

ГИМНАСТИКА

Журнал Федерации
спортивной гимнастики России

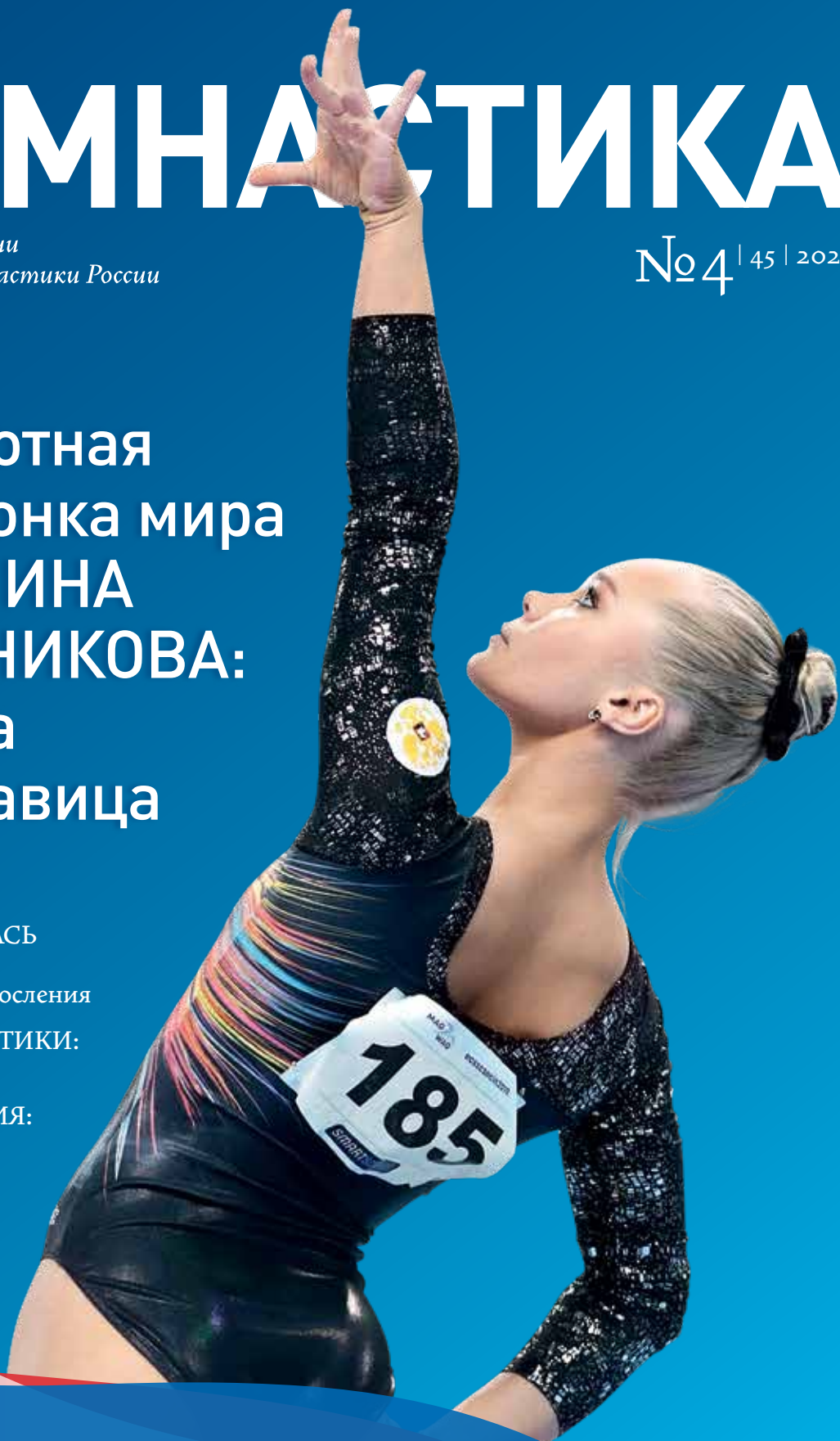
№ 4 | 45 | 2021

Абсолютная чемпионка мира АНГЕЛИНА МЕЛЬНИКОВА: умница и красавица

КАК ЗАКАЛЯЛАСЬ
СТАЛЬ:
чемпионаты взросления

ЛИГА ГИМНАСТИКИ:
шире круг!

НАША ИСТОРИЯ:
100 лет Виктору
Чукарину



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Закончился олимпийский год, который принес нашей спортивной гимнастике долгожданные и счастливые результаты: обе команды России завоевали золото Олимпийских игр. Мужская команда вернула звание сильнейшей спустя 25 лет после победы в Атланте-1996, а женская победила впервые в истории современной России!

И всего через несколько недель на чемпионате мира в Китаюсю Ангелина Мельникова выиграла личное многоборье, став абсолютной чемпионкой мира. Найти силы после труднейших Олимпийских игр и выступить так, как смогла это сделать лидер нашей женской сборной, дорогого стоит.

Победы олимпийского 2021 года вошли в летопись мировой гимнастики. Но это и личная история наших тренеров и спортсменов. Россия высоко подняла планку своих достижений, и удержать ее — задача последующих стартов.

Медали самого высокого достоинства — это показатель работы всего вида спорта в стране. Продолжать поступательное развитие спортивной гимнастики в регионах, помогать школам, поддерживать таланты и тренеров остается главной задачей нашей федерации на предстоящий период.

Мы уже вступили в новый олимпийский цикл. Он будет короче обычного — не четыре, а три года. И каждый год будет диктовать свои задачи, задавать свой темп. Легко не будет и не может быть. Спорт увлекателен борьбой характеров и мастерства. К борьбе надо быть готовыми.

С Новым годом!



A handwritten signature in blue ink, which appears to be 'В. Титов'.

Василий Титов,
президент Федерации
спортивной гимнастики России



Андрей Родионенко: УСИЛЕНИЕ ПОСЛЕ ВЕРШИНЫ БУДЕТ СЕРЬЕЗНЫМ

ТОКИО-2020 — ПОЗАДИ, ПАРИЖ-2024 — ВПЕРЕДИ

НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ В ТОКИО СБОРНАЯ РОССИИ ЗАВОЕВАЛА ВОСЕМЬ МЕДАЛЕЙ, ГЛАВНЫЕ ИЗ КОТОРЫХ — ДВЕ ЗОЛОТЫЕ НАГРАДЫ В КОМАНДНОМ МНОГОБОРЬЕ. ГЛАВНЫЙ ТРЕНЕР СБОРНОЙ РОССИИ АНДРЕЙ ФЕДОРОВИЧ РОДИОНЕНКО ПОДВОДИТ ИТОГИ ОЛИМПИЙСКОГО ЧЕТЫРЕХЛЕТИЯ, ЗАТЯНУВШЕГОСЯ ИЗ-ЗА ПАНДЕМИИ НА ГОД, И РАССКАЗЫВАЕТ О ТОМ, ЧТО РАБОТА НА НОВЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ ЦИКЛ УЖЕ ИДЕТ.

ТЕКСТ: СЕРГЕЙ ФУКС, «Р-СПОРТ»
ФОТО: ЕЛЕНА МИХАЙЛОВА

— Андрей Федорович, позади очень сложный сезон, главным событием которого стали Олимпийские игры в Токио...

Конечно, Олимпийские игры — это вершина четырехлетия, в общем-то, это основа, к которой стремилась команда. Достигнутые результаты ставят точку над i. Комментарии излишни — наши победы в Токио заслуженны. Я не хочу никак их преувеличивать или преуменьшать. Что сделано, то сделано.

— В Токио вы сказали, что после Игр-2020 тренерский штаб сделает анализ и подведет итоги главного турнира. Если тезисно, к каким выводам вы пришли?

Прежде всего на фоне командного турнира наши претензии на золотые медали и у девочек, и у ребят в многоборье и в отдельных видах в значительной мере уменьшились. Это то второе звено, которое требует доработки. Есть документ, который посвящен следующему четырехлетию, — основным пунктом является целевая

комплексная программа подготовки команды на весь олимпийский цикл. И в этом документе я указал: нехватка ресурсов для борьбы в отдельных видах и в финале многоборья связана с недостаточной сложностью программ, чтобы быть безапелляционно сильными, а также со спецификой сложности отдельных видов.

Каждый вид многоборья нуждается в том, чтобы он был лучшим.

Получилось, что после борьбы на высшем уровне в командных соревнованиях мы претендовали на успех в многоборье, скажем, в лице Никиты Нагорного и Ангелины Мельниковой. Но этих ресурсов не хватило. Можно сказать, что они потратили много сил на командную борьбу, но это не будет оправданием. Ведь те же японцы с китайцами боролись и великолепно показали себя в борьбе за золотые медали и другие награды как в многоборье, так и в отдельных видах.

И эта наша нехватка мощностей требует тщательного рассмотрения и подхода в каждом конкретном случае.

В многоборье каждый снаряд у участников должен быть усилен для того, чтобы претендовать на высшую ступеньку, а также чтобы быть более качественным и надежным звеном для многоборья.

То есть нельзя допускать усредненные оценки ни в одном из видов многоборья. Это касается обеих команд.

— *Это же касается и отдельных видов?*

Да. Вроде бы неплохо выглядим, но и меня, и вообще всех нас это не очень устраивает. И нужно дойти до такого уровня, что, если мы выходим на борьбу в отдельных видах, то значит, у нас должны быть очевидные претензии на медали. С этим спорить трудно.

Наши разговоры с тренерами и специалистами были объективными, все понимают, что в новом олимпийском цикле это надо учесть.

Но еще надо помнить: борьба в командных соревнованиях будет значительно сложнее, потому что мы формируем мужскую и женскую команды практически с нуля.

— *Почему?*

Это связано с тем, что наша мужская команда должна была быть на пике в 2020 году, но мы

ее удерживали еще целый год, команда стала чуть-чуть сдавать. Поэтому была такая нервная борьба. В 2020 году наше преимущество могло быть более очевидным. В то же время те, кто претендует на попадание в команду, могут не успеть набрать нужную форму. И нам предстоит усиленная гонка, чтобы наверстать то, что удалось сделать японским и китайским резервистам для основного состава предыдущего цикла. У них резервистов больше. Сейчас важную роль играет та скамейка, которая есть позади основной команды как у ребят, так и у девочек.

— *Правильно ли я вас понимаю, что в 2024 году мы увидим почти на 100 процентов обновленную сборную?*

Дело в том, что там будет новый формат соревнований. Если в Токио формат был 4–4–3 (четыре человека в команде, четыре на помосте, три оценки идут в зачет), то формат следующих Игр и чемпионатов мира, кстати, тоже — это 5–4–3 (пять человек в команде, на помост выходят четверо, три лучшие оценки идут в зачет). То есть дополнительное место в команде дает возможность формировать ее таким образом, чтобы было два многоборца и три специалиста по отдельным видам. Либо три многоборца и два специалиста по отдельным видам для того, чтобы они показали лучшие оценки.

Усиление команд будет очень серьезным. Поэтому чем выше уровень резервистов, тем больше у них шансов оказаться в этой пятерке.

Например, поставили двух многоборцев, из двух специалистов по видам делаем еще шесть снарядов и одним человеком можем усилить любой из видов в командных соревнованиях. Это касается как мальчиков, так и девочек.

То есть будет возможность усилить виды, которые окажутся решающими в командной борьбе.

— *На данный момент сила нашего резерва вас удовлетворяет?*

Скажем так: всегда оставляет желать лучшего. Закончилась Олимпиада, и сразу, с первого сбора, идет обновление учебно-тренировоч-

ных составов, которые приглашают на «Озеро Круглое». И с ними работа ведется напрямую, начинается подготовка к следующим Олимпийским играм.

Идет усиление программ в соответствии с требованиями новых правил соревнований. Мы «подняли» наверх, к сборам с основной, юниоров всех возрастов, которые через год-два-три будут претендовать на попадание в команду.

После августа сборы на «Круглом» преследовали цель насыщения программ бывших юниоров сложными элементами. Кто-то из них уже выходит на большой помост.

А те, кто еще не успевает по возрасту, будут выступать в команде юниоров на первенстве Европы следующего года и последующих стартах высшего уровня для юниоров.

Но их программы будут нацелены только на Олимпийские игры. И может быть, этот несколько форсированный подход даст нам возможность уже в 2023 году увидеть наши обновленные команды.

Пока мы знаем только одно: нет еще окончательной системы селекции команд на Олимпиаду, но известно, что чемпионат Европы в 2022 году станет решающим для отбора в Париж-2024.

Это так называемый континентальный принцип отбора. Количество команд еще не известно, но тут важен сам принцип, который обсуждался на исполкоме международной и европейской федераций. Это очень важно, потому что континентальный принцип отбора теперь имеет первоначальное значение, такого раньше не было. То есть формирование команд должно идти таким образом, чтобы Европа для нас оказалась той первой ступенькой, которую мы проходим в формате, подходящем для Олимпийских игр.

— *Прошедший практически сразу после Олимпиады чемпионат мира в японском Китакюсю*

дал вам много пищи для размышлений в этом плане?

Во-первых, у нас некоторые спортсмены просто физически не могли выступать, поэтому у ребят мы обновили на чемпионате абсолютно всю команду. Послали состав, из которого только двое работали в основе перед Играми — Владислав Поляшов и Никита Игнатъев. Был проверочный состав. И именно ребята из молодежного состава — Сергей Найдин, Мухаммаджон Якубов, Григорий Климентьев — показали нормальные результаты.

Это тот возраст, на который можно полагаться в 2022–2023 годах.

Кстати, нельзя особенно не отметить Климентьева, который в таком юном возрасте завоевал бронзу на брусьях — в истинно мужском виде многоборья.

У девочек та же картина. На чемпионате мира были более опытные Ангелина Мельникова и Владислава Уразова. Мельникова выиграла титул абсолютной чемпионки мира, это очень достойно, она закономерно утвердилась в лидерах мирового помоста. А молодые девочки показали, что они при соответствующей работе над необходимыми программами, которые понадобятся через два года, явно способны претендовать на место в команде.

Мы не ставили цели чего-то завоевать, просто нужно было посмотреть на наши возможности для следующего шага.

— *Мельникова еще перед стартом чемпионата мира обмолвилась, что может пропустить следующий сезон. Кто-то еще из лидеров заявлял о таком желании?*

«Пропустить» — это ведь все довольно условно. Какой-то период морально, психологически, конечно, нужно отдохнуть. Мы беседуем с каждым из них. Нагорный и Далалоян, например, сразу продолжили выступать в разных небольших соревнованиях, турнирах по приглашениям и контрактам. Там можно немного отдохнуть, там не так напряженно, не такие высокие требования.

Мы работаем в очень ограниченном диапазоне людей. Многие тренеры из других сборных — выходцы из советской системы, которая до сих пор работает. Но мы не можем реализовать ее на местах, только в центре, а этого мало, поэтому и не можем рассчитывать на столь длинные скамейки запасных, как в Китае, Японии и США

А Геле действительно нужен отдых, потому что она после чемпионата мира тоже прошла пару мелких турниров. И ей просто сейчас нужно психологически отдохнуть. Каким этот отрезок будет, говорить сложно. Вот, например, кто-то хочет отдохнуть полгода, но уже через пару месяцев проявляет желание начать тренировки, потому что есть определенный уровень подготовки, ниже которого нельзя опускаться. И очень низко опуститься нельзя, они это прекрасно понимают. Отдохнуть — да, а потерять или утратить что-то — этого быть не должно.

Поэтому пропуск турниров, сезона — это все очень условно. А ослабить напряженность в какой-то мере необходимо. Нужно и подлечиться, и отдохнуть, окунуться в социальную жизнь.

К чемпионату мира нужно было, конечно, заново набрать кондиции тем, кто выступил в Токио.

На этом чемпионате мира было очень мало олимпийцев. Та же Владислава Уразова, которая провела очень сложный первый взрослый сезон, выступила с упрощенной программой — времени для нормальных тренировок не было абсолютно

Последние полтора-два года были очень сложными из-за пандемии, поэтому социальная жизнь должна быть немного налажена.

В этом отношении важно понять: отдыхать необходимо, потому что многое зависит от центральной нервной системы, психологии.

Но настроение «я буду отдыхать весь год» быстро проходит. Это чисто первое впечатление после напряженного олимпийского цикла. Все потом устаканивается, и приходят реальные сроки отдыха, но это уже вхождение в новый цикл через фитнес-джим, через начальную подготовку и возвращение к тренировочному формату.

— *Вы упомянули, что Артур Далалоян не прекращал тренировки и выступления. За его здоровье продолжают беспокоиться многие любители гимнастики.*

Артур тренируется, но сначала он должен пройти весь курс лечебной физической культуры, функциональную и физическую подготовку и выйти на тот уровень требований, который связан с элементами, требующими нормального состояния обеих ног. Сейчас он этим и занимается. Помимо прыжковой работы, требуется работа статического характера, статодинамического характера, то есть здесь нужен специфический подход. Он это понимает, и с январского сбора мы с ним этим займемся.

У той же Гели Мельниковой всегда были проблемы с ногами, в какой-то мере спина требует дополнительных врачебных обследований, чтобы потом не было ненужных проявлений каких-то болезненных ощущений. Потому что прыжковая нагрузка большая, надо будет спортсменку готовить. Здесь словесный фактор (то, что они говорят) не учитывается, хотя он необходим.

Нужно определенное время вхождения в физические кондиции, с учетом которых можно переходить к технической подготовке.

— *Вы уже упомянули о нововведениях в формате проведения чемпионатов мира и Олимпиад. А как вам поправки в судействе на новый цикл?* Обычное явление, каждые четыре года правила обновляются в плане усложнения, появления новых элементов. Мы терпеливо ждем, пока этот список окончательно сформируют и он будет опубликован. Сейчас проходят судейские семинары, на которых идет ознакомление с новыми правилами соревнований. Судьи слушают, сдают экзамен и получают соответствующую категорию. Обновление бывает детализированным, но очень значимым. В том плане, что будет отдано предпочтение новым структурам либо соединениям элементов.

Это и есть тот путь развития гимнастики, который FIG пытается регулировать путем поправок и изменения правил соревнований.

— *По ходу Олимпиады и чемпионата мира звучали мнения, что к нашим гимнастам было фрагментарно предвзятое отношение. Вы это заметили?*

Абсолютно все было нормально. Просто нам нужно делать свое дело, а судьям — свое. И все будет хорошо.

— *А вас не задает, что во время крупных турниров к сборной России приковано достаточно большое и пристальное внимание, а потом это все исчезает? Об этом говорила та же Ангелина.* Это проблема средств массовой информации. Знаете, сначала идет такой фейерверк, который трудно удержать, а потом все быстро остывает. Думаю, что это не совсем правильно, потому что те результаты, которые спортсмены показывают, требуют большего и более длительного внимания. Это не значит писать и говорить больше.

Нет, это значит относиться с большим уважением и в более продолжительной перспективе. Чтобы это не было явлением одного дня.

Помню, как в советские времена велись различные разговоры и анализ через газеты, более тщательные обсуждения, к которым подключались старшие тренеры команд.

Это было необходимо и интересно не только тренерам и спортсменам, но и любителям гимнастики.

Не говоря о самом виде спорта, ведь можно быстро утратить к нему интерес болельщиков и зрителей.

Думаю, эта долгосрочность определяется не спортсменами и тренерами, а информационным пространством. Как только добывается какой-то результат, к нему приковано повышенное внимание, но результат тут же и забывается. А еще на этом пути к победам не может быть безоблачно, бывают и поражения, и тогда начинается масса ненужной критики.

Не надо забывать о том, что в нашем виде спорта сложно постоянно быть на высоте. Нужно к этому относиться спокойно, нужно позитивно

Случайно победить нельзя.

Случайно можно только проиграть.

Мельникова работала, боролась. Она достойно прошла Олимпийские игры в Токио. А сейчас подтвердила, что это не было случаем. Немаловажно, что Ангелина отнеслась к подготовке достаточно грамотно. Чтобы побеждать, нужно хотеть этого

относиться к людям, которые идут к высотам, — спортсменам. Не нужно возносить их на недосягаемый пьедестал, а потом низвергать в никуда после неудач.

Но важно относиться по-человечески, тогда они будут чувствовать внимание.

Ну и напоследок хотелось бы сказать о большой несправедливости — многие просто не знают личных тренеров спортсменов. Гимнасты начинают тренироваться у них с детских лет, проходят путь до побед, и фамилии этих специалистов массовый зритель не знает. Спортсмены, безусловно, заслуживают того, чтобы о них говорили, но тренеры заслуживают этого вдвойне. Они вместе со своими воспитанниками проходят этот сложный, далеко не безоблачный путь, и люди должны об этом знать.

Спортсмены из воздуха не рождаются. Их приводят в зал тренеры, с ними работают тренеры, позднее гимнасты уходят к старшим тренерам национальной команды.

Не говорить о первых тренерах и относиться к ним без уважения неправильно, этих людей нужно знать. Они формируют наш уровень гимнастики, к ним важно относиться уважительно. Это очень важный момент, к которому у нас подходят как-то однобоко. После прошедших Олимпийских игр это особенно заметно, и это необходимо восполнить. ▲

ШАГНУЛИ ИЗ ТОКИО

РОССИЯ ВЕРНУЛА ЗВАНИЕ АБСОЛЮТНОЙ ЧЕМПИОНКИ МИРА

ЧЕМПИОНАТ МИРА В ЯПОНСКОМ ГОРОДЕ КИТАКЮСЮ В ОКТЯБРЕ БЫЛ СОВСЕМ НЕ ПОДАРКОМ. ТРЕНЕРЫ ДАЖЕ НАЗВАЛИ ЕГО ТУРНИРОМ НА ВЫЖИВАНИЕ. ТОЛЬКО ЧТО ПРОШЛИ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ, К КОТОРЫМ СПОРТСМЕНЫ ГОТОВИЛИСЬ ПЯТЬ ЛЕТ ЦИКЛА ИЗ-ЗА ПЕРЕНОСА ТУРНИРА НА ЦЕЛЫЙ ГОД. ТОЛЬКО ЧТО КОМАНДЫ ВЫХОДИЛИ НА ПИК ФОРМЫ, ЧТОБЫ ВЫЙТИ НА ОЛИМПИЙСКИЙ ПОМОСТ МАКСИМАЛЬНО СИЛЬНЫМИ. И ВОТ — НОВАЯ БИТВА ЗА РЕЗУЛЬТАТ И ЛИДЕРСТВО.

ТЕКСТ: КСЕНИЯ ПЕРЕКЛАДИНА

Там, в Токио, каждой сборной надо было доказывать что-то свое: для одних спортсменов участие в Олимпийских играх и попадание в финал было уже огромным успехом.

А Россия ехала доказывать: золотая медаль — это по силам и осуществимо. Обе команды России — и женская, и мужская — это доказали!

А потом надо было готовиться к чемпионату мира. Ситуация чрезвычайная. Так нарушила все принятые правила пандемия. Предыдущий чемпионат мира проходил осенью 2019 года в германском Штутгарте.

Девять медалей завоевала сборная России в Штутгарте. Феноменальное золото мужчин в командном многоборье (Никита Нагорный, Артур Далалоян, Иван Стретович, Давид Белявский, Денис Аблязин, Владислав Поляшов). Два золота Никиты Нагорного — в личном многоборье и опорном прыжке, серебро Далалояна в личном многоборье и опорном прыжке, его же бронза в упражнениях на перекладине. Женская сборная России заняла в Штутгарте второе место в командном многоборье у женщин (Ангелина Мельникова, Лилия Ахаимова, Анастасия Агафонова, Александра Щеколдина, Мария Пасека и Дарья Спиридонова), бронза Мельниковой в личном многоборье и вольных упражнениях.

ф. ТГ-10

ПРЕЗИДЕНТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ТЕЛЕГРАММА

Прислано: 22/10 го 08 час 03 мин	Для заметок адресата
Бланк № 056060	
Принят:	

ТЕЛЕГРАММА

МОСКВА 132/23088 95 21/10 2110=

ПРЕЗИДЕНТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ УВЕДОМЛЕНИЕ ТЕЛЕГРАФОМ МОСКВА УЛИЦА КАЗАКОВА Д 18 СТР. 8 ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СБОРНЫХ КОМАНД РОССИИ=

ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЕ ЧЕМПИОНАТА МИРА ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ 2021 Г. В Г. КИТАКЮСЮ (ЯПОНИЯ) В ЛИЧНОМ МНОГОВОРЬЕ А. Р. МЕЛЬНИКОВОЙ

УВАЖАЕМАЯ АНГЕЛИНА РОМАНОВНА ВСКИ ПОЗДРАВЛЯЮ ВАС С ТРИУМФОМ НА ЧЕМПИОНАТЕ МИРА В ЯПОНИИ. ПОБЕДА В ФИНАЛЕ ЛИЧНОГО МНОГОВОРЬЯ — ДОСТОЙНАЯ НАГРАДА ЗА ВАШЕ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ ТРУДОЛЮБИЕ, ВЫДЕРЖКУ И МАСТЕРСТВО. ВЫ ОПРАВДАЛИ ОЖИДАНИЯ СВОИХ ТРЕНЕРОВ И НАСТАВНИКОВ, КОЛЛЕГ ПО СБОРНОЙ И БОЛЕЛЬЩИКОВ И ПО ПРАВУ ЗАНЯЛИ ВЫСШЕЮ СТУПЕНЬ ПЬЕДЕСТАЛА ПОЧЕТА. ЖЕЛАЮ ВАМ НОВЫХ СВЕРШЕНИЙ И ВСЕГО САМОГО ДОБРОГО=В. ПУТИН ПР-1989-

НИНН ВРЕМЯ-08:03 ДАТА-22.10.2021 ВХ.НОМЕР-001

22 10 2020

Тот последний перед пандемией чемпионат мира был командным. В Китаюсю же состоялся личный турнир, в котором приняли участие спортсмены из 58 стран.

В состав команды России на чемпионат мира у мужчин были включены Иван Стретович, Владислав Поляшов, Никита Игнатьев, Сергей Найдин, Мухаммаджон Якубов, Григорий Климентьев. У женщин — Ангелина Мельникова, Владислава Уразова, Яна Ворона и Мария Минаева. При этом Мельникова и Уразова, выигравшие с Лилией Ахаимовой и Викторией Листуновой историческое золото Олимпиады в командном первенстве, оказались в сложной ситуации — времени на восстановление и на подготовку практически не было.

*Двукратная олимпийская чемпионка
Светлана ХОРКИНА,
официальный посол чемпионата мира в Японии:*

«Молодые девочки, что приехали на чемпионат мира, поняли, что нет времени, чтобы опробовать себя, проверить где-либо свои силы и пытаться понять, что это такое — участие в столь серьезных соревнованиях, как чемпионат мира или Европы. Надо каждую крупинку опыта класть в копилочку будущего успеха. До следующей Олимпиады осталось меньше трех лет. Соревнования столь высокого уровня — это проверка в боевых условиях. Она всегда полезна. Преодоление — составная часть победы».

В такой немыслимой реальности впервые за последние 11 лет Ангелина Мельникова принесла победу России в личном многоборье! В 2010 году титул абсолютной чемпионки мира выиграла Алия Мустафина, до этого побеждала Светлана Хоркина (1997, 2001, 2003).

Долгие 11 лет американки никому не отдавали лидерство в личном многоборье: пять чемпионатов выиграла Симона Байлз, побеждали Джордин Уибер и Морган Херд. Байлз, как известно, пропустила почти все выступления на Олимпийских играх, не приехала и в Китаюсю.

Чемпионка Токио Суниса Ли не нашла в себе сил сражаться за титул еще и на чемпионате мира. Не нашла их и бразильянка Ребека Андраде, которая завоевала на Играх в многоборье серебро, хотя и приехала снова в Японию, отказавшись от выступления в многоборье.

ЧЕМПИОНАТ МИРА Китаюсю, Япония

Индивидуальное многоборье

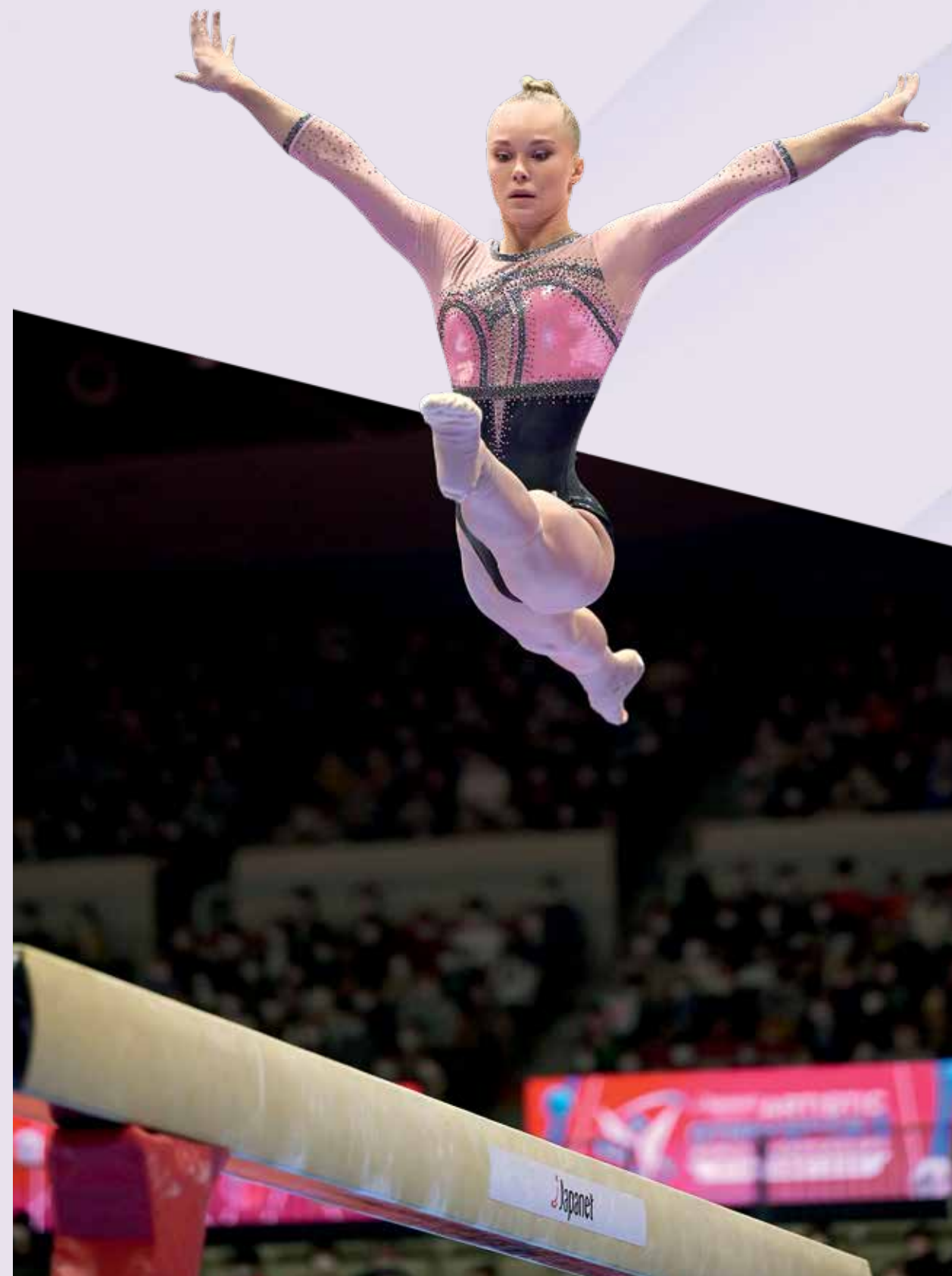
1. Ангелина Мельникова (Россия) — 56.632.
2. Лиэнн Вонг (США) — 56.340.
3. Кайла Дичелло (США) — 54.566.
4. Владислава Уразова (Россия) — 53.598.
5. Наоми Виссер (Нидерланды) — 52.832.

«Поверить в то, что я теперь абсолютная чемпионка мира? Даже не замечаю, как сбываются мои мечты. Потому что я просто очень люблю то, что я делаю», — написала Мельникова всем болельщикам на странице в Instagram.

И такими простыми словами объяснила Геля, откуда взяла силы на то, чтобы не просто приехать на чемпионат мира, но и провести его столь удачно, как и весь сезон. В апреле на чемпионате Европы Ангелина завоевала четыре награды (1–2–1). Летом в Токио — золото в команде и две бронзы: в многоборье и в вольных упражнениях. Чемпионат мира стал новым достижением — не только спортсменки, всей российской гимнастики, дождавшейся золота в личном многоборье у женщин.

В Китаюсю Геля завоевала еще серебро в вольных упражнениях и бронзу в опорном прыжке.

А ведь времени на то, чтобы отдохнуть — и физически, и ментально — от тяжелейших Олимпийских игр и подготовиться к новому вызову у лидера сборной действительно практически не было. У победителей Токио-2020 в сентябре была встреча с президентом, и пандемия и тут диктовала свои законы. Перед приемом в Кремле все спортсмены прошли недельный карантин в «Президент-отеле».



12 Главное событие

Гимнастика №4⁽⁴⁵⁾ 2021
Журнал Федерации
спортивной гимнастики России



Четырехкратный олимпийский чемпион
Алексей Немов:

«Очень радостно за Ангелину, за нашу сборную. Только представьте: Мельникова выступала после Олимпийских игр, после таких тяжелейших стартов и выступила прекрасно. Да, не побоюсь так сказать: героиня нашего времени. Все силы отданы главному старту, а восстанавливаться после Олимпиады нужно не один месяц. Лично я месяца четыре после Игр только восстанавливался, поддерживал форму на тренировках, никаких выступлений не было. Молодчина и Владислава Уразова — ей немного не повезло, но я уверен, что Влада оттолкнется от этого выступления, чтобы шагнуть вперед».

Что можно сделать в номере, который совсем не предназначен для тренировок? Геля старалась проводить тренировки в отеле, как могла: скакалка, утяжелители и резинки были с ней. И понимала — надо значит надо: «Было эмоционально тяжело принять все это изначально: семь дней без тренировок, хотя через месяц у

нас чемпионат мира. Недельку не заниматься на снарядах — для гимнастов это практически полный выход из формы. Я прекрасно понимаю, что через три дня приду в зал, а у меня формы просто ноль. У меня нет такого, что я злюсь и схожу с ума. Я понимаю, что карантин — это во благо, это обязательная мера».

А потом был новый перелет в Японию. Он всегда сложен, но на сей раз до Китаюсю наши гимнасты добирались аж 36 часов (ночной вылет, длительная пересадка в Амстердаме, 11 часов полета в Японию, а там после новые часы в ожидании еще одного полета — уже в Китаюсю). «Это моя самая жесткая поездка за всю жизнь. Нас уже по кусочкам можно собирать. Все никакие».

В квалификации Ангелина на полтора балла опередила молодых гимнасток США — Лиэнн Вонг и Кайлу Дичелло.

По итогам вышла в финалы на всех снарядах: «В пять финалов из пяти я точно попасть не ожидала. Особенно бревно, я не попадала в финал на бревне пять лет».

При этом приняла решение выполнить вторую попытку на опорном прыжке для отбора в финал только в Японии. «Я не планировала из-за

13 Чемпионат мира

Светлана Хоркина — о судействе:

«В Китаюсю я увидела результаты работы над созданием необычной системы, пока, правда, не на помосте чемпионата мира. В программу сканирования спортсмена при выполнении упражнения заложено эталонное исполнение и сбавки оценки за неидеально показанные. И тут уже трудно будет сказать: не с того угла смотрели, пропустили судьи ошибку или, наоборот, что-то усмотрели лишнее. Разработчики надеются протестировать всю эту систему до Олимпийских игр в Париже — 2024».



короткой подготовки, потом увидела оценки финалисток и подумала, почему бы и нет?»

Владислава Уразова вышла в финал упражнений личного многоборья, на брусках и в вольных упражнениях. Еще одна российская гимнастка Яна Ворона вышла в финал упражнений на бревне.

Финал многоборья Ангелина начала с отличного выступления на опорном прыжке — прибавила 0.683 балла к результату квалификации. Потом показала лучший результат на брусках, не дала себе упражнением на бревне испортить путь к победе (но коварный снаряд все же вновь «обидел» — именно на нем Владислава Уразова потеряла шансы на попадание в тройку призеров), а затем не дрогнула в борьбе за первое место и в вольных упражнениях. И зафиксировала этот день счастья. День, что Россия ждала 11 лет:

«Это то, чего я хотела. Я очень счастлива и очень устала. В заключительные дни буду просто наслаждаться во время выступления, потому что свою главную задачу я решила».

Для меня эта золотая медаль стала особенной, потому что на подготовку к чемпионату мира у меня был только месяц, и я очень удивлена тому, что сумела сделать сегодня».

Мой путь к золотой медали в личном многоборье получился очень долгим, я очень счастлива, что добилась своей цели, и этот год стал для меня по-настоящему успешным».

Олимпийская чемпионка Владислава Уразова на чемпионате мира осталась без наград. Для Влады этот сезон стал первым взрослым. Еще в апреле на чемпионате Европы в Базеле она завоевала серебро в упражнениях на брусках, а уже на Олимпиаде в Токио выиграла золото в составе команды и стала четвертой в личном многоборье. На чемпионате мира в Китаюсю Уразова осталась тоже четвертой в личном многоборье, четвертой в вольных упражнениях и седьмой в упражнениях на брусках.

Валентина Родионенко:

«Наши гимнасты завоевали в Китаюсю одну золотую, одну серебряную и две бронзовые награды. Ангелина Мельникова — молодец. Конечно, Геля до конца не вошла в форму из-за постолимпийских чествований. Но умница, собралась и сделала то, что должна была сделать».

Мельникова обладает большим опытом стартов. Той же Владе Уразовой пока не удастся собраться в самый нужный момент, она очень волнуется. Да и перерыв в тренировках после Олимпиады на ней сказался. Я очень просила даже Гелю собрать последние силы на старт. Ей было очень трудно войти в форму, а про молодых и вообще говорить не приходится. Хотя и в таких условиях в женской программе мы на этом турнире выступили весьма успешно.

Григорий Климентьев — наследник нашего титулованного специалиста на кольцах Саши Баландина, очень перспективный гимнаст. Чемпионат мира в Японии стал для Климентьева первым крупным международным турниром в карьере, и сразу такое достижение.

Все силы в этом году, конечно, были брошены на Олимпийские игры. Но говорить, что чемпионат мира — 2021 был для нас не важен, нельзя. Мы попробовали молодых гимнастов, для которых этот турнир стал первым серьезным стартом в карьере, и теперь будем делать соответствующие выводы.

Да, в следующем году все внимание будет направлено, как обычно, сначала на чемпионат Европы, а потом — на чемпионат мира».

«Я могла выступить лучше, не хватило времени для качественной подготовки. Золото Игр? Оно сделало меня счастливой, но весь сезон все же не был идеальным, я это признаю. Теперь мне надо работать и поднимать базу сложности на всех снарядах, я должна это сделать, если не хочу остаться на месте».

Дебютант сборной России Григорий Климентьев завоевал в Китаюсю бронзовую медаль чемпионата мира в упражнениях на кольцах.

Он все понимал: лидеров сборной команды на этом чемпионате мира нет, тренеры дали возможность молодым получить очень ценный опыт. И надо этот опыт брать: здесь и сейчас.

Хотя признается потом Гриша, что сам, наверное, не ожидал такого результата. Но... очень надеялся и верил в свои силы. И думал прежде всего о том, чтобы сделать все как надо. «Когда у тебя в голове мысли только о награде, тяжело выступать. Для меня было важно на чемпионате мира сделать все так, как я это делаю на тренировке. И сделать то, что готовил. С меня никто не спросит больше того, чем я могу».

Кольца — это его снаряд. Еще в 2014 году именно на них заработал первую медаль на старте «Олимпийские надежды». Родился Григорий в



GETTY IMAGES RUSSIA



GETTY IMAGES RUSSIA

Петрозаводске, там и начал заниматься гимнастикой после того, как, по собственным словам, увидел по телевизору выступление Алексея Немова. В 2016 году переехал в Пензу.

После завоевания третьего места на пьедестале чемпионата мира Григорий назвал свои эмо-

ции фантастическими. И был прав. Далеко не каждому спортсмену дано добиться медали на первом взрослом старте столь высокого уровня. В ситуации, когда сам ранг соревнований заставляет думать, что все тут случается как-то по-другому, не как на прошедших турнирах. Климентьев — победитель взрослого чемпионата России — 2021 в упражнении на кольцах, обладатель двух золотых наград (на кольцах и в команде) юниорского первенства Европы 2018 года.

В Китаюсю Климентьев по итогам квалификационного турнира вышел в финал с третьего места. И признался: «Волновался, почему-то казалось, что на чемпионате мира будет как-то страшнее. Теперь могу сравнить: и весной на чемпионате России, и в Китаюсю квалификация была более нервной, чем финал. В финале же ты выходишь с лучшими, включается азарт».

Программа Климентьева на кольцах была той же, что и на чемпионате России. Но к чемпионату мира в Китаюсю спортсмен усложнил соскок. За месяц до японского старта он принял участие в этапе Кубка мира в турецком Мерсине, что было важно для понимания оценки собственных сил на международном уровне среди взрослых. ▲

Двукратная олимпийская чемпионка по спортивной гимнастике Алия Мустафина:

«Очень важно, что мы воспользовались шансом победить в личном многоборье у женщин, как только он появился. И тут не столь важно, что не было кого-то из сильнейших спортсменок. Награда от этого менее ценной не становится. Ангелина — настоящий лидер сборной России и смогла за короткий срок подготовиться к чемпионату после Олимпийских игр. А кто-то ведь не смог, поэтому и не приехал».

КАК ЗАКАЛЯЛАСЬ СТАЛЬ

Монреаль
Доха
Штутгарт

ОЛИМПИЙСКАЯ ПЯТИЛЕТКА:
ПУТЬ, КОТОРЫЙ ПРОШЛИ
СБОРНЫЕ РОССИИ
НА МИРОВОМ ПОМОСТЕ

ПЯТЬ ЛЕТ ОТ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР В РИО — 2016 ДО ТОКИО-2020 — ГОДЫ БОЛЬШОГО ТРУДА. ЭТО ТРИ ПРОЙДЕННЫХ НА ВЫСОЧАЙШЕМ УРОВНЕ ЧЕМПИОНАТА МИРА, КАЖДЫЙ ИЗ КОТОРЫХ ПРИБЛИЖАЛ ТРИУМФ КОМАНД РОССИИ В ЯПОНИИ. ТРИУМФ, КОТОРЫЙ НАЗВАЛ ЖЕНСКУЮ И МУЖСКУЮ КОМАНДЫ СИЛЬНЕЙШИМИ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ В ТОКИО, ИГРАХ, ПОТРЕБОВАВШИХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ГОДА ОЖИДАНИЯ ИЗ-ЗА ПАНДЕМИИ.

ТЕКСТ ПОДГОТОВИЛА: ИРИНА СТЕПАНЦЕВА
ФОТО: ЕЛЕНА МИХАЙЛОВА

ЖАРКИЙ КОТЕЛ. Монреаль-2017

Команда России завершила первый чемпионат мира в рамках нового олимпийского цикла, завоевав шесть медалей. Чемпионат мира — 2017 прошел в Монреале, сборная России стала третьей в итоговом медальном зачете. Российские гимнасты завоевали на турнире одно золото — Мария Пасека защитила титул чемпионки мира в опорном прыжке, три серебра — Денис Аблязин в упражнении на кольцах, Давид Белявский в упражнении на коне и Елена Еремина в упражнении на разновысоких брусьях, две бронзы — Давид Белявский в упражнении на параллельных брусьях и Елена Еремина в личном многоборье.

Мужскую сборную России на турнире в Канаде представляли Давид Белявский, Никита Нагорный, Артур Далалоян, Денис Аблязин, Сергей Ельцов и Никита Игнатьев. По итогам квалификации Белявский вышел в финал не только в личном многоборье, но и на трех отдельных снарядах. Никита Нагорный пробился в финал абсолютного первенства, Денис Аблязин в квалификации показал второй результат на кольцах.

Драматичным выдался решающий день в личном многоборье. После трех видов из шести Нагорный и Белявский шли в лидерах, но ошибка на перекладине выбила из борьбы сначала Нагорного, а затем во время последнего вида оставила без медали Белявского, ставшего четвертым.

Давид Белявский не стал чемпионом мира в личном многоборье у мужчин. Не заменил на этом посту Кохей Учимуру. Давид не получил золото, а мог. В такие минуты, когда вожаемая золотая медаль вдруг превращается в деревянную, не хочется ничего говорить. Несчастный случай. Но подобными финалами, что мы увидели в исполнении призера Олимпийских игр Давида Белявского, можно гордиться. Да, спорт иногда беспощадно грызет душу, но и в этом — душа спорта.

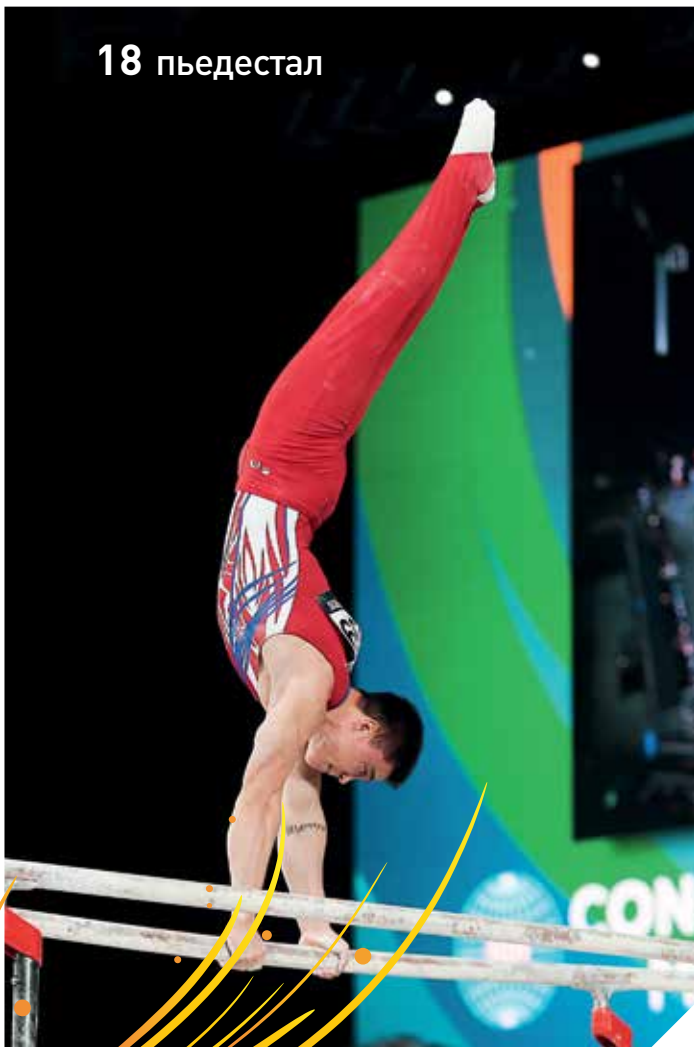
В Монреале уже во время квалификации стало известно, что Кохей Учимура освободил трон абсолютного чемпиона мира. В Канаде сильнейшим многоборцам представилась возможность выступать без Учимуры, который получил травму во время исполнения опорного прыжка. Роль помоста пытался изо всех сил продолжить



борьбу в квалификации. Даже вышел выступать на брусьях, но хромота и современная мужская гимнастика — понятия полярные. Трехкратный олимпийский чемпион начиная с 2009 года был первым в личном многоборье на шести чемпионатах мира и на Олимпийских играх в Лондоне и в Рио-де-Жанейро. Беспроблемная серия была прервана в Монреале.

В карьере Давида Белявского Монреаль — уже шестой чемпионат мира. Пока — ни одной медали. Давид все время совсем близок к пьедесталу, но какая-то неправильная реальность (по крайней мере, в последние годы) перекрывает ступеньки. В Рио-2016 он стал четвертым.

А в Монреале перед последним снарядом, перекладиной, лидировал, оторвавшись от соперников с красивым запасом: за ним китаец Сяо Жотэн — отставание в 0.582 балла, японец Кензо Шираи — 0.650, китаец Линь Чаопань — 0.967, кубинец Монрик Лаурдет и украинец Олег Верняев отстают вообще примерно на полтора балла. Позади уже и вольные, и шикарно исполненный конь, и кольца, и красивый прыжок, и изящные сложные брусья... Давиду надо только сделать свою программу на перекладине! И это будет не просто его первая медаль чемпионата



мира, а самая престижная, самая эффектная и уважаемая — медаль абсолютного чемпиона.

Белявский упал после одного из перелетов. И даже с трибун видно было, как, вновь натирая руки магнизией, задал какой-то вопрос старшему тренеру Валерию Алфосову. Шок породил вопрос: что делать-то? До титула абсолютного чемпиона перед падением оставалось всего несколько элементов и соскок. Давид после возобновления программы их исполнит. Только титула уже не будет. Ни золотого, ни даже бронзового. Оценка — 13,200, и от третьего места его отделят равнодушные 0,1.

«Чистая психология», — скажет знаменитая гимнастка и судья Любовь Андрианова. Ей придется говорить это направо и налево в коридорах, лифте, на улице — потому что коллеги из разных стран все еще будут находиться под впечатлением последних минут жесткой мужской схватки за медаль. «Как же так?» — вопрос, на который не всегда есть ответ.



«Запах медали», — чуть по-другому формулирует причину срыва Белявского олимпийская чемпионка Светлана Хоркина. «Склонен думать, что причину неудачи следует искать все-таки в психологии», — будет осторожен в словах старший тренер мужской сборной.

«Даже не знаю, что сказать на самом деле? Так получилось. Видимо, не наработал на медаль еще, будем дальше работать. Не могу сказать, с чем связано все это, непонятно мне. Никогда у меня не бывает, что я заранее вешаю медаль на шею. Знал: если сделаю, попаду в тройку. Просто сделать нужно было — в любом исполнении. А главное — не упасть. Дальше будем готовиться. Тяжеловато, конечно, но думаю, что я отойду и нормально все будет», — скажет сам Давид.

«Откуда у Давида такое умение бороться? Это у него глубоко внутреннее, небольшая загадка и для меня, и для окружающих. И я даже не хочу эту загадку разгадывать. Не хочу разрушать ее структуру. Она ему помогает, пускай и дальше помогает. А искать, докапываться... Зачем? Хлеб маслом можно перемазать», — сказал как-то замечательный тренер Белявского, который бережно ведет его все эти годы (а вместе они уже 12 лет), Валерий Ломаев.

Вот и нам, наверное, не надо докапываться, что случилось на этой перекладине, которая встала поперек золотого колеса. Чудовищно обидно. Но такой финал чемпионата мира — это не только боль спортсмена и тренеров, но и повод для гордости. То, что Белявский начинает тре-



тий олимпийский цикл возмужавшим и вновь шагнущим в профессии вперед, невозможно не увидеть.

Да, у сборной России снова нет медали в личном мужском многоборье. Последний раз она была в 2009 году, Юрий Рязанов завоевал тогда бронзу. Но турнир очень ярко показал возможности наших многоборцев. Ведь реальные шансы на награды были и у Никиты Нагорного, который выступил в финале значительно сильнее, чем это удалось ему в квалификации. Перекладина подвела и Никиту. Он сорвался с нее дважды, потеряв сразу два балла, и, несмотря на прекрасно исполненные затем вольные упражнения, со второго (!) места улетел на итоговое десятое.

Никита, правда, в отличие от Давида предположил, что его падение можно объяснить недостаточной натяжкой снаряда: «Много времени потребовалось на то, чтобы вернуть после предыдущего гимнаста ту растяжку перекладины, на которой я работаю. На разминке, к сожалению, мы это сделать не успели, я не размялся, а когда подходил делать комбинацию, то палку сделали очень мягкой, из-за этого упал и потерял пьедестал. Естественно, виноват во всем я. Я же подходил к снаряду и выполнял упражнение. Но доволен тем, что мог бороться. Мне говорили, что у меня есть возможность бороться за медаль в многоборье. Я верил в это, но мало».

Пережить удар помоста, когда медаль была так близко, — сложнейшее испытание. Но уже на следующий день в упражнении на коне Давид

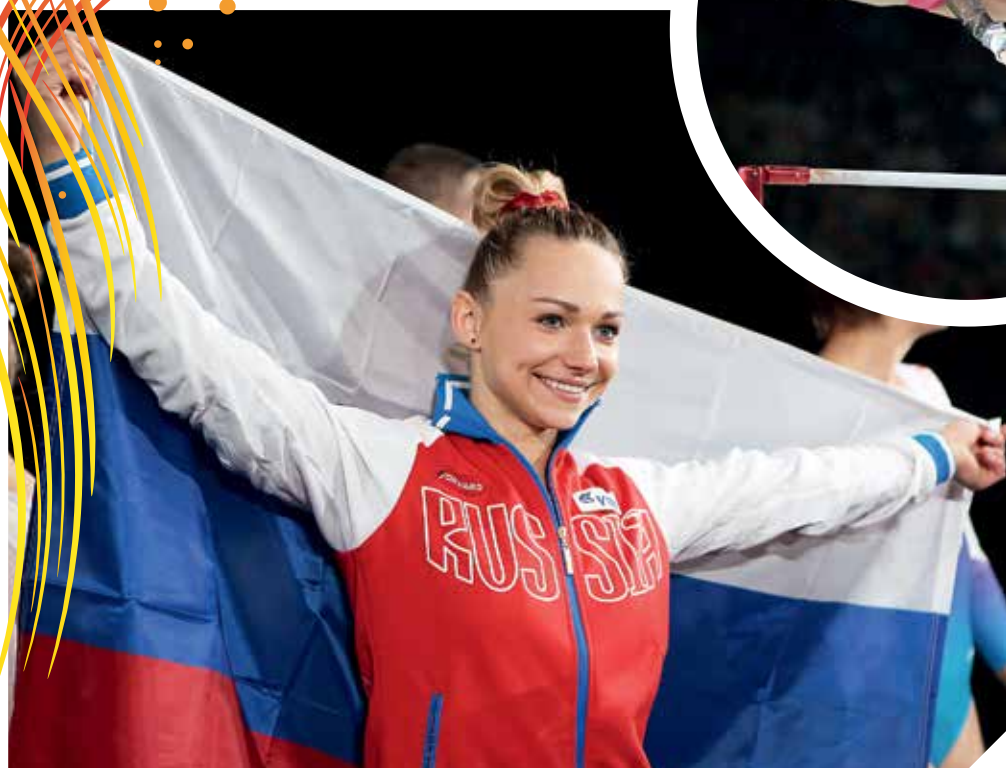


завоевал серебро, уступив только олимпийскому чемпиону Макс Уитлоку из Великобритании. А медаль Белявский посвятил недавно родившейся дочке Алисии.

И Давид, пробив невезуху мирового пьедестала, своего теперь тоже не отдаст. Этот груз, эту репутацию спортсмена, почему-то оказывающегося за тройкой лидеров, он в Монреале разрушил. «Порадовал Давид на коне, — не скрывали тренеры. — На этом снаряде был очень сильный состав участников, но Белявский вышел и выступил так, как раньше у него никогда не получалось».

Денис Аблязин завоевал серебро в упражнении на кольцах. И здесь обойти российского спортсмена смог только олимпийский чемпион — грек Элефтериос Петруниас. Мнения специалистов разошлись: кто-то заявил, что победа отдана греку справедливо, а кто-то посчитал, что решающую роль сыграло громкое имя спортсмена.

Денис сделал новую программу в соответствии с новыми правилами. Медаль Аблязина на кольцах, можно сказать, была запланирована. Сам гимнаст сказал, что права на ошибку у него не было. «Это серебро досталось тяжело, поскольку ехал выступать на один снаряд, а выступать на одном снаряде всегда тяжелее, чем когда у тебя



есть запас из трех. Один снаряд — один подход, права на ошибку нет. Как видите, получилось сработать безошибочно оба дня. Надо было приземлиться в доскок, чтобы обойти грека. База одинаковая, исполнение одинаковое, со-скок все решил», — сказал Аблязин.

А в последний день соревнований Давид Белявский завоевал и вторую личную медаль чемпионата мира: бронзу на одном из своих любимых снарядов — параллельных брусьях.

Дебютантка чемпионата мира Елена Еремина показала лучшие результаты в команде по итогам квалификации, и уже в первый день финалов 16-летняя гимнастка завоевала бронзовую медаль в самом престижном виде программы — личном многоборье.



«Для нас Еремина не стала открытием, мы знали ее силы, но при этом она стала настоящим открытием для всех зарубежных специалистов, приехавших в Монреаль, — сказала Валентина Родионенко. — Мы знали, на что способна эта гимнастка. Совсем недавно она выступала на чемпионате Европы в Румынии, это был ее первый серьезный старт на взрослом уровне. Тогда ей из-за волнения не удалось показать себя, но здесь Еремина продемонстрировала характер».

Уже на следующий день Елена завоевала серебро на брусьях. «Сегодня я сделала все хорошо, — сказала спортсменка. — Конечно, хотелось быть первой, но и вторым местом я довольна. Думаю, что для дебюта это очень хорошо. Приехала сюда с хорошим настроением, очень хотела выступать, а когда вышла на помост, то еще больше захотелось».



То, что дебютанты попали в такой жаркий котел, — это очень важно.
**Это великолепный
соревновательный
опыт**

А золото чемпионата мира сборной России принесла опытная Мария Пасека, которая решением тренерского штаба приехала в Монреаль выступать только на одном снаряде. Этот ход сыграл на все 100 процентов. Квалификацию в опорном прыжке четырехкратная медалистка Олимпийских игр прошла, что называется, без сучка без задоринки. И хотя в финале заставила немного поволноваться в первой попытке, Пасека защитила титул чемпионки мира.

«Две медали — в 2015 году и нынешняя — дались очень тяжело, — сказала Мария. — Ради той медали я очень упорно и долго тренировалась. Но и сейчас прошла через сложные тренировки, да еще и после отдыха, который был у нас после Олимпийских игр в Рио. Защищая титул, испытываешь еще и дополнительное давление».

Подводя итоги чемпионата мира в Монреале, старший тренер сборной России Валентина Родионенко заявила, что российские гимнасты недобрали медалей на этом турнире, но при этом показали конкурентоспособность в большинстве видов.

«Конечно, мы недобрали медалей: в финалах вольных упражнений, в мужском опорном прыжке, — подвела итог Валентина Родионенко. — Мы знаем, что у нас есть на этих снарядах конкурентоспособные гимнасты. И наши соперники тоже об этом знают, что немаловажно. Те же вольные упражнения, которые у нас делают Никита Нагорный и Артур Далалоян, ни в чем не уступают своим зарубежным конкурентам».

Главный тренер сборной России Андрей Родионенко остался доволен выступлением молодых гимнасток Елены Ереминой и Анастасии Ильянковой на дебютном чемпионате мира: «Новое поколение, которое приходит, пока не в состоянии наверстать то, что было до них. Но это дело ближайшего года-двух. То, что дебютанты попали в такой жаркий котел, — это очень важно. Это великолепный соревновательный опыт. А то, что они проявили себя мужественно в такой ситуации, доставляет полное удовлетворение».

**ПРОБИЛИ СТЕНУ.
Доха-2018**

Главным итогом чемпионата мира по спортивной гимнастике стало завоевание командами лицензий на Олимпийские игры — 2020. Именно на эту задачу — отобраться в Токио еще за два года до старта — были заряжены гимнасты. Но Доха-2018 стала и новой отправной точкой для команды: завоевав семь медалей, сборная сама установила планку предолимпийского и, конечно же, олимпийского года.

«Две лицензии есть, остальное все — лирика. Пока спортсмены выполняют то, что от них требуется на данном этапе. И есть еще такое понятие, как психология победителей. И именно она как раз работает как самый решающий фактор. Посмотрите на мужскую сборную: ребята поняли, что побеждать можно всех. Путь этот занял «какие-то» 10 лет», — лаконично прокомментировал фантастику на помосте Дохи главный тренер сборной России Андрей Родионенко.

Противостояние в Дохе нашей мужской команды и китайцев войдет в историю гимнастики. Победа команды Китая в 0.049 балла. Слезы, которые невозможно было удержать даже после награждения. Трудные слова, которые мучитель-

но подбирали и спрашивающие, и отвечающие. Ощущение потери вместе с приобретением, нежелание с ней смириться. Это ведь самое трудное — невозможность что-то изменить. Но было и осознание себя в новом качестве. В роли лидеров. Не виртуальных, не на уровне желаний будущего, а реальных.

...В Дохе наши ребята стали серебряными и выполнили главную задачу чемпионата мира — завоевали лицензию на Олимпийские игры — 2020. Но трудно осознавать, когда командное золото — многолетняя мечта России, так уж выходит, что аж с прошлого века, — получает соперник. «Ну вот опять», — с этими словами капитан команды Давид Белявский чуть отворачивается в сторону.

Это чувство буквально разрывало: мужская команда России впервые с советских времен могла выиграть золото чемпионата мира. Но немало лет прошло и с 2006 года, когда российская команда последний раз вообще стояла на мировом пьедестале. И 12 лет ожидания — это много. И пахоты — не одно поле. Поля.

Китай, Япония, США, Великобритания — главная задача в Катаре у всех команд, как и у нашей,



стояла одна: получить доступ к Играм уже за два года до них. Давид Белявский, Артур Далалоян, Дмитрий Ланкин, Никита Нагорный и Николай Куксенков выиграли в Дохе квалификацию. И знали, что это только начало, финал командного многоборья будет жестким.

Финал был не просто жестким, а шоковым и драматичным. Ошибки косой прошли по самым именитым и стойким. Не щадили, запутывали и выматывали.

Интрига командного многоборья родилась уже после первого же снаряда. Россия и Китай выступали друг за другом, на одних снарядах. Вольные упражнения — Дима Ланкин, Никита Нагорный, Артур Далалоян. Артур показывает максимум, Дима и Никита немного теряют из-за погрешностей. А Сяо Жотэн падает. Первое падение китайцев в этот вечер, и уже в вольных мы выходим вперед почти на два с половиной балла.

На коне падает уже Сунь Вэй. Нагорный допускает ошибку, Зоу Цзиньюань смотрится королем, Николай Куксенков проходит комбинацию не лучшим для себя образом, Сяо Жотэн и Да-

вид Белявский набирают примерно одинаково. Но мы еще впереди, хотя уже только на балл.

Кольца вновь прибавляют нам и уверенности, и баллов. Дима Ланкин (14.600), Никита Нагорный (14.558) и Артур Далалоян (14.663) — выступления на зависть соперникам. Разрыв возрастает до 1.786 балла. Опорный прыжок — вновь Никита, Артур и Дима. И отрыв вновь чуть увеличен.

Брусья. Это уже пятый снаряд. И Никита, и Давид не набирают свое, но пока это еще не «смертельно». Не в ударе Дэн Шуди, а вот Сяо Жотэн как раз хорош. Артур Далалоян в самом начале выступления срывается и оказывается на помосте. Наказание следует — 13.800 против 16.200 у Зоу Цзиньюаня за самое сильное





Упущенная возможность будет разделена на всех. Как и добытое достижение — **первая командная медаль чемпионата мира за 12 лет!**

упражнение на брусьях в мире. И на брусьях соперники выигрывают уже 2.867 балла.

На перекладину команда России выходит с отставанием чуть меньше балла. Последним у китайцев выступает пока еще действующий абсолютный чемпион мира Сяо Жотэн. И — падает. Это тот момент, который дарит России судьба. Нагорному для общей победы над Китаем нужно набрать 13.800. То есть меньше, чем он показал накануне в квалификации (13.966). Но оценка — 13.733. И табло показывает те самые немыслимые цифры нашего проигрыша.

«Такое отставание в командном многоборье за 18 подходов к снарядам — это практически ничто. Как определить, что соперники лучше были на 0.049? Это — что? Посмотреть на судью, улыбнуться ему — он тебе поставит на 0.05 больше», — Давид честно держал удар и после помоста.

Иностранцы задавали вопрос Никите Нагорному по поводу судейства. Спрашивали и наши журналисты: судьи могли бы отдать золото России?

«Знаете что... Думаю, могли. Но кому-то дают, а мы сами возьмем. Помните, я говорил, когда мы четвертыми на чемпионате мира стали: ничего, мы еще сделаем что-то хорошее. Вот, сделали, уже шагнули. Приведут ли наши слезы к большей жажде победы? Не думаю. Такие слезы — не знаю я, что они дают, если честно. Это просто эмоции, которые не можешь сдержать».

Через некоторое время уже на пресс-конференции Белявский сформулирует выводы без каких-либо эмоций: «Сегодня не все у нас получилось, но не все получилось и у наших соперников. Все заняли свои места».

Это журналисты и зрители после события подыскивают слова. А спортсмены в своих не прикрытых эмоциях всегда очень точны в формулировках.

«То, что сейчас случилось, — это не мотивация, чтобы выигрывать в будущем, — говорил Никита Нагорный, который был уверен после «мертвого» соскока с перекладины, что баллов для победы хватит. — Для этого у нас мотивации много. Это просто случай. Ну, будем считать, что не повезло. Китайцы сами нам дали возможность победить. Мы ей воспользовались, но не до конца, можно так сказать».



Дебютант чемпионата мира Дмитрий Ланкин, продолжая мысль Давида, сказал: «Просто, как говорят ребята, нет такой сбавки в 0.05. Вроде бы мы и улыбнулись, но золото не получили. Будем дальше работать. Значит, на золото еще не наработали, хотя так и не кажется. Лицензия заработана, главное дело сделано. Медаль есть, столько лет без пьедестала чемпионата мира — большой срок, хорошо, что удалось преодолеть эту стену. Но сейчас такие чувства, что не знаешь: от радости плакать или от горя. В голове — каша. Это золото близкое... Если бы сказали до чемпионата: будете вторыми, мы бы радовались, а сейчас, зная, сколько мы проиграли! Если и суждено было стать вторыми, то только не так. Но зато теперь мы знаем: можем выигрывать».

И этот важный вывод сделали все. И китайцы, которые признались, что очень удивлены силой сборной России, и все соперники, оставшиеся вне спора двух команд-лидеров. А самое главное — каждый наш гимнаст, включая запасного Владислава Поляшова, помогавшего ребятам на помосте. Упущенная возможность будет разделена на всех. Как и добытое достижение — первая командная медаль чемпионата мира за 12 лет! Как и лицензия для команды на Олимпийские игры.

Несомненным лидером сборной на чемпионате мира в Катаре стал Артур Далалоян. На помосте Дохи он завоевал четыре личные медали: два золота, серебро, бронзу. У России не было чемпиона в личном многоборье 19 лет, Артур пробил азиатскую стену — японцы и китайцы не упустили главную награду помоста с 2005 года.

Два первых места Далалояна (многоборье и вольные упражнения) — это еще и окончание золотой засухи России после победы Дениса Аблязина в 2014 году. Ни один гимнаст в этом веке не выигрывал на чемпионате мира более четырех медалей, представьте себе, даже великий японец Кохей Учимура.

В личном многоборье Артур показал практически безошибочное выступление, набрав одинаковое количество баллов с китайцем Сяо Жотэном. Но все же золото по дополнительным показателям было присуждено россиянину. «На табло отобразился результат китайца, там сразу было написано рядом его место. Понял, что, несмотря на одинаковые оценки, я выиграл. Впервые участвовал в личном и командном много-

борье на чемпионате мира. Перед турниром мы все ставили одну цель — завоевать лицензии на Олимпийские игры, чтобы следующий год был спокойнее. Мы этой цели достигли. А это золото — уже приятное «дополнение».

У России целых девять лет не было вообще никакой медали в личном многоборье, в Дохе — сразу две: к золоту добавилась еще и бронза Никиты Нагорного. И эти достижения — результат работы всей команды. Только в конкурентной среде рождаются лидеры. Команда России нынче такова, что имеет трех ярких лидеров-многоборцев. Это — повод для зависти соперников.

В Дохе Артур Далалоян завоевал еще золото в вольных упражнениях, затем серебро за опорный прыжок и бронзу на параллельных брусьях. И сам себе поставил за чемпионат оценку четыре. «Есть к чему стремиться. Надеюсь, что в следующем году буду конкурентоспособен на перекладине, а на коне прибавлю в сложности».

Женская команда России по спортивной гимнастике завоевала серебряные медали на чемпионате мира, а значит, и путевку на Олимпийские игры. И еще — на помост вернулась Алия Мустафина.

У гимнасток в истории России уже были, в отличие от мужской сборной, медали в командном многоборье на чемпионатах мира: пять серебряных, три бронзовые и золотая — в 2010 году. Как раз тогда мир ахнул, увидев прекрасную Мустафину, ставшую после командной победы России (первой с 1991 года) еще и абсолютной чемпионкой.

Состав женской сборной после Олимпийских игр в Рио каждый год менялся. Травмы преследовали лидеров, и практически каждый выход на международный помост нашей сборной сопровождался словом «дебютантка». В Дохе дебютанток вели за собой двукратная олимпийская чемпионка Алия Мустафина и призер Игр Ангелина Мельникова.

«Сегодня у нас была такая команда, любимая и дорогая для меня», — сказала Мустафина, назвав всех коллег по сборной. И эта команда сделала на помосте Катар все, что могла. Три дебютантки помоста чемпионата мира, первый

международный старт для Алины после рождения дочки. Так и получается, что только Мельникова два года после Олимпийских игр боролась на всех стартах сезонов. Команда выступила в Дохе. И получила главное — лицензию на Олимпийские игры.

«Я знала, что нужно отстоять до конца. Это иногда бывает трудновато, и волнение немного сбивает. Думаю, что серебро — пока что наш максимум, — сказала Ангелина Мельникова. — На самом деле я очень счастлива, что смогла бороться с самыми сильными гимнастками мира. Думаю, что все девочки увидели: можно бороться. Верю, что и наши победы, и мои победы еще впереди».

Чемпионат мира никогда не бывает «легкой прогулкой». Не стал и в Дохе. Ошибались все гимнастки и всех сборных. Семь женских команд готовы были вырывать друг у друга путевки на Игры и две разыгрываемые в свободном доступе медали. Доступ к золоту был перекрыт американками. Команда США победила в четвертый раз подряд, завоевав шестой чемпионский титул команды с 2003 года.

Чемпионат мира вновь показал: легко не будет ни с какими соперницами. В финале не было

Женская команда выступила в Дохе. И получила главное —
лицензию на Олимпийские игры



Великобритании, но готовы были влететь в тройку, например, мощные бразильянки. Им еще не хватало опыта, ошибались «вволю» на последнем снаряде, брусках и улетели на седьмое место.

Команда Китая тоже ошибалась много, провела весь вечер, перемещаясь из тройки в конец списка выступающих. А на последнем снаряде — в отличие от бразильянок — шагнула с седьмого места на пьедестал.

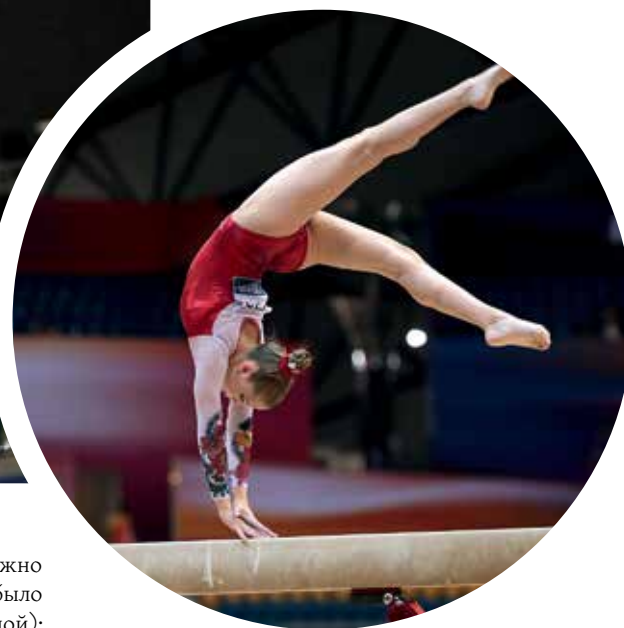
...Уже в Дохе было принято решение, что Мустафина заменит в вольных упражнениях юную Гелю Симакову. «Легче всего мне дались вольные, — призналась Алия после финала. — Я не готовилась их в Дохе показывать, но на «Круглом» все равно каждый день упражнения проходила. На брусках и бревне я тоже работала много, поэтому все прошло спокойно. Больше всего довольна брусками, они получились довольно чисто. Я к этому чемпионату мира готовилась не с какими-то личными целями для меня, а чтобы помочь команде. Я готовила сложные программы, но старалась их выполнять чисто. И программы у меня были направлены именно на завоевание лицензии. Дальше пойду

по нарастающей. И приложу все усилия, чтобы на чемпионате мира в Штутгарте в следующем году завоевать личную медаль.

Турнир в Дохе, конечно, дал мне положительный заряд на будущее. Думаю, и не только мне — с Гелей Мельниковой обменивались впечатлениями, она говорит: «После соревнований самое то — учить новые элементы». И она права: форма идеальная, тело все чувствуешь, и вообще, хоть подходи и делай все новое. А так — я все вспомнила, очень скучала по этим соревновательным эмоциям, выступлениям, когда тебе тяжело, трясет и нужно собраться».

США, Россия, Китай. Так тройка лидеров выглядела и на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. На четвертом месте — Канада, Франция — на пятом, Япония — на шестом. И у каждой команды, оказавшейся за пределами тройки, осталось море амбиций и желаний. Наши девочки выступили. Основная задача выполнена. И это тот случай, когда был очень важен результат.





И еще Мустафина сказала о том, что нужно «держать в голове» (и эти слова неплохо было бы повторять каждой спортсменке сборной): «Всегда хочется максимума, это естественно. Но сейчас все же нужно думать не о том, что будет через два года, а о том, что нужно делать в ближайшее время. И все ясно: работать над программами, усложнять их. Чем раньше удастся набрать свой максимум по элементам, по сложности, тем проще будет идти к Олимпиаде».

Главный тренер сборной России Андрей Родионенко подвел итоги чемпионата мира: «Сборные

команды — и женская, и мужская — готовились для получения лицензий. Это была основная задача. Мы ее блистательно выполнили. То, что было в личных соревнованиях, имеет очень важное, очень важное значение, но не перекрывает основной задачи.

Надо работать так, чтобы работать на опережение. Сейчас в зале видно, что наши спортсмены не боятся бороться с лидерами. Формирование команд было различным — исходя из скамеек запасных, которые мы имели на конкретный момент. Нам не хватает поддержки снизу, от молодежной команды, от юниорской команды, отсюда — короткие скамейки запасных у сборных. Когда Ангелина Симакова получила травму в Дохе, заменять ее было нечем. У ребят скамейка подлиннее, есть выбор. А у девочек она совсем уж короткая плюс возраст. Все стараются, но не всё и не у всех получается. Нужно, чтобы они поверили в себя тоже.

Исходя из тех возможностей, что были, получилась команда, которая была способна бороться за самые высокие места. Успех на чемпионате мира нас не расслабит. Это я вам гарантирую. 2019-й будет годом для подготовки к Олимпийским играм. Мы будем стараться».



ПЕРВЫЙ НОМЕР! Штутгарт-2019

Эту победу ждали очень долго. Самым взрослым в команде — по 27 лет. И они еще даже не родились, когда в 1991 году советские гимнасты в последний раз выиграли чемпионат мира в командном многоборье. Никита Нагорный, Артур Далалоян, Давид Белявский, Денис Аблязин, Иван Стретович, Владислав Поляшов на чемпионате мира в Штутгарте позволили открыть новую страницу побед спортивной гимнастики России.

Российские гимнасты завоевали девять наград на чемпионате мира в немецком Штутгарте: три золотые, три серебряные и три бронзовые медали.

Золото завоевала мужская сборная России в командном многоборье, а также Никита Нагорный в индивидуальном многоборье и в опорном прыжке.

Серебро в активе женской сборной России в командном многоборье и Артура Далалояна в индивидуальном многоборье и опорном прыжке.

Бронзу завоевала Ангелина Мельникова в индивидуальном многоборье и в вольных упражнениях, а также Далалоян в упражнениях на перекладине.

...Тот проигрыш китайской команде в Дохе с немыслимыми цифрами 0.049 был драматичным. Но там же были сказаны и слова: «Нам все приходится самим брать. И знаете что... Кому-то дают, а мы возьмем».

В Штутгарте они его взяли. Первое мужское командное золото в истории России. И Белявский, много лет в сборной тащивший на своих плечах именно многоборье, но в Штутгарте из-за полученной на Кубке России травмы голеностопа не выступавший во всех видах, сдержанно скажет: «Вот, восемь чемпионатов мира, и я дожил до победы. Мы показали, что можем выигрывать. Но до Токио-2020 предстоит много работы, ведь те же китайские гимнасты совершенно точно не будут сидеть на месте, они будут прибавлять».

...Золотую точку в борьбе с китайской командой на чемпионате мира поставил Никита



Нагорный. Именно он вышел последним из всей команды на снаряд, решающий судьбу медалей. Для России и Китая, бьющихся за первое место, это была перекладина. Но напряжение в зале — одно на всех. Срывается Сунь Вэй.

А к перекладине выходит Ваня Стретович и... хладнокровно делает то, что должен, команда России становится лидером.

Артур Далалоян шикарным выступлением увеличивает отрыв. Никита Нагорный перед подходом к перекладине то ли ругается на себя, то ли молится. На перекладине он летает за золотой медалью. Команда, обнявшись, летает вместе с ним. Чтобы выложиться в едином крике в момент соскока Нагорного. Зал этот порыв поддерживает.

Россия победила, убедив всех и забрав свое.

А потом, сначала отплакав и открывав свое в зале, мощно пропев гимн на пьедестале (китайцы и японцы, стоящие рядом, наверное, еще такого исполнения и не слышали), каждый из ребят вытаскивал из себя пережитые ощущения в смешанной зоне.



Россия победила, убедив всех и забрав свое

Но старший тренер мужской сборной Валерий Алфосов будет предельно сдержанно констатировать: да, были проблемы в подготовке, у Белявского — сложный год, здоровье подвело, Стретович долго восстанавливался после травмы, Аблязин будет еще отбираться на Игры через этапы Кубка мира, трудно вес держать Далалояну и Нагорному...

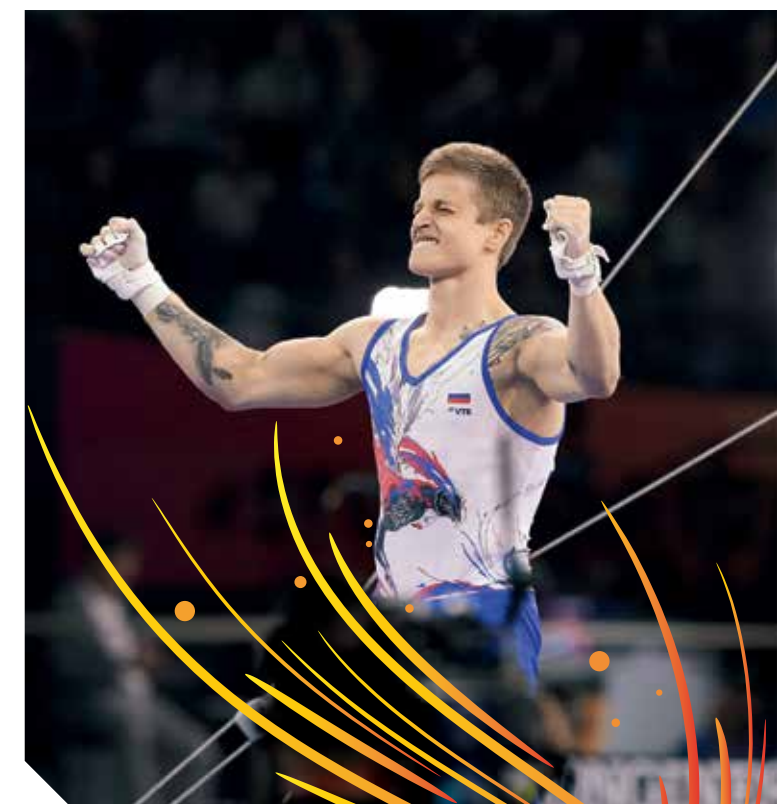
И все же каждый раз заново накачивающее счастье победы отодвинет эти рабочие моменты в прошлое. И у старшего тренера глаза тоже были на мокром месте. «Мои личные чувства? Я тренер, это моя профессия, и она предполагает выигрыш золотых медалей или проигрыш. От этого никуда не деться. Это нормальное состояние».

Но золотым вечером в Штутгарте главным и единственным нормальным состоянием для всех будет восторг. Как у самих творцов истории, так и у причастных, и не важно, реально помогавших или просто присутствующих.

Никита Нагорный и через полчаса после награждения все еще взрывался в эмоциях: «Мы вырвали эту победу. Вчера перед сном я, наверное, раз 400 сделал комбинацию у себя в голове, не мог заснуть до двух часов ночи. Я знал, что выходить буду последним. Что говорил перед перекладиной? Точно не успокаивал. Даже наоборот: заводил себя. Хотелось медаль. И нужна была злость. И она была. Мы вдвоем стояли — я, Артур и Ваня — перед перекладиной, а глаза не горели даже, буквально били пламенем».

А потом вспомнил про утро победы, когда — вот ведь неумный! — пришел на разминку и сказал: «Ребята, давайте желтую ленточку повесим сегодня на шею!»

И объяснил, почему сказал именно так: «Тот заряд на борьбу, который был у нас начиная с момента проигрыша китайцам в Дохе, не пропал весь год. И он нас очень сдружил, замотивировал. Мы должны были доказать, что такой



мизерный проигрыш был не случайностью, что мы можем победить. Я верил: мы станем чемпионами мира. Поэтому утром и кидался такими фразами. Может, правда, включил еще самоубеждение и самоуспокоение».

Артур Далалоян, открывший на чемпионате мира в Дохе золотую дверцу для сборной России, говорил о том, что главной задачей на чемпионате мира в Штутгарте была как раз золотая медаль команды.

«Не хотелось подходить к Олимпиаде с ощущением, что мы где-то в чем-то слабее и только чудо какое-то нам поможет. Нет, мы доказали друг другу, что мы лучшая команда, мы можем бороться. И я уверен, что к Играм мы подойдем еще лучше. У Китая был тот же порядок выступлений, что и у нас. В какие-то моменты мелькала, конечно, мысль: вот, они оторвались. Но на самом деле могу сказать — и с полной уверенностью! — вера в победу ни на секунду не пропадала. Мы должны были победить».

Я всем твердил перед отъездом, что цель у нас на эти соревнования — золото команды. Мы



...ехали сюда и знали это. Поэтому, наверное, и твердил, чтобы запрограммировать свой мозг на золотую медаль. Все выжать из себя, чтобы эта медаль была!»

...Нет, не выжали, а предъявили миру: к Олимпийским играм мужская команда России подойдет в звании сильнейших. Эта команда — пер-



вый номер в мире. В этот вечер парни включили друг в друга все самые лучшие качества. То, что было нужно. Как могли — словами, действиями, сосредоточенностью. За этим вечером победы был целый год, прожитый с мечтой. За днем победы был пахотный путь к мечте. А за последним годом были предыдущие, каждый из которых был подготовкой триумфа.

Максимум возможного

После первой в истории России победы мужской команды по спортивной гимнастике вопрос на чемпионате мира в Штутгарте перед личным многоборьем стоял только так: каков аппетит сборной России, в прошлом году добившейся в этом виде двух медалей, золота и бронзы? Ответ Никита Нагорный и Артур Далалоян дали фантастический: золото и серебро! И вновь впервые в истории России.

Второй чемпионат мира подряд Россия никому не отдала звание сильнейшего многоборца. Далалоян стал абсолютным чемпионом в Дохе, а Нагорный — в Штутгарте. Совершили рокировку, которой нынче завидуют сборные. Да еще и бронзу на серебро махнули.

Иностранные журналисты спросили: как так случилось, что последнее время вроде как доминировали японцы и китайцы, а нынче — Россия? Никита сказал: времена поменялись, привыкайте!

И слова Нагорного в Штутгарте — это реальность. А уверенность в силе не на пустом месте выросла. Первое и третье места самого престижного гимнастического вида в Дохе-2018 стали началом. И оно в силу сложившейся в сборной России острейшей конкуренции между лидерами обещало продолжение. Внутренняя конкуренция — двигатель прогресса, это ведь азбучная истина. Только добиваются ее годами. И не все команды.

После победы в командном многоборье, потребовавшей максимальной концентрации, выходить через сутки на личное многоборье — снова шесть снарядов в условиях жесточайшей борьбы, — мягко говоря, непросто. А ведь перед золотом в команде была еще и квалификация.

«У многоборцев вообще жизнь тяжелая — три дня нужно быть предельно сконцентрированным, а если еще в финал попал... Запас сил должен быть — вагон и еще тележка для под-

зарядки. Когда основные силы заканчиваются, начинает работать этот запас», — рассказывал как-то Александр Калинин, личный тренер Далалояна.

На весеннем чемпионате Европы, где лидеры сборной также завоевали две награды в многоборье, Артур, спускаясь с пьедестала, сказал: «Будем теперь на каждом соревновании меняться». Никита подхватил: «Я не против, главное — с пьедестала не уходить. И — все».

«И — все» случилось в Штутгарте на загляденье. «На этих соревнованиях всем ясно, что российские тренеры — просто боги», — сказал Артур Далалоян.

«Самое трудное? Пережить ожидание», — личные тренеры, Анатолий Забелин и Александр Калинин, были в этот день лаконичны.

«Нет, особенно тяжело не было, — Никита Нагорный честно «отрабатывал» золотую медаль и в смешанной зоне. — Просто эмоционально уже устали, и психологически сегодня многого не хватало, как-то грустновато «выступалось». Но публика была невероятно крутая, как и организация, поэтому эмоции появлялись сами. А так, в целом, физически все хорошо. У меня нет такого в голове, что лидером себя чувствую. Хочется сказать всем нашим тренерам спасибо за подготовку. Это было очень непросто. И врачам, и массажистам, и генеральному спонсору ВТБ. У нас есть все возможности готовиться и показывать максимальный результат. Мы приехали в первую очередь за командной золотой медалью. А успех в личном многоборье — это уже, наверное, последствия подготовки к командному турниру».

Этот успех был оглушительным. Зал, Нагорный, перекладина. Последний снаряд. Последний из участников. «Я не следил за чужими оценками, только за Артуром, болел за него. Я не знал, как кто из соперников идет и сколько набирает. Если бы я смотрел на табло, за соперниками, то невольно бы нервничать начал, упускать силы. Нужен был полный штиль. И когда выходил на перекладину, не знал, какой у меня отрыв и сколько нужно получить. Просто делал. А приземлился и увидел, что бежит Артур с двумя флагами. Он мне и сказал: первое и второе место!»

Артур Далалоян, на характере в этот вечер дотянувшись до серебра, признался, что полученной



медалью доволен. «Не могу сказать, что идеально готов, чтобы блистать в личных выступлениях. Четко ставил в этом году задачу — завоевание командного золота. Большое достижение эта медаль. Но в следующем году будет совсем другая история, на носу Олимпийские игры, которых у меня в карьере еще не было. И за команду буду биться, и в личном турнире. Возьму себя в ежовые рукавицы, буду работать над собой».

Токио-2020 в Штутгарте вспоминают часто. Никита Нагорный, держа в руках личное золото чемпионата мира, тоже не удержался и заглянул вперед: «Я ставил здесь задачу — набрать 89 баллов, очень сильно хотел. К сожалению, не получилось. Но теперь это будет не цель, а мечта. И буду стремиться к ней, например, на Олимпийских играх».

Первые после американок

...И снова в женской сборной на чемпионат мира приехали две дебютантки — Александра Шеколдина и Анастасия Агафонова. Еще — почти дебютировала и вернувшаяся после очень длительного перерыва призер Олимпийских игр и чемпионка мира Дарья Спиридонова. Еще — призер Олимпийских игр Ангелина Мельникова, словившая за последнее время немало критики в свой адрес. И Лилия Ахаимова, которая, по собственным словам, «наконец-то делает многоборье». В запасе — чемпионка мира и призер Олимпийских игр Мария Па-сека, неудачно выступившая на Кубке России.

Эта команда снова была загадкой, причем даже для себя. И поводом для волнения — и болельщиков, и тренеров. Опускаться ниже достигнутого уровня не хочется никогда. Да, сборная могла не думать о главном, груз получения лицензии не висел. Но остаться вне пьедестала на чемпионате мира означало бы уступить позиции, соперницы только того и ждут. А впереди — Игры в Токио.



«Сделать свое» на главном старте — задача не из самых легких. Но не только для наших гимнасток. Ошибались в Штутгарте все. Прекрасная команда Китая, ставшая в квалификации второй, аж вылетела в финале из тройки вовсе. А вот итальянки — обнявшись, дружно рыдали от счастья в момент оглашения результатов: пьедестал чемпионата мира, наградивший бронзой, стал для них прорывом.



«Да, заволновались после падений на бревне, — скажет потом Ангелина Мельникова. — И знали, что нам нужно прикрыть те ошибки, которые допустили. Хорошо, что заканчивали достаточно сильным снарядом, хорошо, что все получилось на опорном прыжке».

Место свое отстояла, удар по самолюбию сборная не получила. Но поводов для размышлений вновь много. Для каждой из гимнасток и для тренерского состава.

Команда России с надеждами ждет появления на взрослом помосте юниорок. Будут бороться за попадание в команду Владислава Уразова, Елена Герасимова, золотые девочки, показавшие себя во всей красе этим летом на первом в истории чемпионате мира среди юниоров, Яна Ворона (кстати, с великолепным упражнением на бревне). Эти спортсменки должны выступать уже на весеннем чемпионате Европы. И взрослым придется доказывать свои права на олимпийский помост.

Конечно, даже если бы все в Штутгарте удалось, как на опорном прыжке, далекий теперь уже 2010 год, когда женская команда России стала золотой, увы, не повторился бы. Тот прекрасный год, когда мир ахнул, увидев Алию Мустафину, завоевавшую после командного еще и личное золото в многоборье. Год нашей женской гегемонии.



Сборная США в пятый раз подряд выиграла командное многоборье на чемпионате мира. Отрыв от американок (по сравнению с Дохой) все же сократился, мог быть и еще меньше. И это факт, от которого теперь, перед Олимпийскими играми и в ожидании пополнения сборной для сбалансированного состава, надо было отталкиваться.

...Это были чемпионаты
взросления
сборных команд
России. Становления
победного
характера.

Выковывания уверенности,
основанной на преодолении.

Путь к мечте,
который вел **к золоту**
Олимпийских
игр. ▀

ЛИГА ЗОВЁТ!

«ЛИГА ГИМНАСТИКИ»
ПРОВЕЛА ТУРНИРЫ
И ВСТРЕЧИ

В МОСКВЕ ПРОШЕЛ ТРЕТИЙ ВСЕРОССИЙСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ «ЛИГА ГИМНАСТИКИ», ОРГАНИЗОВАННЫЙ ФЕДЕРАЦИЕЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ РОССИИ. В ПРОШЛОМ ГОДУ ТУРНИР ИЗ-ЗА КОВИДНЫХ ОГРАНИЧЕНИЙ НЕ СОСТОЯЛСЯ. НО В ЭТОМ ГОДУ ФЕСТИВАЛЬ ПРОШЕЛ В ПРИВЫЧНОМ УЖЕ ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ ФОРМАТЕ, КОНЕЧНО, С СОБЛЮДЕНИЕМ ВСЕХ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ НОРМ ЕГО ПРИНЯЛ МАНЕЖ VARCA ACADEMY.

ФОТО: ДЕНИС ПАРФЕНОВ



Более 400 гимнастов

в рамках фестиваля выступили в соревнованиях по программам юношеских разрядов для детей 4–10 лет (1, 2, 3-й юношеские разряды и программа «Юный гимнаст»). В третий раз в рамках фестиваля прошли и командные соревнования, в которых свои силы пробовали как специализированные спортивные школы, так и гимнастические частные клубы.





Во второй день соревнований в специальной категории Masters 16+ выступили спортсмены, которые представили обязательные упражнения как у мужчин, так и у женщин. Главным призом победителей и призеров являлся достойный призовой фонд.

Помимо основной части соревнований, абсолютно все участники фестиваля, а также их родители имели возможность посетить лекторий спортивной психологии. Профессиональные специалисты проводили тренинги и консультации по близкой всем спортивной тематике.



Приятным бонусом от «Лиги гимнастики» стал ряд мастер-классов прославленных гимнастов: олимпийских чемпионов Никиты Нагорного, Давида Белявского, Лилии Ахаимовой, призеров Олимпийских игр Дарьи Спиридоновой, Марии Пасеки и других известных спортсменов. У каждого участника фестиваля была возможность сфотографироваться с любимым гимнастом и получить заветный автограф.

Ну а главным украшением фестиваля стало яркое интерактивное новогоднее представление с участием профессиональных актеров и юных гимнастов. И конечно, ни один участник не ушел без крутого подарка и позитивных эмоций! ▲





ФЕДЕРАЦИЯ
СПОРТИВНОЙ
ГИМНАСТИКИ
РОССИИ

2022

ЯНВАРЬ 01/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ФЕВРАЛЬ 02/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

МАРТ 03/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

АПРЕЛЬ 04/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

МАЙ 05/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ИЮНЬ 06/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ИЮЛЬ 07/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

АВГУСТ 08/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

СЕНТЯБРЬ 09/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ОКТАБРЬ 10/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

НОЯБРЬ 11/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ДЕКАБРЬ 12/2022

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



«ВОСХОЖДЕНИЕ»

СВЕТЛАНА ХОРКИНА ПОКАЗАЛА НА ПОМОСТЕ ИСТОРИЮ СВОЕЙ ЖИЗНИ



27 НОЯБРЯ 2021 ГОДА
В РАМКАХ ФЕСТИВАЛЯ
«МОСКОВСКАЯ ГИМНАСТРАДА — 2021»
СОСТОЯЛОСЬ УНИКАЛЬНОЕ
ГИМНАСТИЧЕСКОЕ ШОУ
«ВОСХОЖДЕНИЕ» С УЧАСТИЕМ
МИРОВЫХ ЗВЕЗД СПОРТИВНОЙ,
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ, ВОЗДУШНОЙ
И АКРОБАТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ,
А ТАКЖЕ ИЗВЕСТНЫХ ДЕЯТЕЛЕЙ
КУЛЬТУРЫ И БАЛЕТА.

ТЕКСТ: АЛИНА ВОЛЬНОВА. ФОТО: ЕЛЕНА МИХАЙЛОВА



«Дорогие друзья!
Для меня гимнастика — это не только
жизнь, но и любовь. А именно в любви
рождается прекрасное! Это шоу не
только о гимнастике, не только о спорте.
Оно гораздо шире. Это шоу о жизни.
Честное и очень откровенное.
Сотни людей работали, чтобы еще одна
моя мечта осуществилась, чтобы я смогла
показать вам, какой путь проходит
каждый олимпийский чемпион: от своего
первого зала до пьедестала. Спортивные,
художественные, эстетические гимнасты
и многие-многие другие спортсмены
объединились для этого шоу в единый
организм. И это не просто спортсмены,
а олимпийские чемпионы, чемпионы
мира и Европы, призеры множества
международных соревнований.
Уверена, многие зрители, в том числе
и дети, после нашего шоу сформулируют
свою мечту и цели, и они обязательно
сбудутся».



44 фестиваль

Гимнастика №4⁽⁴⁵⁾ 2021
Журнал Федерации
спортивной гимнастики России

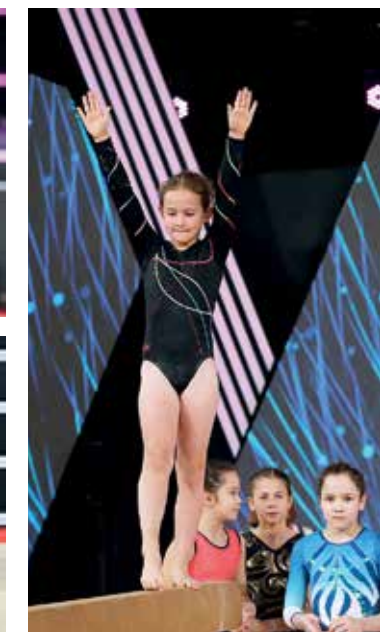
В гала-концерте участвовали Ангелина Мельникова, Никита Нагорный, Давид Белявский, Владислава Уразова, Виктория Листунова, Дарья Спиридонова, Мария Пасека, Мария Харенкова, сестры Дина и Арина Аверины, Анастасия Бурдина, Екатерина Селезнева, Лала Крамаренко, ведущие солисты Большого театра Кристина Кретьева и Игорь Цвирко...



45 фестиваль

«В свое время после больших соревнований, Олимпийских игр я ездила по миру — Америка, Европа — и выступала в шоу. Это была возможность посмотреть мир не только из гостиничного окна. Тогда и появилась мысль: почему бы все это не сделать в России?»

Называется шоу „Восхождение“. История, которую мы рассказываем, — моя жизнь. Хотелось донести до каждого, что дорога от первых шагов в зале до пьедестала сложна. И хочется, чтобы каждый, кто посмотрел спектакль, понял этот девиз еще моих пионерских времен: „Из одного металла льют медаль за бой, медаль за труд“».





«„Московская гимнастрада“ — это и ярмарка, где можно было купить специальные гимнастические костюмы, и фотовыставка. Жаль, не прошел лекторий „Новые профессии в современной спортивной индустрии“. Время сложное, отпали из-за ограничений еще некоторые задумки. Но все ведь только начинается! Дан старт в Москве, но поедem по нашей большой стране, продумываем и международную историю».

В рамках шоу «Восхождение» прошел мастер-класс победителей и призеров Олимпийских игр, который провели Артур Далалоян, Давид Белявский, Мария Пасека, Виктория Листунова, Владислава Уразова, Елена Замолдчикова, Алексей Бондаренко, сама Светлана Хоркина.



«Очень хочется, чтобы те чемпионы, которые прошли уже свой спортивный путь, закончили карьеру, остались в строю — отсюда идея проведения мастер-классов.

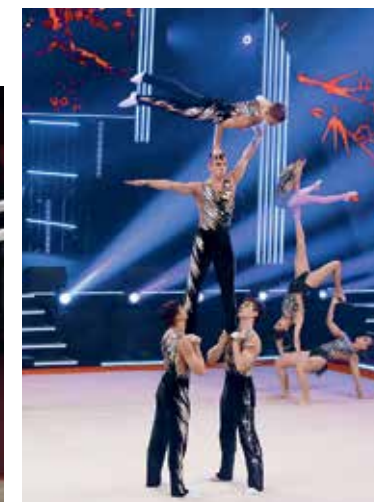
Хочется и помочь тем, кто близок к завершению жизни в большом спорте, но пока не знает, чем будет заниматься, и побаивается неизвестности, — отсюда возникла идея лектория».



«Мы хотели показать, что гимнастика — это разные виды. И собрать чемпионов разных направлений именно в это удачное время — когда отгремели Олимпийские игры и чемпионаты мира. Вот тут мы и позвали всех наших блистательных звезд выступить на такой прекрасной площадке Дворца Ирины Винер-Усмановой.

Автограф от двукратной олимпийской чемпионки и девятикратной чемпионки мира Светланы Хоркиной — это волнительный момент для юных гимнастов. А Светлана помнит, как сама тянула руки к кумирам с листочком для подписи. «Мне было так тяжело получить автограф через большую перегородку, которая разделяла нас и кумиров. Но это были счастливые мгновения».

«Очень хочется, чтобы после „Восхождения“ у детишек осталось победное послевкусие. Чтобы они ворвались в секции с этой мотивацией — ведь только что мы стали свидетелями таких долгожданных исторических побед на Олимпийских играх — проявили себя, задали новый вектор».



О ЧЕМ МЕЧТАТЬ В ПРОВИНЦИИ?

МЕНЯ ЗОВУТ ЛЮБОВЬ. МЫ ЖИВЕМ В ОРЛЕ — ЭТО НЕБОЛЬШОЙ ОБЛАСТНОЙ ГОРОД В 360 КМ К ЮГУ ОТ МОСКВЫ. МОЯ СТАРШАЯ, ДЕСЯТИЛЕТНЯЯ ДОЧЬ ЛИЛИАНА ЗАНИМАЕТСЯ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКОЙ, СРЕДНИЙ СЫН МАКС — ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКОЙ, А МЛАДШИЙ — ПОКА ПРОСТО АНДРЮША, НО В БУДУЩЕМ НЕПРЕМЕННО СТАНЕТ ГИМНАСТОМ, ПО МНЕНИЮ ЕГО СЕСТРЫ, КОТОРАЯ СОБИРАЕТСЯ БЫТЬ ЕГО ПЕРВЫМ ТРЕНЕРОМ.

Каждый маленький спортсмен мечтает стать олимпийским чемпионом. Дети хотят покорить Олимпийские игры. Но как стремиться к этому, жить и тренироваться в месте, где ни разу не было олимпийских чемпионов?

Людям вообще не свойственно что-либо делать просто так, даже детям. Цель есть всегда. Получение удовольствия или коротание времени — тоже цель. Да, каждый маленький спортсмен мечтает стать олимпийским чемпионом. Я не говорю о тех детях, которые занимаются спортом исключительно по требованию родителей, исполняя их мечты и преследуя их цели. Я говорю о тех, кто сам хочет быть спортсменом.

Спортивный психолог доктор медицинских наук Ирина Леонидовна Левина (врач высшей квалификационной категории, профессор кафедры физической культуры и спорта НФИ

Кемеровского государственного университета) говорит: «В юном возрасте надо жить с самыми возвышенными и дерзкими мечтами. И это очень нужно для правильного формирования личности человека. Жизнь потом все расставит на свои места и сделает мечты реальностью или оставит их в качестве не сбывшихся, но красивых воспоминаний из детства. Поэтому никогда не мешайте мечтать юным созданиям».

Мы живем в Орловской области, и у нас не воспитали ни одного олимпийского чемпиона за всю историю региона. В 2006 году орловец Филипп Егоров стал серебряным призером в составе четверки бобслеистов на Олимпиаде в Турине. Можно еще добавить, что в 2021 году на Параолимпиаде в Японии орловец Юрий Ноздрунов стал бронзовым призером в настольном теннисе. На этом все. Если поискать в интернете, то встречаются еще призеры, как будто земляки

(из Орловской тогда еще губернии) — из Ельца (ныне Липецкая область) или Дяткова (ныне Брянская область), но можно ли их считать орловчанами? Я полагаю, что все же нет.

Моя дочь Лилиана в шесть лет (а сейчас ей 10) выбрала для себя спортивную гимнастику — мечтала научиться ходить на руках, а потом делать сальто и прочее в том же духе. Вскоре мечта сбылась и стали появляться новые цели и робкие мечты.

Время выпендрежа прошло, дочь больше не ходит на улице на руках, как это было в дни, когда она только этому научилась, не «колесится» на тротуарах, не делает фляки на газонах и вообще старается не делать на людях ничего такого явно гимнастического. Теперь она интересуется, как становятся чемпионами, где учатся, где и сколько тренируются. Не заявляет вслух при свидетелях об олимпийской славе и тем более не говорит об этом на камеру, как некоторые ее знакомые дети, но вижу, о чем-то мечтает.

Дочь читает в «Гимнастике» о ведущих гимнастических школах страны, узнает, в каких из них тренировались известные чемпионы, те, за кем она наблюдает в «Инстаграме», и ей хочется прочитать такое о своей школе, добиться аналогичных результатов.

Я-то понимаю, что стать олимпийским чемпионом — почти чудо, но не могу же я отговорить дочь мечтать! Нет. Мечтать нужно. Несмотря ни на что. И я даже придумала, как все печальное и отрицательное в наших условиях сделать плюсом.

Вот смотрите: спрашивает меня Лилиана, зачем спортсмену хорошо учиться, «скучные» стихи заучивать, «дурацкие» английские слова и прочее. Я ей говорю, конечно, и о том, что для поступления в колледж или университет нужны знания. Дочь верит, но работает это так себе, ведь ребенок мечтает, что будет суперспортсменом и возьмет силой и ловкостью. Тут я расстраиваю бедолагу, говорю, что, дескать, куда ей тягаться силой с теми, кто по два раза в день ежедневно занимается с одним выходным, а то и без него, с теми, кто несколько раз в год ездит на профессиональные сборы, моя-то дочь в школе тренируется лишь пять дней в неделю, а сборов у нас не бывает. Мы вместе смотрим в интернете на воспитанниц московских (и не только) клубов и видим, что там дети даже с юношескими раз-

рядами дадут фору многим нашим спортсменам с «взрослыми» разрядами. Так зачем все это? О чем мечтать в провинции?

Маленького ребенка можно во многом убедить. Я говорю дочке, что это на маленьких и несерьезных соревнованиях она может быть лучшей, не прилагая огромных усилий, но на уровне страны, не говоря уж о мире, нужно всех превосходить во всем. Это значит, что нужно обладать не только высоким спортивным мастерством, силой и крепкой психикой, но и быть эрудированнее и выдержаннее, чтобы иметь с тобой дело было приятно и комфортно. И главное, чтобы хотелось повторить общение.

В жизни моей дочери был примечательный эпизод: когда она была на фестивале гимнастики в семь лет, с ней беседовал ведущий «Матч ТВ», он говорил со многими детьми, спрашивал в числе прочего о том, каких гимнастов дети знают, на кого хотелось бы быть похожими. Дети называли Хоркину и Немова, а моя дочь назвала Латынину, Турищеву, Ким, Каманечи, Азаряна, Андрианова. Ведущий очень удивился. Теперь, смотря интервью со спортсменами, дочь видит, насколько выгодно отличаются от других те, с кем есть о чем поговорить, те, чьи знания не ограничиваются только самим собой и днем нынешним. Дочь очень впечатлило, что некоторые наши гимнасты без переводчика общаются с англоязычными журналистами. И это помогло, дочь учится обстоятельно, хотя и бурчит временами, что вряд ли кто-то будет ее спрашивать о простых дробях и типах текстов.

Многие спортсмены после спорта становятся тренерами, и в глазах обывателей это выглядит так, будто спортсмены ни на что большее не способны, что, развивая тело, они деградируют умственно. Особенно абсурдным подобное утверждение кажется, когда речь идет о воспитанниках рядовых ДЮШС, детях-спортсменах, которые спортом занимаются, что называется, для себя. Такие дети, как правило, оставляют спортивные секции, перейдя в старшие классы школы или колледж, и, конечно, спорт никак не может им помешать в жизни, а вот поспособствовать движению вперед может, потому что занятия спортом куяют твердый характер и волю к достижению цели. Спортсмен после спорта может стать кем угодно, да и тренер — это очень сложная и уважаемая профессия, но профессии вне спорта у спортсменов всегда притягивают внимание общественности.

На одном из крупных международных гимнастических турниров комментатор рассказал зрителям, что один из гимнастов учится на медицинском факультете. А ведь всем известно, насколько трудна учеба медика. Дочь удивилась, она с ранних лет тоже мечтала стать медиком, но по мере взросления ей стало казаться, что это невозможно совмещать со спортом. А оказалось, что даже на самом высоком уровне возможно, не говоря уж о любительском.

Я нашла историю американской пловчихи Джени Бет (Дженифер Элизабет Томпсон), которая, являясь одной из самых титулованных спортсменок мира, смогла поступить в медицинский, после завершения спортивной карьеры получила диплом врача и сейчас работает анестезиологом. У Дженифер 12 олимпийских медалей, восемь из которых золотые, с четырех Олимпиад с 1992 по 2004 год. Также привлекает внимание история британской спортсменки Стефании Кук, ставшей первой победительницей в женском современном пятиборье на Олимпиаде 2000 года. Пятиборье — это конкур, фехтование, стрельба, бег и плавание. А Стефания занималась спортом, получая медицинское образование, и у нее тоже все получилось.

И среди соотечественников можно найти такие примеры. Студентка Ставропольского медицинского института мастер спорта по спортивной акробатике Людмила Цыганова (Громова) стала в 1977 году абсолютной чемпионкой страны по акробатическим прыжкам на дорожке, а затем абсолютной чемпионкой мира. И это не помешало ей окончить вуз.

Я говорю дочке, что она тоже может стать медиком, если не передумает, а то, что у нее не очень много тренировок на данном этапе, позволит ей лучше подготовиться к поступлению. А когда все получится, она может стать первой в истории современной России гимнасткой-медиком. А если сможет при этом быть и профессиональной гимнасткой, то станет тем спортсменом, кем будет гордиться ее малая Родина и родная школа. Ведь кто-то всегда становится первым чемпионом даже там, где никогда раньше не было чемпионов.

А пока есть время, которого нет у более загруженных сверстников из крупных городов и клубов, нужно лучше и быстрее учиться, можно даже год сэкономить и сдать экстерном, чтобы сберечь время для будущих тренировок. Чем не мотив, чем не мечта? И пусть все окажется не

совсем так или вовсе не так, но ребенок будет отлично подготовлен к дальнейшей учебе.

Сидит моя дочь Лилиана вечером, листает в моем телефоне «Инстаграм». Натывается на пост одного нашего гимнаста, где он пишет, что никогда-никогда не хотел бросить гимнастику.

А я сомневаюсь, что существуют дети, которые, придя в спорт в раннем детстве, вот прямо никогда-никогда не капризничали, не отказывались идти на тренировку и не думали о том, что их ровесники во дворе играют, а им нужно тащиться в спортзал. Всякое бывает. Мудрость родителя заключается в умении определить, действительно ребенок не хочет заниматься конкретным спортом (или спортом вообще) или это просто усталость или каприз, временные трудности.

Наша память избирательна и может обмануть нас, но тот гимнаст нас не обманывает, говоря, что никогда не хотел бросить гимнастику, он уверен в своих словах. Моя дочь тоже никогда не хотела бросить гимнастику.

Моя дочь считает гимнастику любовью своей жизни, уверена, что никогда не хотела ее бросить и никогда не интересовалась иными видами

спорта. Свои почти годичные занятия карате она вспоминает как не про себя и недоумевает, зачем она туда ходила. Она не помнит, как в шесть лет мечтала попробовать себя в прыжках с шестом и в плавании. Считает, что про прыжки я выдумала, а плавать в бассейн она ходила только потому, что я туда ради реабилитации водила ее брата, ведь и гимнастика пришла в нашу жизнь благодаря проблемам моего среднего сына (преподаватель адаптивной физкультуры оказался тренером по гимнастике и привлек Лилиану заниматься за компанию с братом, а потом пошло-поехало).

Дочь забыла, как после конфликта в зале кричала, что не пойдет больше в спортшколу. Забыла, сколько слез было пролито и ее, и моих. Но я была уверена, что гимнастика — это то, что ей нужно, это то, что она любит и делает с удовольствием. Я могла бы ее переубедить и увлечь чем-то иным, но посчитала это неправильным. Дочь не знает, сколько сил было положено, чтобы она не ушла, чтобы не обижалась на тренера за излишнюю требовательность. Полгода работы с психологом. Куча прочитанной мною литературы. Много часов мотивирующих фильмов...

Теперь пусть кто-нибудь попробует сказать Лилиане, что она хотела уйти, — не поверит, «не было такого». ▲





ОЛЬГА КОРБУТ: ЮВЕЛИРНАЯ РАБОТА

РИА НОВОСТИ

ЗНАМЕНИТАЯ ПЕТЛЯ КОРБУТ ВОШЛА В ИСТОРИЮ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ В 1972 ГОДУ, КОГДА НА ОЛИМПИЙСКОМ ПОМОСТЕ МЮНХЕНА 17-ЛЕТНЯЯ ГИМНАСТКА ИЗ БЕЛОРУССКОГО ГОРОДА ГРОДНО ОЛЬГА КОРБУТ В УПРАЖНЕНИИ НА БРУСЬЯХ ИСПОЛНИЛА НОВЫЙ, ОЧЕНЬ ЭФФЕКТНЫЙ И ДОВОЛЬНО РИСКОВАННЫЙ ЭЛЕМЕНТ. ОТТОЛКНУВШИСЬ НОГАМИ ОТ ВЕРХНЕЙ ЖЕРДИ, ОНА ВЫКРУТИЛА САЛЬТО НАЗАД ПРОГНУВШИСЬ С ПРИХОДОМ В ВИС НА ТУ ЖЕ ВЕРХНЮЮ ЖЕРДЬ.

ТЕКСТ: АЛЕКСАНДР БАРМИН

В Мюнхене Корбут продемонстрировала еще один уникальный по тем временам элемент — сальто назад на бревне. Миниатюрная эмоциональная и обаятельная гимнастка сразу же стала кумиром болельщиков, которых она вмиг влюбила в себя. Ольга умело отвечала взаимностью: ее неотразимая улыбка после каждого выступления с приветственным помахиванием руками в адрес публики еще больше заводила трибуны.

Петля на брусках впервые была продемонстрирована на чемпионате СССР еще за три года до мюнхенских Игр. Осваивала этот трюк Ольга довольно долго и всегда как-то побаивалась его выполнять. А возник он на одной из тренировок юной гимнастки. Баловства ради она как-то встала ногами на верхнюю жердь во весь рост и сделала сальто назад прогнувшись в соскок на поролоновые маты. Тренер Ренальд Кныш увидел и, что называется, намотал себе на ус. Через какое-то время он и предложил своей ученице попробовать после сальто взяться руками за жердь. С этого все и началось.

Освоить и повторить этот очень эффектный, но рискованный элемент пробовали очень немногие. Еще одна знаменитая советская гимнастка абсолютная чемпионка мира 1978 года Елена Мухина уверенно выполняла петлю Корбут. Мало того, она добавила к сальто еще и поворот на 360 градусов, пополнив тем самым список авторов именных элементов на брусках. В настоящее время петля Корбут находится, увы, в списке запрещенных элементов гимнастики из-за травмоопасности.

На Олимпиаде-1972 в упражнении на брусках Корбут была удостоена серебряной медали. А вот одна из трех высших наград в Мюнхене была вручена Ольге за победу в упражнении на бревне. В этом виде она отметилась даже двумя новыми элементами. В первую очередь это, конечно, сальто назад в группировке. Тоже невероятно сложный для той поры элемент — с точным, без потери равновесия приземлением на 10-сантиметровую полосу бревна. Этот элемент в исполнении Корбут тоже привел всех в восторг. Второй новинкой



Ольга КОРБУТ

ВАСИЛИЙ УИ ДА СИН / ТАСС

Петля на брусках
впервые была продемонстрирована
на чемпионате СССР еще **за три**
года до мюнхенских
Игр



Елена МУХИНА

на этом снаряде стал фляк с высоким вылетом и приходом в сед ноги врозь.

Сальто на бревне, как и петлю на брусьях, на соревнованиях Ольга впервые выполнила за три года до мюнхенской Олимпиады, на которой она

буквально взорвала весь гимнастический мир. «Чудо с косичками» с ярко выраженной индивидуальностью стало любимицей миллионов. В 1973 году ее вместе со сборной командой СССР по гимнастике пригласили на гастроль с показательными выступлениями в США. Президент страны Ричард Никсон организовал даже встречу в Белом доме. Болельщики бурными овациями встречали каждое выступление Корбут. После визита Ольги в Америку там начался настоящий бум спортивной гимнастики. Одна за другой в США стали открываться школы гимнастики имени Корбут. Позднее гимнастические клубы этой страны широко распахнули двери для сотен тренеров из Советского Союза, работа которых тоже принесла свои плоды. Сегодня США, как известно, являются одной из ведущих гимнастических держав в мире.

Еще один именной элемент Ольги Корбут, четвертый по счету, — опорный прыжок, с которым она завоевала золото на чемпионате мира в Варне в 1974-м. Это был переворот вперед через коня с общим поворотом на 720 градусов: первый поворот на 360 градусов выполнялся после отталкивания от мостика в полете до толчка руками о коня, второй поворот на 360 градусов — во второй фазе прыжка, после отталкивания руками.

Придумал и разработал этот элемент Ренальд Кныш, хотя в Варне Корбут выступала под началом уже другого наставника — Тамары Алексеевой, которой Кныш добровольно передал свою



Ольга КОРБУТ



Ольга КОРБУТ

И услышала:
«Валяй два по 360»!
Собрала волю в кулак и исполнила пожелание...

ученицу. Перед самым отъездом на чемпионат этот прыжок не получался, и решили не рисковать. Ольга прыгала обычный винт и в командных соревнованиях, и в личном первенстве по многоборью. Накануне финалов в отдельных видах в спортзале прощупали фирменный прыжок еще раз. Остались неудовлетворены и окончательно решили не рисковать.

В финале в первой попытке Ольга за простой переворот с пируэтом получила хотя и высокую оценку, но не достаточную для победы. Перед вторым подходом обернулась на сидевшего среди зрителей в первом ряду Кныша и услышала: «Валяй два по 360». Собрала волю в кулак и исполнила пожелание экс-наставника. Да так безукоризненно, что ей аплодировали даже соперницы. Победа!

Опорные прыжки с этой непростой первой фазой оказались мало востребованными. И ювелирная точность требовалась, и запастись потенциальной энергией на сложную вторую сальтовую фазу



Елена ДАВЫДОВА

прыжка сложно. Однако в 1980 году абсолютная чемпионка московской Олимпиады Елена Давыдова впервые в женской гимнастике предложила свою интерпретацию прыжка Корбут. К первой, наиболее сложной фазе полета — повороту на 360 градусов до толчка руками о снаряд — она добавила во второй фазе полтора сальто вперед в группировке.

В 1988 году имя Ольги Корбут было включено в Международный зал славы гимнастики под первым номером. ▲

КУБОК ГУБЕРНАТОРА



20 ОБНИНСК ПРОВЕЛ ЮБИЛЕЙНЫЙ ТУРНИР ЛЕТ

ЮБИЛЕЙНЫЙ РОЗЫГРЫШ КУБКА ГУБЕРНАТОРА КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ ПРОШЕЛ В ОБНИНСКЕ В ШКОЛЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ ЛАРИСЫ ЛАТЫНИНОЙ. В СОРЕВНОВАНИЯХ ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ ГИМНАСТЫ И ГИМНАСТКИ, ПРЕДСТАВЛЯВШИЕ МОСКВУ, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКИЙ, НОВОСИБИРСК, КЕМЕРОВО, АНАПУ, КРАСНОДАР — ВСЕГО 15 ГОРОДОВ РОССИИ.

ТЕКСТ: АЛЕКСАНДР БАРМИН
ФОТО: ЕЛЕНА МИХАЙЛОВА

ЛАРИСА ЛАТЫНИНА, девятикратная олимпийская чемпионка:

— Конечно, спорту сегодня трудно. Ситуация из-за пандемии и вчера, и сегодня, и, похоже, в ближайшем будущем останется непростой: соревнований недостаточно, это чувствуется. Конечно, участники допускали ошибки, в чьи-то выступления вмешались лишние нервы из-за отсутствия практики, у кого-то — слишком

сильное желание проявить себя. Тем не менее я с большим удовольствием смотрела на работу спортсменов, приехавших на юбилейный, 20-й Кубок губернатора. Следила в основном за девчонками, с особым вниманием — за представительницами нашей школы.

Очень была довольна выступлением в вольных упражнениях Сонечки Брулёвой, ставшей в этой дисциплине бронзовым призером. Когда





мы поздравляли ее и еще одну нашу воспитанницу, Маргариту Мельникову, завоевавшую серебряную медаль в тех же вольных, я пожелала им повторить мой давний олимпийский успех в этом виде (три победы на трех Играх подряд. — *Ред.*). Кто знает, как сложится их судьба... Но могу похвастаться: я вот смотрела на девочек из нашей школы, и мне кажется, что даже внешне они выгодно отличаются от других участниц — все такие складненькие, тоненькие.

И еще хочу сказать, что школа, открытая в 2007 году, сегодня выглядит так, как будто это произошло только вчера, — настолько все ухожено, продумано. Директор Ольга Геннадьев-



на Коркач по-хорошему очень требовательна. И к сотрудникам школы, и к себе. При нашей спортшколе существуют интернат и общеобразовательная школа. Принимаем на обучение даже трехлетних малышей.

Я испытываю огромное чувство гордости за школу. К слову, ее воспитанники, призеры нынешнего турнира Иван Куляк и Кирилл Гашков, не раз были вызваны на тренировочную базу «Озеро Круглое» в составе юниорской сборной команды страны.



Я испытываю **огромное чувство гордости** за школу, она открыта в 2007 году, но и сегодня выглядит так, как будто это произошло только вчера, — настолько все ухожено, продумано





А спортивные желания, конечно, ясны. Свежий пример для подражания — **золотой дубль** обеих российских гимнастических команд на Олимпиаде-2020 в Токио

Многие интересуются тем, что у нас происходит в школе, кто-то, если есть возможность, помогает. Всего полтора месяца не дожидаясь до проведения юбилейного Кубка губернатора Василий Ярзуткин — человек-легенда обнинского спорта. Долгие годы он руководил волейбольным хозяйством Обнинска, но и нам очень

много помогал. Как говорится, и морально, и материально.

В ближайшие годы мы хотим построить Дворец спорта, и под него уже выделена земля. И перспективы строительства международного центра по спортивной гимнастике мы уже обсуждали весной с руководителями области. Это станет первым в стране комплексом спортивной гимнастики сертифицированного вида для проведения соревнований международного уровня, таких как чемпионаты мира и Европы. Сам центр будет рассчитан на шесть тысяч зрителей. В нем будут многофункциональная арена для соревнований, тренировочные и тренажерные залы, помещения для судейских коллегий.

Если все пойдет нормально, он должен открыться не позднее чем через три года, где-то к моему 90-летию. Так хочется его увидеть!

ОЛЬГА КОРКАЧ,
директор ГБОУ КО
«СШОР по спортивной гимнастике
Л. Латыниной»:

— Всего в соревнованиях приняли участие две сотни гимнастов и гимнасток, представлявших более 20 регионов страны. За каждую команду выступали взрослые и юниоры по программе мастеров спорта, а также гимнасты по программе кандидатов в мастера и по первому разряду. Результаты суммировались.

Наши девочки в командном первенстве, где победили гимнастки из Великого Новгорода, в число призеров, увы, не попали. Зато это удалось сделать обеим мужским командам нашей школы, занявшим второе и третье места. Первое — за гимнастами Владимира во главе с участником Олимпиады в Токио Александром Карцевым. Саша выиграл на турнире и личное многоборье.





Наши воспитанники Иван Куляк и Кирилл Гашков показали в личном многоборье соответственно второй и четвертый результаты. В женском многоборье не было равных чемпионке Европы — 2018 москвичке Ульяне Перепиной.

Школа наша развивается, в штате 35 тренеров, которые занимаются с детьми, подростками и молодежью. Все вместе это уже 1300 человек. В начале 2019 года открыли общеобразовательную школу, а в 2021-м уже выдали первые аттестаты об ее окончании. Помимо гимнастов, среди учащихся есть представители волейбола и бокса. Уже лет двенадцать в школе по типу интерната существует подразделение для ведущих спортсменов Калужской области. В школе есть столовая со своими поварами, а весь штат сотрудников — 240 человек.

Как обучаем трехлетних? Мы начали это практиковать несколько лет назад. Разумеется, начинаем с простейшего, всевозможных ознакомительных и общеобразовательных вещей. Открываем свой детский сад на 40 мест.



В очереди на запись в школу сейчас около 600 детей. И эта очередь образовалась из-за того, что мы просто физически не можем взять всех желающих.

Я очень довольна нашими тренерами, которые фанатично преданы своему делу. С их помощью мы можем добиваться главной цели — воспитывать не только спортсменов, но и добрых, умных и счастливых людей.

А спортивные желания, конечно, ясны. Свежий пример для подражания — золотой дубль обеих



российских гимнастических команд на Олимпиаде-2020 в Токио. Есть у нас и ориентир: мы разговаривали на эту тему и решили всей школой со временем суммарно обойти непревзойденный олимпийский рекорд Ларисы Семеновны Латыниной в 18 олимпийских наград, девять из которых — высшей пробы. ▲



ЛИДЕР
СБОРНОЙ РОССИИ ЗНАЕТ,
ЧТО ЛЕГКИХ ПУТЕЙ
В СПОРТЕ
НЕ БЫВАЕТ

АНГЕЛИНА МЕЛЬНИКОВА: А получится ли все идеально?

АНГЕЛИНА МЕЛЬНИКОВА В ЭТОМ ГОДУ СТАЛА И ОЛИМПИЙСКОЙ ЧЕМПИОНКОЙ, И АБСОЛЮТНОЙ ЧЕМПИОНКОЙ МИРА. ЕЕ ЗВЕЗДНЫЙ ПОМОСТ НАЧАЛСЯ ВМЕСТЕ С КОМАНДОЙ ЕЩЕ В РИО-ДЕ-ЖАНЕЙРО-2016. А СЛЕДУЮЩИЕ ПЯТЬ ЛЕТ ГЕЛЯ УЖЕ ПРОВЕЛА В РОЛИ ЛИДЕРА КОМАНДЫ. УМЕНИЕ ЛИДЕРА ОТНОСИТЬСЯ К ТРУДУ ПРОФЕССИОНАЛЬНО И ВЕСТИ ЗА СОБОЙ НОВИЧКОВ ДОРОГОГО СТОИТ. И ЭТО ОГРОМНЫЙ ТРУД, НЕ ПОЗВОЛЯЮЩИЙ РАССЛАБЛЕНИЯ. ВСЁ ДЛЯ ПОМОСТА, ВСЁ ДЛЯ ПОБЕДЫ. А ЛЕТЕТЬ НА ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ В ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ — ТЕПЕРЬ КЛАССНАЯ ГИМНАСТИЧЕСКАЯ ПРИМЕТА. МОЖЕТ, УДАСТСЯ ПОВТОРИТЬ ПЕРЕД ПАРИЖЕМ-2024?

ТЕКСТ: ИРИНА БОНИНА
ФОТО: ЕЛЕНА МИХАЙЛОВА

— Мы вылетели в Токио как раз 18 июля, я очень расстроилась. День рождения в самолете? При том что вылетели ночью, а прилетели в четыре часа дня по местному времени. И в Олимпийскую деревню приехали уже в девять вечера. Так прошел день. Да, расстроилась. Но потом подумала: это же лучший подарок — ведь летели-то на Олимпийские игры.

Если говорить об этом сезоне, я сама себе удивляюсь: поехать на чемпионат мира, будучи, казалось бы, абсолютно выжатой после Олимпийских игр, и завоевать золото личного многоборья — до сих пор в это сложно поверить.

Ведь не просто за сезон, а за какие-то месяцы удалось завоевать два самых важных в гимнастике титула! Я ведь и к званию олимпийской чемпионки не привыкла даже...

О СИЛЕ ДУХА

— Считаю себя сильной личностью. Могу пожертвовать многим ради поставленной цели. Во мне есть что-то, что помогает находить силы в любой ситуации. Я стартовала сразу с Олимпийских игр в Рио — 2016. Совсем малышка была, не успела пройти путь к победам... И так

получилось, что после первых Игр немного потеряла свою гимнастику, на то были причины. Но все же оставалась на уровне международных выступлений. И тот год многому меня научил — пришлось в 17 лет принимать важные решения.

Я шла к своим медалям шаг за шагом, за карьеру не пропустила ни одного важного старта: ни чемпионата России, ни чемпионата Европы или мира. И сейчас, когда мне 21 год, честно прошла этот путь спортсмена к победам — с падениями и взлетами.

natalia.v.ishihara Ангелина! Вы — невероятная! Спасибо Вам огромное за Ваш профессионализм! А главное, за чуткое и доброе сердце!!! Вы — просто умничка и прелесть! Спасибо и низкий поклон!!! ❤️

luu.garciab Из Мексики. Я очень восхищаюсь тобой, ты одна из моих любимых гимнасток. ❤️ MXRU

О ВОЛНЕНИИ НА СТАРТЕ

— Мы с детства этому учимся — не волноваться. И нет страха. Но волнение есть: а получится ли сделать все идеально? Готовишься-готовишься, а потом делаешь свое дело. И всегда хочется выдать максимум. От спорта всегда хочется взять максимум. Но он каждый раз разный — в зависимости от ситуации, соперников.

Иногда бывало, что чувствуешь себя как в первый раз. Но многое зависит от того, как я готова. Если физически все хорошо, то и переживаний особых нет.

rkavchenko2594 🙌🙌🙌🙌🙌❤️ работага, умница, красавица, гордость страны!!!

viktorhawkphotography Lady Elegance ❤️!
Поддерживаем и очень надеемся на твою победу!



Если состояние не самое боевое, то преследуют мысли, что должна сделать больше, чем могу.

У нас в гимнастике ощущение собственного тела приходит с возрастом. Подростком ты все же показываешь детскую гимнастику, больше полагаешься на тренера. Сейчас я полностью себе доверяю.

olgavladumurovna 🙌🙌🙌 Ангелина, вы самая лучшая гимнастка!!! Самая сильная, самая красивая!!! Поздравляю с очередной медалью!!! 💖💙💛

liberty0675 Мисс грация и красота мировой гимнастики! 🙌

О ПЛАНАХ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ

— Ты становишься олимпийским чемпионом, получаешь самую высокую награду, которая только существует. Появляется ощущение, что ты сделал все, что мог, есть чувство завершенности: цель достигнута. Теперь надо понять: а что дальше? И тут прежде всего важен настрой.

Если выбрать продолжение, новую цель в спорте, то каждый спортсмен знает, когда ему нужно отдохнуть, а когда — начать вкалывать.



Но и отдых, и волевая работа идут рядом, иначе можно себя загнать.

После Олимпийских игр наступает пик интереса к чемпионам. Он быстро проходит. Справедливо ли? И да, и нет. Хотя постоянный бум может мешать. Все же основная задача — это тренировки и подготовка к стартам, после которых можно и порадоваться.

josen1mrod Вы красивая женщина во всех отношениях, каждый раз, когда вы волновались, я тоже волновалась. У вас уникальная симпатия, вы являетесь источником вдохновения для нескольких спортсменов. Привет от фанатов с юга «Чили».

О ПРЕОДОЛЕНИИ

— Преодолевать в спорте надо всегда. Легких путей к медалям нет. Девочкам бывает очень сложно, когда начинают меняться рост, вес. Это тот переходный момент, который важно пережить максимально спокойно. Бывает, просто устаешь и кажется, что все надоело: зачем это все? Но это игры характера. Если гимнастика реально твое дело, которое ты любишь, это пройдет.

sirnaya_lovushka Это потрясающе, целых две медали за Олимпиаду, вами гордится вся страна!!! 💖 #wewillROCyOU





Не все до конца понимают, сколько сил спортсмены тратят, через что приходится проходить. Например, последние перед Олимпийскими играми события — полтора года сидения на закрытой базе — были жестким испытанием. Ты сидишь взаперти, не видишь людей, ходишь в одну столовую, ешь одну и ту же еду. И — тренировки. А когда старты — никто не знает. Начиналась апатия, жизнь от тренировки до тренировки. Заставляла себя заниматься итальянским, английским...

nsklesya Вы были самой женственной, грациозной и неотразимой гимнасткой!!! 🌸 Спасибо!

lena.anesyant.58 Ангел ты наш, спасибо за волю к победе! Спасибо!

О СОПЕРНИЦАХ

— Каждый спортсмен знает, через что прошел другой. И в нашем мире гимнастики сейчас царит большое уважение друг к другу. Да, было раньше, что кто-то не здоровался, те же американки, но теперь такого нет. У настоящих спортсменов — особый характер и сила воли. Надо терпеть даже тогда, когда терпеть уже вроде нельзя. И не уважать за это невозможно.

sharm_shark_ До бесконечности можно смотреть, как Ангелина тянет носочки 😊 С бронзой, наша Ласточка! Успехов 🌸



ОБ УВЛЕЧЕНИЯХ

— Лет в четырнадцать увлеклась книгами. Первой взрослой книгой стало «Вино из одуванчиков» Рэя Брэдбери. Кто-то посоветовал «Жизнь взаимы» Ремарка... Так и пошло. Это не настрой перед соревнованиями. Это и отдых, и удовольствие. И развитие, и мысли...

Вообще хочется сделать что-то для спорта. Хочется развивать производство моих купальников. Я сама стараюсь на каждом соревновании выступать в разных купальниках. Обсуждаем с дизайнерами направление, они отправляют мне эскизы, я могу что-то попросить убрать или же добавить. В среднем за сезон получается купальников десять.

runova_as Наша красавица. Краснодарский край болеет за тебя! наша умничка 🌸❤

galina.skrynnikova Сколько медалей за 2021 год!!! Какой это колоссальный труд!!! Спасибо, Ангелина, от всех российских болельщиков!!! 🙏🙏🙏🙏

Вне помоста? Конечно, в условиях сборов и стартов гардероб состоит в основном из спортивной одежды. Но если есть возможность куда-то выйти, люблю платья. Мне кажется, такой стиль подходит мне по характеру, я себя считаю немного неженкой. 🌸



ВИКТОР ЧУКАРИН: 100 лет

ВЕЛИКИЙ ГИМНАСТ
И ЧЕЛОВЕК

ТЕКСТ ПОДГОТОВИЛА: АЛИНА ВОЛЬНОВА

СЕМИКРАТНЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ ЧЕМПИОН И ТРЕХКРАТНЫЙ ЧЕМПИОН МИРА ПО СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ ВИКТОР ЧУКАРИН. ТАЛАНТ. ЛЕГЕНДА. БЕССТРАШНЫЙ. САМЫХ ВАЖНЫХ ПОБЕД В КАРЬЕРЕ ВИКТОР ЧУКАРИН ДОСТИГ ПОСЛЕ ТОГО, КАК ПРОШЕЛ ВЕЛИКУЮ ОТЕЧЕСТВЕННУЮ ВОЙНУ И УЖАСЫ НЕМЕЦКИХ КОНЦЛАГЕРЕЙ.

Когда мальчику было три года, семья переехала из села на побережье Азовского моря в Мариуполь. Там Чукарин и начал заниматься спортом. За гимнастическими упражнениями на перекладине во дворе его заметил учитель физкультуры Виталий Попович, который позвал мальчика в секцию.

После окончания школы Чукарин поступил в металлургический техникум, а затем перевелся в Киевский техникум физической культуры. В 1940 году Виктор выиграл чемпионат Украины и получил звание мастера спорта СССР.

Началась Великая Отечественная война, Чукарин ушел добровольцем на фронт, где воевал в артиллерийской части. В боях под Полтавой его ранили. Он попал в немецкий плен, на руке появилась татуировка с номером 10491.

Семнадцать концлагерей... В страшном Бухенвальде Чукарин провел год, работая по 12–14 часов в каменоломнях. Из Бухенвальда был переведен в лагерь неподалеку от побережья Балтийского моря. При наступлении союзников фашисты в начале мая 1945 года загнали всех заключенных на баржи, которые должны были затопить. Но баржа с Чукариным после налета английского бомбардировщика осталась в открытом море, где ее через неделю нашел корабль союзников.

Из книги Виктора Чукарина
«Путь к вершинам»:

«Солдат в выцветшей, отслужившей все сроки шинели шел домой. Он заставлял себя идти спокойно, чтобы так же спокойно переступить порог родного дома. Сколько раз за эти годы он, потерявший право на собственное имя, узник № 10491, представлял себе этот день! Полно, Виктор, это уже не гитлеровский лагерь Везермюнде, на горизонте раскинулось Азовское море, а не та бухта, где вас, людей многих наций, понукая, грузили на баржу охранники. Ты свободен, Виктор! Баржа не выйдет в море. Ты идешь домой».

Когда Чукарин вернулся в Мариуполь, он весил 40 кг. Мать узнала его только по детскому шраму на голове. Бесконечные допросы, отказы выдать

побывавшему в плену и, соответственно, «неблагонадежному» человеку паспорт. Преодоление. И в жизнь, и в гимнастику после войны Чукарин возвращался долго и трудно.

Получил ставку инструктора по физкультуре при местном заводе, зал для тренировок — у проходной, одна крыша с баней. Днем занимался с детьми и желающими, а вечерами тренировался сам. Начиная, не мог подтянуться больше двух раз. Он выступил на первом послевоенном чемпионате СССР в 1946 году, стал 12-м. На следующем чемпионате — уже пятым, а через год на одном из снарядов завоевал золото. И с 1949 по 1951 год Виктор Чукарин становился абсолютным чемпионом СССР.

Из книги Виктора Чукарина
«Путь к вершинам»:

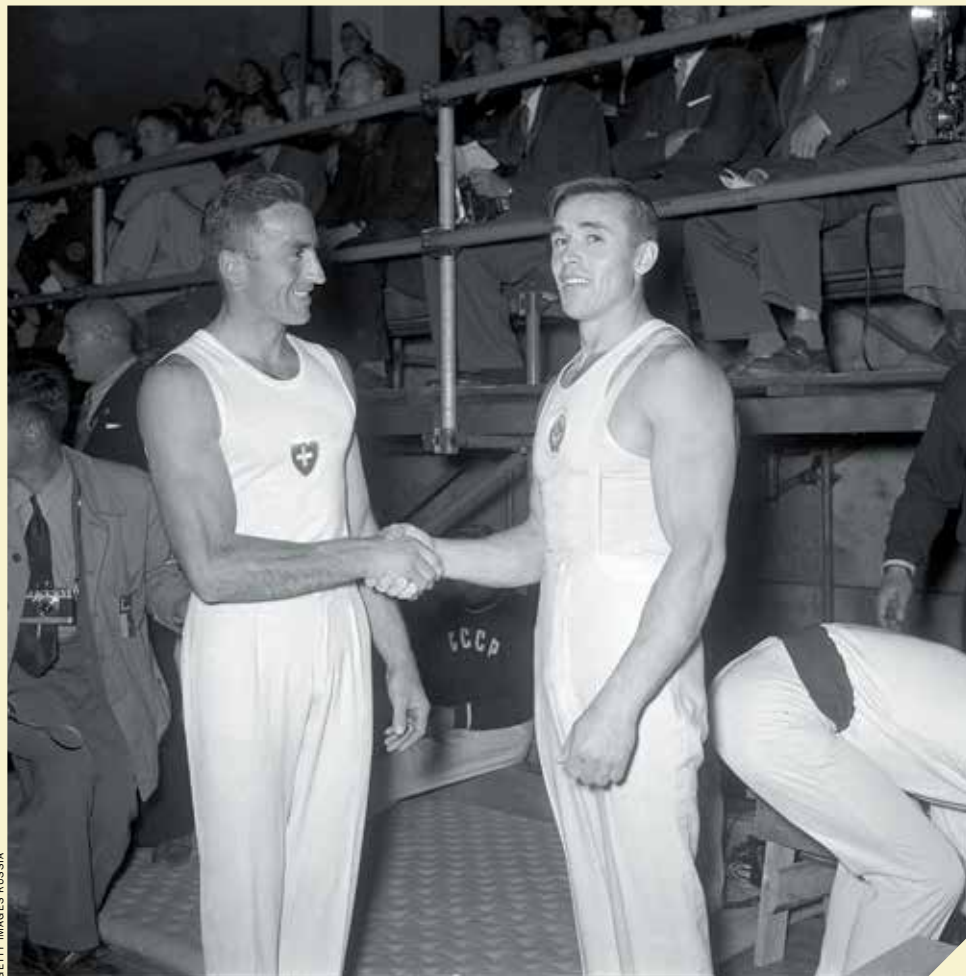
«В конце 1951 года узнаем: спортивная делегация Советского Союза впервые будет участвовать в Олимпийских играх. В дневнике, который ведет тренер, помечено: „11 января 1952 года. Зарядка длилась 7 минут 48 секунд. Упражнений — 28. Движений — 167“.

В обычной последовательности перехожу от снаряда к снаряду. Вместе со мной занимается сегодня один из участников сборной команды страны, Дмитрий Леонкин. Последний снаряд — кольца. Сегодня я почему-то устал и не сразу встаю со скамейки — тянет посидеть, отдохнуть. Но у меня перед глазами стоит тот листок календаря, на котором помечено: „1952. Июль, 19“. День открытия XV Олимпийских игр, куда я, как и любой из наших спортсменов, мечтаю попасть».

И вместо того чтобы потихоньку, одну за другой проработать те группы мышц, на которые ложится основная нагрузка, я принимаю вызов Леонкина:

— А ну, кто дольше „крест“ будет держать?
— Идет!

Опускаюсь в „крест“. Одна, две... пять... семь секунд — и тут в тишине молчащего зала отчетливо слышу звук, словно разрывают штучку холста: т-р-р... Это у меня!



GETTY IMAGES RUSSIA



РИА НОВОСТИ

— Быстро под кран, — кричит Собенко, который побледнел больше, чем пострадавший. Целых полчаса держу руку под холодной струей. (Петр Тимофеевич Собенко тренировал Чукарина с 1946 года. — Ред.)

— Ну как?
— Вроде не болит. Отпустило.
— Тогда до дому, отдыхать.

Но к вечеру тянущая боль не оставляет меня ни на минуту. Больно натянуть пиджак, не могу посадить на колени дочурку. И докучливая, неотвязная мысль: „А как же Олимпиада?“

Заключение травматолога:

— Надрыв сухожилия двуглавой мышцы. В том месте, где она прикрепляется головкой к кости. Связки у вас, Чукарин, эластичные, исключительно сильные. Представляю себе, какое усилие понадобилось, чтобы нарушить их целостность».



АЛЕКСАНДР КАТКОВ, ЮРИЙ МОРИЛИНСКИЙ

В июле 1952-го в Хельсинки на первой для советской сборной Олимпиаде Виктор Чукарин в 31 год становится абсолютным олимпийским чемпионом.

ОЛИМПИЙСКИЙ ЧЕМПИОН ЮРИЙ ТИТОВ:

«Когда я увидел его выступление (на чемпионате СССР 1949 года. — Ред.), победу и мышечное тело (а мы же все мерились бицепсами, поскольку было тогда очень модно быть физкультурником), я и обратил внимание на гимнастику, поскольку посчитал, что она сделает меня сильным человеком.

Чукарин был не гимнастического, не маленького роста, мясистый, с хорошим телом и пропорциями, сильными, крепкими ногами и руками. Он стал тренироваться ежедневно, а потом перешел на двухразовые тренировки, в то время как остальные тренировались три раза в неделю. После возвращения из плена он попал к профессору Петру Тимофеевичу Собенко — заведующему кафедрой гимнастики Львовского института, с которым занимался анализом своих действий при занятиях. И я не знаю кого-то другого, кто начинал так интенсивно тренироваться».

Спустя два года после олимпийской победы Виктор подтвердил звание лучшего на планете на чемпионате мира — 1954, который заканчивал с травмой: повредил палец во время опор-



РИА НОВОСТИ

ного прыжка, а на медобследовании нашли еще и трещину в кисти. С адской болью, без всяких замораживающих спреев Витя выступил еще на двух снарядах и поделил абсолютное первенство с Муратовым.

Юрий Титов: «На сборах, когда все шли играть в бильярд, Чукарин звал меня: „Надо размяться“. И кроме разминки отрабатывал движения в обязательной программе, которые ему никак не удавались. Например, элемент, в котором надо было сделать стойку, продержаться в ней в течение трех секунд, а потом сделать кувырок вперед.

Он оттачивал детали до мелочей, чтобы все делалось на автомате. Все комбинации отрабатывал сначала на первой тренировке по элементам, как музыканты занимаются сольфеджио, а на второй тренировке — по программам».

ДВУКРАТНАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ ЧЕМПИОНКА ЛИДИЯ ИВАНОВА:

«Это был образец дисциплинированного, волевого, упорного человека. Я смотрела, совсем девчонка, и восхищалась его отношением к делу. Виктор Иванович не бездумно тренировался, как делали, может быть, мы — не вполне осознавая этого. Чукарин подходил к снаряду и четко представлял, что он будет сейчас делать и зачем. Виктор Иванович не рассказывал о времени в плену. Нужно понимать, какие это были годы, отношение к попавшим в плен было настороженным. С нами он никогда и ничего не вспоминал.

Мы все видели человека талантливого, скромного, очень любящего. Виктор Иванович провел годы кошмара в концлагерях, но сохранил в себе огромную способность любить. Уезжая, он очень скучал по жене и по двум дочкам, которых обожал».

Чукарин был настоящим многоборцем, но все знали, что вольные упражнения даются ему сложнее всего. «Дело в том, что он был слишком грузным, у него была большая грудная клетка.

Поэтому ему не хватало изящества и легкости», — так объяснял его партнер по сборной Валентин Муратов.

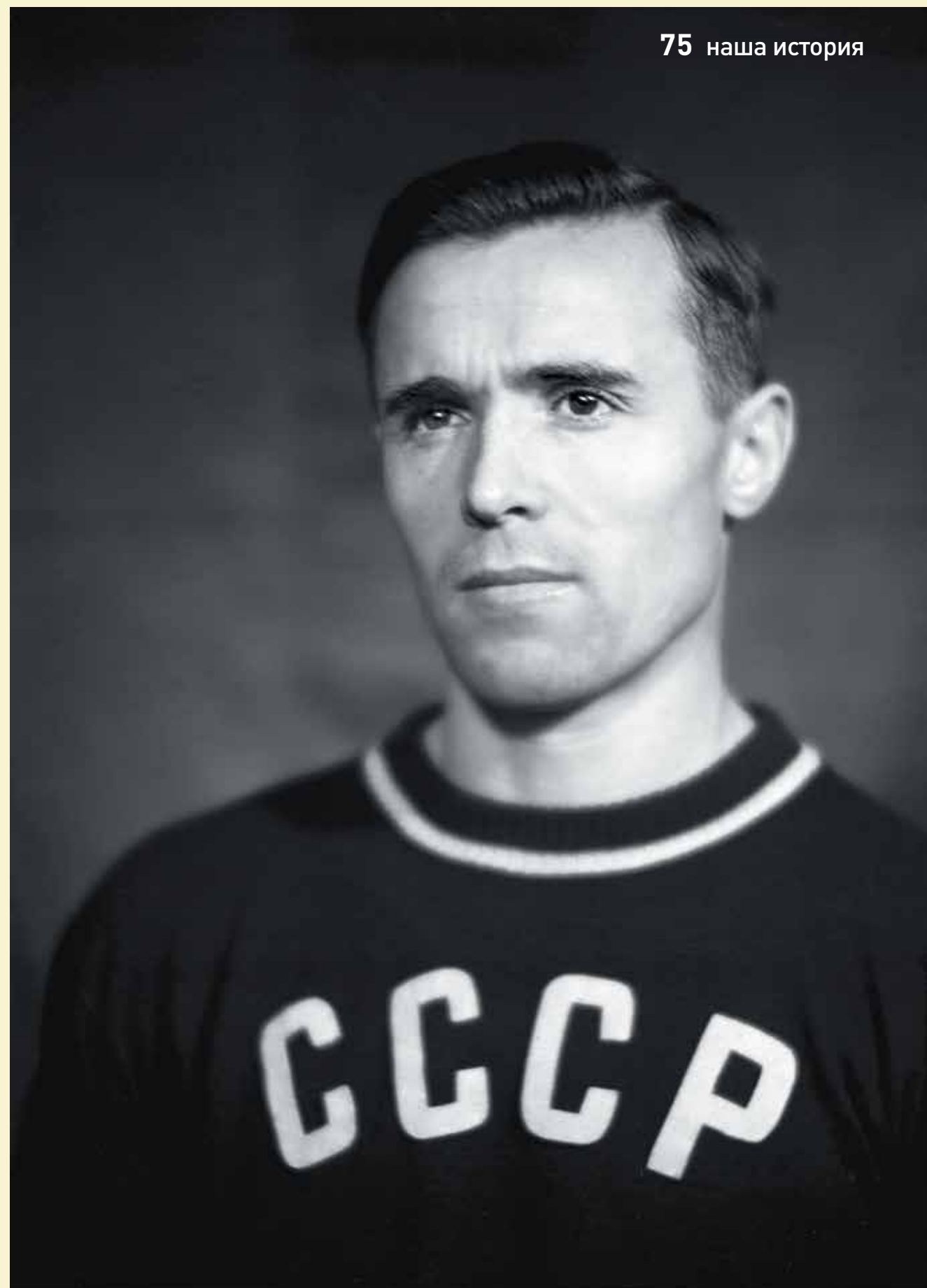
В 35 лет Виктор Чукарин добавил к своей коллекции из четырех олимпийских наград еще три золота Мельбурна. В том числе и за победу в абсолютном первенстве в тяжелой борьбе с японцем Такаси Оно. «Чукарина победить невозможно», — сказал Оно.

Лидия Иванова: «А как он выиграл в Мельбурне-1956 титул абсолютного чемпиона! В этой победе был весь Чукарин! Такаси Оно получил в упражнениях на брусьях высокую оценку. Только Виктор Чукарин мог не дать ему стать абсолютным чемпионом. Последний выход — это вольные упражнения. Зал не отрывал глаз от ковра. И Чукарин не дрогнул: ни одной ошибки! Все ждали оценку судей. И они поставили 9.55 — те самые, что нужны были для победы».

После Мельбурна Виктор Иванович Чукарин работал в институте во Львове, где заведовал кафедрой гимнастики. Тренировал, подготовив около трех десятков мастеров спорта, членов сборной СССР. Превзойти по количеству золотых олимпийских медалей его смогла лишь Лариса Латынина (девять), а выиграть столько же наград сумели Борис Шахлин и Николай Андрианов. ▲



ВАСИЛИЙ ФЕДОСЕЕВ/ТАСС



РИА НОВОСТИ

ЗАПОМИНАЙ!

ДРУЗЬЯ!

ЗНАЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ НАРУШЕНИЙ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ ПРОИСХОДИТ ИЗ-ЗА НЕЗНАНИЯ ПРАВИЛ, ТЕМ НЕ МЕНЕЕ СПОРТСМЕНЫ НЕСУТ НАКАЗАНИЕ. ОБ ЭТОМ ВАЖНО ПОМНИТЬ. ДОПИНГ НАНОСИТ НЕПОПРАВИМЫЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИМИДЖУ СПОРТСМЕНА, ИЗ-ЗА ДОПИНГА СПОРТСМЕНЫ ЛИШАЮТСЯ НЕ ТОЛЬКО ПРИЗОВ И МЕДАЛЕЙ, НО И ВОЗМОЖНОСТИ УЧАСТВОВАТЬ В СБОРАХ И СОРЕВНОВАНИЯХ. УВАЖАЙТЕ СЕБЯ И СОПЕРНИКОВ! СОРЕВНУЙТЕСЬ ЧЕСТНО!

ЧТО ТАКОЕ
ДОПИНГ?

ДОПИНГ = НАРУШЕНИЕ АНТИДОПИНГОВЫХ ПРАВИЛ

- Наличие запрещенного вещества в пробе спортсмена.
- Использование или попытка использования спортсменом запрещенного вещества или метода.
- Уклонение, отказ или неявка на процедуру сдачи пробы.
- Нарушение трех правил доступности в течение 12 месяцев (для тех спортсменов, которые предоставляют информацию о своем местонахождении).
- Фальсификация (обман) или попытка фальсификации в процессе тестирования.
- Хранение запрещенного вещества или оборудования.
- Распространение или попытка распространения запрещенной субстанции или оборудования.
- Назначение врачом запрещенного препарата или метода.
- Сотрудничество с дисквалифицированным тренером или врачом.
- Соучастие в нарушении антидопинговых правил.

5 ВАЖНЫХ
ВОПРОСОВ
О ДОПИНГ-
КОНТРОЛЕ

1. Кого могут попросить сдать пробу?
— Любого спортсмена.
2. Когда могут протестировать спортсмена?
— В любое время в любом месте.
3. Какие документы должен предъявить инспектор допинг-контроля?
— Удостоверение инспектора допинг-контроля и доверенность на тестирование.
4. Какие анализы сдает спортсмен?
— Мочу и/или кровь.
5. Может ли спортсмен отказаться от сдачи пробы?
— Нет, в случае отказа спортсмена могут дисквалифицировать.

ОБОРУДОВАНИЕ
для ДОПИНГ-
КОНТРОЛЯ

- 1 — мочеприемник для сбора мочи.
2, 3 — емкости/бутылочки для транспортировки и хранения мочи.
4 — упаковка для бутылочек.
Внешний вид оборудования может немного отличаться.
Спортсмен должен помнить о том, что ему всегда должно быть предоставлено право выбрать оборудование из нескольких предложенных вариантов (спортсмен выбирает минимум из трех мочеприемников [1] и из трех комплектов бутылочек [2 и 3]).

ПРОВЕРЬ
СВОИ ЗНАНИЯКАКОЕ СРЕДСТВО ОТ НАСМОРКА СОДЕРЖИТ
ЗАПРЕЩЕННУЮ СУБСТАНЦИЮ?

А. Назонекс



Б. Нафтизин



В. Ринофлуимуцил



Г. Снуп



Д. Називин

Правильный ответ: В.
Ринофлуимуцил содержит запрещенную в соревновательный период субстанцию туамногексамин.

НАДО ЗНАТЬ!



СТОП-АМ!

СПОРТСМЕН В ОТВЕТЕ
ЗА ТО, ЧТО ПРИНИМАЕТ!

Дорогие гимнасты,
тренеры, родители!

**С НОВЫМ
ГОДОМ!**

Пусть он будет
насыщенным,
разным,
творческим,
успешным!

Радуйтесь сами
и радуйте тех,
кто рядом
с вами.

Боритесь за свои
мечты и побеждайте.

**Счастливого
помоста!**



