

# МЕЧТАЙТЕ, ТРЕНИРУЙТЕСЬ, БОРИТЕСЬ ДО КОНЦА, И ВСЕ У ВАС ПОЛУЧИТСЯ!



- Это вся жизнь?

- Да, это вся моя жизнь, которая прошла в спорте!

- Расскажи, пожалуйста, с чего она началась, как ты попала в ориентирование?

- Началось это осенью 1969 года, когда я училась в восьмом классе школы №3 города Всеволожска. Находилась она недалеко от станции Бернгардовка, в километре от моего дома. Наша учительница географии Нина Александровна сказала, что у нас в городе организуется секция спортивного ориентирования и всех желающих приглашают в Дом Культуры на первое собрание. Я в это время была секретарем комсомольской организации школы, занималась спортивной гимнастикой и поначалу не очень заинтересовалась этим предложением. Но меня уговорили мои

*Левичева (Святкина) Надежда (24 июня 1955 г.) – одна из лучших спортсменок в истории отечественного ориентирования, одинаково успешно выступала как в летнем, так и в зимнем ориентировании. Воспитанница Ленинградской областной спортшколы, мастер спорта СССР (1974), 24-кратная чемпионка города (в 1977-1992 гг.), обладательница самой большой коллекции наград Всесоюзных соревнований и чемпионатов СССР (40), из них 14 золотых (в 1975-1991 гг.), участница нескольких чемпионатов мира в составе сборной команды СССР. Почетный член Федераций спортивного ориентирования России и Санкт-Петербурга. С Надеждой мы встретились у нее дома в Санкт-Петербурге. Она выложила на стол небольшую стопку пожелтевших блокнотов-дневников.*

одноклассники Леша Миронов и Таня Терехина, вернувшиеся с первого собрания: «Там так интересно, мы будем везде ездить, давай с нами!» Так я первый раз увидела Юрия Николаевича Леонова, он вел у нас занятия. В основном они были теоретическими – карты, условные знаки. К весне я встала перед выбором: ехать в «Зеркальный» – лагерь комсомольского актива или в Ильичево – первый спортивный лагерь ориентировщиков в Ленинградской области. Поскольку комсомольская работа меня к этому времени перестала интересовать, я решила поехать в Ильичево. Познакомилась с ребятами из Кузьмолово, Токсово, Кингисеппа, Гатчины, Ломоносова, Рошино и др. До сих пор, вот уже полвека, мы дружим и встречаемся на соревнованиях. Нашими первыми инструкторами были студенты университета: Белозеров В.Н., Бровин А.М., Ширинян А.А.

Одновременно с этим я перешла учиться в физико-математическую школу №139 города Ленинграда, чтобы лучше подготовиться к поступлению в институт.

- Я помню, что ты училась в этой школе, но только сейчас начинаю понимать, каких сил от тебя требовали учеба и спорт – ежедневная езда из Бе-

рнгардовки в город и тренировки и соревнования, а ведь в десятом классе ты уже стала чемпионкой РСФСР среди школьников.

- Все это было очень интересно – прекрасное преподавание в школе, сильные учителя, историю преподавал Мильчик Михаил Иссаевич, он и сейчас постоянно выступает по проблемам охраны культурного наследия нашего города. Школу курировал Политехнический институт (ныне Политехнический университет им. Петра Великого), преподаватели приезжали к нам в школу, мы проходили практику в этом институте. И в ориентировании было не менее интересно – новые города, новые знакомства, первые успехи.

- И первый успех – Селигер?

- Да, первые соревнования школьников на кубок РСФСР по туризму, летом 1971 года, в программе которых было ориентирование. Я заняла на них первое место среди 350 участниц и выполнила «половинку» кандидата в мастера спорта. Что интересно, в первых строках протокола было много фамилий девушек, которые впоследствии стали ведущими спортсменками в России и Советском Союзе. Так что эти соревнования стали началом спортивной карьеры для многих. Потом была побе-



да на Первенстве России среди школьников в Кирове, зимой 1972 года, весной 1973 года – победа в Черновцах на отборах в юниорскую сборную России для участия в первых международных соревнованиях в Болгарии. В Черновцах я познакомилась с ребятами из Московской области и с будущим мужем Александром Левичевым.

- Ты одинаково успешно выступала и зимой, и летом, в твоей коллекции много медалей и летних, и зимних чемпионатов СССР, международных соревнований. А что тебе больше нравилось, зима или лето, где было больше успехов?

- Лето нравилось больше, а успехов больше было зимой. Почему – не знаю, может зимой конкуренция была меньше, спортсменки из Прибалтики зимой выступали слабее.

- Но в России и без прибалтов достаточно было сильных лыжников-ориентировщиков.

- Наверное, помогли мои тренировки с лыжниками из Политехнического института, куда я поступила в 1972 году. Эти занятия дали мне очень много в части лыжной подготовки. Кстати, в Политех я поступила на гидротехнический факультет по совету Сергея Беляева (Сергей Георгиевич Беляев, Президент ФСО России) – мы вместе с ним были в Ильичево в одном отряде, он уже учился на этом факультете. «Давай к нам, у нас романтика, будем гидростанции строить!» Добираться от дома до университета было значительно дальше, чем до Политеха, и выбор был сделан.

Победа нашей сборной Ленинградской области в женской эстафете на Кубке СССР 1975 года – это заслуга Юрия Николаевича Леонова. В Энколово, в сплошном тумане, съедающим снег на глазах, мне доверили последний этап. Людмила Иванова (Минеева) неожиданно прибегает второй за ленинградкой Татьяной Свистун, Эля Иванова (Несте-

рова) без штрафа передает мне эстафету первой. Бегу, пытаюсь в тумане не пропустить ориентиры, а сама прислушиваюсь, не догоняет ли меня Зоя Пятакова, победительница первого дня соревнований. Вдруг какие-то мужчины на горе перегораживают лыжню, кричат: «Снимай лыжи!». В голове мелькает: «Грабят, как же я без лыж». Они показывают вниз, там еле виден штрафной круг, а на склоне совсем нет снега. Спускаюсь с лыжами в руках. От стресса долго не могу восстановить нитку, колю, пробегаю оценочный, судьи кричат: «Ноль». На финише меня встречают, обнимают, подкидывают вверх. Это была первая большая победа!

В 1976 году я не отобралась в сборную Союза и поехала со своей группой на практику – на строительство Саяно-Шушенской ГЭС. С Татьяной Коваль (Дмитриева) – она альпинистка-скалолазка, я – ориентировщица, вместе работали и тренировались, бегали по горам, купались в холоднющем Енисее. Работали в бригаде бетонщиков, готовили дно Енисея под бетонирование. Половина реки была перегорожена, сделан водосброс и оголившееся скальное дно котлована необходимо было вычистить-вылизать как собственную квартиру до последнего камушка, чтобы бетон надежно сцепился с основанием. Нам показывали высоко вверху отметку, где будет гребень плотины – 242 метра. Было здорово, я считаю эту практику значительным событием в моей жизни.

И вот, после месяца тренировок без ориентирования выигрываю РОС «Спартак», ЦС «Спартак» и в сентябре еду на Чемпионат Союза среди ДСО профсоюзов в Черновцы, где после неудачного первого дня в третий день соревнований (личное первенство) занимаю второе место и попадаю в сборную СССР четвертым номером.

- Так началась твоя работа в сборной СССР?

- Да, и весной следующего года мы поехали на сборы в Крым, в Планерское, где я познакомилась с Львом Александровичем Крохиным, который стал моим тренером. Юрий Николаевич Леонов к тому времени практически целиком занимался подготовкой спортсменов-школьников, и такая смена тренера была вполне логичной.

- Ты ведь была в сборной на первом для страны чемпионате мира во Франции в 1987 году.

- Да, но до этого было еще далеко. А пока приспособливалась к новому виду зимнего ориентирования – заданному направлению. Маркированные трассы бегали только в Советском Союзе, а во всех остальных странах ставили дистанции заданного направления. Для меня переход с «маркира» на «заданку» не представлял большой сложности – все-таки летнее ориентирование мне нравилось больше, там сама выбираешь путь, а на «маркире» тебя ведут, хотя свои особенности были и здесь. Вначале зимнее заданное бегали по летним картам, лыжни были только по дорогам. Помню первую в Ленинграде дистанцию заданного направления зимой 1972 года в Кавголово (10,2 км, 7 КП), когда большую часть пришлось бежать по «целине», финишировала со слезами и с единственным желанием съесть корочку черного ржаного хлеба.

Значительно позже, в 1986 году, на Кубке СССР, Станислав Борисович Елаховский в Подмоскovie спланировал дистанцию с множеством накатанных в лесу лыжней, так называемой «сеткой», как это делалось за рубежом и так, как это сейчас делается везде. Я тогда на разминке попробовала наст, он меня держал и, пробежав первый перегон по лыжням, начала «подрезать», где это было возможно. После финиша от соперниц поступили претензии о нарушении правил соревнований Левичевой и Анашовой, что они бежали не по



лыжням и поэтому выиграли. Нас, конечно, никто не снял. А лыжникам мы посоветовали бегать летнее ориентирование.

В середине 80-х в СССР ввели возрастные ограничения для спортсменов. В сборную СССР могли попасть спортсмены моложе 28 лет, исключение было только для мастеров спорта международного класса или чемпионов СССР. Поэтому приходилось показывать стабильно высокие результаты. И очень много хороших девчонок и парней не смогли состояться, у некоторых результаты появились только в 28-29 лет. Сейчас же можно выступать в сборной России, пока ты показываешь результаты!

Был период, когда «в целях повышения физической подготовки спортсменов» ввели тесты в гладком беге на стадионе – 3 км для женщин и 5 км для мужчин. Если не уложился в норматив – бежишь личный день Чемпионата СССР вне конкурса, и чемпионом СССР тебе не стать. В 1985 году в Черновцах, на Чемпионате Союза, Светлана Березина, не уложившаяся в норматив на стадионе, выиграла дистанцию в личный день, и медаль ей не вручили. После награждения Алида Абола из Латвии, занявшая «официальное» первое место, отдала ей свою золотую медаль, и девушки, занявшие второе и третье места, также передали свои медали – третье второму и четвертое – третьему месту. Я же тогда пробежала неудачно, была очень жаркая погода, тяжелая дистанция 10 километров по горной местности, я просто «закипела» и много ошибалась.

*- В те годы Советский Союз не был членом ИОФ, опыта международных стартов у сборной было немного, насколько сложно было адаптироваться к другим картам, местности, особенностям планирования дистанций?*

- Характерна ситуация с первым выступлением сборной СССР на летнем Чемпионате Мира во Франции в 1987 году. Очень хотелось отобраться в команду, поехать, увидеть Париж. Отобравшись, поехала, но Париж не увидела – летели через Страсбург, затем в горы. Только что и видели за всю поездку – лес и горы.

Информация о местности, которую перевели нам переводчики, далекие от ориентирования, была скудная и, как выяснилось впоследствии, довольно неточная. Информация – горы, на склонах камни, поваленные деревья, плохая проходимость. На основании этой информации мы поехали на подготовку в Онегу Архангельской области, бегали (ползали) там по тяжелому и хламному лесу с низкой скоростью 15-18 минут

на километр. В реальности на соревнованиях было много дорог и тропинок, что позволяло очень быстро бежать. А на подготовку надо было ехать в горную местность – Бакуриани или Кисловодск.

Во Францию руководителем команды поехал Лисов И.И., тренером – Киселев В.М. У нас была неделя на акклиматизацию, знакомство с местностью, но все равно было непривычно, да и перенервничали все, и психологически не справились. Я бежала очень аккуратно, перестраховывалась, часто смотрела в карту, проверяла номер каждого пункта, результат оказался невысоким. И так у всей нашей команды. Только Алексеев Володя занял 11-е место, остальные были за двадцаткой. На эстафете первый этап доверили Рио Йоханссон из Эстонии. И она блестяще справилась, прибежав третьей в 20 секундах от шведки Ары Ханнус. Ирина Намовир из Латвии со второго этапа прибегает четвертой, ну и я на третьем этапе побежала отыгрывать. Светило третье место! Думала, если Рио смогла, неужели я не смогу? Волнение было жуткое, такого я давно не испытывала. Прибежала третьей. На четвертом этапе Надя Малыгина из Сыктывкара. Ждем. Норвежки первые финишируют. Буквально через минуту шведки. Десять минут никого. Волнение нарастает. Очень быстро пробегает свой этап чешка Галикова. У Чехословакии бронза. Надежда финишировала пятой, всего минуту проиграв финке. В эстафете участвовало 18 команд. Наши мужчины (Лейбомс А., Лукьянов В., Зорин М., Алексеев В.) тоже пятые из 23-х команд.

Потом был зимний Чемпионат Мира 1988 года в Финляндии, тоже первый для спортсменов из СССР. Вообще-то я готовилась именно к нему, мне тренеры сборной сказали: «Не надо распыляться, вот тебе зима!». Даже не помню, почему меня взяли во Францию, наверное, была хорошо подготовлена функционально. В Эстонии на Кубке СССР прошли последние отборы в сборную. Мой муж Александр Левичев тоже был включен в состав для поездки в Куопио. Выступила команда для дебюта успешно: москвич Кузьмин И. (шестой на длинной), Зорин М. из Челябинска (восьмой на спринте) и Близневская В. из Красноярска (девятая на спринте) выполнили норматив мастера спорта международного класса. В эстафете женская команда в составе Йоханссон Р., Левичева Н., Близневская В. и мужская Кузьмин И., Левичев А., Лузин Н., Зорин М. четвертые после скандинавов. Команда Финляндии выиграла.

*- Кто оказал влияние на твою*

*спортивную карьеру, на результаты, кого хотелось бы вспомнить?*

- Очень многих. В первую очередь родителей. Папа у нас работал электромонтером, мама – прядильщицей на фабрике «Химволокно», зарплаты были небольшие, но велосипед и лыжи у меня и брата Святкина Миши были всегда. Лыжи деревянные слоеные «Ленинград» – тогда это была довольно дорогая вещь. С благодарностью вспоминаю учителей физкультуры школы №3. Зимой регулярно спаренные уроки физкультуры, ходили на лыжах на склоны на реку Лубья. Нас учили технике лыжного хода, ну и просто с горок катались.

Конечно, первые тренеры Юрий Николаевич Леонов и Мария Михайловна Малова, у которых я начинала делать первые шаги в ориентировании и выросла до мастера спорта и чемпионки СССР. Никита Владимирович Благоев президент Федерации ориентирования г. Ленинграда. Крохин Лев Александрович, тренер сборной СССР. Митенков Валерий Борисович, Пирогов Николай Гаврилович, Казанцев Сергей Александрович, Смыкодуб Зинаида Максимовна. Помогали советами лучшие спортсмены СССР – Киселев Валерий, Симакин Сергей, Мухина Ольга, Кивикас Арво, Пятакова Зоя, Милова Лидия, Кривоногова Лидия. Всех не перечислить, не хватит места в статье.

Володя Доронин развивал ориентирование в Хабаровском крае и, когда у нас были сборы в Ангарске, он пригласил нас съездить в Китай побегать ориентирование.

*(К нам присоединяется Александр Левичев, все это время вычерчивающий карту для соревнований нового сезона в соседней комнате).*

- Это было в 1990 году. Китай, город Харбин. Уникальность поездки состояла в том, что это были вообще первые соревнования по ориентированию в Китае. Для нас стала открытием страшная бедность в деревне, около которой мы соревновались. Люди пришли на нас посмотреть, потому что до этого они никогда в жизни не видели иностранцев. Все одеты в одинаковые фуфайки и шапки, хотя был теплый октябрь. Поскольку местных картографов не было, карту для соревнований рисовали ориентировщики из Хабаровска. Впоследствии я и сам рисовал карту в Пекине, недалеко от Великой Китайской стены, жаль, что она у меня не сохранилась.

*Надежда:* Ну, и конечно то, что семья у нас была спортивная – брат Михаил и муж Александр, оба неоднократные чемпионы Советского Союза, члены сборной страны, – также помогало. Порой самой очень не хочется идти на

тренировку, а в компании приходится заставлять себя. Мы сами выезжали в лес, ставили себе тренировочные дистанции. В 1982 году на Чемпионате СССР в Великих Луках мы втроем стояли на пьедестале – мы с Мишей выиграли и Александр был вторым!

- Как сложилась твоя жизнь после окончания спортивной карьеры?

- Я еще готовилась к зимнему Чемпионату Мира 1990 года, но в сборную не отобралась, плюс нам постоянно говорили, что мы «уже старые». В 1992 году мы потеряли Мишу – на тренировке остановилось сердце, это был «звоночек» и для меня – у меня тоже было достаточно физических перенапряжений, стала потихоньку сбавлять обороты, но продолжала бегать, выступала за СКА, ездила на всесоюзные соревнования, где-то что-то выигрывала. Закончила выступать в 1995 году. Появилось свободное время, получила права, совершенствовала английский, изучала финский язык, ходила по театрам. Помогала мужу в бизнесе, работала исполнительным директором. В 1999 году первый раз выступала на Чемпионате Мира среди ветеранов в Литве, были очень яркие воспоминания, приятно было встретить своих прибалтийских подруг по команде. В 2000 году заболела моя 94-летняя тетушка, пять лет была прикована к постели, я после работы ухаживала за ней, времени ни на что не оставалось. После ее смерти потихоньку стала возвращаться в ориентирование, участвовать в ветеранских соревнованиях, путешествовать – Европа, Канада, Южная Африка, где постояла на мысе Доброй Надежды (сбылась школьная мечта!), Япония, Австралия. Последние лет десять из числа друзей, с которыми начинали ориентироваться, организовали команду «Вереск» и регулярно участвуем в соревнованиях по ориентированию в Санкт-Петербурге и Ленинградской области по своим возрастным группам.

Ориентирование – это моя жизнь, 50 лет, полвека. Благодаря ориентированию я встретила мужа, с которым мы уже 42 года вместе. У нас дочь, внук и внучка. Участвуя в соревнованиях, увидела всю страну, самые разные ее уголки, посмотрела мир. Познакомилась с интересными и целеустремленными людьми. Приобрела друзей на всю жизнь. До сих пор активно участвую в соревнованиях. Слежу за новостями ориентирования в стране и мире. Болею за наших спортсменов, выступающих на крупных соревнованиях.

Мечтайте, тренируйтесь, боритесь до конца, и все у вас получится!!!

*Беседовал Феликс Храмышев.*

## Медальный лист Надежды Левичевой (Святкиной)

- 1971, июль, Первые соревнования школьников на Кубок РСФСР по туризму, оз. Селигер – 1 место;  
1972, март, Зимнее первенство РСФСР среди школьников, Киров – 1 место, (маркировка);  
1972, июль, 4-й матч 10 сильнейших команд РСФСР школьников, Саратов – 1 место;  
1973, июль, Первенство Болгарии (юниоры), Болгария, г. Боровец – 5 место;  
1973, сентябрь, Первенство СССР Эстония, г. Выру 2 (юниоры) – 1 место (эстафета);  
1975, март, Зимнее первенство СССР, Ленинград – 1 место (эстафета, маркировка);  
1976, сентябрь, Чемпионат ВС ДСО профсоюзов, Украина, г. Черновцы – 2 место;  
1977, март, Зимнее первенство СССР, Свердловск, 1 место (маркировка) и 1 место (заданное направление);  
1977, июль, Кубок Дружбы соц. стран, Чехословакия, г. Ичин – 1 место (эстафета);  
1977, сентябрь, Первенство СССР, Латвия, г. Сигулда – 3 (л/к);  
1978, март, Зимнее первенство СССР, Пермь – 3 место (маркировка);  
1978, июль, Кубок СССР, Эстония, г. Выру – 1 место;  
1978, июль, Чемпионат Мира среди студентов (1 выступление сборной СССР) Финляндия, Ювяскюля – 6 место (эстафета);  
1980, сентябрь, Чемпионат ВС ДСО профсоюзов, Миасс – 2 место;  
1981, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах Свердловск – 1 (заданное), 2 место эстафета (маркировка);  
1981, август, 1-й летний Чемпионат СССР, Ленинград – 3 (л/к), 1 (эстафета);  
1981, сентябрь, Чемпионат ВС ДСО профсоюзов Минск – 1;  
1981, ноябрь, Кубок наций Венгрия, Сегед – 3 (эстафета); Кубок 7 ноября, Венгрия, Секешфехервар – 3; Кубок Дружбы соц. стран, Венгрия, Алмазфузито – 4 2 (эстафета);  
1982, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, Томск – 2 (маркировка), 3 (заданное), 3 (эстафета);  
1982, август, 2-й летний Чемпионат СССР, Великие Луки – 1;  
1982, сентябрь, Кубок Дружбы соц. стран, Черкассы – 1 (эстафета);  
1982, сентябрь, Чемпионат ВС ДСО профсоюзов, г. Сумы – 2 1;  
1983, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, г. Горький – 2 (эстафета), 3 (маркировка);  
1983, август, 3-й летний Чемпионат СССР, Латвия, г. Цесис – 3 (эстафета);  
1983, сентябрь, Чемпионат ВС ДСО профсоюзов Украина, г. Львов – 2;  
1983, октябрь, Кубок Дружбы соц. стран Чехословакия, Богемия – 3 (эстафета);  
1984, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, Минусинск – 2 (эстафета), 1 (маркировка);  
1984, август, 4-й летний Чемпионат СССР, Эстония, г. Тарту – 1 (эстафета);  
1984, сентябрь, Кубок Дружбы соц. стран, Болгария, Туракан – 3 (эстафета);  
1985, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, г. Пермь – 3 (заданное);  
1985, август, 5-й летний Чемпионат СССР, Украина, Вижица – 2 (л/к), 2 (эстафета);  
1985, сентябрь, Кубок Дружбы соц. стран, ГДР, г. Дрезден – 2 (эстафета);  
1986, февраль, Всесоюзные соревнования по ориентированию на лыжах, Грузия, Бакуриани – 2 (заданное);  
1986, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, Московская область – 2 (заданное), 1 (маркировка), 2 (эстафета);  
1986, август, 6-й летний Чемпионат СССР, Казахстан, Каркаралинск – 3 (л/к), 2 (эстафета);  
1987, март, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, Карелия, Петрозаводск – 1 (заданное), 3 (эстафета);  
1987, август, 7-й летний Чемпионат СССР, Свердловск – 3 (л/к), 1 (эстафета);  
1987, сентябрь, Чемпионат мира (1 выступление сборной СССР), Франция, Ля Брессе – 5 (эстафета);  
1988, январь, Всесоюзные соревнования по ориентированию на лыжах, г. Тула – 1 (лыжная гонка 10км), 1 (маркировка), 1 (заданное);  
1988, февраль, Кубок СССР по ориентированию на лыжах, Эстония, г. Валга – 1 место (эстафета);  
1988, март, Чемпионат мира по ориентированию на лыжах (1 выступление сборной СССР), Финляндия, Куопио – 4 (эстафета);  
1988, сентябрь, 8-й летний Чемпионат СССР, г. Минск – 2 (эстафета);  
1989, январь, Всесоюзные соревнования по ориентированию на лыжах, Москва, Планерное – 1;  
1989, февраль, 9-я зимняя Спартакиада народов РСФСР, г. Кунгур – 2 (заданное), 1 (маркировка), 1 (эстафета);  
1989, март, Кубок Мира по ориентированию на лыжах, Норвегия, Лигна – 10 (лонг);  
1989, декабрь, 1-й Чемпионат СССР по ориентированию на лыжах, Горнозаводск – 2 (эстафета);  
1990, март, Чемпионат СССР по ориентированию на лыжах, Свердловск – 3 (длинная), 2 (средняя);  
1990, август, 10-й летний Чемпионат СССР Латвия, г. Плявиняс – 2 (эстафета).