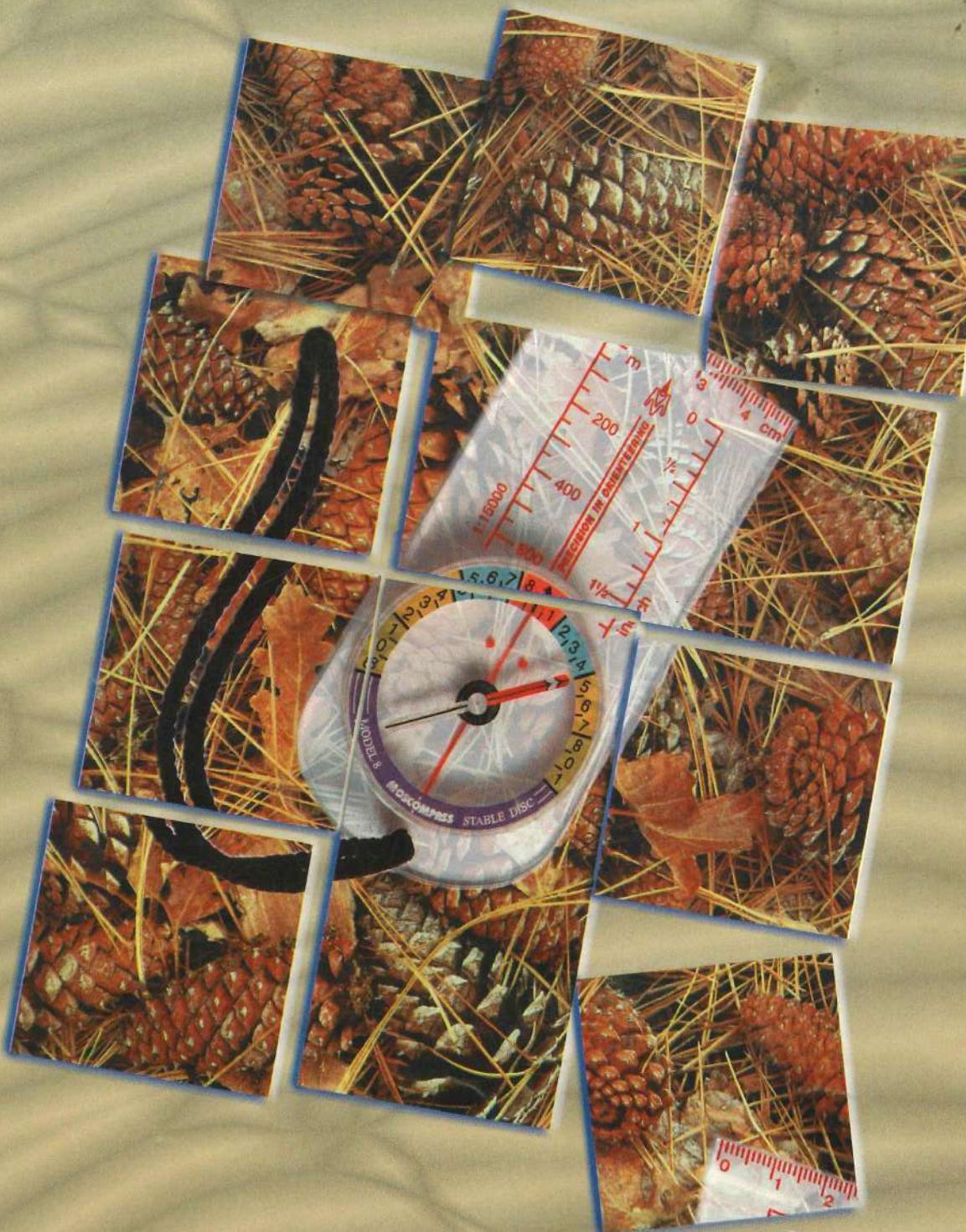


Со
выбери свой компас



MOSCOMPASS
.ru

№ 1, 2003

АЗИМУТ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК ОБРАЗ

ЖИЗНИ



ATOMIC
| RIDE | SYSTEM |



В Госкомспорте России

20 января 2003 года состоялась встреча председателя Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму В.А. Фетисова и президента Федерации спортивного ориентирования России С.Г. Беляева. В ходе беседы обсуждались перспективы развития спортивного ориентирования и планы совместной деятельности ФСО России и Госкомспорта России. Президент Федерации проинформировал председателя Госкомспорта России об итогах выступления сборной команды России на Чемпионате Европы в Италии и дал прогноз по результатам предстоящего Чемпионата Мира среди юниоров и Чемпионата Европы среди юношей.

Поздравляем!



Татьяна Власова

Челябинская область,
Чемпион Европы на средней
дистанции,
Чемпион Европы в эстафете

Эдуард Хренников

Хабаровский край,
Чемпион Европы в спринте,
Обладатель Кубка Мира 2003
года

Ирина Онищенко

Красноярский край,
Чемпион Европы в эстафете

Наталья Томилова

Пермская область,
Чемпион Европы в эстафете,
Обладатель Кубка Мира 2003 года

Написанные правила должны отражать истинную справедливость

Сью Харви
Президент ИОФ

Спорт привлекателен по двум причинам: результаты не могут быть известны заранее, и все подчинено оговоренным правилам.



Кроме того, ключевым аспектом честной игры является ясность, четкость и законность правил. Последнее входит в обязанности каждой национальной спортивной федерации. Таким образом, в преддверии Чемпионата Мира по ориентированию, очень важно, чтобы каждый участник соревнований четко знал правила, которым следует руководствоваться. Все спортсмены и официальные лица должны быть также заблаговременно ознакомлены со списком допинг-препараторов.

Новости ИОФ

Сью Харви — вице-президент Европейской Ассоциации мастеров

Сью Харви, президент ИОФ, была избрана вице-президентом недавно созданной Европейской Ассоциации Мастеров (EMA). Ассоциация была основана для поддержки шести видов спорта: атлетики, ориентирования, баскетбола, гандбола, спасателей и шахмат. Основная цель EMA — заниматься организацией соревнований Европейских Игр Мастеров. Тем не менее, на EMA возлагаются более широкие обязанности и надежды. Организация должна поддерживать развитие видов спорта. Следующее собрание EMA запланировано на декабрь и будет проводиться в г. Орхусе (Дания), где одновременно будет проходить Чемпионат Мира по гандболу среди мастеров.

На Конгрессе ИОФ присутствовали 33 делегата от стран-членов ИОФ

Делегаты от тридцати трех стран-членов ИОФ участвовали в XXI Конгрессе ИОФ, проведенном во французском городе Фонтенбло в начале июля. Все присутствующие имели возможность посетить первые в истории соревнования Чемпионата Мира по велосипедному ориентированию, которые проходили одновременно с Конгрессом. Национальные команды 28 стран с четырех континентов участвовали в этом Чемпионате. XXII Конгресс ИОФ и Генеральная Ассамблея будут проведены одновременно с Чемпионатом Мира по спортивному ориентированию в шведском городе Вясторес в 2004 г.

Сью Харви избрана на новый срок

Сью Харви, глава XXI Генеральной Ассамблеи, проведенной 5 июля 2002 г., снова была избрана президентом ИОФ на период 2002—2004 гг. Хью Кэмерон, Оке Якобсон (Швеция) и Эдмон Жеченый (Франция) продолжат свою работу в качестве вице-президентов. Лехо Халдна (Эстония), Ян-Эрик Круслер (Финляндия), Йорданка Мельниклиска (Болгария), Син Муракоси (Япония) и Марсель Шис (Швейцария) были назначены членами Совета.

Тайланд — 61 страна-член ИОФ

Генеральная Ассамблея делегирует формально одобренные заявления на членство от пяти стран. Прежнему кандидату в члены ИОФ Республике Тайвань дан статус полноправного члена. Пакистан, Индонезия, Турция, Таиланд и Пуэрто-Рико стали кандидатами на членство в МФО. Все заявления были одобрены Советом ИОФ. Итак, в составе ИОФ теперь 61 страна.

Награды Чемпионата Мира

Орхус, датский университетский городок с населением приблизительно 200 тыс. жителей, будет встречать у себя гостей Чемпионата Мира по спортивному ориентированию 2006 г. (WOC). На данный момент решено, что местом проведения WOC 2007 г. года будет столица Украины г. Киев. Чемпионат Мира 2006 г. по велосипедному ориентированию будет проведен в г. Банска Бистрице (Словакия). Эти решения были приняты XXI Генеральной Ассамблей ИОФ, которая проводилась 5 июля 2002 г. в французском городе Фонтенбло.

На собрании в сентябре Совет МФО решил назначить организатором Чемпионата Мира среди юниоров 2006 г. Литву. Соревнования планируется организовать приблизительно в 120 км от Вильнюса. На этом же собрании Совет присвоил Австрии звание организатора Чемпионата Мира по ориентированию среди мастеров 2006 г. Предположительное место проведения соревнований находится в Восточной Австрии неподалеку от Вены.

Отрицательные результаты допинг-тестирования в мировых первенствах

Все результаты допинг-тестов, проведенных в этом году на Чемпионате Мира по лыжному и велосипедному ориентированию, оказались отрицательными. Тестирование проводилось от имени ИОФ, а анализы делались в аккредитованных лабораториях «Спирис Луис» Олимпийского спортивного центра в Афинах и Национальной лаборатории допинга в Шатне-Малабри, Франция.

В конце августа президент ИОФ Сью Харви посетила ежегодное собрание ассоциации Аккредитованных Международных спортивных федераций MOK (ARISF). Собрание проводилось в главном здании MOK в Лозанне. Членов ARISF приветствовал Джилберт Фелфи, спортивный директор MOK.

СОДЕРЖАНИЕ:

№ 1, 2003

Новости

Встреча в Госкомспорте России	1
Написанные правила должны отражать справедливость	2
Честная игра	2
Новости ИОФ	3

Соревнования

Тот борьбы не видал, кто на Валдае не бывал	18
Большие гонки на Селигере	22
Лучшие в России	24
Два чемпиона на одной дистанции	27
Якутский десант	31
Финал Кубка спортивного клуба «Синтез»	40
Как Нюся с героями России познакомилась	46

Сборная

Победа сделала Михаила Мамлеева Чемпионом Европы	5
Результаты выступления юниорской и юношеской сборных команд	5

Персона

Интервью с Юрием Борисовичем Никаноровым	14
Юрию Безымянному 60 лет	34
Герману Шестакову 70 лет	35

Уроки ориентирования

Ранние маркеры синдрома перетренированности	7
О совершенствовании подготовки в спортивном ориентировании бегом	9
Планирование дистанций для разных возрастных групп	15
Ориентирование и геоморфология	20
Тренировка техники спортивного ориентирования	38
Самые субъективные цвета спортивной карты	45

Спортивному ориентированию 40 лет

Немного об инспекции, ее истории и судьях-инспекторах	6
Майская многодневка	12
Венерины башмачки	29

Памяти друзей

Первый радиокомментатор	42
Он был вожаком	43

Наш дом — Россия

Вести из далекой Якутии	30
Если Кинешма не город, то и Волга не река	33

RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE Журнал "Азимут", № 1, 2003.
Учредители: Федерация спортивного ориентирования России, Фонд поддержки и развития спортивного ориентирования, Центр детско-юношеского туризма Министерства образования РФ, ООО "Редакция журнала "Азимут". **Шеф-редактор:** Виктор Елизаров. **Главный редактор:** Генрих Шур, тел.: (095) 362-89-90. **Технический редактор:** Юрий Янин, тел.: (095) 196-90-89. **Зам. главного редактора:** Екатерина Карташева. **Ответственный секретарь:** Ольга Минаева, тел.: (095) 196-90-89. **Верстка и дизайн:** Светлана Войтовская, Людмила Свирская. **Дизайн, сканирование, компьютерная верстка, цветотделение:** ООО "Издательский дом "Азимут" (лицензия: серия ИД, № 05319), тел.: (095) 196-7889. **Почтовый адрес редакции:** 123060 Москва, а/я 57. Телефон/факс: (095) 196-9089 (секретариат, подпись, рассылка), (095) 196-7155 (отдел рекламы), e-mail: rforient@comai.ru. **Распространение:** 109033 Москва, ул. Волочаевская, д. 38а, ЦДЮТ, тел.: (095) 362-8233, 362-8971, факс: (095) 362-8991. **Транспортное обеспечение:** "ТОКИ-АВТО", тел.: (095) 196-7886. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Тираж 4500 экз. Отпечатано в типографии ООО "Мастер печати". Зак. № 185. Цена свободная. **Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала.** Журнал зарегистрирован в Гос. комитете РФ по печати 30.04.97, рег. № 016043.

маршрут, которым следует идти, каждый продумывает его для себя сам.

Если ориентировщик выбирает неверный маршрут, он проигрывает. Всегда ли мы, ориентировщики, ведем честную игру? Есть ли место обману в ориентировании? Конечно, мы не можем назвать наш спорт здесь абсолютным исключением. Зачастую и ориентировщики демонстрируют несправедливые оценки, так же как и все мы можем неверно выбрать маршрут. И тем не менее, исходя из природы нашего спорта, нам несложно понять всю значимость правильного решения, когда встает вопрос о честной игре — это должно быть само собой разумеющимся.



Честная игра

Барбру Рённберг

Генеральный секретарь ИОФ

Все международные спортивные федерации (IFS) внутри Олимпийского движения должны действовать в соответствии с Уставом Олимпийского движения. Каждая федерация старается полностью отвечать международным требованиям и стремится к наиболее динамичному развитию своего вида спорта. Помимо всего прочего, каждая федерация в своем уставе должна пропагандировать принципы честной игры, то есть основные ценности и правильное проведение их видов спорта. И очень важно, чтобы каждая спортивная федерация следила за тем, чтобы все ее члены: спортсмены, тренеры, организаторы, судьи и прочие, вовлеченные в данный вид спорта, не просто знали обо всех правилах, но и тщательно им следовали и уважали их.

Играть по совести — значит принимать верные решения, выбирать верный путь. Один спортсмен может вести честную игру, другой же посчитает, что достигнет большего, нарушив эти правила. Честная игра — это не только соблюдение правил, уставов, законов и обязанностей, а еще и чувство веры и справедливости в каждом из нас.

Одним из самых главных аспектов нашего вида спорта — ориентирования — является выбор правильного пути. Мы всегда должны думать заранее, куда идти дальше. На местности для нас не намечен

SWENOR

Rollerskis

Made in Norway

NEW: Cap construction



Skate

Максимально облегченная платформа из алюминиевого сплава.

Повышенная способность к виброгашению и скручиванию.

Медленные колеса для использования на плохом, старом асфальте.

Максимально возможное сцепление и устойчивость.

Максимальная устойчивость к истиранию колес.



SWENOR
Cap Skate

Fibre Glass

Ламинированная карбоновая платформа, обеспечивающая жесткость и работу, наиболее близкую к работе колодки классической лыжи.

Повышенная способность к виброгашению.

Повышенная способность к скручиванию.

Медленные колеса для плохого и старого асфальта, обеспечивающие скорость, близкую к скорости лыжника.

Официальный представитель в России

Фирма Winter Sport

Тел. (095) 362-78-31

E-mail: wintersport@mail.ru

Оптовые и розничные продажи,
консультации специалистов



Победа на классической дистанции сделала Михаила Мамлеева Чемпионом Европы

Газета «Суоннистая» («Ориентировщик»), № 10/2002

Михаил Мамлеев, ранее представлявший финскую команду «Ноусева Войма», а теперь перебравшийся в шведскую «ОК Руннебюн», мог на многом рассчитывать на соревнованиях Чемпионата Европы в этом году.

— О Чемпионате я думал без конца и с особенной тщательностью к нему готовился. Очень рад, что перед ним у меня было достаточно времени на тренировки, хотя только недавно закончился целый ряд важных соревнований. Мне очень нравится тренироваться и выступать на местности центральной Европы, здесь от спортсмена требуется и хорошая физическая подготовка, и выдержка, — рассказывает Михаил.

Мамлеев стал первым на классической дистанции Чемпионата Европы, хотя на отборочных соревнованиях он был лишь третьим.

— В конце я удачно ушел со старта. На отборочных соревнованиях допустил пару незначительных ошибок. Я прекрасно понимал, что передвигаясь без ошибок и с хорошей скоростью, сумею занять неплохое место в финале, может быть, даже стану победителем. Начал я свое выступление в

довольно быстром темпе, и мне долго удавалось идти с хорошей скоростью. Я ни минуты не сомневался, что знаю, где нахожусь. На

шестом этапе допустил ошибку, которая стоила мне 15 секунд, а на двенадцатом — 10 секунд. В целом, не принимая во внимание этих двух незначительных ошибок, я выступил хорошо. Хотя на финише я даже немного удивился, узнав, что пришел с отрывом в 37 секунд, — говорит спортсмен.

— В целом я очень доволен своей работой.

Звание чемпиона на классической дистанции подтвердило, что упражнения пошли Михаилу на пользу. На короткой дистанции он занял пятое место, отстав от бронзового призера всего на 1,7 секунды. Правда, на классической дистанции он выбыл из состязания. Седьмое место российской команды на эстафетных соревнованиях вполне устроило

Михаила.

— На короткой дистанции бронзовая медаль ускользнула от меня на последнем этапе. Я отметил на КП и направился к финишу, нообразил, что не слышал голосовых сигналов на КП и пошел обратно. На это ушло четыре секунды. На втором этапе классической дистанции я допустил грубую ошибку, которая стоила мне пяти минут, кроме того мне было сложно сосредоточиться. Я по-



На фото: россиянин Михаил Мамлеев стал золотым призером на классической дистанции Чемпионата Европы

пытался улучшить свой результат, пойдя быстрее, но начал делать ошибки одну за другой.

— Моя целью было — попасть в шестерку лучших, так что в принципе я доволен своим результатом. Конечно, звание серебряного призера соревнований Кубка Мира обязывает быть в отличной форме весь сезон. Для меня первое место на Чемпионате Европы все же важнее, я всегда буду гордиться этим достижением, — говорит Михаил.

Мамлеев заболел после соревнований на Украине, но сумел вылечиться лимонным чаем с медом.

— Я чувствовал себя достаточно хорошо, чтобы показать неплохой результат на короткой дистанции.

Маршрут был такой же, как обычно устраивают на PWT, а в их прохождении у меня большой опыт. На втором этапе я нагнал Юрия Омельченко, в итоге к финишному этапу мы подошли вместе. Победа же ушла из моих рук уже почти у финиша, — рассказывает Мамлеев.

В этом году основной целью тренировок спортсмена было улучшение своей физической формы, так как, по его мнению, оттачивать свои навыки ориентирования можно только на соревнованиях.

— Я два раза занимался в лагерях в итальянских Альпах. Неподалеку оттуда живет моя девушка, Сабина Роттенштайн. Она мне очень помогает во время моих тренировок. Мы с ней очень много занимались ориентированием зимой в Италии на гористой местности, — с улыбкой рассказывает спортсмен.

Итоги выступления сборных команд России

Чемпионат Мира среди юниоров

	Фамилия, имя	Территория	Классика	Сprint	Абсолют.	Эстафета
1	Бортник Алексей	Москва	3	4	2	1
2	Бронникова Юлия	Красноярский край	18	22		
3	Горшкова Мария	Тамбовская область	4	20		
4	Гранд Елена	Республика Карелия	1	1	1	
5	Ибрагимов Денис	Санкт-Петербург	6	5	4	1
6	Кириллов Александр	Ленинградская область	22			
7	Кожемякин Алексей	Пермская область	2		1	
8	Козлова Татьяна	Московская область	6			
9	Лебедева Валентина	Ивановская область	23			1
10	Майоров Сергей	Москва	5	13		
11	Москаленко Николай	Белгородская область	2	22		
12	Новикова Ольга	Пермская область	16	11		1
13	Озерская Анна	Москва	7	.9	5	1
14	Уткин Павел	Ивановская область	11	9		

Чемпионат Европы среди юношей

	Фамилия, имя	Территория	Классика	Сprint	Абсолют.	Эстафета
1	Борина Злата	Республика Карелия	2	7		
2	Грибанов Илья	Воронежская область	1	1	1	1
3	Кравченко Анастасия	Хабаровский край	1	2		1
4	Кульбачко Алексей	Республика Карелия	3	4		1
5	Ламов Андрей	Вологодская область	2	2		1
6	Моисеев Олег	Республика Карелия	4	3		
7	Трифанова Ольга	Республика Карелия	3	2		1
8	Шилова Мария	Пермская область	5	1		1

Поздравляем!

Чемпионат Мира
среди юниоров.

Чемпионат Европы
среди юношей.

Ленинградская область,
17–23 февраля 2003 г.

Командные результаты

Чемпионат Мира среди юниоров

	Страна	Очки	Место
1	Россия	55	1
2	Финляндия	68	2
3	Швеция	123	3
4	Норвегия	181	4
5	Чехия	275	5
6	Швейцария	404	6
7	Латвия	417	7
8	Эстония	473	8
9	Болгария	477	9
10	Украина	479	10
11	Италия	491	11
12	Литва	501	12
13	Румыния	531	13

НЕМНОГО ОБ ИНСПЕКЦИИ, ЕЕ ИСТОРИИ И СУДЬЯХ-ИНСПЕКТОРАХ

Р.Н. Кузьмин

Лет 25—30 назад на крупных соревнованиях в одном из больших городов СССР мне задали вопрос: «Зачем Москва присыпает нам инспекторов? Потому что нам не доверяют?» Прозвучало довольно обидно.

В семидесятые годы, а это было время становления ориентирования как вида спорта, Центральная секция ориентирования (она существовала при ЦС по туризму) придавала большое значение инспекции дистанций и спортивных карт. Был разработан целый ряд документов.

Фигура судьи-инспектора появилась еще в «Правилах туристических соревнований по ориентированию на местности» (так тогда назывался наш вид), утвержденных Президиумом ЦС по туризму 12 января 1965 года. По этим правилам инспектор назначался Главным судьей и должен был проверить точность установки КП не позже, чем за сутки до начала соревнований. Инспектор расписывался вместе с начальником дистанции и его помощником в акте сдачи дистанции, который предоставлялся главному судье. Этот акт больше напоминал техническую информацию. В редакции Правил, утвержденных ЦС по туризму 18.06.68, функции инспектора обрисованы значительно шире. По этим Правилам инспектор дистанции (цитирую): «Должен проверить соответствие карты и местности в районе КП и на участках вероятных путей спортсменов между пунктами, проверить правильность установки КП, старта, финиша... может предложить начальнику дистанции изменить планировку трассы...» Инспектор подписывал акт сдачи дистанции, форма которого практически не изменилась. Эти Правила предусматривали инспектирование дистанций не позднее, чем за 10 суток до начала соревнований.

Позже содержание работы инспектора было уточнено Центральной секцией ориентирования в Инструкции по инспектированию дистанций, утвержденной 10.02.71. Эта инструкция предусматривала предварительное инспектирование дистанций и их окончательную приемку. Определялось, что предварительная инспекция проводится не позднее, чем за месяц до начала соревнований. Предполагалось, что приехав на соревнования, инспектор прежде всего проверяет устранение недочетов, отмеченных во время предварительной инспекции.

География проведения крупных соревнований в начале 70-х годов была уже весьма широка, но ЦСС вначале опиралась на довольно узкий круг специалистов-дистанционников, привлекаемых к инспекциям. Значительная часть из них была представлена москвичами (В. Алешин, Н. Калиткин, В. Крутицкий, Р. Кузьмин, Б. Огородников). Были в этом кругу ленинградцы (Л. Беляков и др.), специалисты из Прибалтики (А. Кивистик, Р. Вяльба, Р. Лахметс, Г. Остапус, Г. Юшка), Б. Марасин с Украины, А. Берман из Казани, Л. Конев и Ю. Чернов из Рязани, А. Домбровский из Горького, В. Матвеев из Обнинска, А. Петухов из Свердловска и другие. Работу по организации инспекции крупнейших соревнований фактически возглавлял В. Самойлов — член бюро ЦСС с начала 70-х годов.

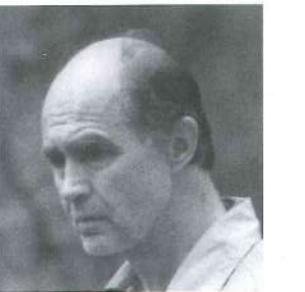
На том этапе ЦСС так определяла задачи инспекции:

1. Улучшение качества дистанций.
2. Обмен опытом работы, по сути обучение местных кадров дистанционников.

3. Контроль за соблюдением Правил.

Это если коротко, но, наверное, нужен комментарий. В то время было необходимо улучшать планировку дистанций, преодолеть пережитки «туристических соревнований» с контрольными пунктами «в молоке» (то есть без непосредственной привязки к точечным ориентирам) с бессмыслицами и бездумными этапами между КП, с использованием по несколько раз одной и той же дороги и прочими несуразностями. В этом и должен был помочь инспектор. В те времена нередки были грубые ошибки в постановке дистанций: то какой-то КП оказывался не поставленным, то поставленным на соседний ориентир (на «параллельную ситуацию»), то обозначение КП перепутано... Опытные инспектора пропагандировали простые приемы технологии постановки и оборудования дистанций, практически исключающие грубые ошибки (четкая маркировка точек, контрольные бирки и другое).

Во второй половине 70-х годов, с ростом числа крупных соревнований (проводились уже и международные), потребовалось значительно расширить круг инспекторов дистанций высшего уровня. Появился «Список инспекторов ЦСС», имеющих право инспекции дистанций высших классов (ВС и МС) и карт, для них предназначенные. Список составлялся на основе представлений из республик, краев, областей. Порядок составления списка инспекторов был закреплен уже после фактического рождения в 1980 году Федерации спор-



Кандидат физико-математических наук,
Судья Всесоюзной категории

тивного ориентирования СССР при Спортивном комитете (как известно, формально она была создана в 1979 году). Постановление от 12.11.80 ее Президиум утвердило Инструкцию «Классификация, технические требования и оборудование дистанций для соревнований по спортивному ориентированию». В список инспекторов по этой инструкции могли включаться судьи Всесоюзной и Республиканской категорий и Мастера спорта СССР, представленные республиканскими, краевыми, областными ФСО. Инструкция предлагала также местным федерациям утвердить свой список инспекторов, имеющих право инспектировать дистанции класса КМС (и соответствующие карты) на территории республики, края, области. Инструкция вносила новое положение: инспектор должен был до начала соревнований, на основе предварительного и окончательного инспектирования принять решение о пригодности или непригодности дистанций для планируемого класса (например, мастеров спорта). Решение доводилось до сведения участников соревнований. Если такое решение было отрицательным, соревнования проходили, но выполнение или подтверждение званий мастеров спорта победителям «не светило». Как приложение к Инструкции предлагалась новая форма акта сдачи дистанции. Акт разделялся на две части: первую заполнял начальник дистанции, вторую — инспектор. Задумывались тогда и о контроле за работой инспекторов. В уже упомянутой инструкции для такого контроля СТК ФСО СССР (а также СТК республик, краев, областей) рекомендовалось на некоторые соревнования назначать просмотровые комиссии. Назначенная СТК просмотровая комиссия должна была прибыть на соревнования, не вмешиваясь в работу службы дистанции и инспекторов, ознакомиться с дистанциями, ходом проведения соревнований, результатами и составить письменное заключение, содержащее аргументированный анализ достоинств и недостатков дистанций, оценку их класса и качества работы судей-инспекторов. Экземпляр такого заключения в день окончания соревнований должен был вручаться главному судье. Другой экземпляр заключения направлялся в СТК, назначившую просмотровую комиссию. Практика назначения просмотровых комиссий особого распространения не получила. Лично я думаю, что главным тут был финансовый вопрос.

В 70-е годы важным стало инспектирование карт, которые составлялись во многих регионах местными специалистами спортивного ориентирования, в основном «общественниками», как тогда говорили. Профессионалы, занимавшиеся этой работой, было еще очень мало. Методика инспектирования спортивных карт рождалась трудно. Наверное, правильно сказать, что у каждого инспектора она была своя. Методические материалы, которые тогда выпускались, рекомендовали инспектору карты в нескольких участках каждой из ландшафтных зон (если их на карте несколько) проверить точность взаимного расположения объектов, полноту и объективность карты, правильность употребления условных знаков и их соответствие действующей таблице Уз. Последнее было весьма существенно, так как в то время «самостоянное» знание квартцев было в большой моде и широко распространено.

Инструкция по инспектированию предлагала инспектору поставить свою подпись на издательском оригинале карты. В 80-е годы было издано немало спортивных карт с подписью инспектора. Потом этот порядок «забыли». Точнее — инспектировать карты почти перестали. Отпала ли актуальность инспектирования карт? Думаю, что далеко не во всех случаях. И подпись инспектора на карте — это очень правильно, она поднимает ответственность инспектора. Здесь мы почти вернулись из экскурсии в историю инспекции дистанций и карт к первоначальному вопросу: зачем нужен инспектор на соревнованиях по ориентированию? Многолетний опыт инспекторской работы сформулировал ответ.

Инспектор должен:

1. Посмотреть свежим взглядом на планировку дистанций, корректность постановки КП, на использование карты. Так как планирование дистанций — процесс творческий, то оппонент планировщику просто необходимо.

2. Принять решение о классе дистанций.
3. Проверить выполнение требований Правил, инструкций, Положения о соревнованиях, то есть осуществлять контроль от имени ФСО России. И всегда защищать интересы участников.

4. Не последнюю роль играет и обмен опытом работы дистанционников в ходе инспекции. В порядке отступления можно отметить, что в «годы становления» лично автору очень помогли четкие взгляды на проблемы ориентирования как спорта таких специалистов, как Р. Лахметс, Р. Вяльба, Г. Остапус и других.

К сожалению, в последнее время роль инспекции нередко снижена — часто до уровня судьи-инспектора 60-х годов, который должен был «пропроверить правильность установки КП». Большого он сделать уже не может, так как дистанции поставлены, тираж карт отпечатан, дистанции нанесены на них, а на предварительную инспекцию в разумные сроки не нашлось либо желания, либо денег, либо того и другого вместе.



судьи и должен был проверить точность установки КП не позже, чем за сутки до начала соревнований. Инспектор расписывался вместе с начальником дистанции и его помощником в акте сдачи дистанции, который предоставлялся главному судье. Этот акт больше напоминал техническую информацию. В редакции Правил, утвержденных ЦС по туризму 18.06.68, функции инспектора обрисованы значительно шире. По этим Правилам инспектор дистанции (цитирую): «Должен проверить соответствие карты и местности в районе КП и на участках вероятных путей спортсменов между пунктами, проверить правильность установки КП, старта, финиша... может предложить начальнику дистанции изменить планировку трассы...» Инспектор подписывал акт сдачи дистанции, форма которой практически не изменилась. Эти Правила предусматривали инспектирование дистанций не позднее, чем за 10 суток до начала соревнований.

Позже содержание работы инспектора было уточнено Центральной секцией ориентирования в Инструкции по инспектированию дистанций, утвержденной 10.02.71. Эта инструкция предусматривала предварительное инспектирование дистанций и их окончательную приемку. Определялось, что предварительная инспекция проводится не позднее, чем за месяц до начала соревнований. Предполагалось, что приехав на соревнования, инспектор прежде всего проверяет устранение недочетов, отмеченных во время предварительной инспекции.

География проведения крупных соревнований в начале 70-х годов была уже весьма широка, но ЦСС вначале опиралась на довольно узкий круг специалистов-дистанционников, привлекаемых к инспекциям. Значительная часть из них была представлена москвичами (В. Алешин, Н. Калиткин, В. Крутицкий, Р. Кузьмин, Б. Огородников). Были в этом кругу ленинградцы (Л. Беляков и др.), специалисты из Прибалтики (А. Кивистик, Р. Вяльба, Р. Лахметс, Г. Остапус, Г. Юшка), Б. Марасин с Украины, А. Берман из Казани, Л. Конев и Ю. Чернов из Рязани, А. Домбровский из Горького, В. Матвеев из Обнинска, А. Петухов из Свердловска и другие. Работу по организации инспекции крупнейших соревнований фактически возглавлял В. Самойлов — член бюро ЦСС с начала 70-х годов.

На том этапе ЦСС так определяла задачи инспекции:

1. Улучшение качества дистанций.
2. Обмен опытом работы, по сути обучение местных кадров дистанционников.

3. Контроль за соблюдением Правил.

Это если коротко, но, наверное, нужен комментарий. В то время было необходимо улучшать планировку дистанций, преодолеть пережитки «туристических соревнований» с контрольными пунктами «в молоке» (то есть без непосредственной привязки к точечным ориентирам) с бессмыслицами и бездумными этапами между КП, с использованием по несколько раз одной и той же дороги и прочими несуразностями. В этом и должен был помочь инспектор. В те времена нередки были грубые ошибки в постановке дистанций: то какой-то КП оказывался не поставленным, то поставленным на соседний ориентир (на «параллельную ситуацию»), то обозначение КП перепутано... Опытные инспекторы пропагандировали простые приемы технологии постановки и оборудования дистанций, практически исключающие грубые ошибки (четкая маркировка точек, контрольные бирки и другое).

Во второй половине 70-х годов, с ростом числа крупных соревнований (проводились уже и международные), потребовалось значительно расширить круг инспекторов дистанций высшего уровня. Появился «Список инспекторов ЦСС», имеющих право инспекции дистанций высших классов (ВС и МС) и карт, для них предназначенные. Список составлялся на основе представлений из республик, краев, областей. Порядок составления списка инспекторов был закреплен уже после фактического рождения в 1980 году Федерации спор-

тивного ориентирования СССР при Спортивном комитете (как известно, формально она была создана в 1979 году). Постановление от 12.11.80 ее Президиум утвердило Инструкцию «Классификация, технические требования и оборудование дистанций для соревнований по спортивному ориентированию». В список инспекторов по этой инструкции могли включаться судьи Всесоюзной и Республиканской категорий и Мастера спорта СССР, представленные республиканскими, краевыми, областными ФСО. Инструкция предлагала также местным федерациям утвердить свой список инспекторов, имеющих право инспектировать дистанции класса КМС (и соответствующие карты) на территории республики, края, области. Инструкция вносила новое положение: инспектор должен был до начала соревнований, на основе предварительного и окончательного инспектирования принять решение о пригодности или непригодности дистанций для планируемого класса (например, мастеров спорта). Решение доводилось до сведения участников соревнований. Если такое решение было отрицательным, соревнования проходили, но выполнение или подтверждение званий мастеров спорта победителям «не светило». Как приложение к Инструкции предлагалась новая форма акта сдачи дистанции. Акт разделялся на две части: первую заполнял начальник дистанции, вторую — инспектор. Задумывались тогда и о контроле за работой инспекторов. В уже упомянутой инструкции для такого контроля СТК ФСО СССР (а также СТК республик, краев, областей) рекомендовалось на некоторые соревнования назначать просмотровые комиссии. Назначенная СТК просмотровая комиссия должна была прибыть на соревнования, не вмешиваясь в работу службы дистанции и инспекторов, ознакомиться с дистанциями, ходом проведения соревнований, результатами и составить письменное заключение, содержащее аргументированный анализ достоинств и недостатков дистанций, оценку их класса и качества работы судей-инспекторов. Экземпляр такого заключения в день окончания соревнований должен был вручаться главному судье. Другой экземпляр заключения направлялся в СТК, назначившую просмотровую комиссию. Практика назначения просмотровых комиссий особого распространения не получила. Лично я думаю, что главным тут был финансовый вопрос.

Позже содержание работы инспектора было уточнено Центральной секцией ориентирования в Инструкции по инспектированию дистанций, утвержденной 10.02.71. Эта инструкция предусматривала предварительное инспектирование дистанций и их окончательную приемку. Определялось, что предварительная инспекция проводится не позднее, чем за месяц до начала соревнований. Предполагалось, что приехав на соревнования, инспектор прежде всего проверяет устранение недочетов, отмеченных во время предварительной инспекции.

География проведения крупных соревнований в начале 70-х годов была уже весьма широка, но ЦСС вначале опиралась на довольно узкий круг специалистов-дистанционников, привлекаемых к инспекциям. Значительная часть из них была представлена москвичами (В. Алешин, Н. Калиткин, В. Крутицкий, Р. Кузьмин, Б. Огородников). Были в этом кругу ленинградцы (Л. Беляков и др.), специалисты из Прибалтики (А. Кивистик, Р. Вяльба, Р. Лахметс, Г. Остапус, Г. Юшка), Б. Марасин с Украины, А. Берман из Казани, Л. Конев и Ю. Чернов из Рязани, А. Домбровский из Горького, В. Матвеев из Обнинска, А. Петухов из Свердловска и другие. Работу по организации инспекции крупнейших соревнований фактически возглавлял В. Самойлов — член бюро ЦСС с начала 70-х годов.

На том этапе ЦСС так определяла задачи инспекции:

1. Улучшение качества дистанций.
2. Обмен опытом работы, по сути обучение местных кадров дистанционников.

3. Контроль за соблюдением Правил.

Это если коротко, но, наверное, нужен комментарий. В то время было необходимо улучшать планировку дистанций, преодолеть пережитки «туристических соревнований» с контрольными пунктами «в молоке» (то есть без непосредственной привязки к точечным ориентирам) с бессмыслицами и бездумными этапами между КП, с использованием по несколько раз одной и той же дороги и прочими несуразностями. В этом и должен был помочь инспектор. В те времена нередки были грубые ошибки в постановке дистанций: то какой-то КП оказывался не поставленным, то поставленным на соседний ориентир (на «параллельную ситуацию»), то обозначение КП перепутано... Опытные инспекторы пропагандировали простые приемы технологии постановки и оборудования дистанций, практически исключающие грубые ошибки (четкая маркировка точек, контрольные бирки и другое).

Во второй половине 70-х годов, с ростом числа крупных соревнований (проводились уже и международные), потребовалось значительно расширить круг инспекторов дистанций высшего уровня. Появился «Список инспекторов ЦСС», имеющих право инспекции дистанций высших классов (ВС и МС) и карт, для них предназначенные. Список составлялся на основе представлений из республик, краев, областей. Порядок составления списка инспекторов был закреплен уже после фактического рождения в 1980 году Федерации спор-

тивного ориентирования СССР при Спортивном комитете (как известно, формально она была создана в 1979 году). Постановление от 12.11.80 ее Президиум утвердило Инструкцию «Классификация, технические требования и оборудование дистанций для соревнований по спортивному ориентированию». В список инспекторов по этой инструкции могли включаться судьи Всесоюзной и Республиканской категорий и Мастера спорта СССР, представленные республиканскими, краевыми, областными ФСО. Инструкция предлагала также местным федерациям утвердить свой список инспекторов, имеющих право инспектировать дистанции класса КМС (

О СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ОРИЕНТИРОВАНИИ БЕГОМ

Ю.С. Воронов

Кандидат педагогических наук, доцент,
Смоленский государственный институт физической культуры



Связь между состоянием спортсмена и задаваемой нагрузкой — центральный вопрос теории и технологии управления многолетним учебно-тренировочным процессом юных спортсменов [2, 5, 7, 9]. Поскольку большинство талантливых юных ориентировщиков теряется на пути к высшим достижениям, необходимо теоретико-методическое обоснование системы подготовки спортивного резерва. Причем одной из предпосылок для ее создания могут послужить результаты ретроспективного анализа тренировочного процесса сильнейших спортсменов, то есть обобщение опыта той базовой подготовки, которая обеспечит фундамент высшего спортивного мастерства [4, 8].

С этой целью были проанализированы тренировочные и соревновательные нагрузки двух групп ориентировщиков, в одну из которых были объединены 60 квалифицированных спортсменов (МС-МСМК), специализирующихся в ориентировании бегом, в другую — 268 юных ориентировщиков в возрасте 12—18 лет. В качестве методов исследования использовались устный и анкетный опрос тренеров и спортсменов, анализ дневников тренировок и протоколов крупнейших соревнований, методы математической статистики.

Установлено, что время освоения отдельных разрядных нормативов в спортивном ориентировании (СО) относительно стабильно. В среднем требуется от полутора до трех с половиной лет для перехода от одного разряда к другому. Более длительные сроки характерны для перехода от мастера спорта к мастеру спорта международного класса (МСМК), в среднем от 4 до 7 лет. Женщинам требуется меньше времени для достижения высоких спортивных результатов, чем мужчинам (табл. 1).

Анализ полученных данных показывает, что наиболее одаренные спортсмены характеризуются быстрыми темпами прироста тренированности, поэтому они осваивают отдельные классификационные нормативы в более короткие сроки, а высоких результатов достигают в среднем через 5—7 лет регулярных занятий. Оптимальный возраст начала специализации в спортивном ориентировании находится в диапазоне 10—14 лет, возраст первых крупных международных успехов — в диапазоне 19—21 год, возраст высших достижений — в диапазоне 23—35 лет (табл. 2).

Временные зоны выполнения отдельных разрядных нормативов следует учитывать при долгосрочном планировании и управлении подготовкой спортсменов. Наряду с этим нужно отметить, что в спортивном ориентировании возраст не играет главной роли при демонстрации высоких результатов — спортсмены в состоянии показывать выдающиеся результаты и в 20, и в 38 лет. Можно предположить, что решающую роль в данном случае играет стаж занятий. Ориентировщики, имеющие стаж занятий 8—10 лет и не достигшие за это время высоких результатов, практически не способны в дальнейшем увеличить свои спортивные показатели.

Чтобы представить спортивную деятельность в количественном виде, необходимо вначале определить ее компоненты — те ее стороны, которые мы будем выражать через числа, так чтобы совокупность этих компонентов полностью характеризовала все количественные особенности и свойства спортивной подготовки. В ориентировании такими компонентами могут быть объем и интенсив-

ность нагрузки, количество работы с той или иной структурой, направленность и локальные задачи тренировки. В самом обобщенном виде, упражнения, применяемые в спортивном ориентировании, можно подразделить по принципу преимущественного целевого развития двигательных навыков на технические (упражнения с использованием спортивной карты) и физические. Анализ упражнений, применяемых ориентировщиками в своей подготовке, позволил классифицировать их по трем видам и девяти группам (рис. 1).

В результате исследования структуры средств тренировки ориентировщиков (МС-МСМК) было установлено, что наибольшее количество упражнений в целом, использованных в течение годичного цикла, — это кроссовый бег различной интенсивности — 66,7 %. Далее в порядке убывания следуют: бег с ориентированием — 12,6 %, ОФП — 7,6 %, лыжная подготовка — 7,3 %, теоретическая подготовка — 4,9 % и СБУ — 0,9 % (рис. 2).

Похожая динамика распределения основных средств подготовки в годичном цикле наблюдается и у квалифицированных ориентировщиков (МС-МСМК). У них, как и у мужчин,

SWIX®



Самое легкое древко, материал — 100% углеволокно — запатентованная пробковая рукоятка SWIX, маленькая гоночная лапка и закаленный металлический наконечник. Палки STAR — выбор ведущих спортсменов мира!



Лучшая в мире система гоночных мазей.

100% фторорганические порошки и ускорители помогут лидировать в гонке!



www.swix.ru; www.fischer.ru
sales@fischer.ru

Представительство в Москве
1 Голутвинский пер., д. 3/5, стр. 3
Тел.: (095) 230-02-94, 230-02-89,
факс: 230-03-70

Магазин и сервисный центр
ул. Солянка, д. 1/2, стр. 2
Тел.: (095) 925-37-36, 925-43-36

Мелкооптовый отдел
2 Вязовский пр., д. 2а
Тел.: (095) 410-00-14, 174-00-86

Тренировочные упражнения спортсменов-ориентировщиков



Рис. 1. Структура тренировочных упражнений спортсменов ориентировщиков

наибольший объем занимает беговая подготовка (71,3 %), затем идут упражнения с картой на местности (15,3 %), ОФП — 8,1 %, теория — 2,8 %, лыжи — 1,3 % и СБУ — 1,2 %. По сравнению с взрослыми, квалифицированными ориентировщиками, у юных спортсменов есть некоторые особенности в структуре распределения тренировочных упражнений. Основным средством подготовки является кроссовый бег, но его вклад в общий объем нагрузки значительно меньше (45—55 %). Важное место занимает общефизическая подготовка и лыжи, затем в порядке убывания следуют упражнения с картой на местности, теоретическая подготовка, СБУ и прыжковые упражнения.

Наибольшее количество упражнений использовалось квалифицированными ориентировщиками в ноябрь-декабре, то есть тренировка в этот период имела наиболее вариативный характер (рис. 3). Похожая вариативность распределения средств подготовки в годичном цикле наблюдалась и у юных спортсменов. Квалифицированные спортсмены-ориентировщики (мужчины и женщины) использовали в тренировочных занятиях 100—120 различных упражнений. У юных ориентировщиков (12—16 лет) количество использованных упражнений было на 11—14 % меньше.

Понятно, что значимость различных средств подготовки для достижения высокого результата неоднозначна. При рассмотрении взаимосвязи между результатом в ориентировании в настоящем и прошлом спортивных сезонах выявлена самая высокая мера связи ($r=0,982$). Такая высокая корреляционная связь дает основание считать, что спортивный результат в ориентировании является продуктом непрерывной многолетней подготовки. Объем бега средней ($r=0,922$) и высокой интенсивности ($r=0,704$) указывает на то, что данный показатель оказывает существенное влияние на спортивный результат. По-видимому, применительно к ориентированию объем работы в данных зонах определяет развитие потенциальных возможностей организма, которые спортсмен использует при адаптации к мышечной деятельности. При этом речь идет не о кратковременной адаптации, выражющейся в предельном усиливании

оде, при этом максимальная нагрузка за месяц достигает у квалифицированных ориентировщиков 550—650 км и приходится на март. В зависимости от уровня подготовленности спортсмена она не превышает 9—10 % от общегодовой. Повышенные объемы основного средства технико-тактической подготовки (бег с картой) концентрируются в начале соревновательного периода (в апреле—июне) и могут достигать в месяц 200—250 км. Следует отметить, что динамика распределения тренировочных нагрузок в годичном цикле у высококвалифицированных ориентировщиков определялась, в первую очередь, календарем соревнований и общизвестными принципами планирования процесса подготовки [1, 3, 10].

Если проследить динамику тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетнем плане, то вырисовывается следующая закономерность. С возрастом и ростом квалификации увеличивается количество тренировочных занятий, их продолжительность и, как следствие, общий объем нагрузки. Однако соотношение работы в зонах энергообеспечения изменяется по-разному. Доля работы в аэробной зоне с ростом мастерства постоянно увеличивается (в среднем может достигать 45—50 %), при этом работа в пороговой зоне и с высокой интенсивностью уменьшается. С одной стороны, такая закономерность является отражением долгосрочной адаптации организма к предлагаемым нагрузкам, а с другой — свидетельствует о просчетах в регламентировании интенсивности нагрузок в возрастном аспекте. Установлено, что увеличение спортивного результата в ориентировании обеспечивается различной динамикой применяемых объемов тренировочных нагрузок. Так, если нагрузки ориентировщиков элиты (МС-МСМК) в каждой группе

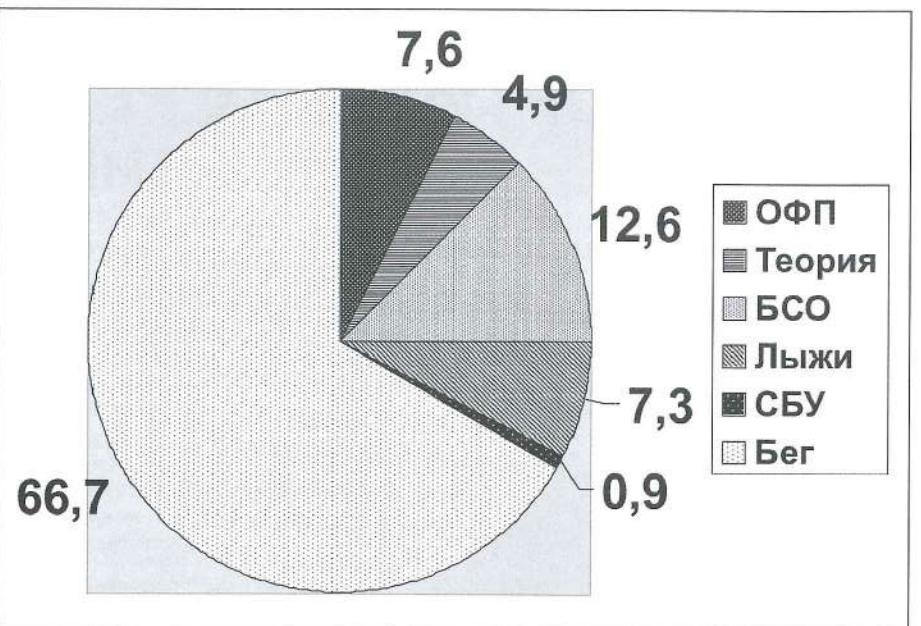


Рис. 2. Распределение общего количества упражнений по группам у спортсменов-ориентировщиков высокой квалификации (МС-МСМК)

является системообразующим фактором развития данной системы. Длительное же отсутствие результата деятельности нарушает координационные механизмы функциональной системы.

При анализе тренировочных средств в ориентировании было установлено, что распределение общих объемов циклических нагрузок в годичном цикле имеет общий для всех возрастных групп вид, и достаточно полно иллюстрируется рис. 4. Годовая динамика нагрузок характеризуется постепенным увеличением объемов в подготовительном пери-

оду, принять за 100 %, то можно отметить постепенное их увеличение, по мере роста мастерства спортсменов, в таких показателях как ОФП и бег с ориентированием. Максимальный объем ОФП, ТП и СБУ достигается спортсменами в 17—18 лет, и составляет соответственно 158,3, 117,3 и 108,8 % (табл. 3).

ва использованных упражнений в соревновательный период (в 2,5—3 раза), особенно в июне—августе. В структуре задействованных средств тренировки в качестве основных фигурируют упражнения шестой группы (различные виды бега) и упражнения третьей группы (специализированные упражнения с картой). В общей сложности они составляют 70—75 % от общего числа средств подготовки. В подготовительном периоде (ноябрь—март) в большей мере использовались силовые упражнения, лыжи, спортивные игры, ОФП; начиная с марта объем работы в этих группах средств начинает уменьшаться. При этом объем работы с картой в начале соревновательного периода увеличивается, его пик приходится на апрель—июнь.

Литература. 1. Борильевич В.Е., Зорин А.И., Михайлов Б.А., Ширинян А.А. Основы беговой подготовки в спортивном ориентировании. — СПб.: СПГУ, 1994. — 91 с. — 2. Верхонский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории и методики тренировки// Теория и практика физической культуры. — 1993. — № 8. — С. 21—27. — 3. Ивочкин В.В. Планирование многолетней подготовки перспективных бегунов на средние и длинные дистанции// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 1997. — № 4. — С. 28—30. — 4. Квашук П.В. Особенности определения индивидуальных норм тренировочных нагрузок различной интенсивности у юных

спортивных специализирующихся в циклических видах спорта: Научные труды 1997 года. — М.: ВНИИФК, 1998. — С. 152—155. — 5. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. — М.: Физкультура и спорт, 1977. — 273 с. — 6. Никитушкин В.Г. Совершенствование системы подготовки юных спортсменов// Теория и практика физической культуры. — 1993. — № 8. — С. 40—41. — 7. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с. — 8. Якимов А.М. Особенности подготовки юных бегунов на выносливость// Физическая культура: образование, воспитание, тренировка. — 2001. — № 1. — С. 28—32. — 9. Karkkainen O., Paakkonen O. Suunnistus Valmennus. — Sarijarvi, 1986. — Р. 19—142. — 10. Kosgei M., Abmayz W. Cross country training in Kenya// New studies in athletics. — 1988. — № 4. — Р. 53—59.

Рис. 4. Динамика объемов тренировочных нагрузок у высококвалифицированных ориентировщиков в годичном цикле (км)

Условные обозначения: ■ — общий объем циклической нагрузки; □ — объем бега с ориентированием

Проведенные исследования и анализ передового практического опыта позволяют сделать следующие выводы:

1. В многолетней подготовке юных ориентировщиков необходимость повышения общих объемов тренировочных нагрузок обусловлена самим механизмом энергообеспечения мышечной деятельности. Частные объемы нагрузок в III зоне, выполняемые при анаэробном энергообеспечении, с повышением спортивного мастерства, незначительно увеличиваются. Но сама зона сужается, так как ее нижняя граница (анаэробный порог) заметно поднимается, то есть значительных резервов увеличения объема работы в этой зоне почти нет. Поэтому увеличение объема нагрузок, выполняемых на уровне анаэробного порога во II зоне, служит основным резервом интенсификации подготовки юных ориентировщиков.

2. Многолетний тренировочный процесс в СО характеризуется возрастанием годовых объемов средств технической и беговой направленности в среднем на 12—36 % в год. При этом отсутствует четко выраженная закономерность изменения параметров тренировочной нагрузки в процессе многолетней тренировки. Сравнивая показатели тренировочной нагрузки юных ориентировщиков по каждому виду упражнений с модельными характеристиками можно утверждать, что наибольшее приближение к модельным параметрам отмечается в беге с ориентированием и СБУ. Рассогласование (в сторону уменьшения) ОФП с модельными нормативами достигает более 30 % в 11—12 лет и 15—20 % в возрасте 15—16 лет. В связи с этим необходимо изменить стратегию спортивной тренировки в ориентировании, начиная с 12—13 лет. Объем ОФП, теоретической подготовки, СБУ и прыжковых упражнений своих максимальных значений достигает на уровне I разряда — КМС (в 17—18 лет), затем их рост прекращается.

3. У квалифицированных ориентировщиков в системе круглогодичной тренировки имеется обширный и разнообразный состав средств подготовки. В качестве основной тенденции можно отметить уменьшение общего количества

Возраст, лет	ОФП, час (min-max)	Бег, км (min-max)	Лыжи, км (min-max)	Бег с картой, км (min-max)	СБУ, км (min-max)	Теория, час min-max
13	38.3 (22-49)	760.8 (460-1234)	308.2 (90-484)	202.8 (62-305)	10.8 (7-16)	6.8 (3-8)
14	30.4 (18-38)	1036.6 (480-1557)	330.6 (84-480)	284.3 (88-409)	11.4 (6-19)	7.4 (5-12)
15	27.2 (16-33)	1111.5 (488-1459)	397.0 (80-781)	300.7 (108-487)	12.6 (7-24)	10.2 (7-18)
16	37.0 (19-52)	1712.2 (542-2397)	500.2 (20-1515)	381.1 (156-645)	21.7 (11-36)	17.6 (8-32)
17	40.2 (20-83)	2586.2 (1533-3011)	476.2 (35-2070)	425.5 (340-536)	38.0 (50-85)	18.5 (10-35)
18	57.5 (30-78)	3284.2 (1917-3562)	523.1 (20-1210)	550.3 (298-820)	49.1 (15-86)	27.1 (8-45)
МС-МСМК	36.0 (12-64)	4427.7 (2630-4940)	370.3 (20-1411)	700.5 (342-1234)	45.2 (10-100)	23.6 (8-40)

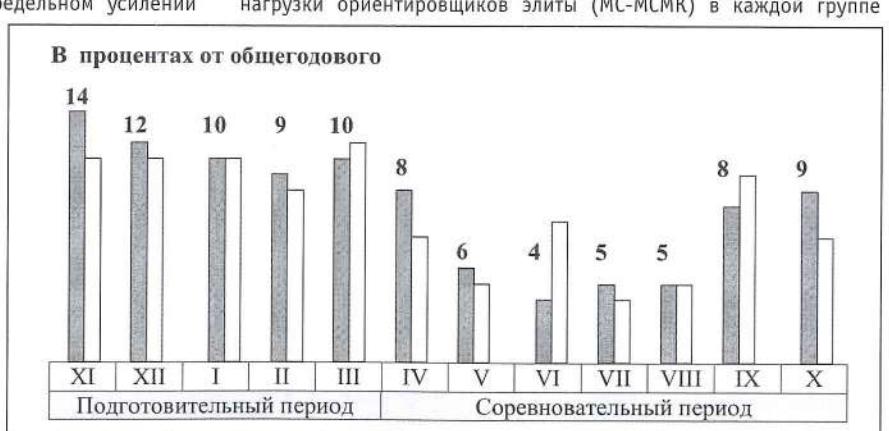


Рис. 3. Динамика показателей вариативности тренировочных средств в годичном цикле у спортсменов-ориентировщиков

Условные обозначения: ■ — квалифицированные ориентировщики; □ — юные спортсмены-ориентировщики

Майская многодневка

35 лет истории и не только

Суханова Марина, г. Тула

Тренер-преподаватель

Тульского государственного университета

«Все течет, все изменяется», — говорим мы, грустя о невозвратном светлом прошлом, но радость надежды на лучшее будущее тонкой струной отзывается в тот момент. А какое же прекрасное будущее без незабываемого прошлого?

Прошлое встает перед нами черно-белым фото, пожелтевшими страницами документов, рассказами очевидцев. К сожалению, последние уходят от нас.

Молодое поколение спортсменов не знает о том, что 20—30 лет назад наиболее значимым центром ориентирования России была Тула. С тульской «Майской многодневки», которая проходила во время первомайских праздников, начинался летний сезон. Эти соревнования традиционно входили во Всесоюзный календарь ориентировщиков.

Организатором «Майской» был Владимир Михайлович Троицкий (впоследствии он стал председателем Российского Совета ДСО «Буревестник», заместителем председателя Центрального Совета «Буревестник», председателем тренерского совета России, председателем Всесоюзной коллегии судей). Сегодня его уже нет с нами.

В 1965 году, будучи студентом, Владимир Михайлович организовал в Тульском политехническом институте на общественных началах секцию спортивного ориентирования, которая насчитывала 60—70 человек. В те годы ориентирование развивалось в основном среди студентов, которые являлись членами добровольного спортивного общества «Буревестник». Первые соревнования по обществу «Буревестник» (Россия) состоялись в 1964 году. В Прибалтике проводились матчевые встречи политехнических вузов.

А с 1968 года в Туле стало проходить открытый первенство вузов Тульской области и одновременно матч политехнических вузов страны. Название «Майская многодневка» соревнования получили позже.

На многодневку съезжались ориентировщики из разных уголков тогдашнего СССР: Дальнего Востока, Урала, Украины, Прибалтики. Даже спортсмены из южного региона, Краснодарского края, меняли свою теплую погоду на непредсказуемый май Тулы.

В этих соревнованиях участвовали до 40 студенческих команд: Рижского, Каунского, Тульского, Красноярского, Челябинского, Ленинградского, Томского, Пермского, Львовского, Дальневосточного политехнических институтов, МВТУ им. Н.Э. Баумана, МГУ им. М.В. Ломоносова, Уральского ПИ им. С.М. Кирова, Казанского химико-технологического института, Московского института геодезии, аэрофотографии и картографии, Уфимского авиационного института, МЭИ, Бирского педагогического института, Архангельского лесотехнического института и др. Приезжали также команды спортивных обществ, клубов и регионов: СК «Кунцево», ДСО МГС «Зенит», ДСО МГС «Динамо», Воронежский «Буревестник» и другие.

Первая «Майская многодневка» 1968 года собрала на турбазе «Алексин Бор» Тульской области 418 участников. Квалификация спортсменов была еще не очень высокой, например: мастеров спорта было всего лишь два человека, КМС — девять, спортсменов

первого разряда — 97, второго разряда — 114. С годами мастерство наших ориентировщиков росло, и «Майская многодневка» была тому свидетелем. В многодневке 1978 года в деревне Желебино Тульской области участвовали 675 человек из 57 команд. Среди участников уже было 55 мастеров спорта, 328 кандидатов в мастера и 318 перворазрядников. Рекордное количество участников было зафиксировано в 1980 году: более 1200 человек.



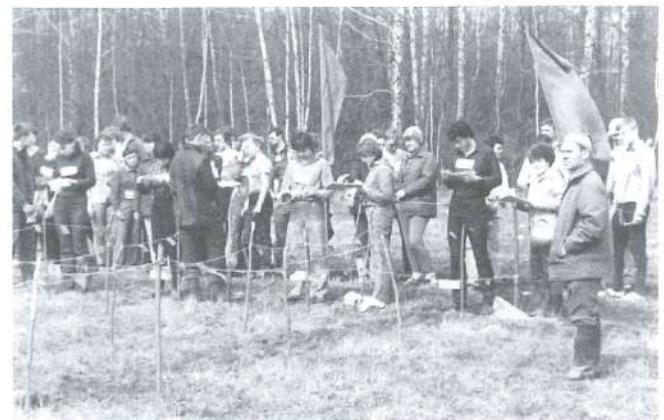
Авторитет и значимость многодневки росли. Например, в Положении 1978 года указывалось, что целью соревнований является подготовка команд к Всесоюзным студенческим. Один из дней являлся отборочным. К соревнованиям допускались только спортсмены, имеющие квалификацию не ниже кандидата в мастера спорта. Ставились дистанции класса мастеров спорта. Интересным фактом крупных соревнований являлось то, что норматив мастера спорта можно было выполнять по «половинкам» (1/2 МС) на разных соревнованиях. Одними из таких соревнований были тульские старты.

Программа многодневки включала три—четыре вида соревнований, это — старты вочных условиях, четырехэтапные эстафеты, индивидуальные соревнования в заданном направлении, трехэтапные эстафеты. В последующие годы программа несколько менялась. В ходе соревнований определялось командное первенство в матче политехнических вузов страны и в открытых соревнованиях вузов Тульской области, а также индивидуальное первенство. Команда, занявшая первое место в общем зачете в открытом первенстве, награждалась неизменным памятным призом — большим тульским самоваром.

Одним из обязательных мероприятий многодневных соревнований являлась праздничная Первомайская демонстрация спортсменов и организаторов.

Победителями командного первенства матчевых встреч становились в разные годы: Рижский политехнический институт, Каунский политехнический институт, Тульский политехнический институт.

Победителями открытого первенства вузов Тульской области были: «Вольный Ветер — Глобус» (Москва) «Труд», спортивный клуб «Кунцево» (Москва), МГУ им. М.В. Ломоносова, Воронежский технологический институт и другие.



В личном первенстве на первых многодневках среди мужчин лидировали: Калинин Б. (Москва), Раскостов В. (Уральский ПИ), Игнатьев Л. (Тульский ПИ), Паспиргумис А. (Каунас), Симакин С. (МВТУ), Новожилов С. (НТГПИ) и др.; среди женщин — Валтере И. (Рижский ПИ), Туранина С. (Смоленск), Шабалина В. (Киров), Курченко С. (Воронежский ТИ), Калинина Г. (Воронежский ГУ) и др.

Сильнейшими эстафетными мужскими командами на многодневках были команды: Казанского химико-технического института (Рогин Н., Садыков Р., Лукьянов В., Баранов Ю.); Кунцево (Москва) (Калинин Б., Головкин В., Куницин Н.); Ярославского технического института (Серов А., Хатыпов В., Прохорьев Б.); МГУ (Филиппов С., Лавренюк С., Лавренюк М.), ЛСХА (Звайзгне Я., Пейланс И., Саулис Э.). Среди женских эстафетных коллективов побеждали команды: Рижского ПИ (Юрика Р., Лиепа М., Валтере И., Гипсле И.), Воронежского «Буревестника» (Хорошилова З., Клепицкая С., Данилова В.), Воронежского технологического института (Селезнева В., Сотникова Л., Курченко С.), Тульского ПИ (Кондюрина Е., Хабарова Л., Овсянникова Т.).

В семейном архиве Троицких до сих пор хранятся десятки папок с протоколами соревнований тех лет. Интересно просматривать их и видеть среди участников «Майских многодневок» фамилии людей, которые тогда были молоды и еще только начинали историю спортивных «сражений» на лесных трассах. Теперь они продолжают свою активную деятельность в ориентировании: передают свой опыт подрастающему поколению спортсменов, руководят Федерацией, защищают диссертации, рисуют карты, пишут книги, проводят соревнования, продолжают «сражаться» в лесу.

Для помощи в судействе первых многодневных соревнований приглашались судьи из других регионов: Москвы, Архангельска, Ростова-на-Дону. Но в последующие годы судейство соревнований осуществлял слаженный коллектив тульских судей (50—60 человек). Подготовка судейских бригад происходила на ежегодных областных семинарах, организованных областным советом ДСО «Буревестник» при непосредственном руководстве В.М. Троицкого. Судьи Всесоюзной категории Раиса Васильевна Макарова, Владимир Михайлович Троицкий зарекомендовали себя как авторитетные арбитры, которые приглашались для судейства крупнейших стартах Всесоюзного календаря.

Проведение «Майских многодневок» позволило открыть немало новых районов для ориентирования, создать спортивные карты в Тульском регионе. Карты создавались в красивейших местах Тульского края, известных в разных уголках страны. Это овра-

жистая местность в окрестности усадьбы великого писателя Л.Н. Толстого, крутие берега реки Оки вблизи усадьбы русского художника В.Д. Поленова и дома отдыха «Велегож», сосновый бор — опять же на берегу Оки в городе Алексин Тульской области и другие. Несколько «Майских многодневок» проводились у «соседей», в прекрасном мире мелкосопочника — Калужской области.

Ну, и какие же соревнования с такой многолетней историей обойдутся без курьезных случаев и баек?

Темное время суток всегда богато на разные происшествия. Однажды во время ночных стартов тульский спортсмен преодолевал на дистанции пересохший колодец, да не удачно. Нога скользнула, и он тотчас... ушел под воду с головой, чудом успев набрать воздуха.

В другой раз бригаде финиша и секретариату долго пришлось ждать спортсмена после ночных соревнований, пока им не сообщили, что он тайком, минуя финишный створ, пробрался в свою палатку, чтобы переодеться. Ведь пока он преодолевал в темноте заросли колючих кустов, от его спортивных трусов осталась... одна резинка.

Погода неустойчивого европейского мая преподносila свои сюрпризы. Задержавшийся до поздней весны снег на северных склонах оврагов или вновь выпавший на утро соревнований — картина почти традиционная, но все же не причина, чтобы отменить участие в соревнованиях.

Одним из главных отличий первых многодневок являлось то, что участие в них было бесплатным. Проводящая организация, областной совет ДСО «Буревестник», брал на себя все расходы по проведению этих соревнований. С годами произошли изменения в государствстве, в том числе и финансовые. Вскоре не стало спортивных обществ. Тульская многодневка уже не была матчевой встречей вузов, но продолжала существовать и проводилась каждый год разными бригадами судей, корректировщиками и рисовщиками карт: Несынова С., Тенцера Б., Игнатьева Л., Пызгарева В., Агличева И., Агличева В. На заседании областной федерации составлялся график очередности проведения многодневки на два—три года вперед.

80-е годы принесли цветные карты, техническое оснащение старта и финиша. Но, как говорится: «На технику надейся, а про ручной финиш не забывай». Спустя столько лет, да пусть простоят тульских судей гости, не получившие результаты одного дня соревнований!

Ездить в Тулу не переставали, но и у себя дома объективно развились и крепли. Образовалось много сильнейших центров ориентирования и проведения многодневных соревнований. Российский календарь зазывает весь год.

В последнее время «Майская многодневка» продолжает быть традиционным, но большей частью только тульским «семейным» событием.

И вот с 5 по 10 мая 2003 года на реке Оке в близи турбазы «Алексин Бор» Тульской области будут проводиться соревнования на Кубок России, приуроченные к 35-летию Тульской многодневки.

А что там, на берегах реки? Гигантские щупальца оврагов далеко врезаются в глубь леса. Попробуй, разгадай их тайные замыслы, куда они заманивают? Им многоголосым хором вторят извилистые тропинки и стремительные просеки. Тенистые ели, надменные сосны безмолвствуют. Соседская листва бесшумно шумит на ветру. Люди в лесу. Кто быстрее найдет решение?

Тула ждет нашествия искушенных и не очень. Тула ждет нового накала спортивных страсти.



Интервью с Юрием Борисовичем Никаноровым, Председателем детско-юношеской комиссии, Членом Президиума Федерации Спортивного Ориентирования России

Беседу вела: Ольга Минаева

Ольга Минаева: Юрий Борисович, Вы председатель детско-юношеской комиссии ФСО России. Распоряжением президента Федерации спортивного ориентирования России Вы назначены исполняющим обязанности старшего тренера юниорской сборной. С чем это связано?

Юрий Никаноров: Это связано с тем, что выступление наших юниоров в Испании в июле 2002 года Госкомспортом России было признано неудачным. И хотя позиция Президиума ФСО России не совсем совпадает с выводами Госкомспорта России, в тоже время Президиум так и не получил ответа от тренерской бригады, почему сильнейшие юниоры страны, от выступления которых на Чемпионате Мира в Испании Федерация ждала медали, такие как Ряполов Роман (Пермская область), Толстопятов Вадим (Тамбовская область) и Сабуров Дмитрий (Приморский край), не были включены в состав сборной команды России и не поехали на Чемпионат Мира.

О.М.: Какие изменения в системе отборочных соревнований намечаются в этом сезоне?

Ю.Н.: Мы вернемся к старой схеме проведения отборочных соревнований. Отборочное соревнование будет одним, общим для юниоров, юношей и девушек (Новгородская область, Валдай 12–16 мая 2003 г.). Практика разнесения отборочных соревнований ничего хорошего не дала. В состав сборной России отбираются три человека в каждой группе по спортивному принципу, три человека определяются по решению тренерской бригады. Обращаю ваше внимание, что именно по решению тренерской бригады, а не тренерского совета, и хочу объяснить, почему:

1. В прошлом сезоне тренерский совет в полном составе не собрался ни на одном отборочном соревновании. Нет уверенности, что он собирается и в будущем.

2. Решение тренерского совета делает членов тренерской бригады простыми туристами, снимая с них всякую ответственность за выступление сборной команды. Кого назвали, того и созвали.

3. Мы должны доверять тренерской бригаде и давать ей возможность для маневров, тогда она будет отвечать перед Федерацией за свои решения и свои действия. Это моя позиция, я озвучил ее на Конференции и отстоял на Президиуме.

О.М.: Тренерское сообщество всегда пугает возможность волонтерских действий тренерской бригады.

Ю.Н.: Согласен, такая вероятность есть, и вынужден признать, что такие действия имели место год назад при отборах в сборную команду в Испанию. Сейчас эти ошиб-

ки исправляются. Есть Президиум ФСО России, есть Исполком, а это довольно жесткие контролирующие организации. Поэтому не надо бояться — они поправят.

О.М.: Когда будет сформирована тренерская бригада, каковы будут требования к кандидатам и какие задачи будут перед ней поставлены?



России. Что Вас устраивает и что нет в системе детско-юношеского ориентирования России, и ожидаются ли какие-либо глобальные изменения?

Ю.Н.: На мой взгляд, за последние годы ФСО России выстроена четкая и хорошо отложенная система детско-юношеского ориентирования. Это прежде всего качественный календарь мероприятий с обширной географией, хорошее проведение детско-юношеских соревнований, сборов и тренерских семинаров. Работая, эта система дает высокие результаты, которые выражаются прежде всего в медалях юниоров, юношей и девушек на международных соревнованиях, в званиях и категориях их личных тренеров, в зарплатах личных тренеров спортсменов, директоров и завучей наших спортивных школ, в росте массовости и мастерства спортсменов, участвующих в российских соревнованиях, а также в увеличении числа регионов. По этим причинам, на мой взгляд, пока не требуется никаких глобальных изменений, а в нюансах, деталях изменения непременно будут, так как система живая, и время требует от нее постоянной корректировки.

О.М.: Тогда, пожалуйста, расскажите о нововведениях, которые ожидают Федерации.

Ю.Н.: Мы наблюдаем тенденцию роста количества детско-юношеских клубов спортивного ориентирования, и это не может не радовать. Понятно, что ситуация в стране стала более стабильной, и тренеры на местах находят и спонсоров, и другие внебюджетные источники финансирования. Мы считаем, что детско-юношеские клубы спортивного ориентирования вместе с поддержкой со стороны системы дополнительного образования, — это тот фундамент, на котором в будущем будет строиться вся система российского ориентирования. Поэтому в календаре Федерации необходимо предусматривать соревнования для командной борьбы этих клубов. Детско-юношеская комиссия выносит на Президиум вопрос о подведении в рамках Чемпионата и Первенства России среди КФК и СК специального командного зачета для стимулирования работы детско-юношеских клубов спортивного ориентирования. Это одна из текущих задач комиссии. В дополнение к вышесказанному — комиссия рассматривает интересное предложение В. Урванцева (Санкт-Петербург) о проведении новой командной гонки — гонки патрулей. Назрела необходимость введения на Первенстве России и Кубке России групп М19 и Ж19. Большим достижением Президиума и детско-юношеской комиссии является включение ориентирования в Спартакиаду учащихся. Ее успешное проведение — основная задача этого сезона.

О.М.: Теперь вопрос к вам как к председателю детско-юношеской комиссии ФСО

Планирование дистанций спортивного ориентирования для разных возрастных групп в системе дополнительного образования



С.Б. Болотов
Педагог дополнительного образования
Башкирского республиканского центра
детско-юношеского туризма и экскурсий,
мастер спорта России, судья республиканской категории

щие их уровню подготовки. Делаю я такие выводы на основании десятилетнего опыта планирования детских и взрослых дистанций на соревнованиях республиканского и всероссийского уровня. Помогает в процессе планирования и опыт собственной соревновательной деятельности, который освещает в памяти чувства и ощущения спортсменов при преодолении той или иной дистанции.

Итак, мы подошли к двум взаимосвязанным и одновременно взаимоисключающим понятиям: трудная (легкая) местность и трудная (легкая) дистанция.

Никто не будет оспаривать тот факт, что основой нашей педагогической деятельности являются общедидактические принципы. В ориентировании подготовка — это последовательность; карта — краткость, ясность, точность; дистанция — доступность. Если три самых важных фактора (подготовка, карта, дистанция) соответствуют своим дидактическим определениям, то и конечный продукт (результат) — будет удовлетворять нашим требованиям. Если же какой-либо из этих факторов на определенном этапе осуществления дал сбой, то и конечный результат будет уже другим.

Опыт показывает, что чаще всего сбой дает фактор «дистанция», где нарушается принцип доступности, хотя как раз планирование контролировать легче всего. Попробуем разобраться с трудностями, возникающими при планировании. Рассмотрим схему.

Кажется, все просто. Чтобы достигнуть желаемого результата, нужно не нарушать цепочку технологического процесса и с самого начала работы поставить перед собой следующие вопросы:

— контингент и степень ответственности соревнований;
— объем работы, количество участников;
— сроки исполнения.

Когда известны ответы на все эти вопросы, процесс планирования становится увлекательной импровизацией.

Итак, рассмотрим все по порядку.

1. Дистанции, центр соревнований, места старта (стартов) и финиш (финишей).

Хороша та карта и местность, которую можно использовать, а не та, что интересна сама по себе. Другими словами, хороша не местность как территория вообще, а дистанция, проложенная по ней. Мы прекрасно знаем примеры, когда, казалось бы, интереснейшую местность губила неинтересная дистанция и наоборот. Центр соревнований, старта, финиш должны быть легким доступными для участников и обслуживающего персонала, в первую очередь, для обеспечения их безопасности.

2. Возраст и квалификация участников предстоящего мероприятия.

Если этого не учитывать, то может получиться полное несоответствие принципу последовательности в обучении. Например, новичок (ребенок, занимающийся ориентированием очень непродолжительное время и впервые учащийся в состязаниях) может преодолеть только ту трассу, которая предназначена для его уровня подготовки и никак не более сложную. Но и в одной возрастной группе велик разброс по уровню квалификации, особен-



но в МЖ 14, 15. Позже результаты выравниваются, а раньше разница не так заметна из-за возрастных ограничений понимания процесса ориентирования вообще. Поэтому деление возрастной группы на подгруппы по уровню подготовки — это необходимая и насущная потребность. Но и дистанция должна быть спланирована таким образом, чтобы ею смогла воспользоваться вся группа. Это не значит, что я призываю снижать уровень дистанций. Но все-таки не следует забывать, что мы ведем речь в основном о детских группах. В этом возрасте базис в сотни раз превышает надстройку, и группы 13—15-летних спортсменов в массе состоят из так называемых «средних ориентировщиков». Кто-то попытается возразить, что, усредняя класс дистанций, мы, в конечном итоге, придем к более низкому уровню ориентирования. Я думаю, что это не так. Ведь мы ведем разговор о соревновательных мероприятиях, а они не являются сами по себе показателями уровня. Соревнования (состязания) используются не для повышения тренировочного уровня, а для закрепления усвоенных навыков. Можно сказать, что тренировка — это процесс приобретения навыков, а соревнования — их проверка. Учиться на соревнованиях поздно, можно лишь воспитывать какие-то побочные навыки, которые невозможно воспитать в процессе тренировки (например, соревновательный стресс).

Как же добиться единого подхода при планировании дистанций? Для этого, в первую очередь, существуют правила и техническое задание. В правилах есть временные характеристики, в техническом задании — критерии сложности.

Далее рассмотрим требования к планировщику дистанций в спортивном ориентировании.

1. Каждой возрастной группе — свои дистанции. Нельзя объединять контрольные пункты для самых младших возрастных групп с пунктами для самых старших. В процессе соревнований они решают разные задачи и будут негативно воздействовать друг на друга. Нужно свести к минимуму возможные объединения дистанций.

2. Сначала планируются дистанции для самой младшей возрастной группы и далее по возрастющей. Чем младше группа, тем сложнее спланировать дистанцию, так как участник знает не все приемы ориентирования.

3. Не существует приоритетных групп и дистанций, каждый участник имеет равное право на внимание и качественное обслуживание со стороны организаторов соревнований.

4. Для каждого этапа работы есть свое время.

5. Планировщик должен знать последовательность этапов обучения навыкам ориентирования (то есть должен иметь педагогическое образование или опыт работы с детьми), чтобы, планируя дистанции для определенной группы, не заставлять участников использовать приемы, которых они не знают (рис. 1).

6. Разумной экономии при организации соревнований и планировании дистанций нет, есть компромисс. Но компромисс это не то, что желаешь, а то, на что хватает средств и времени. Любой компромисс при планировании дистанций должен как можно меньше отражаться на участниках.

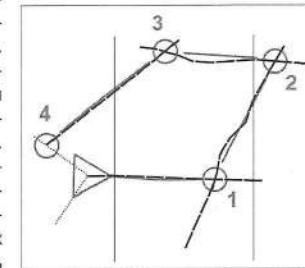


Рис. 1

чаще. Дистанция с большим количеством КП интереснее, а для определенного контингента участников и более доступна для прохождения. Например, когда ориентировщик нужно выполнить какой-либо большой этап, он разбивает его на несколько более мелких и двигается так, что окончание одного маленького этапа становится началом другого. Но ведь это тоже самое, что отметить на КП и двигаться дальше! И еще один положительный момент наличия большого количества контрольных пунктов, особенно для младших групп. На каждом из них участник точно знает свое местоположение. Поэтому я не вижу никаких препятствий воспользоваться большим числом КП при планировании дистанций для детей.

Можно сказать, что этот прием актуален и для взрослых спортсменов, особенно в предсоревновательном периоде подготовки. Тогда за

миться с последовательностью усложнения дистанций для различных возрастных групп (рис. 3). Масштаб карт 1:10 000.

Из фрагментов видно, что при планировании дистанций учитывается концепция последовательности обучения ориентированию. Если участники групп МЖ 12, МЖ 14Б владеют в основном навыками линейного и площадного ориентирования, то соответственно и дистанции планируются исходя из этого. В группах МЖ 14 фактор использования линейных ориентиров сохраняется, но в отличие от младших возрастных групп точки расположения контрольных пунктов выбираются уже не так близко к дорогам, тропам и пр. Этим участнику дается понять, что использование линейных ориентиров невыгодно с временной точки зрения, то есть движение по дорогам дает только эффект надежного, но при этом заведомо более длительного движения. Или их можно использовать как тормозные ориентиры на пути от КП до КП.

В группах МЖ 16, 18 акцент делается на полное владение навыками ориентирования, в первую очередь, заставляя участников осуществлять этапы, двигаясь по цепочке ориентиров, хотя и здесь остается большое количество линейных ориентиров. Происходит это из-за сильной разницы в технической подготовленности участников даже в этих возрастных группах. Но есть еще один важный аспект — это возможность для всех участников групп закончить дистанцию без серьезных потерь. Выигрывает в конечном итоге тот, кто более опытен в ориентировании; но и тот, кто будет использовать более медленные, но зато очень надежные дорожные варианты, проигрывает немного.

На двух фрагментах (рис. 2) даны примеры планировки дистанций для групп новичков (МЖ 8, 10, 12) и МЖ 16, 18. Масштаб карт 1:5000 и 1:10 000. Здесь обращает на себя внимание факт максимального использования площади карты и расположение на дистанции небольшой длины большого количества контрольных пунктов, благодаря чему из-за частых смен направления, длии и насыщенности этапов достигается эффект постоянной напряженной работы с компасом и картой. «Подталкивание» участников со стороны планировщика к использованию на каких-либо этапах дорожных вариантов порождает повышенные скорости, а соответственно, трудности с ориентированием.

Ситуация на фрагменте карты для новичков (МЖ 8, 10, 12) интересна тем, что гарантирует стопроцентное выполнение задания. Например, данную дистанцию закончили абсолютно все стартовавшие участники, причем все они участвовали в соревнованиях по ориентированию первый раз. Лучший из них показал на дистанции время 4,5 мин, худший — 9 мин.

Таким образом, мы должны добиться одного подхода при планировании дистанций в разных уголках страны. Конечно, творчество было, есть и будет одним из важнейших подходов планировщика дистанций. Но базироваться оно должно на четком знании этапов обучения ориентированию и углубленного анализа особенностей каждой возрастной группы. Ну, и еще сюда можно добавить такие черты, как пунктуальность, точность, аккуратность и добросовестность.

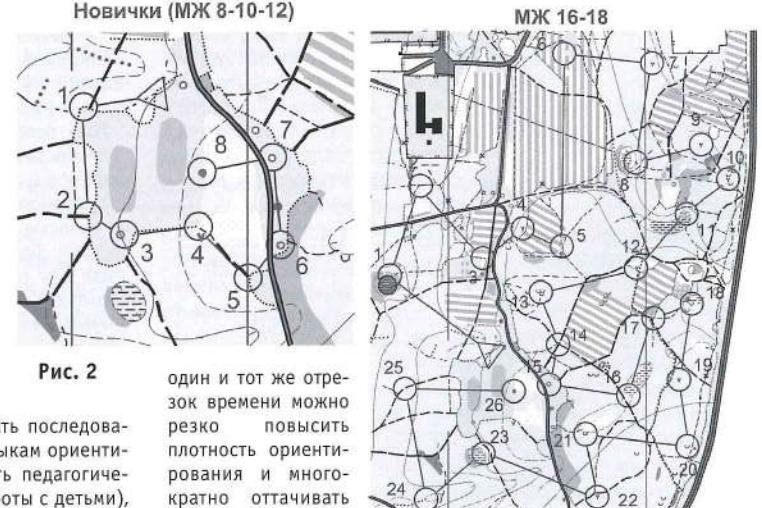
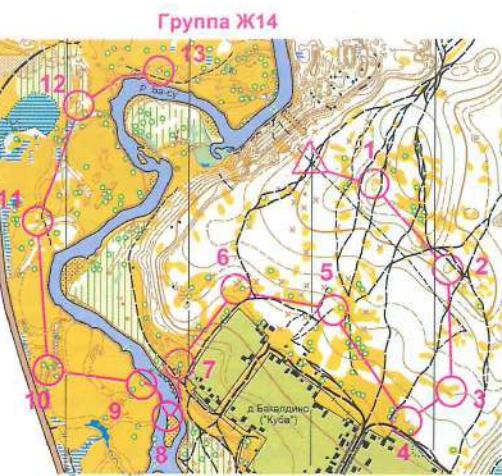


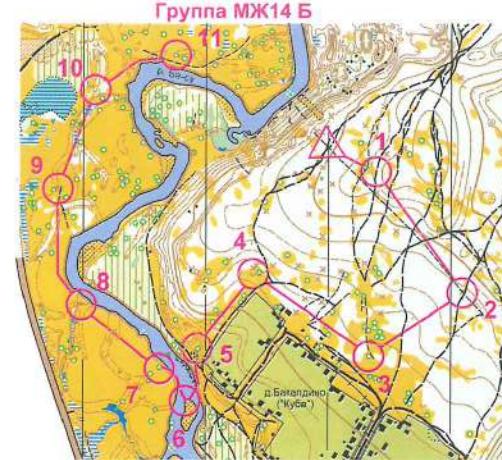
Рис. 2

один и тот же отрезок времени можно резко повысить плотность ориентирования и много-кратно оттачивать такие навыки, как выбор пути, подход, отметка, уход с контрольного пункта. Сравним для примера дистанции 3 км x 9 КП и 3 км x 18 КП. Время преодоления этих дистанций будет примерно одинаковым, а вот плотность ориентирования на второй дистанции — в два раза больше.

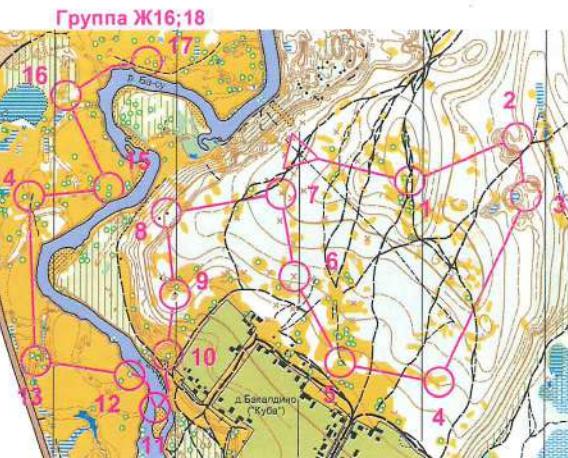
На приведенных далее примерах Первенства Республики Башкортостан среди учащихся 2002 г. (короткие дистанции) можно ознаком-



Группа Ж14



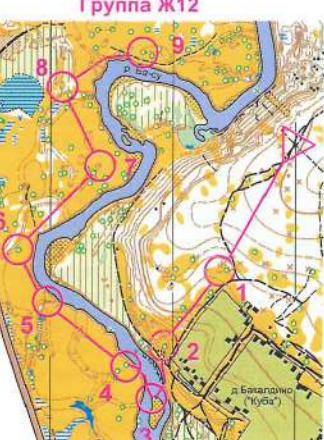
Группа МЖ14 Б



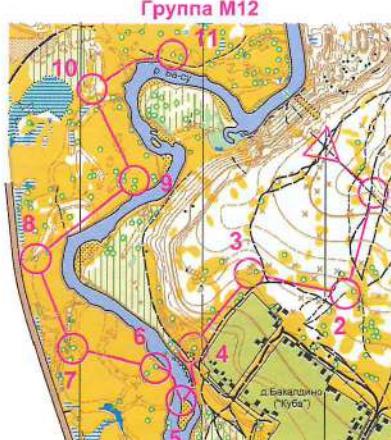
Группа Ж16;18



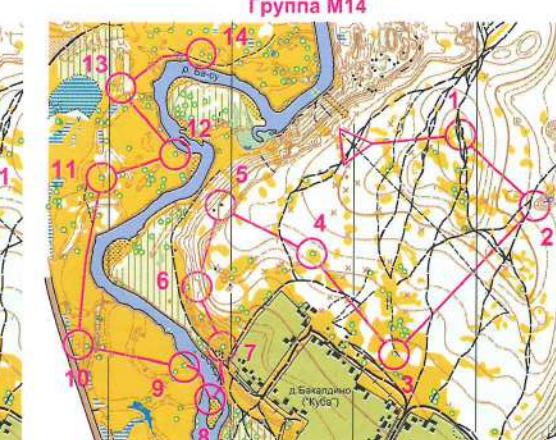
Группа МЖ16 Б



Группа Ж12



Группа М12



Группа М14



Группа Ж16



Группа М18

Рис. 3

Тот борьбы не видел, кто на Валдае не бывал!



Сергей Бессонов,
Президент Фонда «Среднерусский центр
спортивного ориентирования»,
Заместитель председателя Думы г. Великий Новгород,
мастер спорта

Решение о проведении в 2002 году Чемпионата и Первенства России среди коллективов

физической культуры и спортивных клубов на Валдае принималось без особых сомнений. Еще не стерлись в памяти спортсмены и представителей спортивных батальи на валдайских и окуловских краях. Традиции подотовки к самым массовым Чемпионатам России не изменились — опять представители и спортсмены долго думали «ехать или не ехать». И несмотря на то, что сами же потом страдают от поздних заявок, незаявленного народа приехало почти триста человек, и поворчал секретариат. А потом протесты, и даже жюри заседало, дважды находя выходы из почти безвыходных ситуаций. А если коротко, то борьба 61 команды «со всех концов Руси Великой» к этому обязывала и первое стоила изрядных. Уже ясно, что ФСО необходимо подумать о создании особого положения, регулирующего порядок «приписки» спортсменов не только к территории, но и к определенному клубу. А то в ходе соревнований случались такие казусы, как выступления спортсмена в составе эстафетных команд за один клуб, а через день в Чемпионате России среди КФК и СК в индивидуальном зачете — за другой — «ка что, это уже другие соревнования, другая мандатная, другая команда». Так-то оно так, но неправильно как-то это. Но обо всем по порядку.

Формула Чемпионата предусматривала три дня соревнований в эстафетах в зачет Чемпионата по группе «элитах» и Первенство среди клубов во всем возрастным группам.

Желающих испытать себя в этот раз приехали 1200 человек, и это не считая тренеров и иных «туристов», без которых спортсмены и шагу ступить не могут.

Бытовые удобства, предоставленные базой отдыха «Радуга» ОАО «Акрон» для мно-

гочисленной спортивной общественности, уже «подтягивались» к претензиям избалованных псковичей (несколько шведских компактов в наличии было). В остальном к услугам участников были многочисленные спортивные площадки, дискотека, великолепное рыбное озеро и лодки для рыбалки, душ, медпункт, «межгород» по карточкам и выездной ресторан под соснами, как само собой разумевавшееся. Для души и исследования духа — экскурсии по местам былых сражений Великой Отечественной и «холодной войны» в виде взорванной ракетной шахты со всеми линиями «обороны», которые с трудом обводила служба дистанции. Для спортсменов были подготовлены пять новых спортивных карт, еще ни разу не использовавшиеся в официальных соревнованиях. Составители — известные картографы России, Беларуси и Украины С. Воробей, С. Несынов, А. Ковязин, В. Бортник, В. Граховский. Начальники дистанций А. Никитин (Псков) и С. Воробей (Великий Новгород), директор соревнований и главный судья Сергей Бессонов (Великий Новгород). Для тренеров, спортсменов, представителей и, конечно же, зрителей была выпущена программа соревнований, которая включала в себя практические все вопросы, связанные с обслуживанием участников, стартовыми протоколами, порядком стартов, а также иными мероприятиями Чемпионата, что вполне соответствовало подготовке соревнований такого уровня, хотя и накладывало на организаторов жесткие рамки условий, изложенных в программе.

Но все же главными были сами соревнования. 14 августа на старт эстафеты вышло 245 команд, представляющих 46 клубов страны, как говорится, и стар и млад. Борьба шла не шуточная — лидеры менялись каждый этап, а на финише их разделяли считанные секунды. Абсолютными победителями всех трех дней соревнований в группе М12 стала команда «Белые Ночи» из Санкт-Петербурга (Медведев М., Харичев Д.,

Баранов С.). В группе М13 не было равных команде СДЮШОР Ленобласти (Филенков А., Егоров И., Кобзарев Н.), абсолютным победителем в группе М14 стала команда СДЮШОР 2, Санкт-Петербург (Лебедев А., Круглов В., Конюхов В.). В этом Первенстве основная борьба разгорелась между командами Санкт-Петербурга и Ленинградской области, лишь иногда в их борьбу вклинивались команды из Тулы, Орла, Перми и Воронежа. С более старших возрастных группах на пьедестал стали подниматься представители «Варианта» и «Виктории» из Москвы, но в М20 опять не было равных братьям Цветковым Дмитрию и Игорю и отлично их дополнившему Александру Кирилову — две победы и второе место. Острейшая борьба за чемпионский титул разгорелась среди сильнейших спортсменов России: Горбатенков И., Алексеев В.,

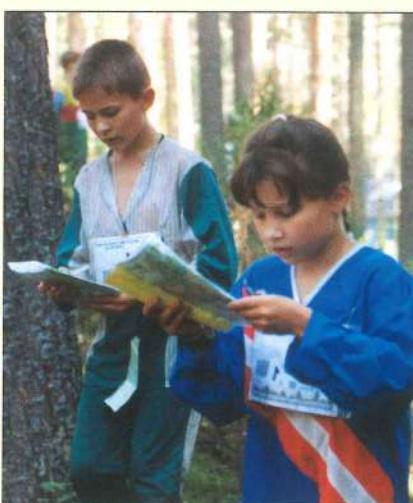
Малышев Н. («Белые Ночи», С.-Петербург), Детков С., Павлайнен А., Козлов В. (СКА, С.-Петербург), а может, Наумов П., Сафонов Д., Климов И. («Виктория», Москва)? Это вопрос разрешился уверенной победой армейских спортсменов с отрывом в пять с половиной минут, что в немалой степени определило ход командной борьбы на Чемпионате в целом.

У девочек группы Ж12 вновь не было равных команде СДЮШОР Ленобласти (Козлова Е., Левинская В., Тихонова А.), хотя с ними вовсю боролись новгородские спортсменки. В группе Ж13 доминировали спортсменки «Синтеза» из Перми (Свирь А., Пьянкова Е., Истомина Е.), ни разу не уступив питерским. В Ж14 воспитанницы ШВСМ Петрозаводска показали характер, дважды поднимаясь на пьедестал победителями и лишь раз уступив первенство СДЮШОР 2 из С.-Петербурга. В Ж15 триумфальное выступление вчерашних новичков ориентирования Вали Саловой, Кати Попович и Дарьи Прохоренко («Акрон», Великий Новгород), убедительно победивших своих именитых соперниц во все три дня соревнований. И надеюсь, время покажет, что они побеждают не только в «родных стенах». В Ж16 только «Синтез», Пермь (Селедкова М., Шилова М., Фадеева П.). Принадлежность чемпионского титула, кажется, ни у кого не вызывала сомнения, конечно же, наши звезды не разочаровали своих поклонников. Абсолютные чемпионки — Татьяна Рябкина, Татьяна Костылева, Алия Ситдикова.

Окончательно точки в Первенстве расставили ветераны, и все места на командном пьедестале заняли питерские команды: СДЮШОР Ленобласти, «Белые Ночи» и «Бал-

тийский берег» из С.-Петербурга, одной даже места не хватило, так как «Балтийский берег» и СДЮШОР 2 набрали равное количество баллов и разделили третье и четвертое место только согласно положения. Но самым неожиданным и приятным для хозяев соревнований стало шестое место команды «Акрон» (Великий Новгород), лишь немного уступившей пермскому «Синтезу». Чемпионом стала команда СКА (С.-Петербург), на втором месте «Белые Ночи», на третьем — «Вариант» (Москва).

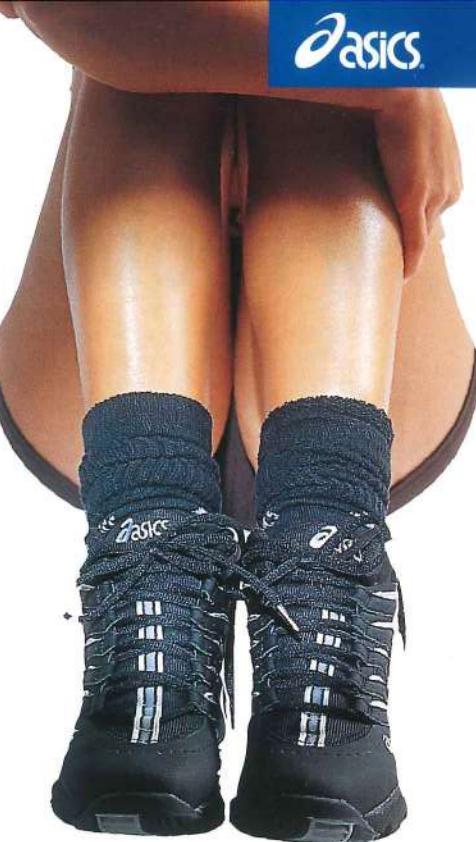
Эстафетная пыль улеглась, тренеры и ветераны праздновали победу, кто над соперниками, кто над собой, а представители уже толпились перед «мандатной», тасуя составы в надежде отыграться. С 18 августа начались соревнования Чемпионата и Первенства России среди коллективов физической культуры и спортивных клубов в индивидуальной программе. Особое внимание они привлекли еще и потому, что старты по группе МЭ 19 августа входили в зачет международных соревнований мирового рейтинга календаря ИФФ.



(СДЮШОР 12, Н. Новгород), по разу «отметились» и новгородки Валя Салова и Катя Попович. В Ж20 дважды побеждала Яна Фершалова, ну, а у ЖЭ не было равных абсолютной чемпионке соревнований в эстафете Татьяне Рябкиной, она же стала и абсолютной чемпионкой соревнований в личном зачете, реабилитировав себя за досадный «ляп» четырехлетней давности на Валдае. В Ж35 двукратной чемпионкой стала Люба Сергеева (СДЮШОР 2, С.-Петербург), в Ж40 Виктория Фершалова, в Ж50 М. Кольцова (СДЮШОР, Тверь), а в Ж55 С. Шибанова (ОЦДЮТЭ, Рязань).

В итоге этих соревнований на Первенстве России в личном зачете на пьедестале почета вновь расположились команды Санкт-Петербурга: «Белые Ночи», «Балтийский Берег», СДЮШОР 2, а вот чемпионский титул досталась «Вариант» из Москвы, на втором месте «Синтез», Пермь, на третьем — СДЮШОР 2, С.-Петербург.

Завершались все дни соревнований традиционным шумным награждением участников медалями и памятными подарками, а победители получали еще и ценные призы. В целом победителями и призерами стали более 800 человек из 1200 участников, конечно же, кто-то увез и по шесть призов, но тем не менее, каждый получил удовольствие от захватывающей борьбы на дистанциях соревнований, отличной погоды, солнца, отдохнув в одном из красивейших мест России, куда хочется возвращаться еще не раз, например, на будущий год!



НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

С ЛЮБОВЬЮ К СПОРТУ

спортивные супермаркеты
спортмастер

Единая справочная служба: (095) 777-777-1
www.sportmaster.ru www.asics.ru

ОПТОВЫЙ ЦЕНТР: ул. Бориса Галушкина, 7

Москва
м. «Тимирязевская»: Дмитровское шоссе, 37
м. «Октябрьская»: КЕТТЛЕР-СПОРТ, Ленинский пр-т, 21
м. «Смоленская»: Смоленская пл., 6
м. «Маяковская»: ул. Большая Садовая, 1
м. «Рижская»: Проспект Мира, 71
м. «Кутузовская»: Кутузовский пр-т, 36
м. «Университет»: Ленинский пр-т, 81
м. «ВДНХ»: ВВЦ, пав. «Москва», 3 этаж

С.-Петербург:
Н. Новгород:
Новосибирск:
Челябинск:
Киев:

Московский пр-т, 10
ул. Б. Покровская, 93
ул. Красногвардейская, 32
ул. Плеханова, 45
б-р Леси Украинки, 28

КЕТТЛЕР-СПОРТ:
Киев:
Минск:

ул. Заньковецкой, 10/7
ул. Якуба Коласа, 39



Ориентирование и геоморфология

В. Алешин
Судья Всесоюзной категории



Всем нам, в той или иной степени привыкшим к спортивному ориентированию, хорошо известно, что рельеф земной поверхности является основой любого ландшафта.

Составители спортивных карт научились правильно изображать его элементы и формы, начальники дистанций умело используют эти элементы для постановки КП, а спортсмены охотно пользуются рельефом как при выборе пути, так и в процессе чтения карты.

А вот как образовались различные комплексы форм рельефа и какие факторы в настоящее время определяют процессы их преобразования менее известно специалистам нашего вида спорта. А всеми этими вопросами занимается геоморфология — наука о рельефе земной поверхности и его происхождении. «Заглянем» немножко в эту науку!

Геоморфология классифицирует формы рельефа по условиям их образования и в зависимости от основного фактора (активной силы), в настоящее время определяющего процессы преобразования рельефа.

Наиболее распространены комплексами форм рельефа, встречающимися практически во всех ландшафтных зонах, являются формы, обусловленные деятельностью поверхностных текучих вод. Формы рельефа, связанные с размывом и разрушением почвы силой текущей воды называются водно-эрзационными, а связанные с отложением твердых частиц, переносимых текущими водами — водно-аккумулятивными.

Наиболее распространенные водно-эрзационные элементы и формы рельефа — это лощины, промоины, овраги (рис. 1).

Лощины, или ложбины стока, имеют простую форму с пологими и слаженными склонами.

Если размыв дна лощины усиливается, то начинает развиваться промоина — узкая вытянутая с V-образным или трапециевидным поперечным сечением. Для лощин и промоин характерно, что профиль их дна повторяет профиль поверхности склона.

Из промоин на крутых склонах под действием водной эрозии образуются овраги — сложные комплексы форм рельефа, состоящие из промоин, лощин, обрывистых склонов, куполообразных возвышений и выступов между лощинами. Характерная особенность оврага (в отличие от лощины) — наличие вершинного перепада, кругого участка в его начале; профиль дна оврага не совпадает с характером общей поверхности склона.

Овраг глубоко врезается в склон и представляет в таких местах серьезное препятствие, а иногда и опасность для спортсменов.

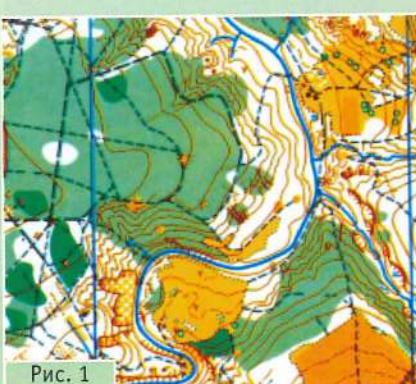


Рис. 1

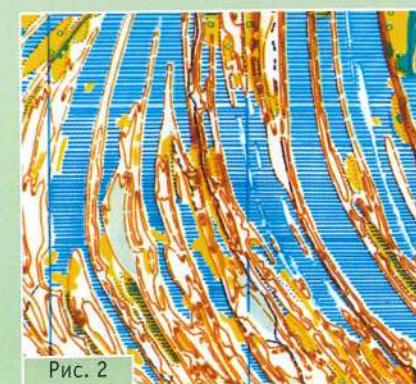


Рис. 2

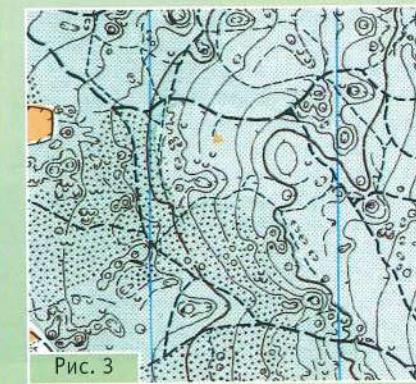


Рис. 3

Водно-эрзационные ландшафты, занимающие местами обширные площади, достаточно интересны для ориентирования, так как дают обильную информацию для чтения карты и ставят задачи выбора пути. К сожалению, растительность в большинстве таких районов труднопроходима по всей площади.

Типичным примером водно-аккумулятивного рельефа является пойма — это часть dna долины реки, непосредственно примыкающая к ее руслу. В поперечном сечении в пойме различают три части: прирассловую, центральную, притеррасную.

Прирассловая часть наиболее возвышенная, так как после половодья именно на ней осаждается наиболее крупный материал, переносимый водой; из него образуются прирассловые валы — продлögоватые возвышения, иногда в несколько рядов, вытянутые вдоль русла.

Если рыхлая поверхность толща отделяется от лежащих выше нее по склону слоев и смещается вниз по склону без опрокидывания, то образуется оползень.

В результате оползней на склонах образуется беспорядочное скопление бугров, ям, ступеней, выступов на разных уровнях. Понижения заболочены, встречаются маленькие водоемы (рис. 4). Старые оползни задернованы и поросли кустарником и лесом. Распространены не очень широко — в основном на берегах Оки, Волги, Дона, в предгорьях Кавказа. Очень интересны для ориентирования ввиду сочетания мелких форм рельефа и склона с большими перепадами высот. При картографировании таких участков возникают сложности с выбором высоты сечения рельефа.

Важную роль в формировании современного рельефа земной поверхности сыграли древние ледники. Ландшафты, связанные с их деятельностью, особенно интересны для ориентирования. Эти районы насыщены технически сложными комплексами форм рельефа, болотами, озерами, труднопроходимой растительностью. Да и само спортивное ориентирование родилось именно на таком ландшафте — в странах Скандинавского полуострова.

Территорию древнего оледенения подразделяют на области ледникового сноса и ледниковой аккумуляции.

Самой северной является область ледниково-го сноса. Здесь ледник, продвигаясь с северо-запада на юго-восток, произвел большую разрушительную работу: углубил имеющиеся понижения, «срезал» и выровнял выступающие места, «отполировал» и обнажил скальный грунт. Характерный деталью этих районов являются «бараньи лбы» — скалистые выступы коренных пород, один склон которых слажен и отшлифован, а противоположный — кругой и неровный. Очень часто они полностью лишены растительности. На местности очень много скальных стен, в том числе непреодолимых скоплений камней, отдельных окатанных ледником валунов; грунт почти повсеместно (за исключением болот) камени-

стый (рис. 5) В пределах России — это Кольский полуостров, Карелия, северная часть Ленинградской области.

Наиболее интересная часть области ледниковой аккумуляции — это пояс конечно-моренного рельефа, который протянулся полосой шириной 100—300 км по территории Псковской, Новгородской, Вологодской, Архангельской областей. Чаще всего он находится на возвышенных водоразделах и представляет собой беспорядочные скопления холмов, гряд, озерных котловин и болот. Холмы расположены близко друг от друга, имеют размеры в плане 50—300 м при относительной высоте от 5 до 70 м и крутых склонах. Встречаются валы шириной от 500 м до 3 км при относительной высоте 10—60 м (типичный пример — «Андреева гора», Алоль, Псковская область). Самые распространенные элементы рельефа — выступ, ребро, ступень, терраса, а формы — бугор и яма на склоне.

Характерно наличие озер и болот, лежащих в непосредственной близости одно от другого и находящихся на разных (до нескольких метров) уровнях по высоте. Современная гидросеть во многих местах совершенно не согласована с ледниковыми образованиями — ручьи и реки «перепилили» гряды и бугры (рис. 6).

Сильная расчлененность и сложность рельефа, а также обусловленные им труднопроходимая растительность и малая хозяйственная освоенность человека делают эти районы исключительно интересными для ориентирования. Типичным примером такого ландшафта является Алоль в Псковской области.

Севернее пояса конечной морены лежат области мореной равнины с вкраплениями участков холмисто-моренного рельефа. Холмы округлой или овальной формы расположены беспорядочно, между ними озера и болота. Здесь встречаются друмлины — продолговатые бугры, вытянутые вдоль движения ледника; длина их 400—1000 м при ширине 150—200 м и относительной высоте 10—40 м. В Карелии и Архангельской области широко распространены озера (сельги) — гряды высотой от 5 до 60 м с узким гребнем и крутыми склонами шириной в основании 100—200 м, часто имеющие симметричные склоны и прямолинейные в плане, длина их достигает нескольких километров. Восточнее Чудского озера и на востоке Карельского перешейка нередки камы — плосковершинные холмы с крутыми склонами высотой 5—70 м и размерами в поперечнике от 100 до 2000 м. Камы чередуются с озерными котловинами, образуя сложный холмисто-озерный ландшафт. Холмисто-моренный рельеф весьма привлекателен для ориентирования и составляет основу большинства спортивных карт Новгородской, Ленинградской, Вологодской, Тверской областей и Карелии (рис. 7).

В областях, расположенных южнее границы максимального оледенения, деятельность ледника сказалась косвенным образом. Сюда по мере таяния ледника устремились водные потоки, несущие и отлагающие более мелкий, чем в морене, материал — в основном, песок. Так обра-

зовались обширные песчаные равнины, называемые зандры. Здесь преобладает древнене-дюнный рельеф в виде бугорков и гряд высотой 2—7 м. Пространства между ними заняты, как правило, озерными котловинами и болотами, которые обычно лежат практически на одном уровне. Характер рельефа сложный, со множеством мелких элементов (ямы, бугорки, выступы, лощины и т.п.) Для ориентирования менее интересен, чем описанные выше зоны древнего оледенения, в связи с небольшими относительными высотами и легкодоступной растительностью (как правило, сосновый, иногда парковый, лес). Зандры широко представлены в Брянской, Калужской, Владимирской, Воронежской, Тамбовской и других областях Центрального района и Черноземья (рис. 8).

Благодаря работе ветра возникают разнообразные формы рельефа дюнных песков, их называют золовыми. Дюны — это песчаные бугры параболической или кольцевой формы; один склон на наветренной стороне (по отношению к господствующему в этом районе ветру) у них пологий, а противоположный — кругой. Если поверхность песка не задернована, то дюны, хотя и медленно, но непрерывно, передвигаются. Районы интересны для ориентирования как мало освоенные хозяйственной деятельностью человека. Встретить их можно в Калининградской, Рязанской, Нижегородской областях, Мордовии, по берегам больших рек в других местах.

Из горных ландшафтов интерес для ориентирования представляют предгорья, низкие горы и средневысотные горы.

Предгорья — это полосы холмов, отделяющие собственно горы от окружающей их равнины, сложенные продуктами разрушения самих гор. Низкие горы имеют высоту от 200 до 700 м с кругизной склонов 5—10 градусов. Для тех и других районов характерны округлые вершины и гребни, развитая сеть отрицательных форм водноэрозионного происхождения, встречаются резкие скалистые формы, каменистые поверхности, отдельные камни. Это Средний Урал, Кольский полуостров, Карелия, Хабаровский край, Приморье.

Средневысотные горы имеют абсолютные высоты от 700 до 2000 м, более круглые склоны (10—20 градусов) и вызывают особый интерес своей спецификой. Нелишне вспомнить, что многие крупные соревнования в континентальной Европе проходят именно на таких ландшафтах. Резкая пересеченность и высота склонов заставляют спортсменов применять иную тактику в выборе путей движения, чем на равнине; на высотах более 1500 м начинает сказываться высотный фактор со всеми вытекающими последствиями. Таковы Южный Урал, отроги Кавказа, Алтай, Саян (рис. 9).

Совершенно специфическим и экзотическим представляется ландшафт тундр. В силу своей удаленности и сурового климата в ориентировании используется очень редко. Для любознательных приводим карту этого ландшафта в окрестностях Норильска (рис. 10).

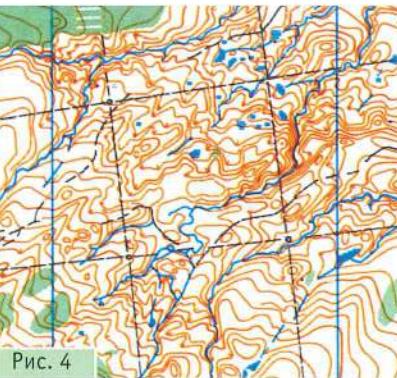


Рис. 4

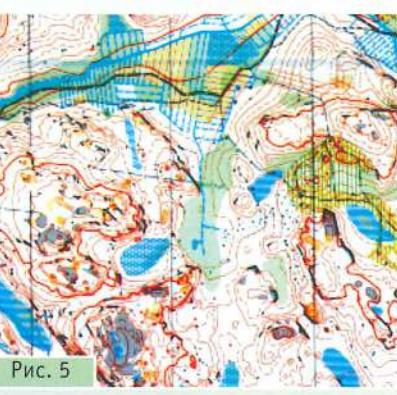


Рис. 5

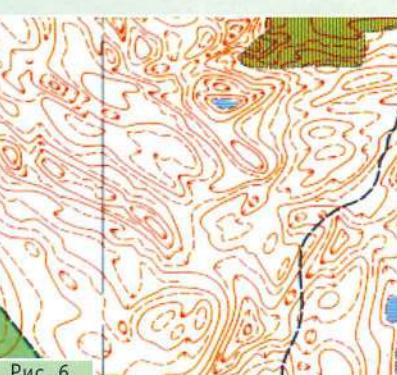


Рис. 6

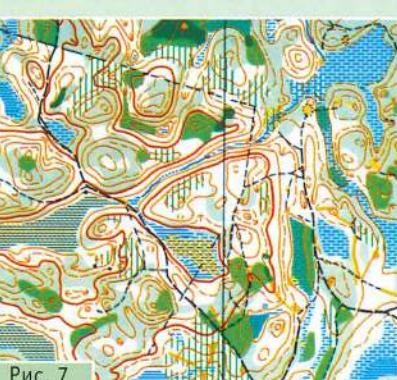


Рис. 7

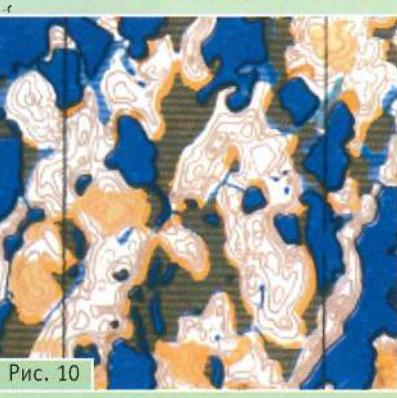


Рис. 8

Большие гонки на Селигере

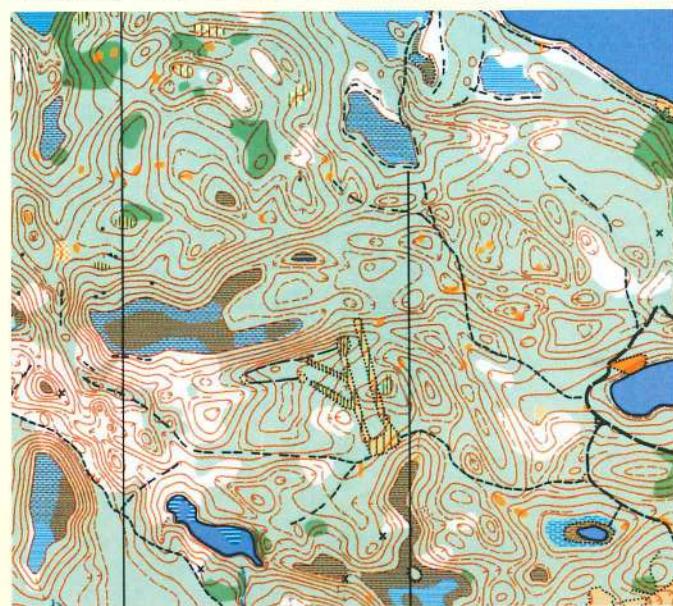
Первенство России среди юниоров, юношей и девушек.

22–28 августа 2002 г.

М. Машуков

Президент ФСО Тверской области

Когда два года назад руководство ФСО России совместно с администрацией Тверской области приняло решение о создании карт на Селигере, я думаю, одной из причин такого решения было желание показать будущим участникам соревнований поистине жемчужину земли русской. Часто можно



слышать и в средствах массовой информации, и от своих знакомых это слово «Селигер»... Но, как говорится, лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

И вот, август 2002 г. Никогда еще г. Осташков не видел такого количества ориентировщиков. Штука ли — 930 спортсменов, 150 тренеров, около 50 судей собрались на базе «Чайка» в районе деревни Неприе, чтобы определить сильнейших в возрастных группах от 12 до 20 лет. Как никогда широко была представлена география России — 46 регионов прислали своих спортсменов на берега Селигера.

Программа соревнований была насыщена до предела. Судите сами: классика, спринт, выбор, эстафета, групповая гонка с общего старта, и все это за пять дней (с учетом дня отдыха). Но обо всем по порядку.

Первый день — классическая дистанция. Ввиду сложности местности (почти полное отсутствие дорожной сети, верховые болота,

«зеленка» по всему лесному массиву, отсутствие ограничений по трем сторонам), организаторами было принято решение разбить спортсменов на две группы до 14 лет и старше. Старшим была предложена сложная местность. Младшие группы бежали в чистом сосновом лесу практически в Центре соревнований. Это, конечно, осложнило работу судейской коллегии — пришлось организовывать два стартовых городка, но в дальнейшем избавило от поиска потерявшимся участников.

Борьба в лесу разгорелась непрекращающаяся. Служба информации еле успевала сообщать о перестановках в группе лидеров. Еще бы, ведь на кону стоял немалый приз — звание «Победитель Первенства России», а для групп М/Ж18, 20 еще и возможность отобраться в сборную команду для поездки в Бельгию на кубок Европы среди юниоров. Приводить здесь итоговые протоколы не будем (они опубликованы в Интернете на сайте www.moscompass.ru).

Второй день (утро) — спринт. Наверное, впервые на территории России старт на та-

ких массовых соревнованиях (напомню — количество участников, включая тренеров, превысило 1000 человек) проводился на острове. Сперправа на катере через пролив, лесная тропа, и, наконец, место старта — узкий (не более 100 метров) перешеек. Зрелище поистине великолепное — сосновый лес, справа и слева гладь озера и при всем этом удивительно теплая для этого времени года погода.

И вот старт. С первых метров дистанции максимальная скорость — ведь это спринт. Но местность при всей кажущейся простоте оказалась коварной. После финиша многие спортсмены жаловались, что допустили нелепые ошибки. Но на то она и народная мудрость — не беги быстрее, чем думает голова. Победили, как обычно, сильнейшие (см. протоколы).

Второй день (вечер) — выбор. Да, это не опечатка. Два старта в один день. На местности служба дистанции установила 19 КП. И в зависимости от возраста участники должны были взять от 6 до 18 пунктов. Общий старт — это всегда головная боль службы дистанции, сразу встает вопрос, как организовать отметку на КП. Здесь, надо прямо сказать, не обошлось без толкучки на пунктах. Но на ошибках учиться. Учились и мы. И, я думаю, участники этих соревнований со мной согласятся, в последующие дни этой проблемы не возникало.

Третий день — отдых. Буду краток. Купание в озере. Теплоходная прогулка. Автобусная экскурсия к истоку Волги. Награждение за два вида программы. Дискотека.

Четвертый день — эстафеты. Самый зрелищный вид программы, но в то же время и самый сложный с точки зрения организа-

ции. Время 3.00, не знаю, как правильно — ночи или утра. Разложены последние номера и карточки по командам. Запакованы и запаяны последние карты.

5.30 — отъезд на место старта. Строительство города передачи эстафеты на 310 команд. Кто это делал — поймет.

11.00. Старт первого забега — Ж12. А потом еще 15 забегов с интервалом три минуты. До появления первого участника бешено колотится сердце — как там в лесу, все ли КП на месте? Ведь бегаем по местности, где в летние месяцы стоят сотни палаток — Селигер это почти Подмосковье. Но вот появляется первая девушка, через две минуты еще одна, а потом закрутилась такая карусель...

Иду на смартовой пункт. Зрелище захватывающее. Прямо перед нами огромное всхолмленное поле. Участники видны еще на подходе к предыдущему пункту. Там рассеивание. И вот, кто из ямы, кто с бугорка, они устремляются к нам. Зрители довольны.

После смартового совсем небольшая петля. Но перестановки команд происходили значительные. Не все сумели сбросить скорость после бега по полям и перейти к точному ориентированию.

14.00 — финишируют последние команды. Кажется, эстафета удалась.

Пятый день — групповая гонка с общего старта. Когда мы планировали дистанции на этот день, в первую очередь решалась задача растянуть участников на первом перегоне. Было чего опасаться. Например, группа М16 насчитывала около 120 человек, М14 — чуть меньше. Решение было принято самое простое — максимально длинный первый перегон плюс максимально возможное количество компостеров. Все это сработало. По крайней мере, нареканий на трудность отметки на КП я не слышал.

После финиша мне рассказывал один из ребят службы дистанции. Он с двумя компостерами в руках (так, на всякий случай) сидел на наиболее опасном первом КП. «Сижу, — говорит. — Тишина. Птички поют. Вдруг вдали — легкое потрескивание. Все ближе. Все громче. Вскоре треск, как будто ураган в



лесу. И вот на меня летит «паровоз» вагонов под сто. Много видел, но такого не доводилось.»

С последнего КП до финишной черты было около 400 метров. Именно на этом участке и решалась судьба медалей почти во всех группах. Это было впечатляющее зрелище!!!

И последнее. Как говорят в популярной телегре «Поле чудес»: «Пользуйся слушаем...». Так вот, пользуясь слушаем, от лица нашей тверской Федерации хочу сказать огромное спасибо ребятам, которые помогли подготовить и провести эти соревнования: Славе Пызгареву (Тула), Юре Митину (Пермь) — полевые работы, электронная версия карты; Стасу Чеснокову (Ковров), нашему инспектору, который делил с нами все тяготы и радости; Александру Курдумову (С.-Петербург) — электронное обеспечение, нагрудные номера, карточки для отметки и многим другим — без комментариев. Спасибо всем.

Спасибо всем спортсменам и тренерам, кто, невзирая на трудности дороги, приехал к нам на Селигер. Мы будем рады увидеть вас снова. Приезжайте.



ПРИТЯГИВАЕТ ПРИКЛЮЧЕНИЯ!



Gert Boyle
Chairman

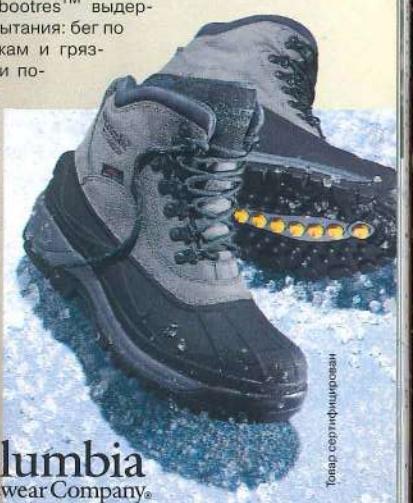
Зима диктует свои правила и условия, но Матушка Бойль, хозяйка компании Columbia Sportswear Company, готова встать на твою защиту и поспорить с Матушкой Природой. В ботинках Bugabootes™ тебе не страшны будут снежные метели, стужи и оттепели, и зима со всеми неизвестными и непогодами пролетит незаметно.

Ботинки Bugabootes™ — это не простая модель в базовой комплектации, они оснащены системой навигационного управления, торможения и климат-контроля.

Утеплитель Thermolite защитит от кусающего мороза до -43 °C при активном использовании. Водонепроницаемая технология Omni-Tech и проклеенные швы выдержат снег и дождь. Рельефная подметка из Omni-Grip удержит тебя на скользкой дорожке.

Ботинки Bugabootes™ не подведут тебя, если ты будешь месить грязь на городских улицах или взбираться по горным тропинкам.

Ботинки Bugabootes™ выдерживают любые испытания: бег по городским лужам и грязи, корени бело-снежных горных вершин, ведут Матушку Бойль на твой стороне!



Columbia
Sportswear Company

спортивные супермаркеты
спортмастер

Единая справочная служба: (095) 777-777-1
www.sportmaster.ru www.asics.ru

ОПТОВЫЙ ЦЕНТР: ул. Бориса Галушкина, 7

Москва
м. «Тимирязевская»: Дмитровское шоссе, 37
м. «Октябрьская»: КЕТТЕЛЛЕР-СПОРТ,
Ленинский пр-т, 21
Смоленская пл., 6
м. «Маяковская»: ул. Большая Садовая, 1
м. «Рижская»: Проспект Мира, 71
м. «Кутузовская»: Кутузовский пр-т, 36
м. «Университет»: Ленинский пр-т, 81
м. «ВДНХ»: ВВЦ, пав. «Москва», 3 этаж

С.-Петербург:
Н. Новгород:
Новосибирск:
Челябинск:
Киев:

КЕТТЕЛЛЕР-СПОРТ:
Киев:
Минск:

Московский пр-т, 10
ул. Б. Покровская, 93
ул. Красноярская, 32
ул. Плеханова, 45
б-р Леси Українки, 28

ул. Заньковецкой, 10/7
ул. Якуба Коласа, 39





Лучшие в России

27 августа 2002 г. на озере Селигер (г. Осташков Тверской области) закончилось Первенство России среди юниоров, юношей и девушек. Самый радостный итог соревнований — победа команды Ленинградской области в командном зачете

С.В. Горбатенкова

Мастер спорта международного класса, старший тренер Кузмоловской ДЮСШ. «Всеволожские вести», 25 сентября 2002 г.

Мы, тренеры Ленинградской области, с гордостью и грустью глядим на наших ребят, выходящих к пьедесталу почета. По итогам выступлений ребят за четыре дня Первенства сборная команда Ленинградской области признана лучшей в России. Позади — сильные команды Санкт-Петербурга и Москвы. Надо сказать, что Первенство России в Осташкове собрало небывалое количество участников — 1023 молодых спортсмена из 32 областей всей нашей страны, с Карелии до Дальнего Востока, приехали в Осташков, чтобы померяться силами со своими ровесниками на крупнейших Всероссийских юношеских соревнованиях. Тем убедительнее победы наших ребят, которые являются достойной наградой за каждый день труда и подтверждают правильность нашего пути.

Так почему же на душе грусть? А потому что сегодня последний день последнего Первенства России в этом году. Заканчиваются соревнования, а вместе с ними и лето 2002 года, принесшее спортсменам, их тренерам и родителям столько радостных побед и переживаний. Спасибо всем ребятам, защищавшим честь нашей области в этом году.

Вспомним, как все начиналось...

31 мая 2002 г. семь воспитанников Кузмоловской ДЮСШ, возглавляемые неутомимым энтузиастом тренером из п. Токсово Владимировичем Ивановичем Николаевым, отправляются в неизведанные края — Республику Марий Эл, на Первенство России среди спортсменов младшего возраста (12—14 лет). Тренерские волнения оказались напрасными — ребята с триумфом выступили на соревнованиях, завоевав первое общекомандное место. Отличились Сергей Баранов и Максим Медведев, дважды ставшие первыми, Даниил Харичев, Дмитрий Анужис, Максим Зайцев и Юрий Кирьянов. Начало победной поступи на Всероссийских соревнованиях 2002 года было положено. А далее — сплошная череда соревнований, сборов, поездок...

Июнь: многодневные соревнования «Невский Азимут», «Яркий Мир», «Белые ночи», «Мемориал М. Святкина». Света Зайцева в составе сборной команды России участвует в Первенстве Европы в Польше.



Июль: сбор на скалах в п. Кузнечное, поездка на международные соревнования в Финляндию (FIN-5); Первенство России среди учащихся в Псковской области, где ребята порадовали нас в эстафетах — первое место в группе M14 (Кирьянов Юрий, Зайцев Максим, Никифоренко Леонид), четвертое место в группе Ж18 (Анастасия Яковлева, Вера Птицына, Мария Грузинова) и Анастасия Куликова (Д17, Кузмолово).

Перед соревнованиями тренерский совет долго решал судьбу Олега Трушина. В группе мальчиков M12 первые два места в команде были за М. Медведевым и С. Барановым (оба из Всеволожска). За третье место в команде боролись Д. Харичев (Токсово) и О. Трушин. С минимальным преимуществом третьим стал Даниил. Соревнования показали, что у Олега сил осталось больше...

Второй день — «спринт» на острове, а до острова — 50 м! Можно плыть на пароходе, можно на лодочке, а самые нетерпеливые могли попробовать вплавь. Стараниями хозяев прогулка на пароходе оказалась бесплатной.

Дистанции были интересными и понравились практически всем. Удивила планировка — участники некоторых групп бежали навстречу друг другу! Л. Никифоренко (Д17) и Вадим Иванов (M17) — «золотые», Александр Салаткин (M16, Кириши) подтвердил, что он самый быстрый. С. Зайцева, В. Шихова — «серебро». Сергей Баранов — «бронза» до обеда, после обеда и в эстафете.

После обеда на «выборе» наши ребята бежали тяжело и завоевали всего три медали: Максим Медведев (M12, Всеволожск) — «золото» и две «бронзы» — Вероника Хисматуллина (Д12, Сосновый бор) и Сергей Баранов (Д12, Всеволожск).

На Валдай сборная команда Ленинградской области выехала двумя рейсами. 12 августа стартовала первая половина команды под руководством Е.С. Кириченко, а 13 августа — вторая половина, в основном всеволожские ориентировщики под руководством С.В. Горбатенковой. На Валдае всеволожцы выступали под флагом клуба «Белые ночи», а остальные областные ребята — за свою СДЮШОР. Первые три дня проводились эстафеты. Команда СДЮШОР стала лучшим клубом России! После дня отдыха прошли три дня личных соревнований, и всеволожцам удалось определить команду СДЮШОР. Обе команды — молодцы! Наш клуб «Белые ночи» в упорной борьбе занял первое место, но это было только разминка. Завершающий победный аккорд летнего сезона — Первенство России в Осташкове.

Скупые строчки протоколов соревнований, а за ними — полные драматизма моменты спортивной борьбы, минуты радости и отчаяния, сотни километров лесных трасс, тяжелый труд на тренировках и неописуемое состояние гордости на пьедестале почета.

Программа юношеского Первенства России весьма разнообразна: 23.08 — «классика», 24.08 — утром «спринт», вечером «выбор», 25.08 — день отдыха; 26.08 — трехэтапные эстафеты, 27.08 — групповые гонки.

В первый день организаторы натянули страху — местность, мол, труднопроходимая, без дорог, бегать будут медленно и долго. Однако мрачные прогнозы не оправдались. Юные россияне неслись по лесу, как на крыльях. А у старших последние пару километров были вообще чистый кросс.

Блестящего успеха добилась Анастасия Тихонова (Д12, Девяткино); побеждавшая два дня! «Золото» у Светланы Зайцевой (Д17, Всеволожск) и Александра Кириллова (M18, Кировск).

«Серебро» у Леонида Никифоренко (M14, Выборг) и Олега Трушина (M12, Девяткино). «Бронза» у Варвары Шиховой (Д12, Кузмолово) и Анастасии Куликовой (Д17, Кузмолово).

Перед соревнованиями тренерский совет долго решал судьбу Олега Трушина. В группе мальчиков M12 первые два места в команде были за М. Медведевым и С. Барановым (оба из Всеволожска). За третье место в команде боролись Д. Харичев (Токсово) и О. Трушин. С минимальным преимуществом третьим стал Даниил. Соревнования показали, что у Олега сил осталось больше...

Так и завершилось лето 2002 года. Спасибо тренерам за подготовку своих воспитанников: С.В. Горбатенковой, Т.В. Моргуновой, А.В. Тюленевой, Н.Ф. Зайцеву, Г.Н. Казанцевой, Л.В. Сергеевой, А.В. Шеину, В.И. Николаеву, В.Г. Михайлову, Е.С. Кириченко, В.И. Егорову, А.Н. Козьмову и многим другим.

А для всех, кто еще не начал заниматься ориентированием, но хочет попробовать себя в «лесном» спорте, сообщаем, что секции спортивного ориентирования работают в г. Всеволожске (на базе ВСОШ № 4) и п. Кузмоловский (стадион). Принимаются все желающие, занятия — бесплатные. Запись в секцию в г. Всеволожске — по вторникам и четвергам, в 17.00, ВСОШ № 4. В Кузмолово — по вторникам и четвергам с 16.00 на стадионе. Мы вас ждем!



ПРИТЯГИВАЕТ ПРИКЛЮЧЕНИЯ!



Ger Boyle
Chairman

Когда холод начинает кусаться и буквально пронизывает изнутри, Матушка Бойль вступает в бой с Матушкой Природой и начинает покорять новые высоты вместе с тобой!

Куртки от Матушки Бойль подняты до максимальных вершин последних технологий хоть отбавляй: «дышащая» мембранные технология Omni Tech гарантирует комфорт, полную водонепроницаемость и непродуваемость, вставки-стрет обеспечивает большую свободу движений и, конечно, система Interchange — куртки в одной...

Матушка Бойль обращает внимание на детали и ценит законченность во всем: капюшон спасет от ветра, теплые, отделанные флисом, карманы согреют руки, вставки на груди и под рукавами из Zap Mesh Fleece обеспечивают дополнительную вентиляцию, внутренняя юбка защитит от снега...

Ни Альпийские склоны, ни Гималайские вершины не имеют шансов на победу в схватке, если с тобой Матушка Бойль.



Columbia
Sportswear Company®

спортивные супермаркеты
спортмастер

Единая справочная служба: (095) 777-777-1
www.sportmaster.ru www.asics.ru

ОПТОВЫЙ ЦЕНТР: ул. Бориса Галушкина, 7

Москва
м. «Тимирязевская»: Дмитровское шоссе, 37
м. «Октябрьская»: КЕТТЕЛОР-СПОРТ,
Ленинградский пр-т, 21

м. «Смоленская»: Смоленская пл., 6
м. «Маяковская»: ул. Большая Садовая, 1
м. «Рижская»: Проспект Мира, 71
м. «Кутузовская»: Кутузовский пр-т, 36
м. «Университет»: Ленинский пр-т, 81

м. «ВДНХ»: ВВЦ, пав. «Москва», 3 этаж
С.-Петербург:
Н. Новгород:
Новосибирск:
Челябинск:
Киев:

Московский пр-т, 10
ул. Б. Покровская, 93
ул. Красноярская, 32
ул. Плеханова, 45
б-р Леси Украинки, 28

КЕТТЕЛОР-СПОРТ:
Киев:
Минск:
ул. Заньковецкой, 10/7
ул. Якуба Коласа, 39

Чемпионат России Финальные соревнования Пенза, 3–9 сентября 2002 года



Два чемпиона на одной дистанции

В. Каленов, г. Пенза

Директор ДЮСШ, главный судья соревнований



В начале сентября прошлого года в нашем городе Пензе элита российского ориентирования бегом боролась за звание чемпиона России. Параллельно проходил Чемпионат России среди молодежи (до 23 лет). В соревнованиях приняли участие 214 спортсменов, представлявших 35 регионов России от Тихого океана до Карелии. Этого события спортивная общественность области ждала давно и тщательно к нему готовилась. Специально для этих соревнований было подготовлено несколько совершенно новых спортивных карт, представляющих разнообразные ландшафтные зоны. Это сосновый бор с мелкосопочником на берегу рукотворного Сурского водохранилища, глубокие овраги и небольшие участки поймы старого русла Суры.

Организаторы соревнований приложили максимум усилий для удобства и комфорта участников. Директор соревнований Валерян Каленов позаботился о том, чтобы все участники были удобно размещены, избегая всяческих накладок и рассогласований. Центр соревнований и проживание спортсменов находились буквально в двух шагах друг от друга — в одном современном многоэтажном корпусе санатория им. Володарского.

Главным судьей соревнований был опытнейший Александр Прохоров, уже знакомый нам по Чемпионату на сверхкоротких и сверхдлинных дистанциях. Инспектором был назначен не менее опытный, уже полюбившийся пензякам Владимир Сычев, который постоянно был в курсе всего процесса подготовки к Чемпионату.

Программа Чемпионата была очень насыщенной, а график стартов достаточно плотным. В первый день соревнований на побережье Сурского водохранилища прошла эстафета одного участника, протяженностью 15 км 800 м с 29 контрольными пунктами у мужчин и 10 км 900 м с 26 контрольными пунктами у женщин с двумя сменами карт. Александр Щербаков из Воронежа и Роман Ефимов из Белгорода финишировали одновременно с результатом 01:16:49, по решению главного судьи они оба стали чемпионами страны. Третий финишировал Павел Наумов из Москвы (01:16:52). У женщин Юлия Съедина из Перми обогнала москвичку Татьяну Рябкину (01:02:48 и 01:02:56), а третьей финишировала Елена Воронина из Хабаровска (01:03:03). В молодежном Чемпионате места распределились так: Павел Наумов стал первым, вторым — Вадим Толстопятов из Тамбова (01:17:16), третьим — Леонид Новиков из Перми (01:17:44); Юлия Съедина стала также «молодежной» чемпионкой, Татьяна Рябкина — вторая, Татьяна Стрижкова из Приморского края — третья (01:04:32). Вечером этого же дня официальные лица нашей области и Федерации спортивного ориентирования России наградили первых чемпионов наших соревнований.

На следующий день спортсменам предстояло две дистанции — спринт полуфинал и финал. Местность была иного типа, с оползневым склоном с микрорельефом и перепадом до 50 метров. У мужчин Игорь Климов быстрее всех справился с 5,1 км и 17 КП (00:25:04), Евгений Фадеев из Свердловской области был вторым (00:25:20), Леонид Новиков — третьим (00:25:47). У женщин Татьяна Рябкина быстрее всех преодолела 4 км и 14 КП (00:25:13), Татьяна Костылева, также из Москвы, стала второй

(00:25:22), третьей — Татьяна Яксанова из Иваново (00:26:20). Среди молодежи первым был Леонид Новиков, вторым — Егор Коствылев из Москвы (00:27:04), третьим — Роман Ряполов из Перми (00:27:45). У девушек чемпионкой стала Татьяна Рябкина, Татьяна Костылева — вторая, Галина Галкина из Алтайского края — третья (00:26:36).

Следующий день был днем отдыха. Участникам и гостям Чемпионатов выдалась возможность ознакомиться с нашей уютной и «зеленой» Пензой, побывать в местах, где бывали М.Ю. Лермонтов, В.Э. Мейерхольд (в Пензе находится его единственный в России музей), В.Г. Белинский, П.А. Вяземский, А.И. Куприн. Или просто побродить по Московской и подумать о предстоящей эстафете.

Старты эстафет были на самом берегу Сурского водохранилища, лес «быстрый», сосновый бор. У мужчин в ходе упорной борьбы места распределились следующим образом: первыми были москвичи (Гаврилов Евгений, Костылев Егор, Наумов Павел), за ними вторая команда москвичей (Сафонов Дмитрий, Рябкин Максим, Минаков Александр), третьими — пермяки (Свирь Михаил, Ряполов Роман, Новиков Леонид). У женщин чемпионками стали Потапова Ирина, Наумова Наталья и Воронина Елена из Хабаровска, вторыми — Гурченкова Наталья и Сидикова Алия из Смоленска и Яксанова Татьяна; третьими — москвички Копейкина Мария, Костылева Татьяна и Рябкина Татьяна. И что особенно порадовало, наши пензенские девушки стали четвертыми — Строева Мария, Петухова Екатерина и Пискунова Надежда.

Классическая удлиненная дистанция завершила этот Чемпионат. Мужчинам предстояло преодолеть 17,250 км с 30 контрольными пунктами, а женщинам — 10,2 км с 22 КП. Лучше всех с этой трудной дистанцией справились Валентин Новиков (01:26:01) из Белгорода, а на вторую ступень пьедестала поднялись двое — Андрей Храмов (01:27:53) из Краснодарского края и Александр Щербаков (почти как в первый день). А у женщин выносливее всех были хабаровчанки Наталья Наумова (01:02:19) и Елена Воронина (01:02:32). А бронзовую медаль получила Ирина Михалко из Карелии, у которой совсем недавно родился очаровательный малыш. Он вместе со своим папой все эти дни «болел» за маму и поддерживал ее. У молодежи чемпионами стали Андрей Храмов и Татьяна Стрижкова (01:06:24), серебряными призерами — Леонид Новиков (01:30:47) и Надежда Пискунова (01:08:28), а бронзу получили Павел Наумов (01:31:18) и Татьяна Рябкина (01:09:48).

Итогом четырех дней командной борьбы стала победа с большим отрывом команды Москвы (427 очков), второе место — у Республики Карелия (352 очка), третье — у Пермской области (347 очков). У мужчин также лидировала команда Москвы, вторыми стали пермские мужчины, третьими — белгородцы. Среди женщин сильнейшими стали хабаровчанки, вторыми — москвички, третьими — представительницы Республики Карелия. Но хотелось бы отметить еще и четвертое место пензенских девушек. Для нас это, несомненно, успех.

По словам главного судьи Александра Михайловича Прохорова, соревнования удались. Организаторы и судейская коллегия приложили все усилия, чтобы победили спортивное мастерство и спортивная справедливость. Участники остались довольными и организацией соревнований, и местностью и реализовали все поставленные перед ними задачи. А это значит, что развивающаяся еще пензенская Федерация спортивного ориентирования справилась с возложенной на нее почетной задачей принять на своей земле российскую и даже мировую элиту спортивного ориентирования.

для спортсменов и любителей



TISA



Tisa Hyperflex Skating/ Classic \$99

Лыжи для спортсменов и продвинутых любителей. В этих лыжах используются технологии, проверенные временем — конструкция Сар, деревянный клин с воздушными каналами Air Channel, они позволяют создать прочную лыжу, которая не подведет в гонке, а шлифовка скользящей поверхности Ultra Tuning позволит добиться замечательных результатов. Модель Tisa Hyperflex принимала участие в полевом тестировании на гонке Супер Сотня 3 марта 2002 года и великолепно себя зарекомендовала — 3 лыжницы, принимавшие участие в тестировании вошли в десятку лучших.



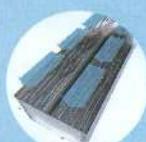
AIR CHANNEL

Оптимизированная система воздушных каналов в структуре деревянного сердечника с применением стекловолокна позволяет снизить вес пары лыж почти на 250 граммов по сравнению с традиционными моделями сэндвич-конструкции. Кроме выигрыша в весе данная система отличается высочайшей прочностью и оптимальным распределением веса вдоль поверхности лыжи.



POWER EDGE

Увеличение прочности кантов позволяет добиться одинакового давления по всей ширине лыж и равномерного расхода лыжных мазей, улучшает работу лыжи при движении в подъем и на спусках и продлевает срок службы лыжи.



ULTRA TUNING

Скорость и универсальность! Этот вид обработки скользящей поверхности лыжи заключается в шлифовке верхнего слоя с удалением микроволокон, тормозящих скольжение. В результате получается абсолютно гладкая плоская поверхность. Безупречное скольжение обеспечивается сочетанием крупной глубокой продольной структуры с мелкой накаткой.

Представительство в Москве
1-й Голутвинский пер., д. 3/5, стр. 3
Тел.: (095) 230-02-94, 230-02-89, факс: 230-03-70
www.tisa.ru; support@tisa.ru

Магазин и сервисный центр
ул. Солянка, д. 1/2, стр. 2
Тел.: (095) 925-37-36, 925-43-36

Мелкооптовый отдел
2-й Вязовский пр., д. 2а
Тел.: (095) 410-00-14, 174-00-86

ВЕНЕРИНЫ БАШМАЧКИ

Тихо падают на землю желтые осенние листья. В лесу такая красота! Лиственница только начала желтеть, а березы уже во всю горят золотом листьями, добавляя света в этот солнечный осенний лес. Но мне совсем некогда любоваться этим чудом. Я — участник соревнований, и моя цель — как можно быстрее добраться до финиша. И, вздохнув, я проносила мимо красных ягод бруслики, прошуршавшего у тропинки бурундука, не ко времени вдруг распустившегося цветка шиповника к мелькающей впереди красно-белой призме.

Что же это за спорт такой, который позволяет горожанам увидеть, услышать, ощутить на губах осень, да и не только ее? Это спортивное ориентирование. Когда-то давно привезли его в Якутию геологи, топографы, золотари. Наполнили романтикой песен у лесных костров да ночевками в палатках и дарили этим бесконечным приятным волнением от встречи с друзьями, от неизвестности дистанции, от близости матушки-природы десятки людей в нашем городе и во всей республике. Да и где, как не в Якутии, с ее бесконечными лесами быть спортивному ориентированию!

Весной, летом или осенью каждое воскресенье, невзирая на прихоти погоды и комаров, собираются в окрестностях Якутска взрослые и дети померяться силами в быстроте и сообразительности на лесных трассах.

По-разному приходят люди в ориентирование. Не зря его относят к массовым видам спорта. Каждый, независимо от возраста и физической подготовки, может найти здесь что-то для себя. Ориентирование может быть средством физического самосовершенствования, повышения своего спортивного и технического мастерства. Систематические тренировки и участие в соревнованиях разного уровня дают возможность выполнить высокий спортивный разряд, стать чемпионом России, а может быть, и Мира. Здесь все зависит от цели и силы вашего стремления к ней.

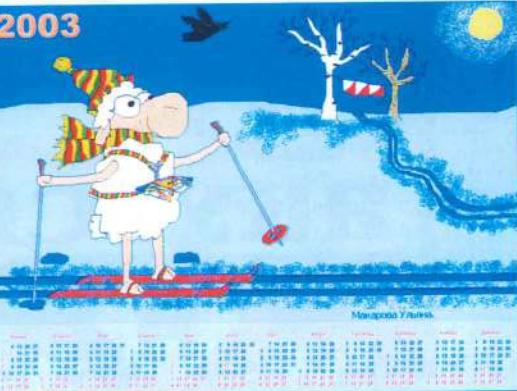
Ориентирование может дать десяткам городских мальчишек и девчонок возможность частого общения с лесом, общения с природой, то, чего многим горожанам так не хватает. И это не просто возможность быть рядом с природой, но и школа жизни в природе. Многодневные соревнования по ориентированию обычно связаны с жизнью в полевых условиях, со всеми ее трудностями и романтикой. Здесь необходимо знать и уметь многое: как развести костер под многодневным затяжным дождем, как соорудить из подручных материалов удобный стол, скамейки и умывальник, где правильно расположить лагерь, как не промокнуть и не замерзнуть и многое-многое другое.

Ориентирование очень индивидуальный вид спорта. В лесу спортсмен остается наедине с картой и должен решать все задачи сам. И все же ориентировщики обычно очень дружные. Именно это время между стартами у костра за обсуждением дистанций, когда можно поделиться впечатлениями, своими ошибками и находками там в лесу, когда начинаешь понимать друга с полуслова, полу-взгляда. Именно здесь нужна и всегда будет оценена забота и взаимопомощь. Ты ощущаешь себя нужным и значительным, человеком, который кому-то дорог. Здесь ценят лю-

дей за их личные человеческие качества, а любая фальшив слишком очевидна. Может быть, поэтому много семей-ориентировщиков. Ведь где как не у костра можно лучше узнать друг друга. Это как раз та самая романтика, которая привела и приводит в ориентирование все новых и новых людей. А в семьях подрастают дети. И они с самого детства окунаются в атмосферу стартов, палаток, рюкзаков. Их совсем не с кем оставить, и они начинают

читать карту раньше, чем книги и совсем не боятся леса, чувствуют себя там уверенно, как дома.

Ориентирование может быть работой. Есть много людей, которые ходят на работу только чтобы зарабатывать деньги. Но я не видела ни одного тренера по ориентированию, для которого это не было бы самой жизнью или хотя бы ее лучшей частью.



Наверное, все-таки это образ жизни. Потому что на старт выходит не только за наградами и призами. Здесь выигрывает каждый. Можно просто победить себя, не сойти с дистанции, вытерпеть и непогоду, и трудности дистанции, доказать, что ты чего-то стоишь, что ты это можешь. И планка у каждого своя.

Если для новичка просто вернуться на финиш, не испугаться, не растеряться — это уже победа, то ветеран, обыгравший молодых и сильных, но еще неопытных ребят, чувствует не меньшую победу. А может быть, даже сам факт, что пришел на старт, а не остался дома у телевизора — это тоже победа. Победа над собой.

Для школьников спортивное ориентирование — это прекрасная школа жизни. Здесь учишься быть самостоятельным, брати на себя ответственность за принятую тобой решение. Прошедшие школу ориентирования, как правило, не теряются и в жизни, могут четко планировать свои маршруты к цели и успешно преодолевать их.

Это еще и повод встретиться старым друзьям, вспомнить дистанции прошлых лет, обсудить проблемы нынешние, просто побывать вместе.

Я пришла в ориентирование девочкой-шестиклассницей. Привела меня скорее всего тяга к романтике, желание познать этот таинственный мир леса, карт, костров и палаток. Слишком высоких результатов не добивалась, наверное, не очень-то к ним стремилась. Но неизменно мне доставляют радость и общение с лесом, и приятная физическая нагрузка, и удовлетворение от того, что голова ду-

Уважаемая редакция журнала «Азимут»!

От всей души поздравляем Вас с наступившим Новым годом! От имени городской СЮТур «Саха-Ориентир» г. Якутска и от имени Макаровых.

Отправляем Вам наши работы — мои размышления о спортивном ориентировании, так сказать, взгляд изнутри и дочкин рисунок — календарь Новому году.

О себе сообщаем: я, Макарова Елена Владимировна, учитель биологии школы № 19 г. Якутска, по совместительству педагог СЮТур «Саха-Ориентир», ориентировщик-любитель. Вся семья — муж и трое детей — ориентировщики.

Дочь — Ульяна, 15 лет, неоднократный победитель городских и республиканских соревнований по спортивному ориентированию — самый результативный спортсмен в нашей семье.

С наилучшими пожеланиями, Макарова Е.В.

мает и не удалось начальнику дистанции меня перехитрить. Пожалуй, именно эта работа мозга и отличает спортивное ориентирование от простого бега. В ориентировании я нашла свою половинку — своего мужа.

Ориентирование подарило мне моих самых лучших друзей. В минуты жизненных трудностей оно было моей соломинкой. В лесу на дистанции всегда можно отвлечься от любых проблем, кроме самой дистанции. Выросли дети. Останутся ли они в ориентировании надолго, или оно закончится для них вместе с окончанием учебы, — я не знаю.

Но они получили, благодаря этому замечательному виду спорта, очень многое. Конечно, для меня и моей семьи ориентирование — это не вся жизнь, а лишь ее часть. Но это лучшая и приятнейшая часть, которая влияет на все остальное.

До финиша осталось совсем немного. Да, пожалуй, дочка моя сегодня снова выиграла. Ну, если не загуляла где-нибудь на дистанции. Какой чудесный запах в этом лесу. И листья. Желтые бересковые и осиновые листья совсем засыпали тропинку. Надо торопиться. Как там мои новички? Все ли вышли на финиш? Для кого-то из них ориентирование тоже станет судьбой.

Каждый из видов спортивного ориентирования замечен по-своему. Но ночное ориентирование совершенно бесподобно. Вот уж где трудности с опасностями — только преодолевай!

Я познакомилась с этим видом ориентирования еще в студенческие годы на соревнованиях в городе Минусинске. Полная луна, большое количество полян и участников позволили мне без труда преодолеть эту дистанцию. Но не осталось и никаких особых впечатлений.

Вторая встреча с ночным ориентированием произошла через десять лет в Омске. Очень черная, ясная, но безлунная ночь, густой еловый лес, — все было совсем по-другому. Старт был, как обычно в ночном ориентировании, общий по группам. Наша группа стартала последней. Что-то не то было у меня с картой. Дистанция была исправлена, но при плохом освещении я поняла это не сразу. Поэтому сразу же по дороге на первый КП ушла в другую сторону и осталась в лесу одна.

Вам доводилось когда-нибудь бродить по лесу ночью? Глаза вскоре привыкли к темноте. Света звезд вполне хватало, чтобы видеть поляны, дорожки, контуры леса. Все выглядело совсем иначе, чем днем. Я с трудом узнавала места, где накануне проходила трасса дневного старта. Лес был сказочным и таинственным. Вдруг в траве я увидела синий огонек. Он светил довольно ярко. На кончике травинки сидел светлячок — живое светящее

(окончание на с. 30)

ется чудо. А рядом еще и еще. Я собрала несколько живых огоньков и спрятала в карман беговушки, покажу в лагере ребятам. Такого чуда они в наших лесах не встретят. На углу поляны увидела красный огонек — это тоже «светлячок» — фонарик на КП.

Потом я прибралась через густой ельник. Фонарик включала, только чтобы посмотреть на карту. Видела мелькающие в стороне фонарики других участников, но мне не хотелось нарушать необыкновенное состояние какого-то открытия между мной и этим сказочным лесом. С дистанции я пришла последняя. Со светящимися сквозь карман беговушки светлячками и ощущением чуда. Мне не просто понравилось, это было здорово. И совсем не было страшно в лесу ночью одной.

С этого ночного старта у меня появилась мечта устроить такое ориентирование у нас в Якутске в августе, когда ночи уже темные. И спустя некоторое время, я смогла осуществить эту мечту.

Сейчасочные трассы стали традиционными. В них участвуют все желающие с 12—14 лет. Интересно наблюдать, как ребята готовятся к старту. Проверяют фонарики. Комуто немножко страшно, но все равно хочется пройти через это испытание. Кто-то относится к ночному старту, как к увлекательному приключению. Звездное небо, огромный костер на старте, а потом цепочки огоньков фонариков, которые разбегаются по склону горы — незабываемое зрелище. А после финиша — куча впечатлений. Кто-то нашел КП первым и смог, погасив вовремя фонарик, убежать от остальных. Кто-то удержался, не отстал от «паровоза». Для начальника дистанции главное, чтобы все вернулись на финиш. Не скоро еще уснут в палатках уставшие довольные ребятишки. А на следующий год они обязательно будут участвовать в ночном ориентировании снова. И другие, новые поколения ориентировщиков будут спрашивать у своих тренеров: «А мы будем бегать ночное ориентирование?»

Это случилось давно, еще в студенческие годы. В составе юного города мы готовились к зональным соревнованиям. В качестве тренировки нам предложили пробежать дистанцию на республиканском турслете школьников.

Дело было к вечеру. До финиша оставались один или два КП, когда я вдруг выскочила на удивительную поляну. Расположенная на склоне среди густого лиственного леса поляна была покрыта необыкновенными цветами особенной формы. Сиреневые с белыми пятнами «туфельки» сверху были прикрыты, как крышечками, белыми лепестками. Я, студентка биофака, прекрасно знала, что это экзотические северные орхидеи — Венерины башмачки. Я читала о них в книжках, видела картинки, но так в лесу живьем, да еще целую полянку, видела впервые. У меня захватило дух. Всего на несколько мгновений задержалась я на чудесной поляне. Отметила мысленно ее нахождение на карте и побежала дальше.

Я не помню, чем закончилась тренировка и кто был там еще кроме меня, но до сих пор помню то место на карте, где встретила чудесные растения. Несколько раз, попадая в этот лес, я пыталась снова его найти, но что-то мешало. Может быть, год был неподходящим или что-то еще. Постепенно я забыла об этой полянке. И вот совсем недавно, на тренировке со школьниками в том самом лесу мы наткнулись на поляну Венерины башмаков, ту самую, если верить карте и моей памяти, на склоне в густом лиственном лесу.

Вести из далекой Якутии

Валерий Сергеев

Директор Станции юных туристов
«Саха-Ориентир»

В прошлом году активно проходили спортивные и культурные мероприятия, посвященные 370-летию города Якутска, северо-восточного форпоста России, образованного еще в 17 веке (в 1632 г.).

Не обошли вниманием городские власти и лесной спорт.

Место для проведения соревнований по ориентированию выбрали на высоком утесе у величественной реки Лены. Здесь разместились команды школьников, прибывших на городской туристский слет, и обслуживающий персонал: наряды милиции, бригада врачей и одна из местных служб МЧС России — незаменимые судьи по туртехнике. И все это стало возможным при самой активной помощи общественного движения «За любимый город». Оно же оплатило призы — годовую подписку на журнал «Азимут» всем 12 победителям и призерам в личном зачете по ориентированию в группах МЖ 14, 16.



Шведы об этом и не помышляли...

Когда учебник А. Ингстрема в переводе со шведского А. Кирчо «В лесу и на опушке» появился на полках книжных магазинов г. Якутска, дети узнали об этом первыми и сообщили эту новость тренеру на очередной тренировке. Тот побежал шефу-функционеру — так и так, прошу закупить всю партию и отправить книги по школам. Шеф сразу же позвонил в книгорог и попросил всю партию «В лесу и на опушке». Но опытного ориентировщика не поняли на другом конце провода и огорчили ответом: «Ну, и хитрые же судьи — с последнего КП натянули веревку на финиш, а в лесу нет!»

В юбилейный год состоялся и Чемпионат Республики на маркированной трассе среди молодежи и взрослых, расходы по проведению которого взял на себя спортивный комитет. Аналогичные чемпионаты для школьников в группах 12—18 ежегодно проводят республиканский ЦДЮТ.

Впервые в городскую культурную программу национального праздника «ЫСЫАХ», который проходит в живописной долине реки Лены, было включено и спортивное ориентирование. Наряду с национальными играми предков, единоборствами, конными скачками, при огромном стечении народа ориентирование смотрится не только экзотично, но и обнадеживающе, как агитация за здоровый образ жизни посредством нашего лесного спорта.

По-настоящему массовыми стали Майские и Сентябрьские среди ориентирования. Для привлечения большого числа участников даются объявления в городские газеты, а сами соревнования проводятся в черте города и в лесопарковых зонах. Отдавая дань новой форме пропаганды ориентирования, очередная Среда ориентирования состоялась в 202-м жилом микрорайоне города Якутска.

Много друзей у нашего спорта. Так Олег Аржаков, кандидат в депутаты Городского собрания, финансирует издание книги «История развития спортивного ориентирования в Республике», лидеры городских округов «Строительный» и «Губинский» В. Сорочан и А. Алексеев оказывают финансовую поддержку детям, которые действительно в ней нуждаются, особенно для выездов за пределы Республики.

Основную финансовую нагрузку, безусловно, несет наш учредитель — городское Управление образования. Значительный вклад вносят и Отдел по делам молодежи и спорта, и общественное движение «За любимый город», входящие в единую структуру Администрации города.

Хитрые судьи

Как-то на детских соревнованиях судьи битый час наблюдали, как вдоль маркировки «последнего КП на финиш» колышутся короны молодых деревьев. И недоумевали, кто же там может возиться. Только вместе с последним «паровозом» выбежал конопатый маленький и поделился с товарищами открытием: «Ну, и хитрые же судьи — с последнего КП натянули веревку на финиш, а в лесу нет!»

А. Обутов

После долгого перерыва сборная команда Якутии по спортивному ориентированию при финансировании и поддержке Министерства по молодежной политике, физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия) приняла участие в Региональном Чемпионате России (Зона ДВ), прошедшем в июле 2002 г. в г. Владивосток. Оргкомитет и главный судья Лебедев А.Н. приложили все усилия, чтобы провести эти соревнования на хорошем уровне. В них приняли участие команды Амурской и Читинской областей, Республики Саха (Якутия), Еврейской автономной области, Хабаровского и Приморского краев, — всего более 200 участников. Дистанции были интересными, но все выиграли приморцы, более подготовленные и приспособленные к бегу по своим горам. Подвела погода. Все дни соревнований лил дождь — говорили, что это только край циклона. Наши результаты были скромными, лучшие из них — 7—8 места.

Потом мы перехали в Хабаровск на Кубок России (Азиатская часть) для взрослых и

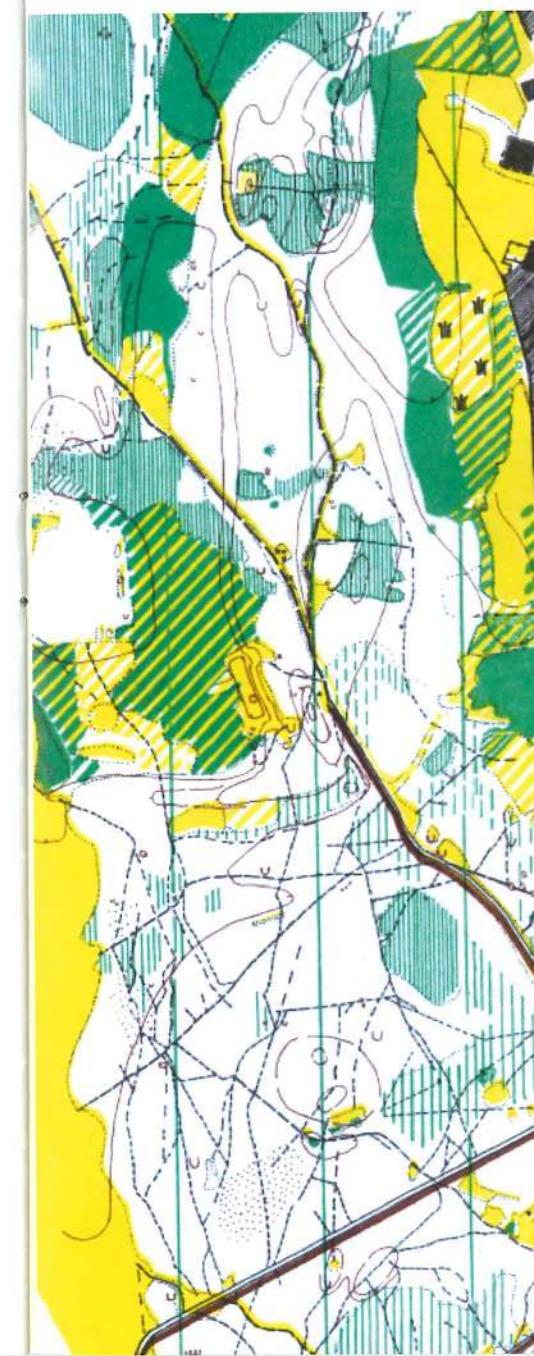
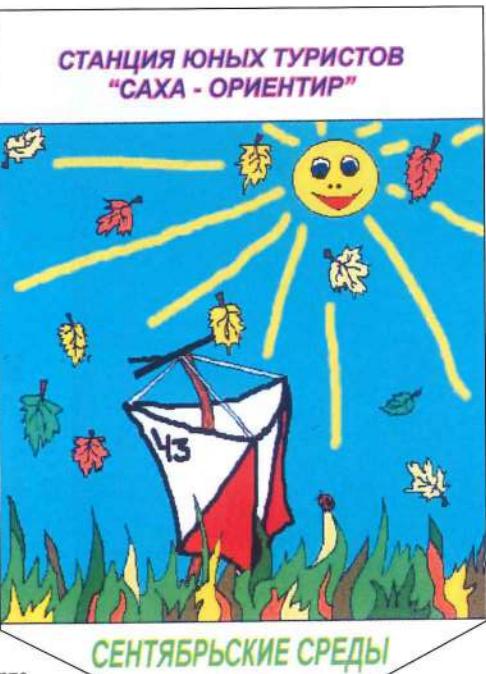
Якутский десант

Сборная команда Якутии, г. Благовещенск, Амурская обл.



Первенство Дальнего Востока среди учащихся для детей. Жили в полевых условиях. Было пасмурно, ночами шел дождь. Днем купались на Уссури. Бегали по недавно корректированным картам, где почти ежегодно хабаровчане проводят свои соревнования, соревнования или полевые лагеря. Участников набралось прилично (около 200 человек), хорошо поставленные дистанции были для нас интересными, новыми. Местность — пробегаемая, без больших перепадов, здесь и у нас появились результаты. Андрей Жуков, тренер КСО «Саха-ориентир», занял третье место в индивидуальной эстафете, Александр Внуков (школа № 29) выиграл один старт по группе М16, в другом занял второе место, став чемпионом и призером Первенства Дальнего Востока среди учащихся. Студент ЯГУ Николай Макаров выиграл спринт по группе М18 и стал чемпионом Дальнего Востока среди учащихся. Александр Обутов, тренер ЯГУ и представитель команды по группе М21А, выиграл два старта, а в первый день был вторым, став таким образом двухкратным чемпионом и серебряным призером Кубка России (Азиатская часть).

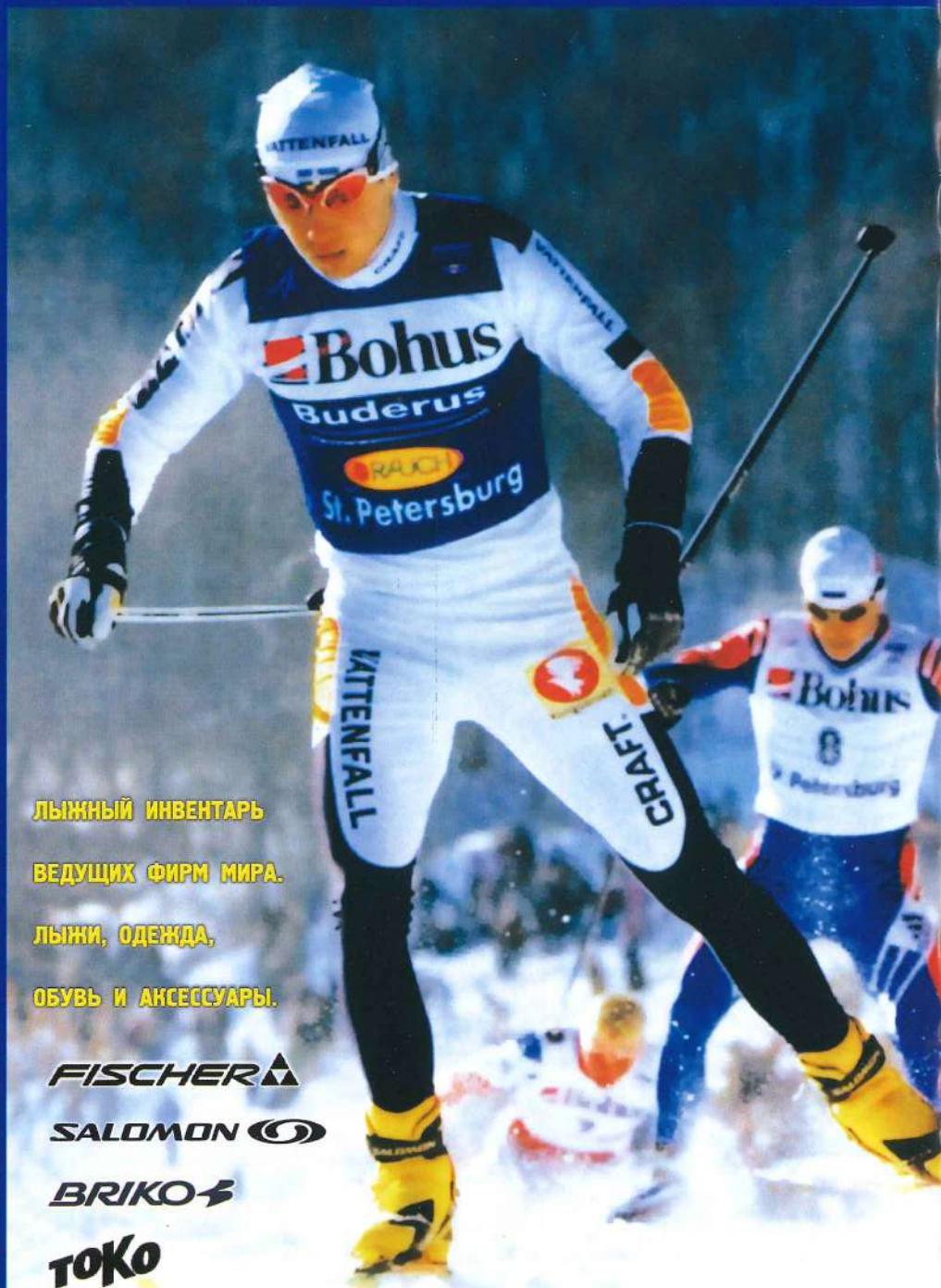
После этого мы переехали в Благовещенск на Кубок Дальнего Востока (официально — Кубок России, Дальневосточный регион). Наконец-то здесь мы согрелись на солньшке, по-загорали и покупались. Организаторы во главе с председателем ФСО Амурской области Алексеем Донесенко приложили немало сил, чтобы соревнования прошли на высоком уровне, а участникам было удобно и комфортно. Все приехавшие жили под крышей, в зависимости от своих финансовых возможностей. На все три старта нас возили на автобусах в разные места. Дистанции были разнообразными, по-своему интересными. Может быть, не очень высоким было качество карт, да и масштаб был довольно необычным. В первый день спринт бегали по карте 1:15000, суперспринт — по 1:5000, и в тре-



Тел.: (095) 196-62-28, факс: (095) 196-89-76 Е-mail: UVENTA-SPORT@MTU-NET.RU



YOU COME TO VICTORY WITH US



ЛЫЖНЫЙ ИНВЕНТАРЬ
ВЕДУЩИХ ФИРМ МИРА.
ЛЫЖИ, ОДЕЖДА,
ОБУВЬ И АКСЕССУАРЫ.

FISCHER
SALOMON
BRIKO
TOKO

MADE IN RUSSIA

НА ТРЕНАЖЕРЕ SPORTSTAR ПРОВОДИТ СВОИ СИЛОВЫЕ ТРЕНИРОВКИ ДВУХКРАТНЫЙ ОБЛАДАТЕЛЬ КУБКА МИРА ПЭР ЭЛОФСОН

ПАТ № 2165277

ЭКИПИРОВКА ЛЫЖНЫХ КОМАНД

НАШ ДОМ — РОССИЯ: КИНЕШМА

Если Кинешма не город, то и Волга не река



В. Сычев, г. Нижний Новгород
Составитель карт, инспектор ФСО России

В старинный русский город Кинешма я прибыл по заданию Федерации спортивного ориентирования России. Автобус из Нижнего, обезжая множественные заливы Горьковского водохранилища, мчится по дороге, вверх по течению великой реки.

Четверть века прошло с тех пор, как я был в этом городе в последний раз. Именно здесь в далеком 1976 году я служил в армии по окончании института, отдавая свой долг Родине. Здесь проходил курс «молодого» бойца и принимал присягу. Кстати, на присягу ко мне приезжали моя будущая жена Надежда и подруга, а ныне мой директор, Татьяна Ларина. Правда, основное время службы я проходил в спортивной роте в Москве. Но, как говорится, «на дембель» уходил из Кинешмы.

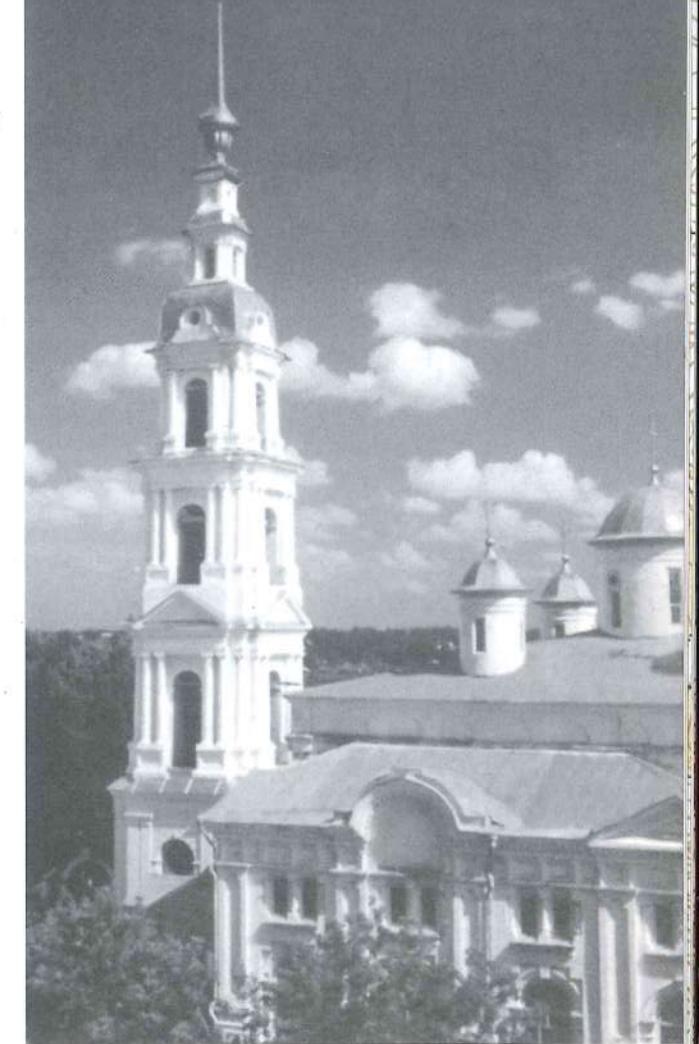
Местные ориентировщики давно приглашали меня для подготовки карт, но все как-то не получалось. Я знаю их давно, они часто приезжали к нам в Нижний на соревнования. А познакомился я с ними так — проводил зимнюю зону Поволжья, и на одном из стартов (был тридцатиградусный мороз) неожиданно для меня среди мужчин выиграл пятнадцатилетний мальчик из кинешемского интерната. Мне непременно захотелось познакомиться с ним и с его тренером. Этим мальчиком был будущий чемпион мира Андрей Груздев, а его тренером — С.А. Бусурин. С тех пор я всегда следил за его выступлением. И вот на чествовании новоиспеченного чемпиона мира мэр города (кстати, бывший командир части, где я служил) попросил В. Елизарова оказать помощь в подготовке спорткарты в пос. Луговое неподалеку от города. Так волею судьбы четверть века спустя я вновь оказался в этом городе.

Передо мной были поставлены две задачи: подготовить спорткарту и оценить местность и условия для проведения соревнований российского уровня. Честно говоря, я не ждал от этого района ничего особенного, но, к счастью, ошибся.

Луговое — современный поселок при Кинешемской государственной птицефабрике. Есть школа, детский сад, магазины, столовая, а главное — спортивная школа. Благодаря неиссякаемой энергии директора спортшколы олимпийского резерва, заслуженного работника физической культуры Валерия Федоровича Копытого и при поддержке руководства птицефабрики, которая остается одной из лучших в стране (входит в 300 лучших предприятий России) в сложное время удалось сохранить спортшколу на должном уровне. Валерий Федорович является тренером серебряного призера чемпионата мира среди юниоров по лыжным гонкам и участника чемпионата мира — Никитенко А. Мне очень понравилась эта спортшкола. При ней имеется спортивная база с гостиницей на 30—40 мест, сауна с бассейном, стадион, отдельно стоящий спортзал, гараж со снегоходами. Но самое главное — это лыжные трассы шестиметровой ширины, профицированные и выровненные бульдозером, отсыпанные опилками. Дистанции по 5, 10 и 7,5 км, имитационные круги и все с приличным набором высоты более 30 метров на склоне. В один из выходных дней я присутствовал на кроссе лыжников Ивановской области. Был в восторге от прекрасно подготовленных трасс, которым мог бы позавидовать любой большой город. Кстати, кросс выиграл с большим преимуществом все тот же Андрей Груздев. Такой энтузиаст своего дела как Валерий Федорович не стоит на месте. Осуществляется проект подготовки центра зимних видов спорта: лыжных гонок, биатлона и спортивного ориентирования.

Для ориентирования это отличное место: много лыжных трасс, тропинок, овраги с крутыми и пологими тягунами, равнина, где можно подготовить любую сетку для лыжного ориентирования. Прекрасное место для проведения соревнований любого ранга. Валерий Федорович приглашал всех ориентировщиков на проведение соревнований.

Надеюсь, что при поддержке администрации г. Кинешмы, птицефабрики и ФСО России этот район будет развиваться. Очень рад, что моя командировка оказалась плодотворной. Я познакомился с прекрасными людьми, приобрел новых друзей, и, думаю, что следующая командировка будет связана уже с подготовкой российских соревнований.



4–9 июня 2003 года
Ивановская область

Первенство России
среди учащихся,
младший возраст
Группы М12, Ж12, М13,
Ж13, М14, Ж14

Фестиваль спортивного
ориентирования,
посвященный 85-летию
Ивановской области

Группы МЖ12, 13, 14,
16, 18, 21, 35, 45

Программа:

- 4.06 — день заезда,
- 5.06 — соревнования по выбору,
- 6.06 — классическая дистанция,
- 7.06 — спринт,
- 8.06 — эстафета,
- 9.06 — день отъезда

Проезд: г. Кинешма,
Заволжский р-он, п. Долматовский



Юрию Безымянному – 60 лет

Евгений Серебряков

Газета «Нейва», г. Новоуральск



Стадион здоровья

Надо сказать, что заслуженный тренер России, тренер с/к «Кедр» по спортивному ориентированию Юрий Иванович Безымянный довольно частый гость в редакции «Нейвы». Его заметки регулярно появляются на страницах спортивной рубрики, а сегодня мы решили поговорить и о нем самом. К тому же есть повод — прошедший в августе Чемпионат России по ориентированию среди ветеранов был посвящен 60-летию Юрия Ивановича.

600 спортсменов из разных уголков страны съехались в Шаманиху, чтобы принять участие в этих соревнованиях и поздравить юбиляра.

Спорт в лицах.

И то сказать, человек он заслуженный. Тренер от бога, воспитавший 34 мастера спорта, среди которых особое место, безусловно, занимает чемпион мира, почетный гражданин города Николай Бондарь.

Что же за секрет такой есть у Юрия Безымянного? Как удается ему достигать столь высоких результатов? Не признается тренер. «Изучил разные методики, — говорит. — Старался не перегружать воспитанников». Хвалит спортсменов за усердие... А мне вспомнился вдруг разговор с учителем того же Николая Бондаря — Лилией Васильевной Кузнецовой. Она-то и рассказала, с каким вниманием относился тренер к ребятам, постоянно интересовался их учебой, проверял дневники. Какие были турпоходы вместе с родителями юных спортсменов, встречи, после тренировок — чаепития! Мальчишки бежали в секцию, как будто к себе домой.

Видимо, есть у Юрия Ивановича педагогические задатки (да еще какие, если до сих пор отзываются о нем с благодарностью школьные учителя!). Недаром он и учиться начал именно на педагога. А потом перешел вдруг в Уральский политехнический институт им. С.М. Кирова. Получил диплом, стал работать инженером на Уральском электрохимическом комбинате (УЭХК).

Кстати, спорт, которым увлекался с пяти лет, Юрий Иванович не бросил и здесь. В 12 его видах принимал он участие за родной объект! И тут пригласили друзья-туристы съездить с ними на соревнования по ориентированию. Почему бы нет? Дело новое, увлекательное. «Шахматы на бегу», — так называет Юрий Безымянный этот спорт, требующий и физической выносливости, и скоростных качеств, и умения думать.

В 1971 году он возглавил секцию на УЭХК, воспитал несколько мастеров спорта: Александра Сорокина, Виктора Кривых, Любовь Безымянную, Светлану Каримову, Тамару Волкову. Но чем больше задумывался о будущем спортивного ориентирования Юрий Иванович, тем сильней крепло убеждение — без подрастающего поколения, без смены заглохнет любое хорошее дело.

Изначально, нужно уделять больше времени молодежи.

Инженер стал тренером с/к «Кедр». Первый набор в секцию состоялся первого октября 1975 года. С воспитанниками ему повезло, им с наставником — тем более. Юрий Безымянный и по сей день с улыбкой вспоминает о тех временах. Четырежды его ребята становились победителями в командных соревнованиях юношеских школ в Прибалтике, Москве и Ленинграде. Среди наиболее талантливых спортсменов тренер выделяет Анатолия Крылова (он 29 раз становился чемпионом СССР, впервые — еще будучи учеником шестого класса) и, конечно, Николая Бондаря.

— Знаете, а я ведь даже не хотел его в секцию принимать, — смеется Юрий Иванович. — Коля пришел на три года позже своих сверстников. Многие ребята к тому времени уже достигли очень высокого уровня. Но Николай быстро догнал их. Через пару лет он вошел в состав сборной области, а затем и России. У него удивительное сочетание всех качеств, необходимых спортсмену-ориентировщику, и огромная целеустремленность.



Разумеется, Николай Бондарь — явление уникальное. Но и среди молодых ребят, занимающихся сегодня в секции, Юрий Безымянный видит будущих чемпионов мира. Дмитрий Попов, Илья и Павел Лебедевы, Антон и Дмитрий Микишевы, Алексей Головань, Анна Конурина, — все они подают большие надежды. Задача тренеров — развить их способности и привести на ступени пьедестала почета. Так это и будет, тем более, что смена-то растет, а тренируют ее ученики Безымянного: Алексей Рязанов и Сергей Ефимов.

А что же сам Юрий Иванович? Нет, на административную работу его и в 60 не заманишь! Не хочет он расставаться с любимым спортом. Тренирует сборные города и области, участвует в соревнованиях ветеранов.

— Чувствую я себя превосходно, — делится Юрий Безымянный. — Бегаю хоть и не так быстро, как молодые спортсмены, но могу показать любое упражнение, а в тренерской работе личный пример просто необходим. Так что на покой я не собираюсь.

В общем, без «шахмат не бегу» не мыслит своей жизни тренер. И слава Богу! Ведь не даром же говорили древние: «Жизнь — это движение». Бегите, Юрий Иванович! Расти новые чемпионов!

Герману Шестакову – 70 лет

Николай Глухов

Почетный член ФСО России

9 мая 2002 года исполнилось 70 лет основателю спортивного ориентирования в Пермской области Герману Николаевичу Шестакову. В этот день в Перми, как всегда, разыгрывался Кубок Победы по спортивному ориентированию, и первыми поздравили юбиляра двести участников этих соревнований. Чуть позже к Шестакову в спортивную школу, где работает юбиляр, приехали с поздравлениями руководители областного спортивного комитета. Чествование продолжилось на лыжной базе «Динамо», где Шестаков считают своим человеком не только спортсмены-ориентировщики, но и любители лыж, туризма, дельтапланеристы и еще множество любителей и профессионалов от спорта и здорового образа жизни.

Рождение и развитие спортивного ориентирования в Пермской области навсегда связано с именем юбиляра. Мастер спорта СССР по туризму Г.Н. Шестаков первым в Прикамье понял, насколько интересным и перспективным обещает стать только что народившийся вид спорта — ориентирование на местности. Шестаков стал первым в области тренером по новому виду спорта, и благодаря ему наши спортсмены участвовали в самом первом Чемпионате страны 1963 года в Ужгороде. Вот почему история нашего вида спорта в Пермской области ведет отсчет, как и во всей России, с 1963 года.

По инициативе Шестакова уже вторые Всесоюзные соревнования по ориентированию прошли в Перми летом 1965 года. С 1963 по 1979 год Г.Н. Шестаков возглавлял Пермскую секцию (сейчас бы сказали — федерацию) спортивного ориентирования. В эти годы в Перми появились такие сильные мастера бега с компасом и картой как Валерий Зязин, Елена Солонинина, Екатерина Горбатовская, Фания Саврасова и другие. В 1979 году к руководству пермским ориентированием пришли другие люди, но Герман Николаевич принимал участие в организации и проведении большинства крупнейших соревнований, проходивших в Прикамье — Всесоюзных зимних 1978



годов, Кубка СССР 1985 года, Спартакиады народов России 1989 года и многих других стартов, включая Чемпионат России 2000. Шестаков первым в нашей области наладил контакты с зарубежными ориентировщиками в Болгарии, Чехословакии, а позднее и сам поехал в качестве тренера и спортсмена-ветерана в Чехию и США.

Был, правда, в биографии юбиляра период, когда он несколько отошел от ориентирования, так как решил немного... полететь. И стал одним из основателей дельтапланеризма в Пермской области. Но ориентирование — это не тот вид спорта, который может так просто отпустить увлеченного человека. Сейчас Герман Николаевич, несмотря на свой пенсионный возраст, вновь работает в спортивной школе, организует и проводит городские и областные соревнования по спортивному ориентированию. А еще он стал создателем и бессменным «директором» лучшей в Перми «тропы здоровья», на которую каждый зимний выходной выходят сотни пермяков.

Но и на этом увлечения юбиляра не заканчиваются. В последние годы он увлекся самым экстремальным из видов ориентирования — рогейном. Организовал уже три или четыре чемпионата области по этому виду спорта, провел Чемпионат России 2001. Сумел вытащить к нам на Урал на рогейн спортсменов из Чехии и нескольких городов России. А в 2003 году замахнулся на проведение в Перми Чемпионата Европы по рогейну. И ведь проведет. Энергии, энтузиазма и организаторских способностей ему не занимать. Ведь Герману Николаевичу Шестакову всего 70!

21 декабря 2002 года отчетная конференция Федерации спортивного ориентирования России избрала Германа Николаевича Шестакова ее почетным членом.



XI МЕМОРИАЛ МИХАИЛА СВЯТКИНА



Соревнования проводятся 27–29 июня 2003 года в Выборгском районе Ленинградской области (недалеко от пос. Боровинка). Проезд электропоездами с Финляндского вокзала до г. Выборга, далее дизельным поездом на Элисенваару или Хийтолу до пл. Боровинка. Автомобильным транспортом по Выборгскому шоссе (E18) до Выборга, далее на Каменогорск, далее по разметке.

Внимание! Соревнования проводятся в погранзоне, командировки обязательны!

Местность — среднепересеченная, с перепадом высот на склоне до 60 м, закрытая на 85 %. Лес в основном хвойных пород, проходимость от хорошей до средней, большое количество скал и камней. Карты масштабов 1:7500, 1:10000; подготовлены осенью 2002 — весной 2003 года, используются впервые.

В соревнованиях принимают участие спортсмены по группам:
Н 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 21, 21K, 35, 40, 45, 50, 60
D 10, 12, 14, 16, 18, 21, 21K, 35, 40, 45, 50, 60

27.06 пятница	суперспринт в заданном направлении, старт с 14.00 до 18.00
28.06 суббота	укороченная дистанция в заданном направлении
29.06 воскресенье	классическая дистанция в заданном направлении

По итогам соревнований на укороченной дистанции лучшие 30 спортсменов в каждой группе (кроме HD21K, HD21) на классической дистанции стартуют в финалах «A», остальные в финалах «B». В группе HD21E стартуют первые 20 спортсменов группы HD21.

По итогам соревнований в суперспринте победители в каждой группе награждаются памятными призами.

По итогам соревнований на укороченной дистанции победители и призеры в каждой группе награждаются памятными призами.

По итогам соревнований на классической дистанции победители и призеры финала «A» награждаются ценными призами, победители финала «B» — памятными призами.

Заявки на соревнования принимаются организаторами на бланках установленной формы.
Адреса для подачи заявок:

1. E-mail: lo-ms2003@mail.ru
2. Тел/факс: (812) 3157007.
3. Почта: 190000 Санкт-Петербург, пер. Антоненко, д. 5, кв. 119,
СДЮШОР по спортивному ориентированию



И в России могут организовать соревнования

В последние выходные дни лета были организованы уже десятые по счету трехдневные соревнования в память Михаила Святкина. Для их проведения были выбраны окрестности Выборга. Центр соревнований был организован на берегу небольшого краивого озера.

Здесь принимали участие и мужчины, и женщины в возрасте от 10 до 60 лет, общее количество участников достигло 1500 человек. Большинство спортсменов представляли спортивную школу из пригорода Санкт-Петербурга, а также другие клубы, были и спортсмены из Москвы. Финнов же приехало мало.

Для каждого дня соревнований были созданы карты, в принципе, одной и той же местности, масштаба 1:10 000 с расстоянием между горизонталиями — 2,5 метра. Все карты были подготовлены и напечатаны в России, и, нужно отметить, довольно качественно.

Как это принято в мировой практике, в пятницу были проведены тренировочные соревнования, в воскресенье — самые сложные. Все маршруты были спланированы таким образом, чтобы спортсмены могли в полной мере продемонстрировать свои способности как в моральном, так и физическом плане. Словом, соревнования были организованы очень хорошо. На картах были ясно видны обозначения КП, была выбрана хорошая местность. Спортсмены практически не сталкивались с трудностями преодоления различных преград, таких как поваленные деревья и сложнопроходимые кустарники. И хотя светло- и темнозеленый

местности отмечалось небольшое количество тропинок и крупных валунов, однако часто можно было наблюдать некоторые особенности рельефа, появившиеся во время Второй мировой войны.

Соревнования были хорошо организованы. Приглашение на эти соревнования можно было найти в Интернете, плата за участие принималась уже на месте. Так участие в трех соревнованиях стоило 12 евро. Принять участие в тренировочных соревнованиях мог каждый, кто был к этому готов. Время, затраченное спортсменом на прохождение пути, узнавали, проводя электронный считывающий устройством по его наструментальному номеру (как на кассе в магазине). Такой способ позволил быстро обработать результаты.

Рядом с центром проведения соревнований были построены души и сауна, с горячей водой перебоев не было. Организаторы соревнований запретили стирать и мыться в озере, чего, в принципе, никто и не делал. Питьевую воду можно было набрать из колонки. В центре проведения соревнований были построены туалеты, как это обычно делается на соревнованиях в Финляндии. При необходимости этот вопрос решали по примеру русских, то есть бегали в кусты.

Питание на соревнованиях продумано не было. Каждая группа или команда готовила себе пищу на костре, из-за чего могла возникнуть угроза пожаров, однако различные таланты в сфере приготовления пищи в подобных условиях у русских в почете.

На время проведения соревнований про

живание было организовано в туристических палатках, стоянка для машин пустовала. Несмотря на все неудобства здесь всех все устраивало.

Надо отметить, что в Финляндии такое вряд ли бы прошло. Данная местность и оставшиеся еще с времен войны окопы отлично подошли для организации центра проведения соревнований.

Здесь продавалось необходимое снаряжение для спортсменов. По вечерам у костров собирались и пели песни, радио здесь

жалуй, было в том, что вся информация давалась исключительно на русском языке. Иностранцев на соревнованиях было очень мало, и их результаты сообщались на английском языке сразу после того, как они пересекли финишную черту. Все указания давались только на русском языке.

На Карельском перешейке и в Ингерманландии (ориентировочно, это земля между Санкт-Петербургом и Финляндией) есть очень интересные для ориентирования местности. Соревнования, на которых мы побывали, могли бы послужить хорошим примером того, как можно организовать, например, чемпионат среди юниоров. Молодых спортсменов здесь было много, и они с огромным удовольствием занимались ориентированием. Атмосфера на этих соревнованиях была менее напряженной, чем это обычно бывает у финнов, хотя по уровню сложности эти состязания ничем не уступали другим.

В целом, мы остались очень довольны своей поездкой и с удовольствием и впредь будем посещать подобные мероприятия, организованные нашими восточными соседями!

Мнение

Эркки Пулли (H65)
Пентти Нярхи (H55)
Сергей Харков (H55)
Юрий Куокканен (H45)

Газета «Сууннистая» («Ориентировщик»), № 9/2002



цвета на картах встречались, границы этих участков были выделены очень четко. Местность отлично подходила для бега ввиду отсутствия камней и каменистой почвы. Перепады высот наблюдались довольно большие — до 2,5 метров, но это лишь добавляло интереса к соревнованиям. На

обычно не включали. Днем молодежь играла в волейбол и бадминтон.

Были ли упущения?

Карточками для соревнований Emit уже не пользовались, на КП спортсмен прокалывал свою карточку ножницами. Неудобство, по-

Тренировка техники спортивного ориентирования

Бернт О. Мирвold

Норвегия

В настоящее время на вебстранице Норвежского союза ориентировщиков можно найти ряд упражнений по тренировке техники спортивного ориентирования, рассчитанных на молодых ориентировщиков, которые уже постигли азы начального уровня подготовки (прошли так называемую *N*-фазу и *N*-трассы, когда ориентировщики учатся работать с картой и ориентируются по направляющей линии) и уже готовы приступить к изучению более сложной фазы С и трасс категорий С, а в дальнейшем и трасс категории В. Упражнения сгруппированы по мере нарастания уровня сложности трасс. Всего на этой странице вы найдете около 130 упражнений, предназначенных как для новичков спортивного ориентирования, так и для ориентировщиков со стажем, которые уже отрабатывают свои навыки на трассе категории В. Эти упражнения можно найти на странице www.orienteering.no в разделе «Советы тренера».

В связи с тем, что приближаются соревнования осеннего сезона, мы решили посвятить этот выпуск журнала совершенствованию техники выбора маршрута ориентировщиков и их забегов на протяженных интервалах. Эти рекомендации подходят и для спортивного ориентирования на лыжах в зимнее время года.

U. Длинные дистанции и выбор маршрута
Цель данного этапа. Ориентировщики должны овладеть навыками прохождения протяженных дистанций, где они редко сворачивают с намеченного курса. Именно эти дистанции могут сыграть решающую роль во время забега. Ориентировщики не только должны уметь идти по протертой дороге, но и искать другие возможные маршруты следования. Им необходимо научиться представлять местность позади себя.

Описывая этот этап в общих словах, можно отметить следующее:

В условиях короткой трассы начинающие ориентировщики редко отклоняются от намеченного курса. Именно поэтому требуется отработать эти навыки отдельно. Если мы начинаем отрабатывать навыки забега на протяженных



интервалах, то тренеру необходимо разработать соответствующие трассы. Использование системы электронного контроля посещения КП и электронной отметки контрольных карточек участников (ЕКТ) или любых других листов отчетности на контрольных пунктах заставляет ориентировщика двигаться прямо к контрольному пункту. Таким образом, увидев контрольный пункт, ориентировщик не может пропустить его. Отметившись на контрольном пункте, он находит выход к следующему пункту в правильном направлении. Советуем почитать книгу «Выбор пути» Эйтстейна Вельтизена (ее можно приобрести в Норвежском союзе ориентировщиков).



Большинство анализов выбора маршрутов следования сделаны на основании результатов забегов опытных мужчин-ориентировщиками. Судя по результатам исследования, отработка этих навыков женщинами-ориентировщицами, как правило, приносит больше результатов.

В основном, мышечная масса у женщин-ориентировщиц меньше по сравнению с массой мужчины, они обычно ниже ростом, чем мужчины. Однако именно эти два параметра создают трудности при подъеме в гору и ориентировании на местности с низкостоящейся по земле растительностью. На основании анализа забегов опытных ориентировщиков, можно сделать вывод, что начинающим ориентировщикам тоже стоит чаще отрабатывать навыки выбора пути, наматывая круги на местности.

U1. Анализ забега на основании времени, затраченного на прохождение интервала

Описание. Спортсмены делятся информацией о выбранных маршрутах следования. Выбор различных путей, протяженность и временные затраты на их прохождение сравниваются для того, чтобы определить наилучший из них.

Подготовительный этап. Заранее проинформировать ориентировщиков.

Местность. Никаких особых требований.

Выполнение тренировочного упражнения. Тренер собирает спортсменов и проводит с ними инструктаж. Либо спортсмены сами все организовывают.

U2. Обсуждение выбора пути после забега
Описание. Различные пройденные пути и вре-

мя, затраченное на их прохождение, сравниваются для того, чтобы отобрать оптимальный вариант, основываясь не только на таких аргументах, как «на том интервале я шел на 14 секунд быстрее, а на этом ты вырвался вперед на 20 секунд», но и оценить сам выбранный путь, который в итоге и привел к такой временной разнице. Так же важно понять, чем руководствовались другие участники при выборе пути. Выбор маршрута следования обычно легко анализировать на примерах тех, кто проиграл, и извлекать из этих примеров определенный урок. Однако, не менее важно обратить внимание и на выбор пути, сделанный победителями.

Подготовительный этап. Не требуется.

Местность. Никаких требований.

Выполнение тренировочных упражнений. Ориентировщики могут организовать это сами.

U3. Обусловленный выбор пути 1

Описание. Трасса с двумя или более возможными вариантами выбора пути на каждом интервале. Двое или трое ориентировщиков начинают забег одновременно и бегут по разным путям. Участники забега ждут друг друга после прохождения каждого интервала. У ориентировщиков имеется бумага и карандаш, и они смигнут время на интервале.

Подготовительный этап. Разработка трассы и изображение маршрутов на карте.

Местность. Имеется возможность выбора различных путей.

Выполнение тренировочных упражнений. В данном случае нет необходимости в специально оборудованных контрольных пунктах. Самые участники должны контролировать друг друга. Если в забеге принимают участие несколько групп, то они стартуют с небольшим интервалом. При забегах, в которых участвуют несколько групп, такая практика помогает собрать более достоверную и качественную информацию о правильном выборе пути, который оправдал себя на трассе.

U4. Обусловленный выбор пути 2

Описание. Трасса с двумя и более возможными вариантами выбора пути на каждом интервале. Двое или трое ориентировщиков стартуют одновременно и бегут по разным путям. Участники забега ждут друг друга после прохождения каждого интервала. На каждом контрольном пункте должны быть две различные контрольные системы. Одна из них используется для старта на следующий интервал.

Подготовительный этап. Разработка трассы и изображение маршрутов на карте. Установка контрольных пунктов.

Местность. Имеется возможность выбора различных путей.

Выполнение тренировочных упражнений. Если в забеге принимают участие несколько групп, то они стартуют с небольшим интервалом. При забегах, в которых участвуют несколько групп, такая практика помогает собрать более достоверную и качественную информацию о правильном выборе пути, который оправдал себя на трассе.

U5. Проверка выбора пути

Описание. Трасса с различными вариантами выбора пути. Сначала ориентировщики бегут по одному маршруту, затем они возвращаются той же дорогой обратно, и далее бегут по другому пути.



гим или можно провести общий старт. Устанавливается определенное время, за которое необходимо пройти наибольшее количество контрольных пунктов. Затем следует обсудить различные выбранные пути.

U8. Беглое ориентирование

Описание. Дистанция с возможностью выбора различных путей, контрольные пункты с четкими, легко узнаваемыми деталями. Цель для ориентировщиков — быстрее всего добраться до контрольного пункта с помощью направляющих линий. Задача состоит только в быстром и точном нахождении контрольных пунктов.

Подготовительный этап. Разработка трассы. Расстановка контрольных пунктов. Нанесение трасс на карту.

Местность. Желательно недалеко от здания спортивного клуба для того, чтобы по окончании забега проанализировать выбранные пути.

Выполнение тренировочных упражнений. Ориентировщики стартуют один за другим. Затем проводится обсуждение выбранных путей.

U9. Ориентирование на улицах

Описание. Трасса с возможностями выбора различных путей, хорошо приспособленная к условиям зимних тренировок.



— вот, что является самым важным в этом упражнении. Поэтому детали контрольных пунктов должны быть легко различимы и узнаваемы. Оснащение контрольных пунктов системой электронного контроля посещения КП (ЕКТ). Нанесение на карту трасс.

Местность. Район с большим количеством дорог и незначительным дорожным движением, расположенный рядом со зданием спортивного клуба для того, чтобы по окончании забега проанализировать выбранные пути.

Проведение тренировочных упражнений. Спортсмены стартуют с относительно большим интервалом друг за другом. По окончании забега проводится обсуждение различных выбранных маршрутов следования.

U11. Лыжное ориентирование

Описание. Трасса с возможностью выбора различных путей. Хорошо подходит для тренировок в зимнее время года.

Подготовка. Разработка трассы. Расстановка контрольных пунктов. Изображение на карте трасс. Если в распоряжении нет собственно карты для лыжного ориентирования, возможно нанесение на карту лыжи.

Местность. Район с большим количеством лыжных троп. Желательно расположенный недалеко от здания спортивного клуба для того, чтобы по окончании забега разобрать выбранные пути.

Проведение тренировочных упражнений. Спортсмены стартуют один за другим. По окончании забега проводится обсуждение различных выбранных путей.

U12. Сеть контрольных пунктов

Описание. Расстановка определенного количества контрольных пунктов на трассе. Самы ориентировщики выбирают, в какой последовательности они будут проходить эти контрольные пункты. Основное внимание уделяется выбору путей между пунктами. Контрольные пункты на трассе надо расставлять на значительном расстоянии друг от друга.

Подготовка. Разработка трассы. Расстановка контрольных пунктов. Нанесение контрольных пунктов на карту.

Местность. Желательно пересеченная, так чтобы возможно было выбрать различные маршруты. По возможности, недалеко от здания спортивного клуба для того, чтобы по окончании забега обсудить выбор различных контрольных пунктов и путей.

Проведение. Спортсмены могут начинать забег друг за другом, либо можно провести общий старт. Необходимо производить замер времени. По окончании забега обсуждается выбор различных путей.



СОРЕВНОВАНИЯ

Финал Кубка спортивного клуба «Синтез»: Суперприз «Газель» выигрывает Воронеж

Ни одна из четырех команд (Тамбов, Москва «Искатель», Воронеж, Белгород), лидирующих в кубке спортивного клуба «Синтез», до последнего дня соревнований не оставляла надежды на свою победу. Но фортуна распорядилась так, что в четвертый раз подряд воронежские ориентировщики выиграли Кубок «Синтеза» и получили главный приз — пассажирскую «газель»!

Правила были продуманы так, что каждая секунда, каждый участник до последнего дня могли переломить ход событий. Собственно, так и произошло: именно последний день, по условиям соревнований обязательно идущий в зачет, единственный командный день на этом этапе, решил исход борьбы. И это была шестистадийная эстафета клубов, самый командный вид, где не было героев и статистов, а общие усилия решали все!

Расклад в четверке лидеров к финишу изменился до неузнаваемости. Тамбов, захвативший лидерство на первом, зимнем, этапе, впоследствии только терял очковое преимущество.

В заключительной эстафете он потерпел поражение и оказался отброшенным на третью позицию.

Воронеж, не богатый опытом зимнего ориентирования и понапачалу скатившийся на четвертую строчку, уже на следующем этапе вырвался на второе место, зубами держался за него на протяжении всего Кубка, хотя на последнем этапе в Орле его обошел «Искатель» из Москвы, в конце концов сделал победный рывок.

Московский клуб «Искатель», сразу заставивший с собой считаться и очень уверенно претендовавший на главный приз, по праву стал вторым.

Белгород использовал (как, впрочем, и его соперники) возможность дозаявок, но так и остался четвертым.

Как подтверждение накала борьбы приведем поэтапную таблицу шестистадийной эстафеты последнего дня лидеров всего Кубка.



Команда	Место команд после этапов					
	I	II	III	IV	V	VI
Тамбов	4	3	4	4	3	3
«Искатель» Москва	2	1	3	2	1	2
Воронеж	3	2	1	1	2	1
Белгород	1	4	2	3	4	4

Даже уходя на последний этап, еще три команды претендовали на главный приз.

А в общем осталась легкая грусть от того, что Кубок «Синтез-2002», на протяжении восьми месяцев державший в напряжении почти что всю российскую ориентировочную элиту, завершен. Остался на память грохот фейерверка. И удовлетворение от победы. Тем более, что она нам досталась очень нелегко!

Итоговая таблица

Место	Команда	Очки
1.	Воронеж	25861,65
2.	«Искатель» Москва	25747,61
3.	Тамбов	25596,78
4.	Белгородская область	25499,36
5.	Пермь	21749,99
6.	Орел	20708,96
7.	Курск	20679,47
8.	Пенза	19344,77
9.	Рязань	18736,73
10.	Тула	15449,77
11.	Липецк	5634,53



ЭТАПЫ КУБКА "СИНТЕЗ"

2003

1. Тамбов 29 января - 4 февраля
2. Тула 5 - 9 мая
3. Тамбов 11 - 14 августа
4. Тамбов 16 - 19 августа
5. Воронеж 12 - 14 сентября



<http://orient.sintez.vsi.ru>



ВРЕМЯ СУПЕР-ПРИЗОВ!



КЛУБ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ
“СИНТЕЗ”

Россия, 394000, г. Воронеж

ул. Театральная, 28

Воронеж (0732) 74-60-89, 59-75-61, 55-67-38, 77-84-36

Тамбов (0752) 47-89-72, 71-49-60

Тула (0872) 34-88-55, 41-20-02

ПОБЕЖДАЙ С НАМИ!

Первый радиокомментатор

Памяти Л. Станецкого

Первым радиокомментатором спортивного ориентирования, пользующимся общим признанием и бесспорным авторитетом, был судья республиканской категории, кандидат в мастера спорта, москвич Лев Станецкий. Он оставил нам методические рекомендации по организации радиоинформации на соревнованиях по ориентированию. Написаны они 25 лет тому назад, но что поразительно, актуальны и сейчас, в век электроники.

Редакция надеется, что это ценная рукопись не пройдет мимо организаторов соревнований.



Радиоинформация и комментирование во время соревнований по спортивному ориентированию имеют большое значение для популяризации этого увлекательного вида спорта и, следовательно, увеличения числа спортсменов-ориентировщиков. Поэтому судейские коллегии, организации, проводящие соревнования по ориентированию, должны уделять внимание как технической стороне радиоинформации (обеспечение радиомашинами, мегафонами, состоянию стационарной радиосети при проведении соревнований в лесопарках или на базе пионерских лагерей), так и подбору и всесторонней подготовке судей-информаторов и комментаторов.

Работа судьи-информатора очень важна и ответственна при проведении любых соревнований, особенно при проведении соревнований по ориентированию. Поскольку ход борьбы спортсменов-ориентировщиков при прохождении дистанций скрыт от зрителей и участников соревнований, радиоинформация должна быть оперативной, доходчивой и емкой. Но в то же время следует обращать внимание на то, чтобы сообщения были ненавязчивы и непредвзятыми. Радиокомментатор должен обладать высокой культурой речи и обширными знаниями не только в области спортивного ориентирования.

Материалы для передачи в эфир нужно готовить заранее. К каждому соревнованию целесообразно написать несколько специальных текстов, а также обновить и дополнить имеющиеся.

Работу службы радиоинформации рекомендуется начинать за 20—30 минут до начала соревнований, когда на месте соревнований собирается большое количество зрителей и участников.

Желательно подготовить и зачитывать тексты в следующей последовательности.

1. Вступление. Нужно кратко объяснить, что такое спортивное ориентирование, рассказать о данных соревнованиях (если они не заслуживают отдельного рассказа), пожелать участникам счастливых стартов.

2. Представление главной судейской коллегии (квалификация судей и выбрано творческий портрет членов судейской коллегии). Для этого нужно иметь карточку с данными о профессии судей, возрасте, созданных ими картах, поставленных дистанциях, судейском опыте и стаже.

3. Информация о дистанциях, местности, картах, классе дистанций (по мнению инспекции), времени, затраченном на корректировку карт, предполагаемом времени прохождения дистанции победителями. Эти данные необходимо получить в судейской коллегии.

4. Справки об участниках. Их спортивная квалификация, какие спортивные разряды или звания они могут выполнить в ходе данных соревнований. Результаты всех участников невозможно быстро обработать даже очень опытному комментатору.

5. История данных (конкретных) соревнований. Например, соревнования на удлиненных дистанциях «Золотая осень» или матч городов-героев. Информацию следует собирать, используя протоколы результатов предыдущих соревнований, рассказы участников и судей соревнований прошлых лет.

6. Ориентирование в нашей стране. Изложить кратко историю возникновения этого вида спорта, состояние на сегодняшний день. Целесообразно использовать ежеквартальную информацию Центральной секции ориентирования, вырезки об ориентировании из периодической печати, рассказы участников международных и всесоюзных соревнований.

7. Ориентирование за рубежом. Дать краткую историю возникновения ориентирования, рассказать о Международной федерации ориентирования, олимпийских возможностях этого вида спорта, последних международных соревнованиях с участием наших спортсменов, о последних чемпионатах мира. Данные можно получить из советской печати, а также из болгарской газеты «Эхо».

8. Состояние ориентирования в данном районе, городе, области или организации (например в ДСО «Труд»). Можно привести ряд результатов (командных и личных) спортсменов на Всесоюзных и городских соревнованиях, рассказать о том, как построена работа по развитию ориентирования в коллективах физкультуры и спортивных клубах.

9. Календарь ближайших соревнований по ориентированию. Огласить календарь с указанием даты и места проведения соревнования.

10. Решения местной федерации ориентирования и Центральной секции. Довести до сведения участников и зрителей наиболее важные решения, дать последние сведения об ориентировании, представляющие общий интерес, например, подробную информацию о последнем чемпионате страны или последнем матче городов-героев.

Во время эстафетных соревнований, если КП нерадиофицированы, радиоинформатор должен быть готов заполнить возникающие паузы передачей заранее подготовленной информации об ориентировании. Такие паузы чаще всего бывают при прохождении первых этапов, когда участники находятся на дистанции.

Если КП в эстафетных соревнованиях радиофицированы, то радиоинформатор должен целиком переключаться на информацию о дистанции. Желательно, чтобы он передавал в эфир при прохождении участников КП не его номер, а имя, фамилию, наименование команды, за которую он выступает, и квалификацию спортсмена, если она достаточно высока. Для этого секретариат должен передать радиоинформатору стартовый протокол и своевременно довести до его сведения поправки, если тренеры команд меняют участников на этапах эстафеты во время соревнований.

Радиоинформатор совместно со стартовой и финишной бригадами (если старт с финишем разнесены) должны выбрать удобное место для установки радиомашин, а также места для вещания, которые обеспечивали бы хороший обзор вызываемы на старт и финиширующих. Динамики радиомашин должны быть развернуты в сторону зрителей.

Служба радиоинформации заканчивает свою работу одновременно с окончанием соревнований.

Для этого судье-информатору желательно иметь секундомер или спортивные часы, синхронные с судейскими часами.

По мере прихода участников на финиш, радиоинформатор, имея часы, может давать приблизительные результаты потенциальных лидеров соревнований. Результаты всех участников невозможно быстро обработать даже очень опытному комментатору.

Заранее приготовленные тексты следует зачитывать в свободной паузе, то есть когда надо представлять участников, передавать информацию с дистанций и объявлять результаты. Желательно, чтобы тексты зачитывали поочередно радиоинформаторы мужчины и женщины.

Если соревнования двухдневные (или многодневные), то радиоинформатор, представляя участников в последующие дни, может указать их предыдущие результаты, которые он должен получить в секретariate.

Желательно, чтобы радиоинформатор после первого дня соревнований взял интервью у преторов. Вопросы следует подготовить заранее. Примерный перечень вопросов для интервью:

- Сколько лет Вы занимаетесь ориентированием?
- Как пришли в этот вид спорта?
- Какими видами спорта еще занимаетесь и каковы результаты?
- Лучшие результаты в ориентировании? Ваша профессия? Кто Ваш тренер?
- Как тренируетесь?
- Что можете сказать о пройденной дистанции?

На основании такого интервью, а также мандатной анкеты (если она распространена среди участников) можно составить творческие портреты призеров и ознакомить с ними зрителей в течение следующего дня соревнований.

Во время соревнований можно приглашать к микрофону для интервью активистов-тренеров, судей, руководителей команд по ориентированию.

Темы для интервью необходимо также продумать заранее, например:

- перспективы развития ориентирования;
- прогнозы относительно исхода данных соревнований;
- предварительная информация о предстоящих международных, всесоюзных или республиканских соревнованиях.

Во время эстафетных соревнований, если КП нерадиофицированы, радиоинформатор должен быть готов заполнить возникающие паузы передачей заранее подготовленной информации об ориентировании. Такие паузы чаще всего бывают при прохождении первых этапов, когда участники находятся на дистанции.

Если КП в эстафетных соревнованиях радиофицированы, то радиоинформатор должен целиком переключаться на информацию о дистанции. Желательно, чтобы он передавал в эфир при прохождении участников КП не его номер, а имя, фамилию, наименование команды, за которую он выступает, и квалификацию спортсмена, если она достаточно высока. Для этого секретариат должен передать радиоинформатору стартовый протокол и своевременно довести до его сведения поправки, если тренеры команд меняют участников на этапах эстафеты во время соревнований.

Радиоинформатор совместно со стартовой и финишной бригадами (если старт с финишем разнесены) должны выбрать удобное место для установки радиомашин, а также места для вещания, которые обеспечивали бы хороший обзор вызываемы на старт и финиширующих. Динамики радиомашин должны быть развернуты в сторону зрителей.

Служба радиоинформации заканчивает свою работу одновременно с окончанием соревнований.

Он был вожаком

Памяти В. Сафонова

«И дожить не успел,
Так хотя бы долеть...»

В. Высоцкий

Не успел...

Да, Володя, как и все творческие личности, многое не успел.

А то, что он был личностью творческой, у меня, да, думаю, и у всех, с кем он имел дело, сомнений не вызывало. Творчество его определялось просто. Все, что ни делал Володя, имело свой венец, были ли это очередная карта, подростки, которых он выводил на тропу ориентирования, очередная инспекция туристского маршрута на Всероссийских слетах или на Первенстве учащихся по ориентированию, тяжелейший горный поход на Кавказе, кладка плитки или... электропровода.

Я всегда завидовал ему, потому что он умел делать все — и написать методику, и склеить лыжи, и сшить штормовку, по-взрослому поговорить с пятилетним ребенком и поставить при необходимости на место своего товарища, особенно на заседаниях судейской коллегии. При всем этом он был вожаком — долгое время возглавлял Саратовскую федерацию спортивного ориентирования, был директором областного клуба туристов (правда, маялся от всяких отчетов). В нем сидела деревенская косточка, и, видимо, оттуда гены председателя колхоза. О его деятельности в областной Станице юных туристов в качестве методиста и заведующего отделом стоит сказать особо. Володя и его товарищи, а не только директор Юрий Соловьев, первые в России запланировали и, главное, выполнили свою задумку, о которой мы и сейчас мечтаем — каждой школе спортивную карту. Володя не попал из командировок, выезжал в сельские районы области, где рисовал карты и проводил соревнования. Закончилось все это случая, и от всей этой эпохи, да еще каждый день, идя на работу, прохожу рядом с этим лобным местом.

Хоть каким-то утешением служат для меня карты, которые мы с Володей сделали в 2002 году. Это парки подмосковных городов Химки и Сходня, где я «раскручиваю» сейчас ориентирование. Планы у нас были серьезные и долгосрочные, он, правда, с трудом приживался к московской жизни, но все же я убедил его, что в Саратове ему сидеть беспрерывно. Володя не вылезал из командировок, выезжал в сельские районы области, где рисовал карты и проводил соревнования. Закончилось все это случая, и от него все плечо в синяках, спрашивая — в чем дело? Да иду в лесу, «щелкаю» азимуты и вдруг бац плюх в дерево, потом опять и опять. Лишь позже сообразил, что глаз-то не видит. Заработав денег, он сделал операцию — ему заменили хрусталик, и он, радостный, вернулся в наш дом, сменив очки с +4 на +2! Карты его появились и на окраинах Котласа, и в Московской области. Осталось «взять» Москву, что было не так-то просто сделать. Ему это удалось, и пожинал он успех именно в этот роковой день — 22 сентября. Надо отдать должное организаторам соревнований — во Фрязево (Щелковский район) старт был посвящен «адмиралу Алексеевичу. А в памятной галерее, на гориальных соревнованиях в Москве «Памяти зея» появилась фотография В.А. Сафонова, первый немосковский спортсмен, удостоенный такой чести.

У нас дома, куда не кинь взгляд, все напоминает о Володе: и полки он сколотил, и медали мне теперь есть куда вешать, но самим памятным все же служит «книгостас» — выложенная им стена из плитки на кухне, сделанная по проекту Валентины.



Когда у нас бывают гости, а это в большинстве своем ориентировщики, мы вспоминаем Володю.

Он как-то сказал: «Ген, вот я могу на плите зарабатывать в пять раз больше, чем на картах, но мне это не интересно. Карты и старты, это то, что мне сейчас нужно. Мечтаю съездить на чемпионат мира».

Вот такой был наш Володя, таким и останется. На скромных похоронах, перед кремацией, Юрий Переляев прочел стихи, посвященные Володе; на мой взгляд, он попал в точку. Эти стихи уехали в Саратов и были зачитаны на гражданской панихиде. Низкий поклон тебе, Юра, от друзей и товарищей Владимира Алексеевича.

В последний, долгий путь сегодня
Пришли мы друга проводить.

Заждался, нас, небось, Володя,
Но все же строго не суди

За то, что сразу не хватились,
Что не почяли беды...»

А дни нечастные катились,
И дождь смывал твои следы

На склонах и тропинках в Битце,
Где ставил ты КП для нас.

Кто знал, что так могло случиться,
И видимся в последний раз.

Последний раз пожали руки,
Сказав привычное «пока»!

Никто не чуял, что в разлуке
Умчались ты за облака.

Ты был спортсменом и труждой,
Нарисовавшим кучу карт,

Как мы, немножечко бродягой,
Всегда принять готовым старт.

Ты первым прибегал не раз,
Осилив километров тыщи.

Никто не слышал, что бы «пас»
Ты в жизни произнес, друзьяще.

Еще бежать бы да бежать,
Ведь сил осталось много, вроде,

И вот на финише опять
Опередил ты нас, Володя.

Как пережить нам боль утраты,
Не сжечь все «мерсы» сгоряча...

Саратовца лишен Саратов,
Москва лишилась Москвича.

Прости, Володя, что так случилось,

Прости, что не дожил свой век,

Прости Москву, уж сделай милость,

Прощай, хороший человек.

Юрий Переляев,

г. Москва, 09.10.2002

СОРЕВНОВАНИЯ ФЕСТИВАЛЬ ОРИЕНТИРОВАНИЯ 300 лет Санкт-Петербурга



Адреса и реквизиты оргкомитета Фестиваля:
Официальный сайт Фестиваля <http://www.o-festspb.ru>
Адрес: 197110, Санкт-Петербург, П.О. А/я 295 для О-Фестиваля
факс: +7 812 3252879



Ю.Янин

Судья Всесоюзной категории, г. Москва

Проходимость леса делится на четыре категории и отображается на спортивных картах знаками 405, 406, 408, 410.

Знак 405. Легко пробегаемый, типичный лес для данной местности. Ориентировщик может двигаться через такой лес, практически не снижая скорость, то есть сокращая ее в диапазоне 80—100 %.

Знак 406. Медленно пробегаемый лес со средней проходимостью. Растительность и плохая видимость снижают скорость движения спортсмена по сравнению с легко пробегаемым лесом до 60—80 %.

Предполагается, что через такой лес спортсмен бежит, огибая деревья и прочую растительность, а из-за плохой видимости сложно представить полную картину окружающей местности. Участок, обозначенный на карте светло-зеленым цветом, не может представлять серьезную преграду для бегущего ориентировщика.

Знак 408. Трудно пробегаемый лес. Точнее будет сказать, что лес труднопроходимый. Буйная растительность сильно снижает видимость. Видимость в таком лесу еще более ограничена, чем в лесу со средней проходимостью.

Растительность не позволяет двигаться с высокой скоростью. Скорость снижается до 20—60 % по сравнению со скоростью в хорошо пробегаемом лесу. Ориентировщику придется снижать скорость и осторожно прорабатываться через заросли и кустарники. По возможности спортсмену следует выбрать путь в обход участков, обозначенных на карте среднезеленым цветом.

Знак 410. Непроходимая растительность. Густой лес, кустарник делают проходимость леса невозможной. Скорость снижается до 0—20 % по сравнению с хорошо пробегаемым лесом. Видимость в лесу почти нулевая. Спортсмену ничего не остается делать, как обходить участки, показанные на карте темно зеленым цветом.



На графике показана зависимость изменения скорости от проходимости. В таблице приведено время, затрачиваемое спортсменом на преодоление 1 км в лесу различной проходимости, при условии, что скорость в легко пробегаемом лесу 5 мин/км.

405	80—100 %	5—6,15 мин
406	60—80 %	6,15—8,20 мин
408	20—60 %	8,20—25,00 мин
410	0—20 %	более 25 мин

Конечно, составителю карты не всегда удается точно определить границу растительности, на которой спортсмен будет терять скорость, в пределах указанного диапазона. Вспомогательных инструментов для определения степени проходимости нет, поэтому составителям карт следует использовать только свой опыт и таблицы с расчетами.

Желтый цвет

Желтым цветом на карте показывают открытые пространства разных категорий.

Градации желтого цвета используются как для обозначения открытости местности, так и для отображения проходимости. Для изображения различных категорий открытой местности используются условные знаки 401, 402, 403, 404.

Знак 401. Открытое пространство. Этим знаком показывают открытую, легко проходимую местность, в основном это поле, на котором собран урожай, газоны на открытой парковой местности, участки, похожие на футбольное поле. Проходимости ничтожной не имеет. На такой местности спортсмен может максимально долго двигаться, сохранив высокую скорость. Подобную местность можно отображать знаком 415, возделываемые земли, то есть земли с сезонными границами, о состоянии которых разъясняется в технической информации.

Знак 402. Полуоткрытое пространство. Это полуоткрытая леса легко проходимая местность: луга и покосы с отдельно стоящими деревьями и кустами, в изображении которых на карте как микрообъектов нет необходимости. Проходимости здесь та же, как на участках, обозначенных знаком 401. Отдельные редкие деревья и кустарники на такой местности не являются помехой бегущему спортсмену.

Знак 403. Неудобь. Открытые пространства с неудобной для бега поверхностью. Этим знаком обозначаются пустоши, вырубки, лесопосадки, поляны с растительностью до 1 метра высотой. Знаком могут обозначаться незалесенные склоны, пастбища, открытые болота. Видимость на таких участках хорошая.

Знак 404. Неудобь с редким лесом. Довольно сложно однозначно определить четкие границы нанесения этого знака, а также насколько плоха видимость на местности. Знак отображает генерализованное скопление кустов и отдельных деревьев. На площади, обозначенной этим знаком, может быть луг, вырубка, группы растительности, показываемые на карте либо белым, либо зеленым цветом, отдельные деревья или кусты, которые по отдельности показать на спортивной карте невозможно. Знак обобщающий. Характерные выделяющиеся деревья и кусты могут быть показаны знаками 418 и 420. Проходимость, подобная изображаемой знаком 403.

Растительность — это самый необъективный компонент ландшафта. Спортивные карты старают прежде всего из-за изменения растительности. Спортсмену нужно уметь представлять, как выглядела местность на момент составления карты и как она могла за последнее время измениться. Лес растет, зарастают поляны, вырубки и дороги. Нормальный лес может превратиться в густую чащу, поле стать лесом, густой лес сможет подрасти и стать нормальным.

Самые субъективные цвета спортивной карты

Как Нюся с Героем России познакомилась

Генрих Шур

Судья Всесоюзной категории



В.А. Шаманов,
губернатор Ульяновской области

Площадь №2 Советского Союза

Произошло это знакомство в г.Ульяновске на торжественной церемонии открытия осеннего чемпионата и первенства России по спортивному ориентированию. Мне было известно, что открытие готовилось действительно торжественное, был разработан сценарий, была обычна суета в облспорткомитете. Все дело было в том, что открытие должно было проходить не на лесной поляне, как обычно, а в манеже педагогического университета. Он известен своим расположением и тем, что всегда готовил ориентировщиков. Здание университета находится в сердце областного центра — на площади им. Ленина. Эта площадь, после Красной, была второй в идеологической иерархии Советского Союза. Приезжали туда со всей страны, чтобы увидеть своими глазами родину вождя революции и домик, где он родился, который и сейчас сохранился. На этой же площади расположено и здание областной администрации, которую возглавляет боевой гене-



ская область, и мы благодарны областной администрации и его подразделению, Комитету по физической культуре и спорту, за теплый прием и отеческую заботу, которую мы чувствуем повсюду. Мы благодарны всем тем, кто помог обновленной Ульяновской федерации спортивного ориентирования взять на себя нелегкое бремя. Для спортсменов созданы все условия, осталось только показать, на что они способны.

Сказать, что мне все было ни почем, значит скрывать — как все живые люди, я нервничал и готовился. Сижу, думаю, смотрю на карту парка «Дружбы народов», которая больше похожа на сложную карту, пригодную для серьезной дистанции, и вдруг... придумал! Тут же созрел план выступле-



ния. И, как мне казалось, отличная фишка должна была сыграть безотказно. Началось открытие. В уютном манеже построились ориентировщики, балкон был заполнен до отказа, заиграл оркестр, маршировали девушки-лошадки, появился губернатор с командой — началась официальная часть. Генерал-губернатор, он же мастер спорта по борьбе, говорил хорошие слова о молодежи и даже вспомнил, что в училище он достаточно освоил спортивное ориентирование и знает, что это такое. Фишка моя уплыла, но и связка с моей речью появилась. Привожу ее полностью с некоторыми комментариями.

— Уважаемые спортсмены, тренеры, судьи! Уважаемые гости, уважаемый губернатор и аппарат Администрации!

Этим Чемпионатом и юношеским Первенством мы закрываем насыщенный сезон 2002 года. Принимает нас Ульянов-

зывает пальцем. Генерал — вот это да, так это же готовые бойцы! Я вынимаю из кармана компас на палец. Вдвоем пытаемся надеть его на генерала и с ужасом видим, что резинка вот-вот закончится. В конце концов все же надеваем компас. Да, у генерала действительно руки борца. Наконец, я беру микрофон и объясняю публике, что происходит, и добавляю:



— Владимир Анатольевич, раньше мы имели договоры и отправляли своих воспитанников служить в ВДВ и на границу, надо возобновить эту систему.

— Да, это здорово.

— И второе, это компасы. Их нет в армии, а зря, они точны и очень удобны, если надеваются на палец.

— Да, стрелять можно, руки свободны, напишите мне записку. Это интересно.

Передаю привет от С.Г. Беляева, дарю журналы «Азимут», жмем друг другу руки. Как догадывается читатель, «сговор» с мамой Нюся, Заслуженным тренером России О. Глаголовой удался.

Если молодые ребята, полные энтузиазма и желания поднять ориентирование в Ульяновской области, не используют редкий шанс закрепить наш вид спорта — грош им цена.

Ну, а теперь о самих соревнованиях.

Сверхкороткая дистанция или спринт

В правилах соревнований 2001 года наконец-то закреплена терминология дистанций. Но термин — всего лишь название, а вот рекомендации относительно длин и времени победителя — это закон для начальников дистанций. Но на практике очень сложно не только рассчитывать время победителя, но и поставить дистанции, которые бы отличались друг от друга, как, например, спринт от сверхкороткой.

Заместитель главного судьи по СТО Игорь Прокаков и инспектор из Йошкар-Олы Геннадий Яшпартов, оба судьи республиканской категории, мастера спорта, справились с задачей, но... Опять это но. К сожалению, разнотечения в Правилении не дали организаторам возможности четко выполнить параграфы, а жаль.

Генерал благодарит, поднимает вверх руки, на одной компас, в другой карта — ориентировщики в экстазе. За ним выступил с приветствием Председатель Комитета по физической культуре и спорту. Главный судья С. Лысенков от имени судей гарантировал честное судейство, а П. Наумов — от имени спортсменов честную борьбу. Затем П. Наумов и Н. Наумова поднимают флаг, звучит гимн, и все торопятся на старт. Все же я успел попросить у В.А. Шаманова три минуты для блицразговора.



программировано организаторами. Старт удался, довольны и организаторы, и спортсмены. Известная судейская пара главный судья С. Лысенков — главный секретарь Т. Ларина без особых проблем отсудили эти соревнования.

И еще одна реплика. Детским группам были поставлены дистанции не просто детские, а новичковые. Победители показывали время 5—7 минут. Надо все же учитывать, что это официальное Первенство России, где разыгрываются звания сильнейших, и простого арифметического расчета здесь маловато.

Ну, а победили, естественно, сильнейшие. Надо отметить «урожай» ульяновцев: два чемпиона России И. Шевгаев и Д. Немытов, кстати, они и на удлиненке были призерами. Сразу пять мастеров спорта! Такой успех, надеюсь, компенсирует все материальные и моральные вложения и бессонные ночи председателя ФСО области Александра Аристова и его сподвижников, которые подарили участникам не только хорошие соревнования, но, к сожалению, забытыми нами, прекрасно изданные полиграфическую атрибутику. Надеюсь, что и Комитет по физической культуре и спорту удовлетворен результатами, особенно заместитель председателя Н.А. Ловыгин, который, как отец родной, помогал и опекал всех и вся.

Конечно, могут сказать — как же не выиграть, если они тут все в парке облизали. Естественно, любой городской парк известен хозяевам, но все же, если мы идем на популяризацию нашего лесного спорта, то надо идти на компромиссы. Ведь пошла же на это ИОФ на Чемпионате Мира 2001 г. в Финляндии, а чем мы хуже. Кстати, ульяновский парк и дистанции на несколько порядков интереснее, чем спринт на Чемпионате Мира. Заявляю об этом сознательно и готов отстоять свое мнение перед любой аудиторией, вплоть до заседания почетных мужей ИОФ. Что касается удлиненных дистанций, то дотошным читателям надо посмотреть протоколы и карты.

ЭМОЦИИ ИННОВАЦИИ УСПЕХ

FISCHER

ENJOY INNOVATION

ПОБЕДА и FISCHER

— СИНОНИМЫ в лыжном спорте

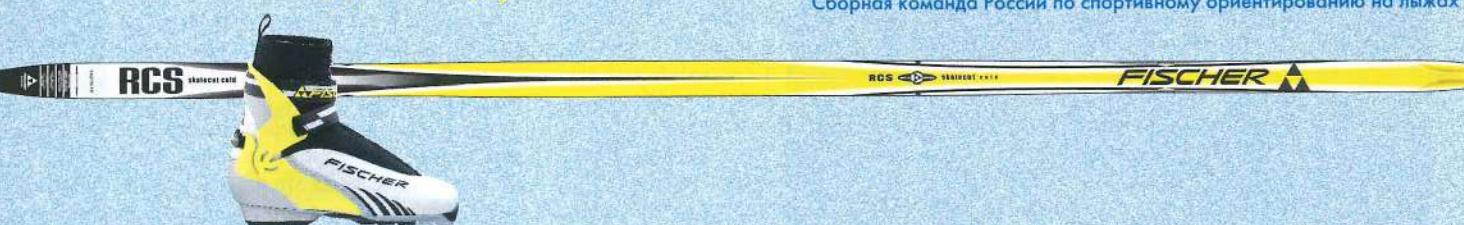
SPEED

SPEED. Эта линия стала популярной благодаря техническим новшествам, привнесенным Fischer в лыжи и ботинки. А имя говорит само за себя: SPEED (дословно — скорость) оптимизирована таким образом, чтобы быть быстрее всех.



Сборная команда России по спортивному ориентированию на лыжах

ЛЫЖИ + БОТИНКИ
— непобедимый дуэт



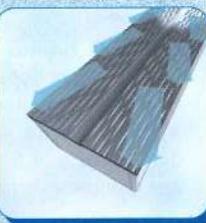
OPTIMUM SWINGWEIGHT

Оптимальное распределение веса — то есть меньший вес пятки и мыска лыжи — значительно уменьшает инертность лыжи, позволяя ей быстрее возвращаться в идеальное положение для начала скольжения после каждого отталкивания.



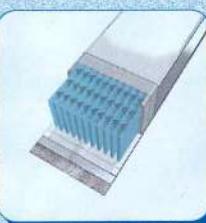
RACE FINISH

Максимальная скорость достигается благодаря новому способу шлифовки скользящей поверхности с минимальным усилием прижатия лыжи к камню. Скользящая поверхность Plus предназначена для катания по крупнозернистому и влажному снегу при температуре от -5 °C и выше. А скользящая поверхность Cold, хорошо зарекомендовавшая себя на этапах Кубка Мира, идеально для сухого и искусственного снега при температуре -2 °C и ниже.



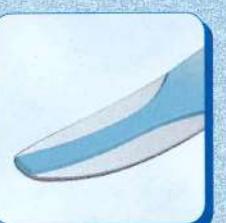
AIRCORE

Решающая характеристика в любой гонке: 80% внутреннего объема лыжи занимает воздух. Специальная конструкция, основанная на технологии, разработанной авиационными инженерами, делает лыжи легкими и быстрыми, сохраняя потрясающую высокую торсионную жесткость и прочность.



SPEED TIP

Сверхлегкий технологический пластик с добавлением карбона повышенной прочности обеспечивает уменьшение веса мыска лыжи на 50%. Этот материал пришел из аэрокосмической индустрии.



Представительство в Москве
1-й Голутвинский пер., д. 3/5, стр. 3
Тел.: (095) 230-02-94, 230-02-89, факс: 230-03-70
www.fischer.ru; sales@fischer.ru

Магазин и сервисный центр
ул. Солянка, д. 1/2, стр. 2
Тел.: (095) 925-37-36, 925-43-36

Мелкооптовый отдел
2-й Вязовский пр., д. 2а
Тел.: (095) 410-00-14, 174-00-86

MADSHUS



Груздев Андрей
Мастер спорта
международного класса,
Трехкратный Чемпион
Мира

Хренников Эдуард -
Заслуженный мастер спорта
России, четырехкратный
Чемпион Мира, обладатель
Кубка Мира 2000 года

Корчагин Виктор
Заслуженный мастер спорта
России, четырехкратный
Чемпион Мира, Чемпион
Европы

ЛЫЖНЫЙ МИР
поздравляет гонщиков "Мадшус"
с триумфом на Чемпионате Мира
по лыжному ориентированию!

www.skimir.ru Тел: (095) 778 73 11 E-mail: info@skimir.ru



На Зимних Олимпийских Играх
в Солт Лейк Сити на лыжах "Мадшус"
завоевано 18 медалей