Синовино, будет полегче? Помнится, на "Матросове-87" там был довольно приличный лес.

Напрасные надежды! Надолго запомнится нам третий день соревнований. Жара за 30, а при взгляде на карту — мороз по коже. Кое-как преодолев длиннейший перегон на вто-

Фото: А.Киселев, Ю.Янин

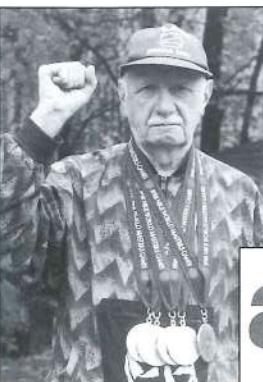


рой КП с начисто заросшими дорогами, кустами, болотами и крапивой, выбегаю на зеленый луг: 3-й и 4-й КП на открытой местности. Ну, думаю, отдохну. Не тут-то было. Иду на четвертый КП и не верю своим глазам: луг впереди не зеленый, а ярко-фиолетовый. Цветущий люпин выше пояса, густой, сочный — и ни малейшей тропинки. Потом снова кусты, болота, горы... и наконец финиш. И тут слышу громкий возмущенный голос Владимира Кузьмина, одного из сильнейших российских ветеранов (он, правда, избежал люпинового кошмара): "Мало того, что КП стоят неправильно, они еще и не красно-белые, как положено, а какие-то бледно-коричневые". Действительно, похоже, призы с 1976 года не заменились.

А следующий день — знаменитый алольский спринт — "белая карта", где кроме рельефа и гидрографии ничего нет. Были времена, его отменяли, потом вводили в общий зачет, теперь это вновь отдельный старт, но на призы Виктора Алешина. Старт общий. Когда-то В.Никитину приходилось всеми силами удерживать трехтысячную толпу от фальстарта, теперь он подает необычную команду: "За меня!" Уже несколько лет "шef" — непременный участник соревнований. Старовая суматоха быстро сменяется привычным уже недоумением: "Где я нахожусь?" Уныло бродя в одиночестве среди коварного алольского рельефа в поисках привязки, случайно обнаруживаю характерный конический холмик с ямкой, который на местности и карте ни с чем не сплачивается. От него медленно, поминутно останавливаюсь, беру все КП, финиширую в уверенности, что далеко отстал — неожиданно оказываюсь победителем в группе М-45! Остальные "заязи" еще хуже.

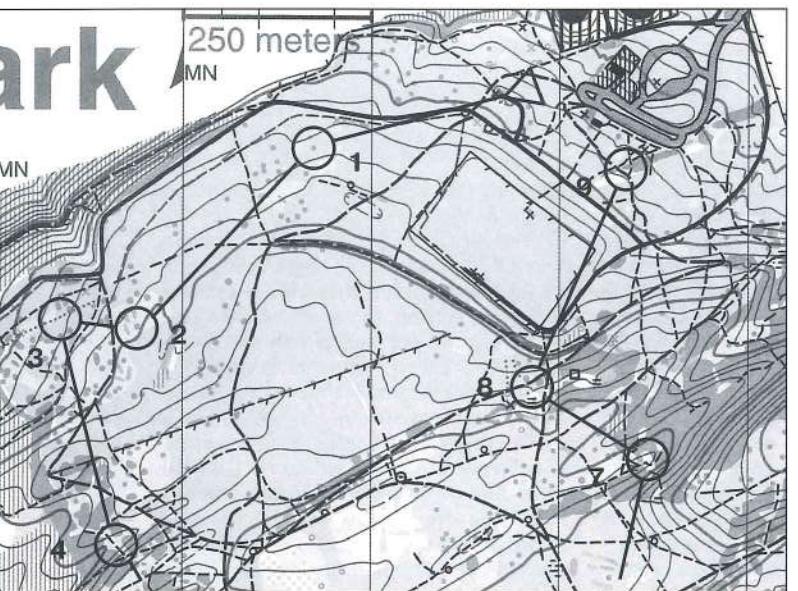
Наконец, финальный гандикап. Самая длинная и почти столь же сложная дистанция. Финиширую третьим в группе, и сам Виктор Максимович Алешин вручает бронзовую медаль, но особой радости не чувствую — с такими результатами лет 10 назад я был бы одним из последних. А впрочем... ведь тогда не было "тяжелого алольского".

Что можно сказать в итоге? Положение "алольского" ориентирования сейчас еще тяжелее, чем оно само. Можно даже сказать, что "Русь-5" в агонии и нуждается в срочной реанимации. Терять такую славную традицию, такую уникальную местность нельзя ни в коем случае. Быть может, целесообразно вернуть соревнованиям название "Мемориал Александра Матросова"? Возродить проводимый когда-то конкурс самодеятельной песни. Непременно сменить старинные выцветшие призы, донельзя обшарпанные стеньды, номера, уже 8 лет одни и те же. Наладить хорошую рекламу в "Азимуте" и "Ориентире". И конечно же не допускать до-



Вадим Рузков. Ветеран спорта. Ветеран Великой Отечественной войны. Москва

Фото: О.Жубрикова



На IV Всемирных Играх ветеранов спорта побывал старейший ориентировщик России москвич Вадим Александрович Рузков. Вот что он рассказал редакции:

Игры проводились в Америке (штат Орегон, г. Портленд) с 8 по 22 августа по 25 видам спорта под патронажем и при финансовом вливании "Nice". Поездку организовала Ассоциация ветеранов спорта России, естественно, что это дорогое удовольствие. Можно долго рассказывать о перелете через океан и роскошном лайнере, о добродушном отношении ко мне всех без исключения спортсменов и судей, об атмосфере, которая царила на Играх, но ориентировщиков, конечно, интересуют карты, дистанции и результаты.

Здесь, пожалуй, я всех разочарую и удивлю. Участников было мало, местность на спринте была очень тяжелая для передвижения — много открытых мест, солидный перепад, а КП почему-то чуть не все стояли в сплошном колючем кустарнике — "зеленке". Сама организация соревнований напомнила мне "Московские четверги" прошлых лет в их наихудшем исполнении.

На спринте я даже стартовал дважды! Как положено, приготовился к старту, перенес легенды в карточку и стартовал, но на 1-м КП обнаружил, что номер не мой. Пришло вернуться на старт. Долго разбиралась, пока нашли переводчика, пока все выяснили, настроение у меня испортилось. Оказалось, что для нашей группы отдельной дистанции нет и мы должны стартовать на дистанцию гр. М-70 и Ж-55. Естественно, что это совсем другая история, ну и легенды тоже. И все же я выиграл и получил первую золотую медаль.

После выходного дня нам предложили очень тяжелую местность: крутые склоны, заросшие травой и кустарником, поверхность каменистая, труднопроходимые овраги. Да еще поиск КП затруднялся из-за "размытых" привязок. К моему удивлению, магнитный меридиан не совпадал с линиями на карте!

Многие сошли, но я устоял, уроки спринта

оказались полезными, я отметил на двух КП, где номера не совпадали, был уверен, что это моя.

Второй день прошел полегче. По сумме я выиграл и свою группу и группу 70, но медаль вручили одни. Да, Бог с ними, я их потом на настольном теннисе получил аж пять!

Утешением было изобилие фруктов на финише, и даже вручили мазь алоэ от ушибов.

Были и незабываемые встречи, например, с известной российским ветеранам американской семьей Кроуфорд, путешествующей на теплоходе по "Московскому кольцу": чемпионкой мира Шарон, ее мамой и внуком.

Шарон здесь выиграла без труда, а вот 86-летней маме было нелегко. Она выходила на трассу с палочкой, неизменно серебряным свистком и внуком. Организаторы наградили ее за мужество и спортивное долголетие.

Кроме обширных знакомств со мной произошло и приключение.

После второго дня я опоздал на автобус и попал в отель. Вспомнил раннюю дорогу на старт в 200 км и понял, что попал в историю. Но там, где мы соревновались, разместились судьи в туристических домиках, туда я и пришел. Они меня обогрели, накормили и... отвезли

дел бабочку!

И вообще меня, геолога, объехавшего чуть не весь Союз, побывавшего в зарубежных экспедициях, повидавшего за свой долгий век многое, больше всего Америка поразила своим образом жизни и отношением к гостям. Кто мне только ни помогал. Никто не ругался, не было видно и угрюмых людей, пожилые все ухоженные, прилично одеты и благожелательны, все улыбаются. На улицах и в парках много людей, бегающих трусцой, в красивых костюмах.

О чистоте, блеске и внешнем порядке я уже и не говорю. Но особая атмосфера, какая-то аура царила на Играх, аура взаимного уважения и дружбы. Огромное количество ветеранов-спортсменов жили единой семьей. Я все еще нахожусь под впечатлением этой поездки и мечтаю хотя бы раз еще попасть на Всемирные Игры.

Одно но. Следующие Игры в Австралии, и, как все понимают, удовольствие не из дешевых. Я и в Америку, если бы не родственники, не попал, спасибо им. И все же мечта остается, хотя у нас и говорят: "Мечтать не вредно".



1st
European
Masters
Games

V Всемирные Игры ветеранов
Австралия — 2002 г.

Первые Европейские Игры ветеранов
Испания(Барселона) — 2000 г.



лов выяснилось, что стартовал и Юрис Жилко из Латвии, известный в свое время в Союзе спортсмен и тренер. И еще для ориентировщиков могу сообщить о загадочном явлении: и в городе, и на природе я не увидел мух, комаров, мошек, слепней, стрекоз, кузнецов и даже муравьев, куда все подевались? Лишь один раз уви-

РОССИЙСКИЕ СКАЛЫ

Сергей Кузнецов. Мастер спорта СССР. Санкт-Петербург

Фото автора

История появления проекта

Кто из поколения спортсменов 70-х годов не стремился хотя бы раз поучаствовать в соревнованиях в Скандинавии? Но это было реально только для спортсменов сборной команды СССР либо Вооруженных Сил, да и то не чаще одного-двух раз в год. Однако любой грамотный спортсмен или тренер понимал: нам трудно дотянуться до них потому, что у нас нет таких районов или, по крайней мере, на них нет качественных спортивных карт. Конечно, причина была и в отсутствии традиций, но это вопрос времени, уровня организации ориентирования в стране и, опять же, вопрос районов и карт. Начиная с 1971 года, ленинградские студенты, объединенные преподавателем ЛГУ, фанатом ориентирования мастером спорта СССР Сергеем Крыловым, доставшим топографические карты-основы масштаба 1:25 000 на районы вблизи Кузнецкого, ежегодно в течение 10 лет выезжали сюда на тренировки. Ура, мы, наконец-то, нашли районы скандинавского типа вблизи Ленинграда. Но о

качестве карт и говорить было нечего, их просто не было.

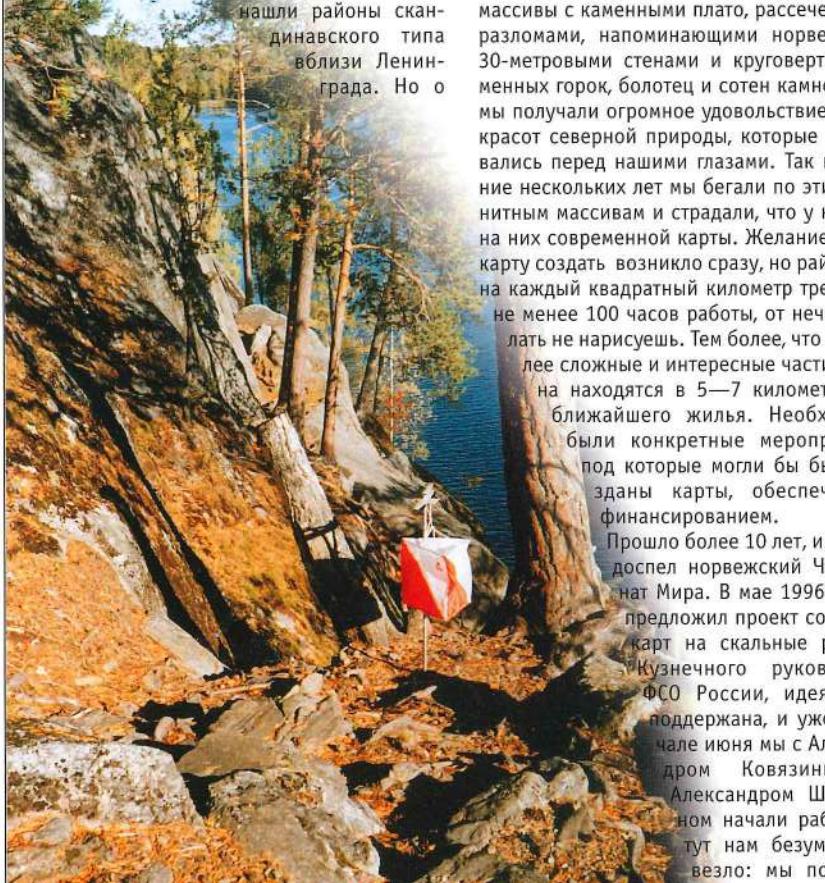
Первый вклад в создание качественных карт в Кузнецком внесли Юрий Овчинников и Константин Волков, создавшие, начиная с 1978 года, четыре карты общей площадью 14 квадратных километров (причем так называемую "белую" карту Ю.Овчинникова многие считали лучшей в стране). Проведение трех соревнований всесоюзного масштаба, совместные сборы команд Ленинграда и Эстонии (и как результат — 1-е и 2-е командные места на Чемпионате страны в Каркаланиске) и, наконец, 1-е место на студенческом Чемпионате Мира в Норвегии участвовавшей почти во всех этих мероприятиях эстонки Эде Юмарик.

С тех пор регулярно, 2—3 раза в год, мы старались посещать этот уникальный район. Примечательно, что на карте-основе 1:25 000 хорошо видны скальные массивы с каменными плато, рассеченные разломами, напоминающими норвежские, 30-метровыми стенами и кругогрьбы каменных горок, болотец и сотен камней. Там мы получали огромное удовольствие от тех красот северной природы, которые открывались перед нашими глазами. Так в течение нескольких лет мы бегали по этим гранитным массивам и страдали, что у нас нет на них современной карты. Желание такую карту создать возникло сразу, но район, где на каждый квадратный километр требуется не менее 100 часов работы, от нечего делать не нарисуешь. Тем более, что наиболее сложные и интересные части района находятся в 5—7 километрах от ближайшего жилья. Необходимы были конкретные мероприятия, под которые могли бы быть созданы карты, обеспеченные финансированием.

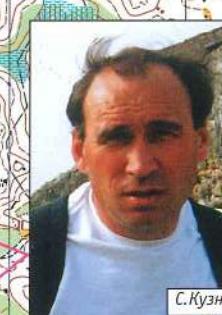
Прошло более 10 лет, и тут подоспел норвежский Чемпионат Мира. В мае 1996 года я предложил проект создания карт на скальные районы Кузнецкого руководству ФСО России, идея была поддержана, и уже в начале июня мы с Александром Ковязиным и Александром Шириняном начали работу. И тут нам безумно повезло: мы познакомились с

Зачем все это нужно?

Действительно, зачем все это нужно? Зачем составлять карты в 140 километрах от Петербурга, когда всего в 50—60 километрах достаточно интересные районы, такие, как Зеленогорск или Лемболово, требующие в 3—4 раза меньше времени на составление единицы площади карты, сложности которых и так завидует большинство приезжающих к нам спортсменов из средней полосы России. Кроме того, эти карты существенно более рентабельны, на них можно регулярно проводить соревнования городского календаря и быстро окупить расходы по их созданию. Однако эти 3—4 раза распространяются и на сложность района и карты, и ее детализацию, но уже в обратной пропорции. Количество бит информации в компьютере, которое потребовалось для 10 квадратных километров Кузнецкого, в 4 раза больше, чем на карты в Лемболово, Васильево и Сосново, подготовленные для Чемпионата Мира среди военных в 1996 году, а



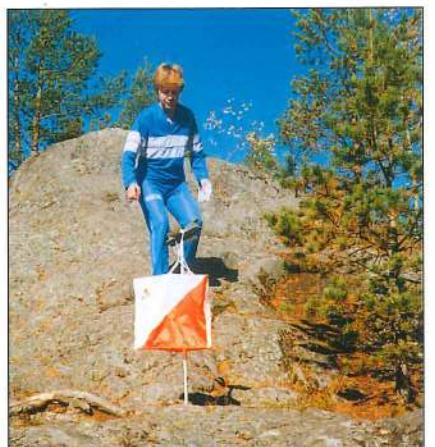
КУЗНЕЧНОЕ Подсиновские озёра



эти карты считаются у нас одни из наиболее сложных. И теперь нам придется вернуться к заголовку. Большинство спортсменов элиты, выступающих за скандинавские клубы и часто бывающих на соревнованиях в Финляндии, знают, что районы, находящиеся на расстоянии до 40—50 километров от центра Хельсинки, полностью закартированы и в большинстве случаев вполне современными картами сложности Кузнецкого. Эти карты силами клубов постоянно обновляются, детализируются, приводятся к современным требованиям (в корректировке одной из таких карт мне удалось принять участие несколько лет назад). А это многие сотни квадратных километров карт сложнейшей скандинавской местности. И любой финский ориентировщик, живущий в городе или разумной близости (километров 100—150) от него, может каждые выходные, а также во второй половине дня в любой другой день соревноваться и тренироваться в уникальных для нас, но обычных для финнов технически сложных районах. Естественно, такова ситуация в любом городе Финляндии, Швеции и Норвегии, где есть хотя бы один клуб ориентирования. Но у нас тоже есть преимущества. Пока существует и, надеемся, будет существовать система спортивных школ, какой не существовало почти ни в одной стране мира. А это сотни профессиональных тренеров, некоторые из которых, безусловно, в своем профессиональном мастерстве не уступают, а возможно, и превосходят своих коллег в Скандинавии. Тем более, что профессиональных тренеров там очень мало, а большинство клубных тренеров тренируют в свободное от основной работы время.

Конечно, проблем у нас больше, и главная из них — финансовая. Мы считаем, что один из наиболее очевидных и быстрых путей достижения результатов в ориентировании — возможность тренироваться и соревноваться в максимально сложной технически и физически местности, такой, например, как скандинавская (естественно, мы отрицаем необходимость тренировок в горах, на мелком, дюнном рельефе и любых других разнообразных районах нашей страны). Но организовать тренировочный процесс в Ленинградской области существенно проще, чем, например, в Финляндии. А теперь, учитывая доминирующее пока положение скандинавских спортсменов, которые, конечно, имеют большие возможности тренировок в различных странах, но базовую подготовку в юношеских возрастах все же получающие на скальном рельефе, мы позволим себе высказать наши соображения по этому поводу:

1. Технически и физически экстремально сложная местность Кузнецкого позволяет наиболее быстро совершенствовать техническую подготовку ориентировщиков.
 2. Для национальных сборных команд страны в Кузнецком можно проводить отборочные соревнования и подводящие соревнования.
- Что сейчас и происходит, но с нашей точки



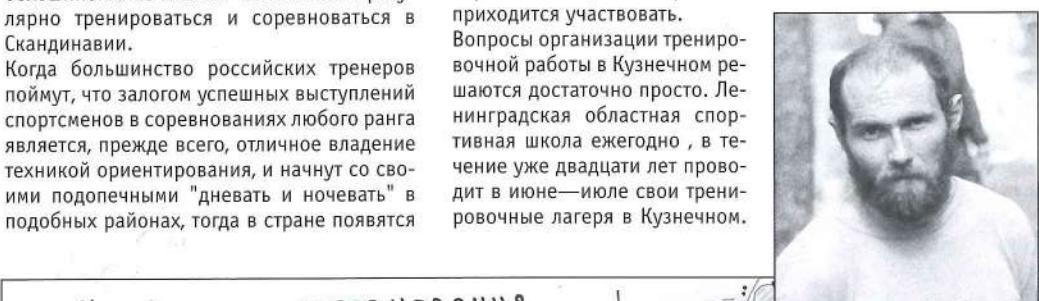
зрения, это вторая задача, поскольку многие элитные спортсмены тренируются в скандинавских клубах и имеют достаточно большой объем работы на подобной местности.

3. Наиболее важная для нашего ориентирования проблема, которую удобно решать именно в Кузнецком (возможно в сравнимых районах Карелии), — техническая подготовка молодых спортсменов, поскольку у большинства из них нет возможности регулярно тренироваться и соревноваться в Скандинавии.

Когда большинство российских тренеров поймут, что залогом успешных выступлений спортсменов в соревнованиях любого ранга является, прежде всего, отличное владение техникой ориентирования, и начнут со своими подопечными "дневать и ночевать" в подобных районах, тогда в стране появятся

не единицы, а десятки спортсменов, владеющих ею в совершенстве. Естественно, среди них и будут выявляться наиболее талантливые двигательно и психологически. Проводя с ними грамотную работу по параллельному развитию всех необходимых качеств, тренеры смогут подготовить многих спортсменов, способных побеждать на крупнейших международных соревнованиях. Причем техническая подготовка никак не может быть заменена физической, а должна быть только ею дополнена. Вот тогда при наличии необходимых психологических качеств мы и получим спортсменов экстракласса. Тем более, для большинства тренеров очевидно, что ориентирование — это не отдельно бег плюс отдельно ориентирование, а сложный взаимопроникающий и взаимозависимый комплекс, создавая который необходимо с первых лет занятий ориентированием. И ошибки, допущенные в самом начале подготовки, чрезвычайно сложно исправить впоследствии. К примеру, с целью достижения максимального результата в обучении технике ориентирования я для своих подопечных в большинстве случаев ставлю в Кузнецком тренировочные дистанции, существенно превосходящие по сложности дистанции любых официальных соревнований, в которых им приходится участвовать.

Вопросы организации тренировочной работы в Кузнецком решаются достаточно просто. Ленинградская областная спортивная школа ежегодно, в течение уже двадцати лет проводит в июне—июле свои тренировочные лагеря в Кузнецком.



О прошедших соревнованиях

В этом году в Кузнецком было проведено сразу два крупных мероприятия: SILVA CUP и Мемориал Михаила Святкина, причем последний проводился по новой карте, в районе с меньшими перепадами, но зато с более сложным мелким рельефом, и карте с 2,5-метровым сечением. Стараемся не стоять на ме-



сте и искать новые направления в составлении карт, немного экспериментируем, надеюсь, без вреда для их качества. На всех картах был нарисован серый цвет, но с некоторым нарушением рекомендаций IOF: показан был не только голый камень, но и камень, почти полностью покрытый белым мхом. Мы предполагаем, что так проходимость по верхам была отражена лучше. Интересно, что специалисты и тренеры думают об этом. К сожалению, очень не повезло с погодой. Из-за четырехдневного дождя, который закончился только в первый день SILVA CUP, соревнования покинули, либо не доехали, довольно много спортсменов. В какой-то мере по причине погоды произошла ошибка, повлекшая первый день аннулирование двух групп. Мы приносим свои извинения пострадавшим участникам и стараемся в будущем работать четче. Из результатов, конечно, наиболее сильное впечатление произвела борьба Владимира Алексеева и Валентина Новикова в финале Мемориала Михаила Святкина, закончившаяся победой последнего с преимуществом всего в восемь секунд.

Перспективы развития и наши планы

Мы, естественно, не собираемся останавливаться на достигнутом. С этого года нам стал оказывать помощь региональный дилер известной всем шведской фирмы SILVA Кирилл Горев, и многодневка стала называться SILVA CUP. Естественно, планируется распродажа товаров фирмы SILVA, а также других фирм, производящих спортивный инвентарь. У нас были и бытовые проблемы, которые мы стараемся решать: найдена новая поляна для размещения участников, находящаяся всего в трех с половиной километрах от Кузнецкого. Проточная вода, озеро с хорошими подходами. На все старты и финиши будущего года можно будет подъехать на машине. Кроме того, начиная с 1999 года наши соревнования будут проходить в выходные дни. Центр соревнований будет находиться всего в километре от оздоровительного лагеря, в котором есть столовая, баня, душ, домики нестандартной архитектуры, конференц-зал и т.п. Как всегда продолжается связка SILVA CUP (18–20 июня) — Мемориал Михаила Святкина (26–27 июня).

В этом году исполняется 40 лет со времени проведения первого матча Ленинград—Эстония, который мы считаем датой зарождения ориентирования в Ленинграде. На наших соревнованиях Ассоциация спортивно-



го ориентирования Санкт-Петербурга планирует проведение мероприятий, посвященных этой дате. Теперь о стратегических планах развития региона. Уже точно определено, какие районы будут рисоваться под будущие многодневки по 2001 год. К этому времени общая площадь карт в Кузнецком достигнет 35–40 квадратных километров. Кроме проводимой традиционной многодневки SILVA CUP тренеры предложили нам провести в мае 1999 года отборочные соревнования для сильнейших спортсменов к Чемпионату Мира в Англии, а СТК ФСО России два личных Чемпионата страны 2000 и 2001 года, которые, видимо, будут отборочными на Чемпионат Мира в Финляндии (2001 г.). Мы не будем закрывать какие-либо карты в Кузнецком. Эти карты делались для вас, тренируйтесь, повышайте свое спортивное мастерство. Думаю, такие районы запомнить трудно, а мы постараемся спланировать трассы, на которых знание района не будет иметь решающего значения. Закрытие отдельных частей районов возможно только непосредственно перед проведением Всероссийских соревнований.

Что же дальше?

Просмотрен новый район вблизи Каменногорска (50 км от Выборга), определены возможные места для центров соревнований, закуплены базовые материалы. Это уникальная скальная местность с бессистемными, а значит, более сложными, чем в Кузнецком, рельефом, с перепадами до 70 метров на склоне. Площадей, пригодных для составления карт, столько, что с лихвой хватит нам до пенсии. Только район, ограниченный с трех сторон шоссейными дорогами так, что к любой карте в его пределах можно подъехать на "Мерседес", имеет площадь более 200 квадратных километров! Это, видимо, наиболее перспективное направление наших будущих работ. Его перспективность определяется еще и тем, что он более доступен для скандинавских ориентировщиков. До ближайшей таможни на границе с Финляндией 15 км, до г. Иматра — 25 км. Но окончательное решение будет принято, конечно, позже. Тем более, что от работы в Кузнецком мы не отказываемся, там еще немало хороших районов, в которые мы наверняка еще будем возвращаться.

Уже сейчас мы заинтересованы в усилении нашей бригады. В случае начала нового проекта это станет, безусловно, необходимым. Мы будем рады рассмотреть предложения о работе в нашей бригаде профессиональных составителей спортивных карт.

Дорогие друзья, если вам нравится соревноваться в скандинавской местности, если вы хотите повышать свое спортивное мастерство и, наконец, если вы просто хотите отдохнуть среди дикой северной природы, приезжайте к нам на российские скалы, а мы как составители карт и организаторы соревнований постараемся не обмануть ваших ожиданий. ■

ГЛАВНЫЙ СПОНСОР ЮНИОРСКОЙ СБОРНОЙ РОССИИ
по лыжному ориентированию

ЗИМНИЙ СПОРТ
WINTER SPORT

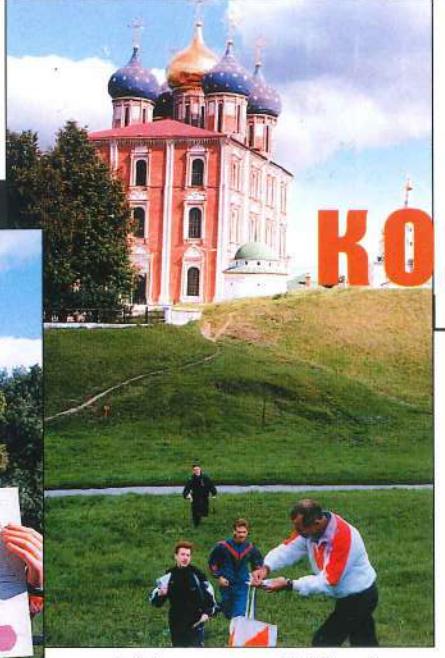
MOROTTO

STAR
Ski Wax

Под звон колоколов



Победительница в группе Ж 12 Абанкина Лидия



Победитель в группе М 40 Петров Борисов

Парковое ориентирование в Рязани

Петров Борисов — координатор по работе со СМИ ФСО Рязанской области

Первые соревнования по парковому ориентированию в Рязани состоялись 8 августа 1998 года в любимом месте отдыха горожан — Центральном парке культуры и отдыха. Соревнования организовывались и проводились Комитетом по физической культуре, спорту и туризму администрации Рязанской области и были посвящены Всероссийскому Дню физкультурника. Соревнования проводились с целью популяризации спортивного ориентирования, как наиболее доступного, массового, оздоровительного вида спорта, привлечения внимания и пропаганде нового вида ориентирования — паркового. Зачет проводился по возрастным группам: МЖ 12, 14, 16, 21, 35. Спортсменам было предложено на дистанции 2,2 км отыскать 7 контрольных пунктов. Район соревнований представлял собой листственный лес с подлеском. Местами крапива и высокая трава. Дистанция была спланирована для максимального прошения ее прохождения участниками, зрителями и представителями средств массовой информации. Контрольные пункты были расположены у аттракционов, газонов, клумб.

Победителями первых соревнований по парковому ориентированию в различных возрастных группах были: Науменко Настя, Козлов Александр, Побережниченко Кристина, Шумилов Роман, Синюкова Ольга, Зотов Александр, Науменко Елена, Фирсов

Сергей, Казарина Елена, Фролов Владимир. Победители в каждой возрастной группе были награждены памятными призами и грамотами, призеры — грамотами областного комитета. Под звон колоколов Соборной колокольни Рязанского Кремля 6 сентября прошли вторые соревнования по парковому ориентированию. Время проведения соревнований совпало с торжественной литургией в честь Дня города Рязани, отметившей в этом году свое 903-летие. Идея проведения соревнований в историко-архитектурном музее заповедника "Рязанский Кремль"



Виват Кузбасс

Евгений Новиков. Томск

+30 в тени, яркое ослепительное солнце, изрядно высохшая земля. Нет, это не знойная Эфиопия и даже не Краснодарский край. Это морозная Сибирь в очередной раз издевается над своими аборигенами да над теми, кто рискнул сунуть сюда свой нос.

Целый месяц без дождей при температуре +28...+38°C подарил нынче сибирякам непредсказуемую природу в июле—августе. Получив приглашение, охотно соглашаемся с ним и едем в местечко под названием "Солнечный туристан", что рядом с деревней Подъяково в 40 километрах от Кемерово. Должен вам признаться, здешние места настолько живописны, что ради этого стоило полтора часа терпеть все прелести бездорожья, грамотно нами пройденные (спасибо водителю).

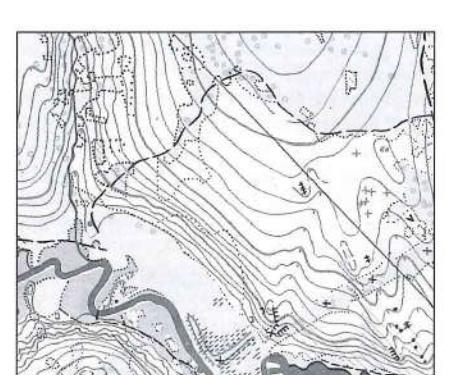
Так вот, жила-была обыкновенная сибирская речушка под названием Подъяково. Текла себе спокойно, никому не мешала. Но вот вдруг у кого-то созрела инженерная мысль: "А почему бы не сделать это место гордостью Кузбасса?" Сказано — сделано. Приехали строители, построили плотину, и образовалась на этом месте впечатляющих размеров пруд. Рядом построили несколько лагерей, оборудовали пруд вышками, заасфальтировали дорожку, тут же сделали несколько площадок для активного отдыха, и теперь летом, каждые выходные, здесь отдыхает, наверное, половина всего населения Кемерово.

Впечатляет? Меня тоже!

Хотя ради того, чтобы увидеть здешние места, стоит тут побывать.

А еще здесь ежегодно проводится многодневка "Виват Кузбасс", которая организуется Кемеровским областным детским экспедиционно-туристским центром. Низкий стартовый взнос и близость проведения позволяют приезжать сюда ориентировщикам со всей Кемеровской области и из Томска.

Но в последнее время количество желающих поучаствовать в многодневке становится все меньше и меньше. Тому есть много причин, но об этом позже.



Сначала о том, что же происходило здесь с 14 по 17 августа. Приехавшие участники (Кемерово, Томск, Новокузнецк, Киселевск, Прокопьевск, Анжеро-Судженск, Топки, Омск — всего 150 человек) разместились в полевых условиях. Все они были разделены по возрастным группам и сразу стало ясно, что наиболее интересная борьба получится в младших группах, где было наибольшее число участников и участниц. Старшие группы сформировались в основном из тренеров приехавших команд. День за днем прошли три дня соревнований (на четвертый я не остался из-за отъезда на Валдай). Надо признать, что прошли они на достаточно высоком уровне: каких-то нареканий по организации и проведению стартов не возникло. Да и с погодой подфартило: столбик термометра днем не опускался ниже +30°C, и ни дождиков сверху. Все это повышало настроение участникам, и все они сразу же после финиша сунули голову в живительную воду. Все остальные части тела неизменно следили за головой, не успев освободиться от мокрой и еще теплой беговухи.

Представляете, какой кайф!

Что может быть лучше?

Вырисовывается вполне радужная картина нормальных соревнований. Но не все так гладко, как кажется. На фоне этой многодневки вырисовывается множество проблем Кемеровского ориентирования.

Одна из главных проблем — слабое развитие детского ориентирования, это большая беда многих городов и регионов России. Нет тренеров, которые обучали детей навыкам этого вида спорта. А причина этому неоригинальна — низкая зарплата мало кого привлекает (да и та не выплачивается). В результате ориентирование в Кемерово держится на энтузиастах, таких как Ирина Башмакова, Андрей Павлюченко. Им, как могут, помогают их же воспитанники. Для руководства города и области сейчас более привлекателен туризм. А вот ориентирование постепенно приходит в упадок.

Мало в Кемерово карт, а ведь без карт нет и ориентирования вообще. Есть люди, которые могли бы нарисовать новые карты, но на это нет денег, а бесплатно сейчас никто не рисует.

Те три карты, которые уже не первый год используются при проведении многодневки, одни из немногих, что вообще есть в Кемерово. В результате здесь за это лето прошло лишь первенство области, да вот эта многодневка.

Какой я, как один из участников многодневки, вижу выход из этого положения: необходимо создать в Кемерово не зависящую от ОблДЭТЦ школу ориентирования, которую бы возглавил заинтересованный в ее развитии человек. Для финансирования деятельности школы можно было бы помимо муниципальных средств най-

Представляете, какой кайф!

Что может быть лучше?

Вырисовывается вполне радужная картина нормальных соревнований. Но не все так гладко, как кажется. На фоне этой многодневки вырисовывается множество проблем Кемеровского ориентирования.

Одна из главных проблем — слабое развитие детского ориентирования, это большая беда многих городов и регионов России. Нет тренеров, которые обучали детей навыкам этого вида спорта. А причина этому неоригинальна — низкая зарплата мало кого привлекает (да и та не выплачивается). В результате ориентирование в Кемерово держится на энтузиастах, таких как Ирина Башмакова, Андрей Павлюченко. Им, как могут, помогают их же воспитанники. Для руководства города и области сейчас более привлекателен туризм. А вот ориентирование постепенно приходит в упадок.

Мало в Кемерово карт, а ведь без карт нет и ориентирования вообще. Есть люди, которые могли бы нарисовать новые карты, но на это нет денег, а бесплатно сейчас никто не рисует.

Те три карты, которые уже не первый год используются при проведении многодневки, одни из немногих, что вообще есть в Кемерово. В результате здесь за это лето прошло лишь первенство области, да вот эта многодневка.

Какой я, как один из участников многодневки, вижу выход из этого положения: необходимо создать в Кемерово не зависящую от ОблДЭТЦ школу ориентирования, которую бы возглавил заинтересованный в ее развитии человек. Для финансирования деятельности школы можно было бы помимо муниципальных средств най-

ти постоянного спонсора, благо Кемерово и область напичканы множеством гигантов промышленности, а среди них, я уверен, есть работающие прибыльно. Как привлечь спонсоров — это уже отдельная глава, которую изучают в ВУЗах. На первых порах можно было бы нарисовать несколько качественных карт и грамотно организовать такую многодневку, на которую пожелали бы отправить свои команды все города региона. Это, конечно, мечты, но они вполне могут стать реальностью. Пример тому — Красноярск с его развитой системой воспитания ориентировщика с малолетства до зрелого возраста. И как результат — представители Красноярска в различных сборных как зимой, так и летом. А "Кубок Сибири" сейчас — это крупнейшая многодневка в регионе, которую поддерживает достаточно большое количество спонсоров.

Дерзайте, кемеровчане! А пока мы готовы поддерживать своим участием многодневку, хорошо организованную вами, несмотря на высокую крапиву и кусты акции — это для ориентировщика не помеха.

Р.С. Победителями в своих группах стали:

Укороченная классика

М 12	Бородин Александр (Кемерово)
М 14	Шурыгин Евгений (Кемерово)
М 16	Планов Григорий (Кемерово)
М 18	Прохофеев Максим (Новокузнецк)
М 21	Мыльщиков Максим (Кемерово)
М 35	Томилов Анатолий (Прокопьевск)
М 45	Каширин Анатолий (Томск)
Ж 12	Плетнева Марина (Кемерово)
Ж 14	Талаш Настя (Кемерово)
Ж 16	Кропочева Евгения (Новокузнецк)
Ж 18	-
Ж 21	Анисимова Надежда (Томск)
Ж 35	Кузьменко Елена (Томск)

Классика

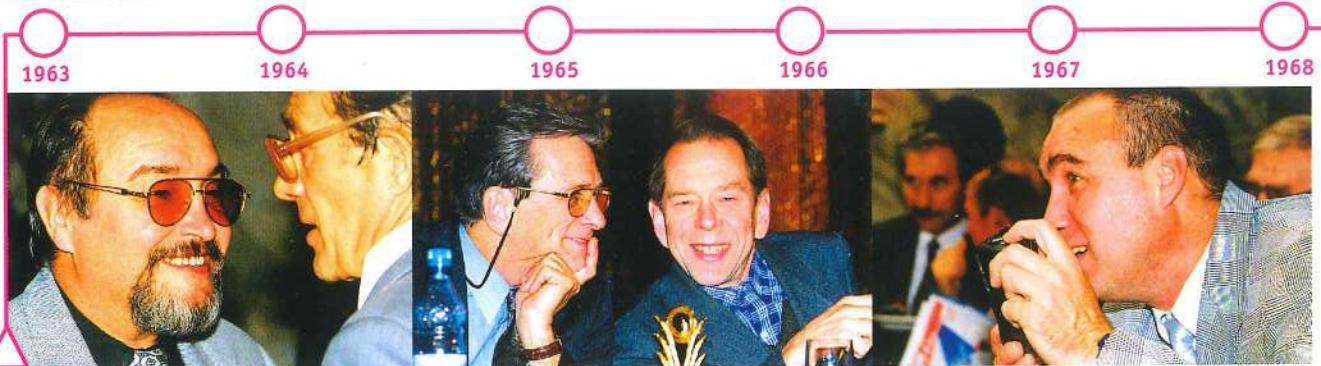
М 12	Ерухав Игорь (Топки)
М 14	Григорьев Андрей (Томск)
М 16	Томилов Семен (Прокопьевск)
М 18	Прохофеев Максим (Новокузнецк)
М 21	Спирина Михаил (Кемерово)
М 35	Попов Алексей (Кемерово)
М 45	Каширин Анатолий (Томск)
Ж 12	Зотова Мария (Кемерово)
Ж 14	Филимонова Кристина (Кемерово)
Ж 16	Кропочева Евгения (Новокузнецк)
Ж 21	Анисимова Надежда (Томск)
Ж 35	Каширинна Ирина (Томск)

Эстафета

M 12 Томск-1:	Груздов Андрей, Янин Михаил, Мотыкин Семен
M 14 Новокузнецк-1:	Шурыгин Андрей, Кузнецов Дмитрий, Терещенко Кирилл
Ж 14 Прокопьевск:	Чебрукова Алла, Корицкая Галина, Махлеева Наталия
M 21 Томск:	Коковихин Сергей, Дорофеев Алексей, Новиков Евгений

АЗИМУТ №5 '98

33



Праздник года 35 лет ориентированию

Юлия Белозерова. Студентка журфака МГУ, КМС. Москва

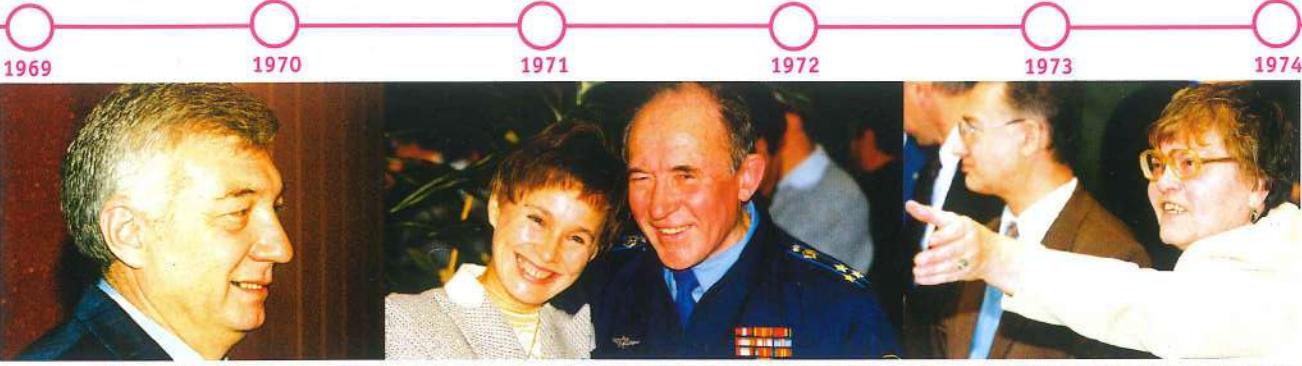
Проходишь автоматические двери, распахивающиеся, вернее плавно раздвигающиеся при появлении посетителей, и попадаешь в несколько другой мир. Все блестит, зелень вдоль стен, отнюдь не задыхающаяся, швейцары в форме странно посматривают — ощущения противоречивые. Лестница на второй этаж — и появляются незнакомы знакомые лица. Привыкли мы видеть ориентировщиков в спортивных костюмах, вполне адекватно воспринимается и обилье грязи на всех частях спортивной одежды. А здесь, в Президент-отеле, 17 октября прошли торжественное собрание Федерации спортивного ориентирования России, и встреча ветеранов, посвященные 35-летию становления и развития спортивного ориентирования в России. Деловые костюмы, черные пиджаки и галстуки, строгие юбки — похорошевшие и помолодевшие ветераны и небольшая куча посеревшевшей молодежи.

В прошлом году по поводу подобного торжества очень тепло отозвался в "Азимуте" Павел Григорьевич Труханович, возглавлявший в 80-х спортивное ориентирование в РСФСР. Действительно, это собрание вновь соединяет старых друзей, напоминает о прошлом, вызывая некоторую ностальгию, и обращает к будущему. "Никто не забыт, ничто не забыто," — слова невольно рождаются в памяти. В зале собралось около двухсот человек, а к награждению представлены около 1000, внесших определенный вклад в развитие нашего спорта за прошедшие 35 лет. Сувениры "оскары" в честь 35-летия спорта, красавые дипломы, все это найдет героев, не присутствовавших в Президент-отеле. Перед церемонией награждения выступали заслуженные люди: президент Федерации Сергей Георгиевич Беляев рассказывал о сделанном и планируемом, со сцены вспоминались "народные байки", история развития, первые всесоюзные соревнования. Евгений Иванович Иванов упомянул 100-летие ориентирования и припомнил некоторые характеристики, сочиненные к тому событию и сочетающие в себе факты и легкий юмор. Его идею о создании музея ориентирования подхватил С.Г.Беляев, он предложил ориентировщикам (не только присутствовавшим в зале) собирать материалы в оргкомите: карты, фотографии, истории, реликвии и присыпать — и музей будет создан. А затем чествовали призеров Чемпионата Мира и показательного выступления в Нагано и их тренеров. Потом зачитывали длинный список имен: подняв голову, я увидела полностью заполненную людьми сцену, улыбающиеся фотографы лица и множество сияющих оскаров.

И конечно, порадовал всех присутствовавших конец торжества, то есть банкет, или фуршет, или дружеское застолье. Весело и вкусно, и лучше, чем "Макдональдс". Здесь и началась настоящая общечленовая дружеская разговоры под аккомпанемент разнообразных блюд и напитков. Серая реальность на продолжительное время была забыта. Добавилась новая порция положительных эмоций, связанных с ориентированием.

Что ж, ветераны получили заряд бодрости и энергии на следующий год. Можно надеяться, что затраченные усилия не прошли даром и основная цель — встреча друзей — достигнута.

Всем присутствующим были вручены анкеты с вопросами, волнующими Федерации и спортсменов. Пришел отдохнуть — подумай! Тем самым попробовали узнать общественное мнение по поводу основных задач Федерации, состояния дел в спорте и других вопросов. Если оно учтется, будет совсем замечательно!



17 октября 1998 года в Президент-отеле прошло торжественное собрание посвященное 35 летию ориентирования.

проводили состязания для всех желающих. Состязания с гандикапом, рассчитанным в соответствии со спортивной квалификацией и возрастом, имели огромный успех. Запомнился торжественный вечер, на котором чествовали ветеранов ориентирования (а всего их было 56 человек). Сначала на сцену вышли высокие стройные эстонские девушки с барабанами в гусарских голубых мундирах, высоких киверах и белых сапожках. Под барабанный бой диктор вызывал один за другим ветеранов и зачитывал краткие характеристики. Им вручались дипломы, вымпелы, эмблемы, знаки, цветы. Затем выходили представители республиканских, краевых, областных секций и преподносили памятные подарки. В зале можно было услышать шепот молодых спортсменов: "А мы и не знали, что наши функционеры такие именитые — доктора наук, профессора, руководители предприятий, лауреаты".

Кстати, характеристику всю предшествующую ночь сочиняли трое известных юмористов. Поэтому получилось, например, так. "Шур Генрих Васильевич — г. Куйбышев, судья всесоюзной категории, член Бюро Центральной секции, обладатель специальной медали, врученной ему за кипучую деятельность в Главном управлении геодезии и картографии, Министерстве обороны и КГБ по получению разрешения на выдачу карт. Может добавить, что Генрих Васильевич скромен, молчалив и застенчив. До последнего времени единственный представитель рабочего класса (слесарь-жестянщик) в Бюро Центральной секции".

Дятлов Лев Михайлович — г. Казань, судья всесоюзной категории, ветеран ориентирования в Поволжье. Бывший хоккеист, акробат и альпинист. Ныне известный деятель коллегии адвокатов Татарской АССР. Постоянный консультант Центральной секции по уголовным и гражданским делам".

И так про всех ветеранов. Торжественный вечер закончился грандиозным факельным шествием, сауной и, естественно, банкетом.

И последнее, о чём бы хотел сказать. Пусть это будет официальным обращением к Президиуму Федерации. Нам нужен музей. Дело в том, что идут годы, многое забывается, теряются документы, теряют дорогих нам людей. А ведь были замечательные события, уникальные материалы, интереснейшие люди. Это не должно уйти безвозвратно. Потомки нам не простят.



Почетный список Федерации спортивного ориентирования России, составленный в честь становления и развития отечественного спортивного ориентирования и в связи с 35-летием со дня его основания в России

Республика Адыгея
Ужбаноков Хасретали Сафарович
Ужбанокова Зинаида Степановна
Хачмазова Римма Айдамировна
Хуако Аслан Хазретович

Алтайский край
Галкина Екатерина Михайловна
Галкина Галина Владимировна
Кобзаренко Петр Иванович
Королев Сергей Петрович
Мозгунов Сергей Васильевич
Манихина Надежда Александровна
Морозова Юлия Сергеевна
Михайлова Сергей Николаевич
Николаенкова Лариса Ивановна
Шмаков Александр Глебович

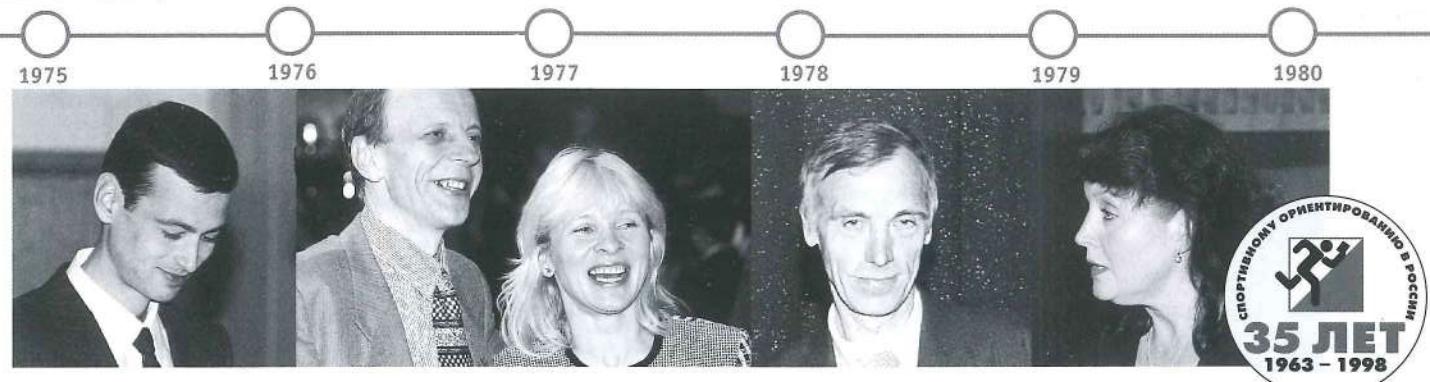
Прохоров Владимир Михайлович
Прохорова Елена Александровна
Прудников Юрий Николаевич
Самородов Владимир Николаевич
Седюк Леонид Кириллович
Сорокин Егор Валерьевич
Фадеева Анна Алексеевна
Шеталин Денис Александрович

Белгородская область
Дмитриев Игорь Викторович
Дмитренко Игорь Алексеевич
Ехлаков Анатолий Дмитриевич
Лихневский Анатолий Федорович
Мерзлякин Олег Иванович
Новиков Валентин Юрьевич
Новиков Юрий Степанович
Пестовский Евгений Борисович
Трунов Виктор Викторович
Ходырев Александр Николаевич
Ченцов Виктор Анатольевич
Черных Юрий Викторович

Брянская область
Евсук Людмила Георгиевна
Малашенко Валерий Анатольевич
Французова Эльвира Петровна
Хохловский Юрий Вячеславович

Республика Бурятия
Бухаева Галина Павловна
Гордеев Василий Александрович
Голиус Юрий Евгеньевич
Иванов Каземир Исаакович
Колосов Марк Андреевич
Колосова Лариса Александровна
Кузнецков Сергей Николаевич
Лихобобов Барий Даабаевич
Осипов Евгений Юрьевич
Юрьев Дмитрий Евгеньевич

Владимирская область
Богданова Любовь Ивановна
Горин Владимир Владимирович



ПОЧЕТНЫЙ СПИСОК

Данилов Олег Михайлович
Емальдыш Юрий Бариневич
Зезин Вячеслав Владимирович
Кретинин Александр Юрьевич
Кудрявый Александр Павлович
Савинова Валентина Александровна
Шмулер Владимир Аронович

Волгоградская область
Аристов Владимир Александрович
Багров Игорь Николаевич
Васильев Николай Дмитриевич
Волгин Валентин Павлович
Грачева Вера Сергеевна
Костенко Татьяна Алексеевна
Кудакин Виктор Николаевич
Кудинов Василий Семенович
Красновский Дмитрий Михаилович
Крюченко Николай Александрович
Москалев Олег Анатольевич
Наумов Геннадий Григорьевич
Павлов Александр Семенович
Соколовский Антон Ануфриевич
Сысоев Владимир Митрофанович
Цыбчин Василий Иванович
Чубенко Петр 40Иванович

Вологодская область
Банщиков Михаил Константинович
Жестовский Алексей Владимирович
Ковязин Александр Николаевич
Пашин Вячеслав Евгеньевич
Солдаткин Сергей Юрьевич

Воронежская область
Авеев Александр Алексеевич
Вирютин Олег Викторович
Генералов Андрей Викторович
Грибанов Александр Ильич
Данилова Варвара Михайловна
Зязин Александр Кузьмич
Зязина Наталья Викторовна
Кобзев Юрий Дмитриевич
Коржев Петр Алексеевич
Курченков Анатолий Александрович
Курченкова Светлана Ивановна
Насонов Александр Васильевич
Никитаев Александр Сергеевич
Смородинова Надежда Васильевна
Стекольщиков Аркадий Николаевич
Стекольщиков Ольга Проκофьевна
Тураев Александр Степанович
Цветков Сергей Михайлович
Чешухин Анатолий Георгиевич

Республика Горный Алтай
Безрученков Виктор Иванович
Черемных Олег Дмитриевич

Республика Дагестан
Хайбулаев Алибек Алиевич

Еврейская автономная область
Вялков Александр Александрович
Гурин Леонид Антонович
Жуков Евгений Владимирович
Поздняков Сергей Валентинович

Ивановская область

Масленникова Людмила Александровна
Павлова Галина Анатольевна
Тюленев Алексей Владимирович
Харин Александр Алексеевич
Четверикова Галина Ивановна
Сосин Петр Александрович
Карачаево-Черкесская Республика
Михайлов Игорь Владимирович

Республика Карелия

Брендсева Валентина Васильевна
Воробьевы Анна Александровна
Гойтенберг Александр Александрович
Денисова Екатерина Александровна
Котомкин Владимир Анатольевич
Крутышев Валерий Андреевич
Кульбако Андрей Алексеевич
Лозинский Александр Семенович
Матвеев Сергей Владимирович
Матвеева Надежда Петровна
Михалко Ирина Анатольевна
Назаров Анатолий Михайлович
Назаров Игорь Николаевич
Павлиайнен Алексей Европович
Петров Петр Иванович
Попов Олег Аркадьевич
Сайков Василий Федорович
Сандильев Андрей Михайлович
Севастьянов Михаил Юрьевич
Сибилев Сергей Владиславович
Смирнов Федор Павлович
Ханнолайнен Альфред Константинович
Шорохов Евгений Акимович

Калининградская область

Беккер Марк Борисович
Буторин Сергей Янович
Дембицкая Алла Михайловна
Елава Валентина Павловна
Зайцев Василий Петрович
Зимин Виктор Павлович
Карачев Сергей Леонидович
Кириллов Константин Константинович
Коршунов Евгений Владимирович
Костирина Алла Владимировна
Крылов Борис Михайлович
Левченко Валерий Тимофеевич
Манаfov Николай Ибрагимович
Манчевский Сергей Геннадьевич
Маттери Мария Андреевна
Молотова Елена Тихоновна
Мухина Наталья Викторовна
Рязанцева Вера Васильевна
Стафеев Владимир Иванович
Торопилин Николай Иванович
Якунина Алла Михайловна

Республика Калмыкия

Наранова Тамара Орзаяевна
Калужская область
Андрис Рита Бруновна
Заварницын Николай Валентинович
Разумный Михаил Юрьевич

Кунгурский район

Королев Виктор Анатольевич
Креминский Юрий Никадимович
Максименко Георгий Захарович
Серов Александр Викторович
Харин Александр Алексеевич
Четверикова Галина Ивановна
Сосин Петр Александрович

Камчатская область

Ослоповский Сергей Петрович

Павлов Александр Николаевич

Пудзева Лидия Павловна

Кемеровская область

Антульев Николай Иванович
Архандеева Галина Анатольевна
Башмакова Ирина Алексеевна
Галеев Олег Федорович
Кропачев Виктор Аркадьевич
Лозинский Александр Семенович
Матвеев Сергей Владимирович
Матвеева Надежда Петровна
Михалко Ирина Анатольевна
Назаров Анатолий Михайлович
Назаров Игорь Николаевич
Павлиайнен Алексей Европович
Петров Петр Иванович
Попов Олег Аркадьевич
Сайков Василий Федорович
Сандильев Андрей Михайлович
Севастьянов Михаил Юрьевич
Сибилев Сергей Владиславович
Смирнов Федор Павлович
Ханнолайнен Альфред Константинович
Шорохов Евгений Акимович

Кировская область

Белоусов Михаил Иванович
Бленков Николай Викторович
Богданова Лариса Афанасьевна
Вачевских Виктор Иванович
Вершина Галина Васильевна
Кислицына Лидия Михайловна
Короткова Вера Ивановна
Костылев Владимир Филиппович
Курдячев Виктор Александрович

Краснодарский край

Белов Александр Николаевич
Борисов Борис Яковлевич
Борисова Наталья Михайловна
Владимиров Николай Иванович
Газизов Дамир Дамирович
Гвардина Валентина Александровна
Голов Владимир Александрович
Дабагян Александр Георгиевич
Добрын Сергей Вениаминович
Замота Михаил Михайлович
Зиновьев Степан Васильевич
Кирток Елена Анатольевна
Коваленко Сергей Николаевич

Республика Коми

Буряк Николай Иванович
Власов Игорь Николаевич
Вотякова Людмила Евгеньевна
Газизов Дамир Дамирович
Гвардина Валентина Александровна
Голов Владимир Александрович
Голова Галина Васильевна
Иванов Валентин Валентинович
Коротков Александр Яковлевич
Обутуров Юрий Николаевич
Рудакова Надежда Константиновна



ПОЧЕТНЫЙ СПИСОК

Ворыпаев Дмитрий Филиппович
Вышкварко Алексей Александрович
Глаголева Ольга Львовна
Гольдштейн Евгений Павлович
Головкин Виктор Петрович
Горбатенкова Светлана Владимировна
Грановский Евгений Борисович
Григоренко Надежда Александровна
Гришков Юрий Николаевич
Гусакова Валентина Андреевна
Гусев Анатолий Андреевич

Десинова Ирина Александровна
Елаховский Станислав Борисович
Еремин Александр Сергеевич
Елизаров Виктор Леонидович
Ефимов Владимир Александрович
Жердев Владимир Петрович
Захаров Юрий Татьяна Юрьевна
Звонцов Игорь Леонидович
Зуев Алексей Викторович
Иванов Денис Петрович

Иванов Евгений Иванович
Игнатенко Раиса Федоровна
Илюшин Сергей Федорович
Ильина Ирина Николаевна
Ионсен Елена Августовна
Кукоконен Юрий Иванович
Куокконен Михаил Иванович
Леонов Юрий Николаевич
Рылов Виктор Александрович
Мельников Федор Михайлович
Меркурьев Станислав Васильевич
Мурский Сергей Георгиевич
Швер Евгений Александрович
Шумилов Владимир Николаевич

Ленинградская область
Васильев Владимир Николаевич
Калинкин Валерий Валентинович
Кириченко Сергей Иванович
Кириченко Елена Сергеевна
Курдумов Александр Александрович
Курдумов Александр Александрович
Куокконен Юрий Иванович
Куокконен Михаил Иванович
Лаптев Виктор Александрович
Мельников Геннадий Константинович
Миронов Олег Николаевич
Панасов Вадим Геннадьевич
Пепеляев Евгений Иванович
Перелыка Татьяна Юрьевна
Плотке Игорь Борисович
Попов Вильямс Яковлевич
Прокоров Александр Михайлович
Романовский Олег Николаевич
Романов Виктор Гаврилович
Рубцов Вадим Александрович
Рябкин Максим Викторович
Рязанская Татьяна Юрьевна
Саврухин Петр Северодович
Самойлов Владимир Анатольевич
Сибелиева Мария Евгеньевна
Сизанюк Александр Анатольевич
Симакин Сергей Михайлович
Слесарева Людмила Петровна
Слободчик Сокол Гершевич
Сыкодуб Зинайда Максимовна
Соколова Сталина Алексеевна
Сотников Виктор Андреевич
Столов Игорь Иванович
Сытов Николай Николаевич
Тимофеева Елена Николаевна

Казадин Михаил Матвеевич
Калениченко Алексей Иванович
Калинин Борис Николаевич
Калиткин Николай Николаевич
Китаев Валерий Григорьевич
Кирчко Андрей Николаевич
Кобзарев Александр Ильич
Козлов Владимир Владимирович
Колесников Александр Афанасьевич
Константинов Юрий Сергеевич
Косичкин Виктор Иванович
Костылев Вячеслав Викторович
Костылев Татьяна Евгеньевна
Красовский Александр Борисович
Криконосов Владимир Васильевич
Крохин Лев Александрович
Леонов Николай Алексеевич

Республика Мари-Эл
Смышляев Валерий Алексеевич
Яшлатров Геннадий Терентьевич
Магаданская область
Акинин Вячеслав Васильевич
Акинин Галина Ивановна
Крамарев Сергей Петрович
Леонов Николай Алексеевич

Республика Мордовия
Баранников Николай Гаврилович
г.Москва
Алешин Виктор Максимович
Алмазов Юрий Алексеевич
Андреева Ирина Матвеевна
Белов Сергей Георгиевич
Блантер Михаил Соломонович
Блинov Петr Иванович
Богачев Владимир Петрович
Борзов Геннадий Леонидович
Бортник Елена Владимировна
Бортновский Сергей Константинович
Борба Павел Павлович
Бурдаков Михаил Алексеевич
Бушинский Александр Васильевич
Васильева Галина Леонидовна
Величченко Виталий Кондратьевич
Владимирова Лариса Михайловна
Воронцов Геннадий Яковлевич

Лавренюк Сергей Юрьевич
Левин Борис Кивович
Ломоносов Аркадий Сергеевич
Лосев Андрей Стасьевич
Лукоянов Петr Иванович
Люк Владимир Павлович
Шур Генрих Васильевич
Эрский Владимир Михайлович
Юрчиков Алексей Васильевич
Янин Юрий Брониславович

Московская область
Бирюков Юрий Петрович
Бурлинин Николай Александрович
Бурлинин Виктор Александрович
Бурлинин Ольга Борисовна
Бурцев Василий Петрович
Вартаванян Алиム Федорович
Васильев Владимир Павлович
Медведева Ирина Гельмаровна
Менжак Олег Васильевич
Минаева Ольга Петровна

Моросанова Наталья Валентиновна
Молодоженов Владимир Вячеславович
Мохов Виктор Васильевич

Мухина Ольга Николаевна

Гольдин Виктор Петрович

Мыльников Валентин Михайлович

Налетов Дмитрий Владимирович

Никифоров Дмитрий Львович

Никонов Юрий Семенович

Никоноров Юрий Борисович

Огородников Борис Иванович

Огородникова Наталия Алексеевна

Окин Вячеслав Иванович

Орлов Виктор Владимирович

Осипов Сергей Владимирович

Панает Вадим Геннадьевич

Пепеляев Евгений Иванович

Перелыка Татьяна Юрьевна

Плотке Игорь Борисович

Попов Вильямс Яковлевич

Прокоров Александр Михайлович

Романовский Олег Николаевич

Романов Виктор Гаврилович

Рубцов Вадим Александрович

Рябкин Сергей Георгиевич

Рязанская Татьяна Викторовна

Савушкин Петr Всеволодович

Самойлов Владимир Анатольевич

Сибелиева Мария Евгеньевна

Сизанюк Александр Анатольевич

Симакин Сергей Михайлович

Слесарева Людмила Петровна

Слободчик Сокол Гершевич

Сыкодуб Зинайда Максимовна

Соколова Сталина Алексеевна

Сотников Виктор Андреевич

Столов Игорь Иванович

Сытов Николай Николаевич

Тимофеева Елена Николаевна

Томсон Борис Юрьевич

Трухановский Павел Григорьевич

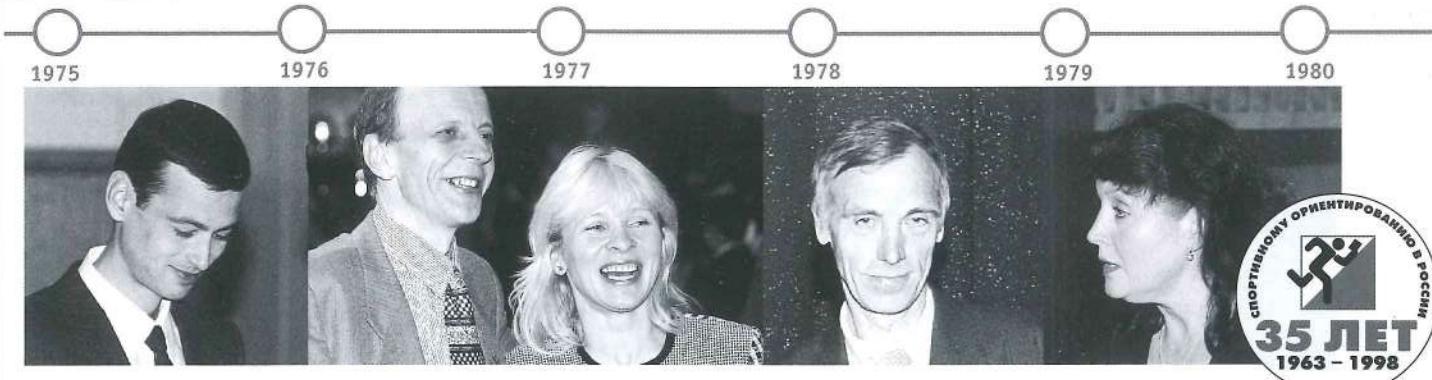
Тылькин Владимир Иванович

Уховский Феликс Семенович

Фомин Игорь Валентинович

Хропов Сергей Михайлович

</



П О Ч Е Т Н Ы Й С ПИСОК

Данилов Олег Михайлович
Емальдыш Юрий Бариневич
Зезин Вячеслав Владимирович
Кретинин Александр Юрьевич
Кудрявый Александр Павлович
Савинова Валентина Александровна
Шмулер Владимир Аронович

Волгоградская область
Аристов Владимир Александрович
Багров Игорь Николаевич
Васильев Николай Дмитриевич
Волгин Валентин Павлович
Грачева Вера Сергеевна
Костенко Татьяна Алексеевна
Кудакин Виктор Николаевич
Кудинов Василий Семенович
Красновский Дмитрий Михаилович
Крюченко Николай Александрович
Москалев Олег Анатольевич
Наумов Геннадий Григорьевич
Павлов Александр Семенович
Соколовский Антон Ануфриевич
Сысоев Владимир Митрофанович
Цыбчин Василий Иванович
Чубенко Петр 40Иванович

Вологодская область
Банщиков Михаил Константинович
Жестовский Алексей Владимирович
Ковязин Александр Николаевич
Пашин Вячеслав Евгеньевич
Солдаткин Сергей Юрьевич

Воронежская область
Авеев Александр Алексеевич
Вирютин Олег Викторович
Генералов Андрей Викторович
Грибанов Александр Ильич
Данилова Варвара Михайловна
Зязин Александр Кузьмич
Зязина Наталья Викторовна
Кобзев Юрий Дмитриевич
Коржев Петр Алексеевич
Курченков Анатолий Александрович
Курченкова Светлана Ивановна
Насонов Александр Васильевич
Никитаев Александр Сергеевич
Смородинова Надежда Васильевна
Стекольщиков Аркадий Николаевич
Стекольщиков Ольга Проκофьевна
Тураев Александр Степанович
Цветков Сергей Михайлович
Чешухин Анатолий Георгиевич

Республика Горный Алтай
Безрученков Виктор Иванович
Черемных Олег Дмитриевич

Республика Дагестан
Хайбулаев Алибей Алиевич

Еврейская автономная область
Вялков Александр Александрович
Гурин Леонид Антонович
Жуков Евгений Владимирович
Поздняков Сергей Валентинович

Ивановская область

Масленникова Людмила Александровна
Павлова Галина Анатольевна
Тюленев Алексей Владимирович
Харин Александр Алексеевич
Харитонов Василий Константинович
Худякова Людмила Анатольевна
Черепанов Владимир Александрович
Чернышов Александр Капитонович
Чернышов Александр Сергеевич
Яксanova Татьяна Анатольевна

Республика Карелия

Брендсева Валентина Васильевна
Воробьева Анна Александровна
Гойтенберг Александр Александрович
Денисова Екатерина Александровна
Котомкин Владимир Анатольевич
Крутышев Валерий Андреевич
Кульбачко Андрей Алексеевич
Лозинский Александр Семенович
Матвеев Сергей Владимирович
Матвеева Надежда Петровна
Михалко Ирина Анатольевна
Назаров Анатолий Михайлович
Назаров Игорь Николаевич
Павлиайнен Алексей Европович
Петров Петр Иванович
Попов Олег Аркадьевич
Сайков Василий Федорович
Сандальинов Андрей Михайлович
Севастьянов Михаил Юрьевич
Сибилев Сергей Владиславович
Смирнов Федор Павлович
Ханнолайнен Альфред Константинович
Шорохов Евгений Акимович

Калининградская область

Беккер Марк Борисович
Буторин Сергей Янович
Дембицкая Алла Михайловна
Елава Валентина Павловна
Зайцев Василий Петрович
Зимин Виктор Павлович
Карачев Сергей Леонидович
Кириллов Константин Константинович
Коршунов Евгений Владимирович
Костирина Алла Владимировна
Крылов Борис Михайлович
Левченко Валерий Тимофеевич
Манаfov Николай Ибрагимович
Манчевский Сергей Геннадьевич
Маттери Мария Андреевна
Молотова Елена Тихоновна
Мухина Наталья Викторовна
Рязанцева Вера Васильевна
Стафеев Владимир Иванович
Торопилин Николай Иванович
Якунина Алла Михайловна

Республика Калмыкия

Наранова Тамара Орзаяевна
Калужская область
Андрис Рита Бруновна
Заварницын Николай Валентинович
Разумный Михаил Юрьевич

Кундельский Валентин Леонтьевич

Креминский Юрий Никадимович
Максименко Георгий Захарович
Серов Александр Викторович
Харин Александр Алексеевич
Харитонов Василий Константинович
Худякова Людмила Анатольевна
Черепанов Владимир Александрович
Чернышов Александр Капитонович
Сосин Петр Александрович

Карачаево-Черкесская Республика

Михайлова Игорь Владимирович

Камчатская область

Ослоповский Сергей Петрович

Павлов Александр Николаевич

Пудзева Лидия Павловна

Кемеровская область

Антульев Николай Иванович
Архандеева Галина Анатольевна
Башмакова Ирина Алексеевна
Галеев Олег Федорович
Кропачев Виктор Аркадьевич
Лозинский Александр Семенович
Матвеев Сергей Владимирович
Матвеева Надежда Петровна
Михалко Ирина Анатольевна
Назаров Анатолий Михайлович
Назаров Игорь Николаевич
Павлиайнен Алексей Европович
Петров Петр Иванович
Попов Олег Аркадьевич
Сайков Василий Федорович
Сандальинов Андрей Михайлович
Севастьянов Михаил Юрьевич
Сибилев Сергей Владиславович
Смирнов Федор Павлович
Ханнолайнен Альфред Константинович
Шорохов Евгений Акимович

Кировская область

Белоусов Михаил Иванович

Бленков Николай Викторович

Богданова Лариса Афанасьевна

Вачевских Виктор Иванович

Вершина Галина Васильевна

Кислицына Лидия Михайловна

Короткова Вера Ивановна

Костылев Владимир Петровна

Кудрявцев Виктор Александрович

Кулик Леонид Александрович

Маслов Александр Иванович

Махов Прометей Никифорович

Мезрин Александр Алексеевич

Панишев Юрий Григорьевич

Подлесских Елена Аркадьевна

Поникаровских Тамара Алексеевна

Салтыков Анатолий Михайлович

Фалевский Сергей Владимирович

Крылов Борис Михайлович

Левченко Валерий Тимофеевич

Манаfov Николай Ибрагимович

Манчевский Сергей Геннадьевич

Маттери Мария Андреевна

Молотова Елена Тихоновна

Рязанцева Вера Васильевна

Стафеев Владимир Иванович

Торопилин Николай Иванович

Якунина Алла Михайловна

Краснодарский край

Аветисян Андрей Саккович

Антропов Владимир Александрович

Артеменок Анатолий Александрович

Белов Александр Алексеевич

Борисов Борис Яковлевич

Борисова Наталья Михайловна

Владимиров Николай Иванович

Дабагян Александр Георгиевич

Добрын Сергей Вениаминович

Замота Михаил Михайлович

Зиновьев Степан Васильевич

Киркот Елена Анатольевна

Рудакова Надежда Константиновна

Республика Коми

Буряк Николай Иванович

Власов Игорь Николаевич

Вотякова Людмила Евгеньевна

Газизов Дамир Дамирович

Гвардина Валентина Александровна

Голов Владимир Александрович

Голова Галина Васильевна

Иванов Валентин Валентинович

Коротков Александр Яковлевич

Оботуров Юрий Николаевич

Рудакова Надежда Константиновна

Курганская область

Зайцев Anatoliy Semenovich

Калугин Vladimir Anatolievich

Кузнецov Vиктор Pavlovich

Сухорукov Aleksandr Fedorovich

Шаболин Юрий Mихailovich

Курская область

Алутин Igor Mikhaylovich

Анненков Aleksey Vladimirovich

Бугорский Aleksandr Nikolaevich

Вяльых Юрий Vasilevich

Быканов Mихail Grigorievich

Быканов Nиколай Grigorievich

Киреев Vиктор Nikolaelevich

Павлов Pavel Vladimirovich

Фурманов Igor Alexeevich

Шафоростov Peter Dmitrievich

Ленинградская область

Васильев Vladimir Nikolaevich

Калинkin Valeriy Vasilievich

Кириченko Sergei Ivanovich

Кирichenko Elena Sergeevna

Курдумov Aleksandr Aleksandrovich

Курдумov Aleksandr Aleksandrovich

Куокконen Юрий Ivanovich

Леонов Юрий Nikolaevich

Рылов Vиктор Aleksandrovich

Мельников Fedor Mikhaylovich

Меркурьев Stanislav Vasilevich

Мурский Sergei Georgievich

Жердеv Vladimir Petrovich

Захаров Юрий Borisovich

Звонцов Igor Leonidovich

Иванов Aleksandr Denisovich

Иванов Denis Petrovich

Иванов Evgenij Ivanovich

Игнатенко Raisa Fedorovna

Илюшин Sergei Fedorovich

Ильина Irina Nikolaevna

Ионсен Elena Avgustovna

Казадин Mikhail Matveevich

Калениchenko Aleksandr Anatolievich

Калинин Boris Nikolaevich

Калиткин Nikolay Nikolaevich

Китаецkiy Valeriy Borisovich

Кирчik Andrej Nikolaelevich

Кобзарев Aleksandr Ilyich

Козлов Vladimir Vladimirovich

Колесников Aleksandr Afanasevich

Константинov Юрий Sergeevich

Косичkin Victor Ivanovich

Костyleva Tatjana Vjačeslavovna

Байки

Мы рады, что обращение редакции журнала к ориентировщикам России о создании своеобразной книги "народных баек" дошло до адресатов. В этом номере мы предлагаем мини-зарисовки наших коллег из Нижнего Новгорода и Кирова.

Об Александре Федоровиче Щурове, ветеране Великой Отечественной войны, мы уже писали в нашем журнале ("Азимут" №4, 1997 г.), публиковался и его прекрасный рассказ "Я вам покажу". Александр Федорович продолжает состязаться на лесном стадионе и... описывать все перипетии нашего спорта.



Байки от А. Щурова

Александр Щуров. Ветеран спорта. Ветеран Великой Отечественной войны. Нижний Новгород

Встреча в скальном проходе

Я уверенно приближался к скальной стенке в надежде быстро найти в ней проход, в котором по легенде стоял мой очередной КП. Оказавшись на краю отвесной скалы высотой около 10 м, я увидел ниже за стенкой крутой спуск в заросшую лощину. После небольшой пробежки вдоль стены обнаружил узкую щель, которая круто спускалась в лощину и внизу была завалена старыми мокрыми стволами. В первый момент я решил пробежать дальше вдоль стены, но, спустившись немного и заглянув вниз, радостно ахнул — КП! Там, ниже за поворотом у самого завала действительно виднелася желанная красно-белая призма, оставалось уточнить номер, сползаю ниже, придерживаясь за мокрые и скользкие каменные стенки, — вот он! Быстро вставляю свою электронную карточку в гнездо компостера, легкий нажим и первый шаг вниз к следующему КП, который находился по другой сторону лощины. В этот момент слышу треск сучьев, сопение, и из завала снизу показывается белая голова симпатичной дамы преклонного возраста "Nummer?!" Я в ответ: "Ein und zwanzig" "Gut!" — и ее лицо расплывается в улыбке. Она пытается выбраться из завала, чтобы добраться до компостера КП, но тогда я должен лезть назад вверх или она спускаться вниз, чтобы пропустить меня, так как проход настолько узок, что нам не разойтись. "Geben Sie mir Ihre Kartehein". Она поняла мое предложение и, сняв с большого пальца левой руки красный пластмассовый держатель карточки, бросает его мне вверх, ведь ее голова находится еще ниже моих ног. И увы! Карточка моей незнакомки падает в завал, к счастью, она повисла на резинке, она красная, и ее хорошо видно. Теперь мы сближаемся настолько, чтобы можно было передать красную фишку из рук в руки. Я отмечаю ее карточку и возвращаю ей в руку, при этом она пожимает мою руку и мило улыбается, как бы говоря: "Нам

приятно было встретиться в этой сырой скальной щели, но надо спешить на следующий КП". Затем она, ловко приобираясь через бревна завала, быстро удаляется в лощину. Видимо, ее очередной КП находился в том же направлении, что и мой. Я не заметил ее номер, и больше мы не встречались, это была не немка, скорее всего это была представительница Швеции или Норвегии.

Финиш для двоих

В день финальных забегов с самого утра моросил дождь, а к началу стартов уже не моросил, а лил. Дистанции почти полностью проходили в лесу, практически не было открытых участков, и только от последнего КП до линии финиша на расстоянии 250—300 метров участники пробегали (или проходили) по луговине.

Вдоль финишного коридора по бокам, как всегда, стоят зрители и скандируют что-то типа "Давай! Давай!" и т.п. А внутри коридора сплошное месиво грязи, участников-то более четырех тысяч.

Вот из-за поворота показывается участница, скорее всего из группы W-60 или W-65, видимо нелегко дала ей финальная дистанция, так как ноги она представляют из глубокой грязи не так шустро, из-под повязки на лоб свисла прядь седых волос, сама немного согнулась — устала. Но вот! Ее догоняет высокий, стройный седой ветеран, на нем красивый беговой костюм, шапочка-козырек и специальные очки, позволяющие заглядывать в карту и смотреть поверх них на местность. Это мастер. Поравнявшись с дамой W-60, он слегка берет ее под руку, она поворачивается к нему, мило улыбается, выпрямляется — усталости больше нет. Они останавливаются в нескольких десятках метров от финишной линии и живо обсуждают какую-то ситуацию, видимо они встречались на дистанции, толпа громко скандирует, пара ветеранов, взявшись за руки, трусцой финишируют под бурные аплодисменты болельщиков.

Автор мини-зарисовок Сергей Фалевский из Кирова принадлежит к плеяде великолепных вятских ориентировщиков: А.Харину, В.Вагевских, В.Пестову, В.Костылеву, В.Лысигину (Костылевой), Г.Вершининой и других, выступающих успешно на Всесоюзной арене, особенно в ориентировании на лыжах в 80-е годы.

Сергей всегда тяготел к перу и лирике. Он выпустил книжку об ориентировании, пишет миниатюры, стихи, которые, кстати, были опубликованы в нашем журнале ("Азимут" №2, 1998 г.).

Байки от С. Фалевского

Сергей Фалевский. Киров

Спасибо, День!

Участь организаторов, начальников дистанций соревнований по спортивному ориентированию незавидна. Недаром нижегородцы как авторский знак в уголках спортивных карт изображают "булаков". Однако верно будет называть их и блаженными. В обоих смыслах этого слова: и как совсем нормальных (фанатиков), и как людей в высшей степени счастливых. Когда уходят в прошлое все треволнения, когда финиширует последний участник и опускается поляна центра соревнований, на душу начальника дистанции вдруг опускается блаженство. От ощущения, что он видел сегодня десятки, сотни лиц: сосредоточенных и вопросительных, ликующих и переживающих, одухотворенных и отрешенных одновременно. От того, что именно он подарил сегодня спортсменам этот радостный день.

Естественно, что подъем в этот день был ранним. Быстрохонко оделся, позавтракал и в лес. За плечами рюкзак с полным набором инструментов и оборудования контрольных пунктов, с вечера еще уложенный и многократно перепроверенный. Первый автобус (электричка). Переадреса. И вот, драввшись до места, сразу включилось в работу. По порядку, по заранее продуманной схеме. Все оптимально. Колышки для КП, вырубленные неделю назад и частично забытые в землю, ждут на местах. Установка компостеров, призы, щитальная сверка номера на ней с контрольной картой. Без суеты, без задержек. Ноги усталости не чувствуют.

За час до старта уже в лагере. Докладываю Главному о готовности трассы, сдаю контрольные оттиски отметок на КП, контрольные карты. Стартовая поляна своим гудением напоминает шамелийский рой. Народу приехало — уйма. Атмосфера праздничная. Настроение спортсменов решительное: разминаются и прямо-таки рвутся в бой.

Начались старты. Ориентировщики один за другим скрываются в лесу. А я могу себе позволить перекусить. Бутерброд. Кружка чая. И снова весь в лесу. Ряд контрольных пунктов установлен в местах, почитаемых грибниками — значит, чтобы исключить возможные неприятности, нужно там побывать. Ситуация под контролем. Мелькают кепочки, "копанки", костюмы всевозможных окрасок. Идут соревнования. Час, два, три... И наконец все позади. Никаких ЧП. Состязания прошли, как по маслу. Вот и слава Богу!

Теперь моя задача — снять КП. Не спеша, можно в обратном порядке. Настроение лирическое. Это уже прогулка. Да быстро и не получится уже — за день набегался.

Но сказки сказываются, а в рюкзаке прибывает — оборудование контрольных пунктов возвращается на свое место.

Дело к вечеру. Подступает слабость и некоторое головокружение — следствие сегодняшней нервной нагрузки и легкости питания. Желудок напоминает об этом. Кое-где склоняюсь над брусничными кустиками, ощипывая с них красно-белые ягоды. Вкусно, но мало. Ветви рябины согнулись под тяжестью урожая. Можно опробовать. Срываю увесистую грядзу. Отщипываю губами несколько ягод. Непривычно, но есть можно. Иду, поглощая терпкие, уголяющие голод ягоды. Ноги, как метрономы, продолжают отстукивание остатков светового дня.

Спасибо тебе, День! День, проведенный в лесу.

Это искусство

Давние приятели мы с Егор Иванычем. Сколько трасс вместе перебегано. Сколько карт совместно сделано. Сколько каши из общего котла съедено. Теперь уже ветераны. Степенне стали. Молодежь поела и убежала, а мы у костра сидим, дымок и тишину вдыхаем.

— Так и быть, расскажу, — вдруг произнес Егор. — Уже столько времени утекло, что сам стал посмеиваться. А тогда...

Решил я расширить границы одной своей карты — это той, что возле поселка П. Отправился изучать местность, прикидывать перспективы. В одном месте путь мне преградила длинная канава, метров двух-трех шириной. Происхождение и назначение ее сомнений не вызывало — отстойники канализационных отходов поселка. Запах — "спицефический".

Чтобы перебраться, пошел по одному из перекинутых бревнышек. А оно обломилось. Смекаешь? Да-а! Задним числом мы умы. Что в голове творилось? Сперва — причем недолго — растерянность. Постепенно возвращающееся сознание подсказывало мне, выбравшемуся: в двух километрах отсюда есть речка. Ну, по лесу-то я дошел без проблем. Ну, в речке-то я стирался-отмывался спокойно. Правда, часа два или три. Но ведь чувствую, что в таком виде отправляться домой нельзя, все пропахло. Накрепко. А ведь в автобусе, и на тротуарах в городе — лю-ди...

Лишь с наступлением сумерек решился я пятьться домой. Хорошо, что одежда чуточку подсохла. Пешком вдоль шоссе до города, а потом темными кварталами, как диверсанты, избегая людей (здесь голос рассказчика зазвучал абсолютно в райкинских интонациях), кралялся я к своему дому, расположенному на другом конце огромного города. Хорошо, что хоть частного сектора с его лающимися сторожками избежал.

Сцена при встрече с домашними опускается.

"Искусство требует жертв!" Ну разве можно после такого рассказа бросить в меня камень, считая, что я лгу, когда заявляю: "Создание спортивных карт — это искусство!"

Продолжение следует.



Из финского журнала.



Сердце отдаю детям

Юрий Константинов. Вице-президент ФСО России. Директор Центра детско-юношеского туризма Российской Федерации, судья всесоюзной категории. Москва

технология моторостроения, а всепоглощающей страстью и любовью — ориентирование, работа с детьми. Ирина работает по совместительству руководителем кружка юных ориентировщиков Рыбинской городской станции юных туристов. Конечно, Рыбинск на карте спортивного ориентирования нашей страны не является крупным центром, среди ее воспитанников нет громких имен, которые были бы на слуху, но ведь не это главное. Десятки мальчишек и девчонок приобщаются под ее руководством к одному из самых интересных видов спорта — ориентированию.

Надо сказать, что в данной номинации выступал и Игорь Викторович Дмитриев из Белгорода, хорошо известный в среде детских тренеров по ориентированию и туристскому многоборью, но, к сожалению, он не попал в число лауреатов, так как конкуренция была очень жесткой.

В течение пяти дней участники конкурса под строгим оком жюри проходили своеобразную дистанцию, на которой должны были показать свое профессиональное и педагогическое мастерство, эрудицию, умение работать с совершенно чужими детьми.

К тому же туфли, не шиловки, Костюм движения теснит.

Вот карабины бы, веревки,

Палатку да туристский быт.

Меня узнали бы едва ли.

Вот там-то я в своей среде,

В себе уверена вполне.

Увы, я здесь, стою пред вами.

Когда-то в музыкальной школе

Пытались к сцене приучить

Меня ж тянуло в лес и в поле

Иной романтики вкусить.

Не знаю, как бы все сложилось,

Но видно, то была судьба,

Его я встретила, влюбилась,

К тому же выбрала сама.

Вы понимаете в чем дело?

Им я серьезно заболела.

Плохого нет здесь и в помине,

ИМ речь идет не о мужчине

Я ориентированием больна

И буду век ему верна.

Рассеяна порой — не скрою,

(Таких ведь много среди нас)

Я в институт спешила смело,

Все больше на последний час.

желаем принять участие в конкурсе "Сердце отдаю детям" в следующем году. □

О том, какие талантливые люди работают в системе дополнительного образования, свидетельствует текст самопрезентации Ирины, который мы публикуем в сокращении.

Ирина Седова. Тренер. Рыбинск

Самопрезентация к конкурсу "Сердце отдаю детям"

Итак, меня зовут Ирина, быть может, именем простым Не привлеку к себе жюри я, Но интерес чтоб не остыл, Позвольте мне, убрав смущение, Прочесть "Ирине посвящение". Мой жребий пал... меня избрали, На Дон, в Ростов, а там финал. К тому же директор приказал. Теперь откажешься едва ли.

Тиха, скромна, чуть-чуть краснею, От пола взгляд поднят не смею...

На сцене так всегда —

Вот этакая ерунда.

К тому же туфли, не шиловки,

Костюм движения теснит.

Вот карабины бы, веревки,

Палатку да туристский быт.

Меня узнали бы едва ли.

Вот там-то я в своей среде,

В себе уверена вполне.

Увы, я здесь, стою перед вами.

Когда-то в музыкальной школе

Пытались к сцене приучить

Меня ж тянуло в лес и в поле

Иной романтики вкусить.

Не знаю, как бы все сложилось,

Но видно, то была судьба,

Его я встретила, влюбилась,

К тому же выбрала сама.

Вы понимаете в чем дело?

Им я серьезно заболела.

Плохого нет здесь и в помине,

ИМ речь идет не о мужчине

Я ориентированием больна

И буду век ему верна.

Рассеяна порой — не скрою,

(Таких ведь много среди нас)

Я в институт спешила смело,

Все больше на последний час.

Желудок свой беречь умела,

Подумаешь, загну часок!

Зато в столовую — в свой срок,

И опоздать туда не смела.

К тому же тренировки, сборы

И маменьки родной укоры.

Признаться стыдно мне теперь,

Но я не ту открыла дверь.

Хоть в ориентировании был опыт,

Но как-то заблудилась я,

Училась строить самолеты.

Все время мучило меня,

А как же так они летают?

И как не падают с небес?

Они ж такой имеют вес!

И до сих пор не понимаю.

Годы учебы как бегут.

И знаю, хвастаться не гоже,

Но покидала институт

С дипломом красным, фейсом тоже.

Какое длинное название:

Словцо "самообразование",

Вот им то я и занялась.

И в педагоги подалась.

Свой первый опыт педагога

На дочке Ксюше обрела.

Сама ее я родила,

Ну, правда, муж помог немного,

И вот почти 15 лет

Ей от меня покоя нет.

Ее с друзьями тренирую.

И тренирую весь наш двор.

Даю им, что сама умею,

Теперь об этом разговор.

В рисунке карты — местность вижу:

Поля, деревни, церковь, мост,

Реку. Над ней кругой откос.

И даже шорох леса слышу.

Еще, хотите нарисую,

Все, что увидела в лесу.

Не ель, березу или сосну,

А карту местности цветную.

Не верите? Идемте в лес,

Я покажу вам мир чудес!

Вот только компас надо взять,

Домой дорогу отыскать.

А что? Бывало, и блуждали,

До ночи выйти не могли.

О Боже! Как мы их искали!

Зато уж те ученики

На 100 % убедились:

Для ориентирования родились.

Сестренки, братя подрастали.

Мы их из виду не теряли,

Детей друзей собрали в класс.

Полгруппы "бланников" у нас.

Уж многие переженились,

Уже детишки народились,

И через них меня лет пять

Уж можно бабушкой считать.

Я занимаюсь с ними в классе,

На стадионе и в лесу.

Хожу в походы, на байдарках

И на веревках я вишу.

А над оврагом переправа,

Тянуть, ей-Богу, мне по праву,

Блины пеку я на костре,

Подножный корм найду везде.

И на гитаре подыгрываю:

Я три блестых аккорда знаю.

Для бега форму шлем мы сами.

Не верите? Я покажу.

В ней, как пожарные машины,

Красивы всех зверей в лесу,

Сама пособие для учебы

Рисую, клею и творю.

Бруски на кубики пилю...

Меня вы спросите, с чего бы?

Простите! Денег лишних нет,

Чтоб тратить их на сей предмет.

К тому же я мужчин надо беречь,

Не утруждать их слабых плеч.

Я в сборной области бывала,

На пьедестале постояла,

Объездила я полстраны,

Промчались годы с той поры.

Теперь передвигаюсь тихо.

Нагуливаю аппетит.

Но уж туда бегу я лихо,

Где продаются дефицит.

Теперь фамилию свою,

Все реже в лидерах ищу,

А в протоколах впереди

Уже мои ученики?

Мне повезло с учениками.

Разрядники из них растут.

В лесу дистанцию б

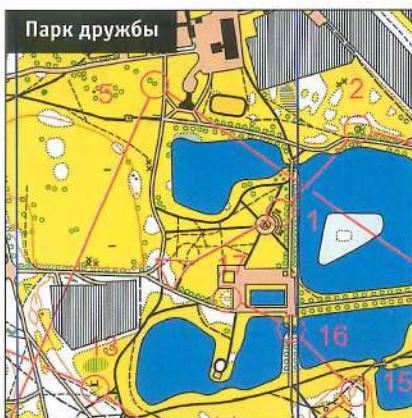
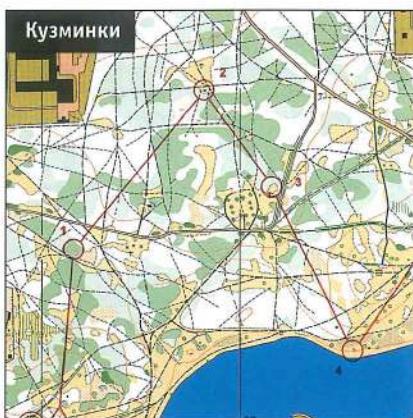
"Кубок парков Москвы -98": причина и следствие

Юлия Белозерова. КМС. КСО "Малахит". Москва

Фото В.Десинов, А.Шигаев



Развитие ориентирования во всем мире на данном этапе направлено главным образом на включение этого вида спорта в Олимпийские Игры. Поспорить о том, нужна ли нам зрелищность, можно, но несомненно то, что олимпийский статус привлечет внимание общественности и, как следствие, новые денежные ассигнования. В связи с этим все большее распространение приобретает парковое ориентирование, имеющее много специфических качеств. "Кубок парков Москвы-98", прове-



денный клубом "Лучик" — один из шагов к распространению паркового ориентирования в России.

Что мешало и кто помогал организаторам? Помогали спонсоры: туристическая корпорация "Академсервис", отправившая победителей Кубка у мужчин и женщин отогреваться на солнечный Кипр, а также "Центр любителей бега" в Измайлово, чемпион мира Иван Кузьмин и Михаил Юрьевич Володин.

Но яростное сопротивление оказывала погода. Первые 5 из восьми туров прошли весной. Начало (1-й и 2-й старты) радовало обилием снега, нежесткого наста, но

приятно чавкающего снего-водо-грязевого покрова. В парке Измайлово водопроводный люк, из которого капля за каплей вытекал океан, устроив из КП остров в 200 метровой луже. Далее по контрасту: пятый этап — и на градуснике ртуть уползла за 30 С, да еще и добродушные нудисты (старт проводился в пойме реки Москвы в Строгино), пытающиеся указать дорогу на пункт. Наконец заключительный этап — проливной дождь, попавший как раз на бег элиты, уходящий в лес в первый час из растянувшегося на три часа старта и на награждение.

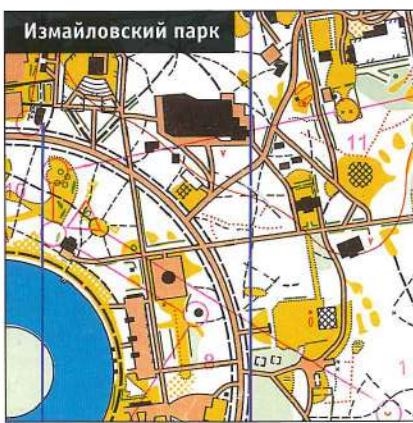
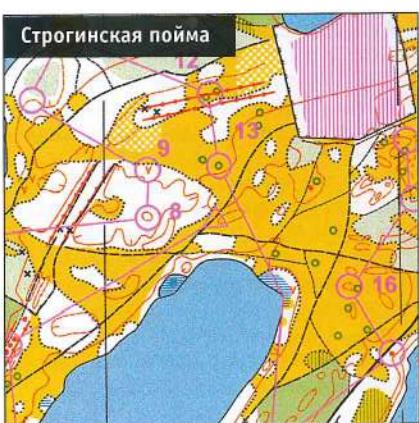
Как и в "Park World Tour", здесь секунды решали все. Собачий лай или неудачное падение могло лишить победы. Лишь четкая безошибочная работа на высокой скорости давала шанс втиснуться в тройку лидеров. В итоге победил Максим Рябкин (486 очков) и Ксения Черных (473 очка), у мужчин второй Сергей Осипов (459 очков), 3-й Евгений Гаврилов (457 очков), у женщин Зоя Тихонова (450 очков) — вторая, Ирина Медведева (431 очко) — третья.

Чтобы потомки не забыли, как все начиналось, былнят видеофильм — репортаж о соревнованиях. Картина получилась красочная: старты по берегам озер и рек, иногда лесенки на пункт, иногда мостики с видом на Москву, иногда переливающиеся брызги из-под ног высекающих из луж спортсменов.

О росте зрелищности свидетельствовало

появление болельщиков, а также телекомпании ВКТ, сделавшей сюжет для 31-го ка-

нала. Привлечение СМИ — одна из важнейших задач, и парковое ориентирование этому способствует. Есть и другие плюсы, из-за которых старты в парках имеет смысл развивать. Например, использование новых участков местности. В Москве и Подмосковье все парки давно изучены и, чтобы как-то разнообразить соревнование, нужно либо ехать далеко за город, а это неудобно, либо... Либо использовать карту маленького парка масштабом 1:5000, которая рисуется для паркового ориентирования. И старые районы смотрятся по-новому на детализированных картах. Масштаб 1:5000 хорош для людей со слабым зрением, а также для ветеранов, детей, новичков. Родители часто боятся, что их ребенок заблудится в неограниченном лесном районе и уйдет за много километров (такое бывает), в парке дети не могут затащиться, что удобно и для тренеров, работающих с "новобранцами". Для мастеров же это хорошая возможность совершенствования навыков скоростного ориентирования, отработки захода на КП и ухода с него. Привлечение под район соревнований культурно-исторических объектов поможет обратить внимание молодежи, да и не только ее, на культурное наследие страны. "Кубок парков Москвы", проведенный на высоком уровне, может стать хорошей базой для дальнейших усилий в области лесного спорта. Организаторы надеются, что их опыт будет востребован при проведении крупных российских и международных соревнований по парковому ориентированию.

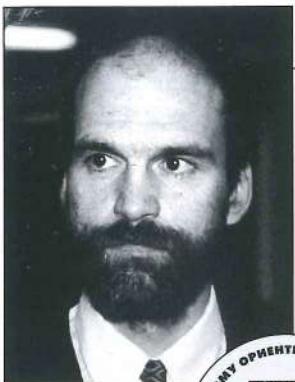


**ПРОИЗВОДСТВО
и реализация
инвентаря
для
спортивного
ориентирования**



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

ИТОГИ ЛЕТНЕГО СЕЗОНА 1998 Г. ЮНИОРЫ И ЮНОШИ



Ал.Кузмин. Председатель детско-юношеской комиссии ФСО России. Мастер спорта СССР. Москва



Начало года было многообещающим. Великолепные победы наших взрослых зимников в Австрии, Виктор Корчагин — первый из россиян двукратный чемпион мира. Победы поддержали юниоры, и достижение Виктора Корчагина повторил Руслан Грицан. Конечно, огорчают ставшие уже привычными неудачи юниоров в эстафетах. Имея весь пьедестал в классике у юноши и золото с бронзой в спринте по обеим группам — и провалиться в главном и самом престижном командном виде... От зимнего тренсовета требуется провести серьезный анализ и разработать план преодоления вредной привычки.

Ну, а что летом? Давайте посмотрим, но не в хронологическом порядке, а по старшинству.

В Бельгии в прошлом году мы остались без медалей. Но не хватало чуть-чуть. Надеялись, что чуть-чуть во Франции преодолеем. Лидеры девушек имеют большой международный опыт, а лидеры ребят были во Франции в прошлом году, на Европе, и не на последних ролях.

Итак, классика, первый день. Новшество — могут бежать только четверо. Для нас это тяжело, особенно у ребят — кого отцепить?

И, наконец, ура! Таня Переляева чуть-чуть (17 секунд) проигрывает прошлогодней чемпионке мира, но теперь это чуть-чуть — на серебряную медаль! От третьего отрыв уже 3,5 минуты. Таня Костылева и Марина Либо — 14 и 15. У ребят — Сергей Детков одиннадцатый, Руслан Грицан двадцатый. Последние два года наших ребят не было по двое в двадцатке. Вроде бы и хорошо, но хотелось-то другого.

Финал спринта — триумф Тани Переляевой. Золотая медаль, и с каким отрывом! Две минуты! Это на спринте! Девятая Таня Костылева. У ребят лучший (одиннадцатый) Паша Наумов, Миша Сенин чуть-чуть за двадцат-

кой — 22, Сережа Детков — 28. Надеемся на эстафету.

Но на первом этапе обнаруживается серьезный изъян в физической подготовке девушек — полное отсутствие знания силовых приемов при отметке на КП. Таню Костылеву затоптали, выхватили в толчее карту, подложили другую... Слава Богу, что остальные компоненты подготовки на высоте. Хватило психологической устойчивости, и физической выносливости, и тактической грамотности догнать все три разделившиеся на фарст паровоза, и найти среди них спортсменку со своей картой... Но время, время, tempo, time... Больше, чем пять минут и 16 мест!.. Хорошо, что у нас на запасном пути, то есть на втором этапе, Гали Галкина, у которой привычка вытягивать безнадежные эстафеты. Вспомним Бельгию — из дремучих глубин она вырвала команду в призовую шестерку. И здесь она — вот, пожалуйста, третья на финише этапа, и лидеры, финки, и швейцарки, совсем рядом! Спасибо Гали, спасибо, птичка ты наша!!! Таня Переляева шанса из рук не выпустила. Догнала и обогнала швейцарку!

А что ребята? На первом этапе Паша Наумов — лидер до 9 КП. И тут... "Прибегаю — смотрю, не мой номер. Делаю круг — и опять на тот же КП. И вижу, что в прошлом раз взглянула на легенду следующего пункта..." Паровоз, увы, уехал... Еще раз мелькнула надежда у первой команды ребят. Очень хорошо прошел свой второй этап Сергей Детков. Руслан Грицан ушел за лидерами, по дистанции идет уже третьим, но нет. Чувствовалось, что могут ребята — не хватило психологической устойчивости.

* нужно подготовиться и пробежать именно сейчас, сегодня; как на Чемпионате Мира — никого ни волнует, что у вас что-то не ладится, нездоровится, не довосстановился... Нужно бежать и показывать результат через "не могу" и "не получается".

* отборочные соревнования за полтора месяца позволяют спланировать и подготовку к отборочному старту, и этап непосредственной подготовки к основному соревнованию без форсирования, с восстановлением и прочая, и прочая.

* в нынешней финансовой обстановке один обязательный для всех старт — хорошо без комментариев.

* отсутствие ранних отборочных стартов (в конце апреля, как в прошлом году) позволяет включиться в летний процесс зимникам. Пример Васи Глухарева, не говоря уж о Грицане и Осипове, — другим наука.

* проведение и учет кросса в отбор. Тоже камушек преткновения и ломания копий.

Ни в коем случае не зацикливаться только на физической подготовке. Обязательно везде и при всяком случае помнить, что у подавляющего большинства наших подрастающих спортсменов огромные технические проблемы (чему мы найдем подтверждение ниже). И все же, кроссу — да! Без физической и волевой подготовленности нечего ловить на Чемпионатах Мира и Европы.

* широкие полномочия тренерского совета на всякие там непредвиденные и другие случаи себя в целом оправдали. И вообще система отбора выполнила ту прикладную, узкую задачу, может быть, грубую и жесткую, которую перед ней и нужно ставить. На Чемпионат должны попасть лидеры, которые завоюют медали. Попадание спортсмена, который занял 45-е место вместо другого, который, может быть, занял бы 35-е, или даже 25-е — это не принципиально. Здесь важнее другие критерии.

Вообще нужно сказать, что из тех, кого мы

также оказались той золотой серединой, которая явно положительно сказалась на результатах.

2. До начала предсоревновательного сбора подготовка на местах, в привычных каждого условиях. Галкина была в среднегорье, Детков — в Питере, Костылева и Переляева бегали "Ильвес".

3. Система отбора. Камень, о который сломано столько копий, и сколько еще наломают! Но что бы ни говорили, а у жесткой системы отбора по одному соревнованию трудно отрицаемые преимущества:

* нужно подготовиться и пробежать именно сейчас, сегодня; как на Чемпионате Мира — никого ни волнует, что у вас что-то не ладится, нездоровится, не довосстановился... Нужно бежать и показывать результат через "не могу" и "не получается".

* отборочные соревнования за полтора месяца позволяют спланировать и подготовку к отборочному старту, и этап непосредственной подготовки к основному соревнованию без форсирования, с восстановлением и прочая, и прочая.

* в нынешней финансовой обстановке один обязательный для всех старт — хорошо без комментариев.

* отсутствие ранних отборочных стартов (в конце апреля, как в прошлом году) позволяет включиться в летний процесс зимникам. Пример Васи Глухарева, не говоря уж о Грицане и Осипове, — другим наука.

* проведение и учет кросса в отбор. Тоже камушек преткновения и ломания копий.

Ни в коем случае не зацикливаться только на физической подготовке. Обязательно везде и при всяком случае помнить, что у подавляющего большинства наших подрастающих спортсменов огромные технические проблемы (чему мы найдем подтверждение ниже). И все же, кроссу — да! Без физической и волевой подготовленности нечего ловить на Чемпионатах Мира и Европы.

* широкие полномочия тренерского совета на всякие там непредвиденные и другие случаи себя в целом оправдали. И вообще система отбора выполнила ту прикладную, узкую задачу, может быть, грубую и жесткую, которую перед ней и нужно ставить. На Чемпионат должны попасть лидеры, которые завоюют медали. Попадание спортсмена, который занял 45-е место вместо другого, который, может быть, занял бы 35-е, или даже 25-е — это не принципиально. Здесь важнее другие критерии.

Вообще нужно сказать, что из тех, кого мы

предполагали увидеть в старшей команде, не оказалось только Веты Кузнецовой и Павла Аристова. И так получилось, что оба они должны были решить свои проблемы на кроссе — выиграть у конкурента за место в команде. У Паша просто все не шло. И ориентирование, и кросс. У Елизаветы — психологический провал на классике: не взять КП (который взяли без проблем все спортсмены) из-за пустяк даже существующей мелкой неточности карты. На международных соревнованиях мы часто бегаем по неидеальным картам (никак не оправдываю ошибки составителей в конкретном случае), но результат нужно показывать по той карте, которую дали! И на кроссе, (может быть, это только мне показалось,) — полное отсутствие желания (или возможности?) бороться. Оба случая демонстрируют далеко не те качества, которые хочется видеть в сильном спортсмене — члене сборной команды России.

4. Система отбора. Совместные сборы юниоров и юношей, которые уже стали привычными и приобрели привычные сроки, несомненно внесли свою положительную лепту. Появилась возможность вызовами из центра шевелить администрацию на местах, перспективные ребята собираются, знакомятся, проходят тестирование по ОФП, технические тренировки на местности и в классе, получают рекомендации по тренировочному процессу, проходят медобследование и получают конкретные указания по работе над своим здоровьем. И впервые за два года у нас не было больных на соревнованиях!

5. Расширение рамок Первенства России,

включение в официальный календарь группы МЖ14

несомненно дало большой импульс в развитии нашего вида. Кроме всех других преимуществ, тренсовет получил четкую картину состояния дел в ближайшем резерве для формирования сборных команд.

И тут мы подошли к вопросам резерва. Посмотрим, какую картину нарисовало Первенство России в Валдае.

Вообще, Валдай явил собой новый этап в выборе района и планировании дистанций соревнований. Впервые участники на полигоне знакомились непосредственно с районом соревнований. Впервые все 4 дня бегали практически по одной и той же карте. Впервые было столько зрительских пунктов. А вот что, к сожалению, не впервые, так это то, что все дни наблюдались массовые загулы. У лидеров и не лидеров. И даже в последний день, когда бежали уже четвер-

тый раз по тому же месту. Особенно огорчили наши старшие — юниорки и юниоры. У девушки, правда, отдыхали две Татьяны — Переляева и Костылева — только что вернувшиеся со студенческого Чемпионата Мира. Но остальные были все. И по большому счету, никто не справился с задачами, которые были поставлены начальниками дистанции. Особенно на классике и особенно у старших юношей. Из них никто не смог показать способность переключения со скоростного ориентирования на первую части дистанции на кропотливо точную работу. Аналогичная картина и у девушек. Вход в труднопроходимый район с почти нулевой видимостью почти все выполняли "на халаву". И почти у всех, естественно, не прошло. После потери ориентирования привязаться в том районе очень сложно.

Ничего не видно, и все одинаковое. И проще всего сказать, что все не так нарисовано и КП стоит некорректно. Но увы, что же на

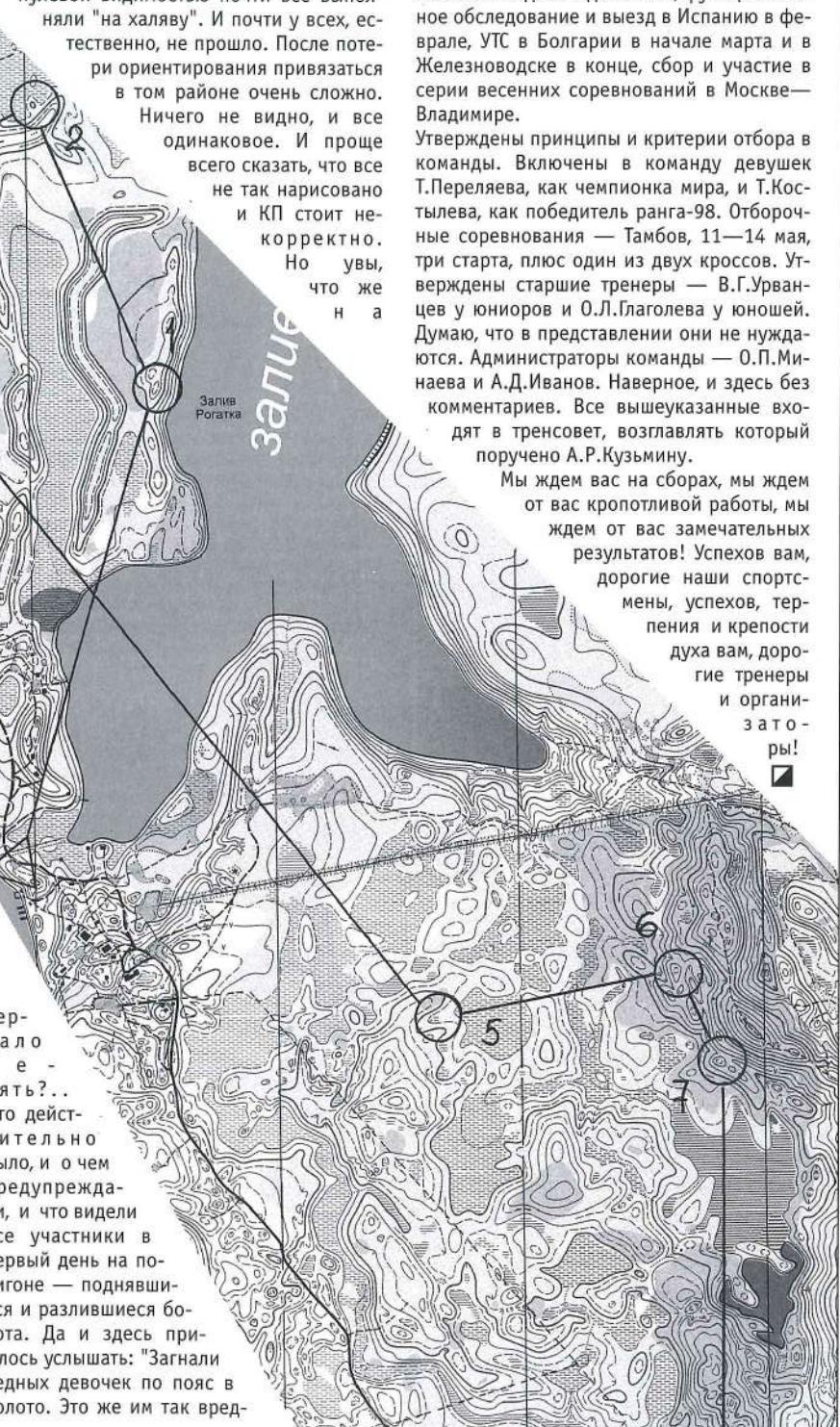
но!" По моему, в болота не обязательно лезть, можно оббегать. По крайней мере, планировка дистанций купаний по пояс не предусматривала.

А в целом Валдай прошел очень празднично. И даже погода сжалась: и солнечно выглядывало, и дождик насмерть не замечивал. Большое спасибо за старания составителям карт, судьям, администрации Великого Новгорода и Валдая, с чьей поддержкой появился новый замечательный центр ориентирования.

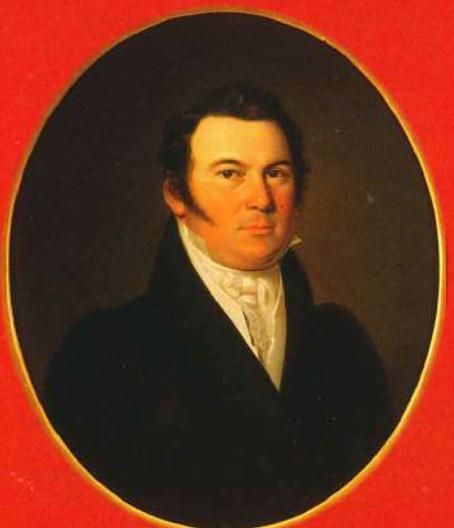
В заключение о планах на будущее. Они уже приобрели четкие очертания и включают в себя — новобранский установочный сбор в Москве с медобследованием, функциональное обследование и выезд в Испанию в феврале, УТС в Болгарии в начале марта и в Железнодворске в конце, сбор и участие в серии весенних соревнований в Москве — Владимире.

Утверждены принципы и критерии отбора в команды. Включены в команду девушек Т.Переляева, как чемпионка мира, и Т.Костылева, как победитель ранга-98. Отборочные соревнования — Тамбов, 11—14 мая, три старта, плюс один из двух кроссов. Утверждены старшие тренеры — В.Г.Урванцев у юниоров и О.Л.Глаголова у юношей. Думаю, что в представлении они не нуждаются. Администраторы команды — О.П.Минаева и А.Д.Иванов. Наверное, и здесь без комментариев. Все вышеуказанные входят в тренсовет, взглянуть который поручено А.Р.Кузьмину.

Мы ждем вас на сборах, мы ждем от вас кропотливой работы, мы ждем от вас замечательных результатов! Успехов вам, дорогие наши спортсмены, успехов, терпения и крепости духа вам, дорогие тренеры и организаторы!

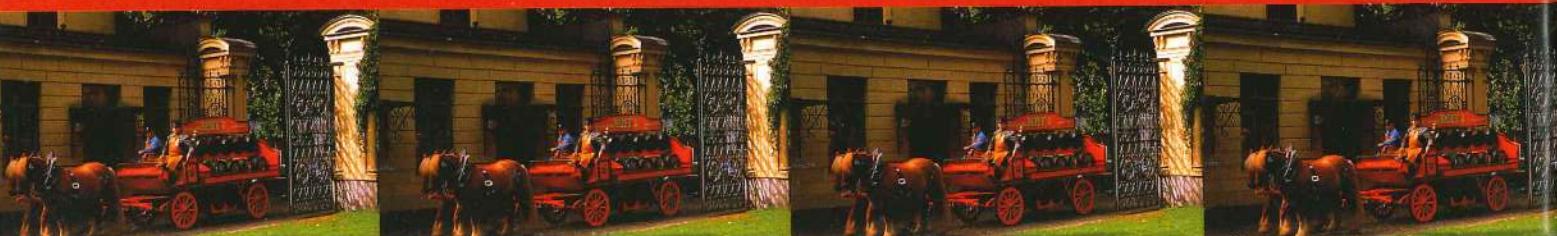


"Когда наш клиент доволен, мы тоже довольны",
- так звучит лозунг Синебрюоффа.



Основателем компании "Синебрюофф" был Николай Петрович Синебрюхов, который в 1819 году получил право заниматься пивоварением в г. Хельсинки. Днем создания фирмы считается 13 октября 1819 года, когда Николай Синебрюхов получил от градостроительного комитета письменное разрешение на строительство завода. Таким образом родилось первое промышленное пивоваренное предприятие не только в Финляндии, но и во всей Скандинавии. Эту дату фирма Синебрюофф в настоящее время чтит и отмечает как День Финского Пива.

Синебрюофф предлагает не только вещественные продукты, и, соответственно, понятие "продукция" имеет более широкое значение. Продукция, или, вернее, товарная марка "Кофф" — это больше, чем только пиво. Вместе с маркой "Кофф" Синебрюофф оказывает своим дистрибутерам содействие по продвижению продукции, увеличению объемов реализации и организации разнообразных мероприятий с учетом потребностей клиентов для того, чтобы их бизнес тоже развивался.



Эксклюзивный поставщик в Россию – фирма «WINTER SPORT»,
главный спонсор юниорской Сборной России по лыжному ориентированию – представляет:

MOROTTO



Оптовые продажи: (+095) 265-7527, 265-7227



Ski Wax



Розничная продажа:

Магазин "Спорт 41"
Москва, ул.Большая Черкизовская д. 11,
тел. (+095) 162 00 73

М станция метро Переображенская площадь

Магазин "Спорт-Альянс"
Москва ул.Нижняя Масловка д.18
тел. (+095) 213 83 85

М станция метро Динамо



Ski wax

Николай Зимятов
4-х кратный олимпийский чемпион

