

НИЖЕГОРОДСКИЙ СПОРТ

№24
[1279]

17-23 июня
2020 ГОДА



МЯЧ НА ЦЕНТРЕ
РЕСТАРТ РПЛ
ГЛАЗАМИ АРБИТРА



БЕНДИ
ВЫДЕРЖАЛ КУМИР
УДАР СУДЬБЫ



КО ДНЮ МЕДРАБОТНИКА
НАШ ДОКТОР В АСК
И ЖЕНСКОЙ СБОРНОЙ

БАСКЕТБОЛ

«Нижний» остаётся в банковской лиге

Ориентировочно новый сезон Единой лиги ВТБ стартует 20 сентября.

Президент этой организации Сергей Куценко сообщил, что все 13 клубов, которые были задействованы в прошлом сезоне, прислали заявки на участие в соревнованиях. По информации газеты «Известия», самые большие опасения вызывали заявки от «Автодора» (Саратов), «Енисея» (Красноярск) и «Нижегородца». Однако все три клуба подтвердили свои намерения выступать в банковской лиге.

– Нет никаких сомнений, что мы примем участие в Единой лиге ВТБ, – подчеркнул генеральный менеджер БК «НН» Сергей Панов. – Что касается комплектации состава, то всё проходит в рабочем порядке. Ведём переговоры, отсматриваем кандидатов, договариваемся с теми баскетболистами, у которых истекают контракты этим летом.

ХОККЕЙ

В результате обмена с подмосковным «Витязем» торпедовцем стал нападающий Денис Орлович-Грудков, в обратном направлении проследовал наш земляк Михаил Смолин.

Возможность перезагрузки

Орлович-Грудков (3.11.1995, 186 см, 90 кг) – воспитанник петербургского хоккея. Со СКА-1946 он завоевал серебряные медали в МХЛ (2015 год), а с командой «СКА-Нева» – в ВХЛ (2019). По итогам «регулярки» позапрошлого сезона вошёл в десятку лучших снайперов ВХЛ – 20 шайб в 51 матче. Всего на счету Дениса 114 очков (43

+ 71) за 186 игр в этой лиге. В 2019 году петербуржец получил вызов в олимпийскую сборную России. Казахловский опыт Орловича-Грудкова – 28 матчей за «Амур», СКА, ХК «Сочи» и «Витязь» (3 очка, 2 + 1). В прошедшем сезоне он был сначала «леопардом», затем «витязем» – всего 19 игр (1 + 1). 22-летний Смолин в сезоне 2019/20 сыграл

за «Торпедо» в 18 матчах (2 + 0).

Генеральный директор ХК «Торпедо» Александр Харламов подчеркнул, что для обоих форвардов это возможность перезагрузить карьеру. По его словам, Орлович-Грудков сможет добавить мощи и креатива нашим третьему и четвёртому звеньям.



Фото: hcvityaz.ru

ПРАЗДНИК ЭКСТРЕМАЛОВ

21 июня традиционно отмечается Международный день скейтбординга. Этот праздник был учреждён в США в 2004 году, а через пару лет пришёл в Россию. К Нижегородчине он имеет самое прямое отношение.

БЕССТРАШНЫЕ СКЕЙТЕРЫ

Ещё бы не имел! Ведь именно столица Приволжского федерального округа в октябре 2019 года принимала участников первого в истории чемпионата Европы по скейтбордингу!

Право провести чемпионат континента в дисциплине Street («Улица») Нижний Новгород получил во многом благодаря губернатору Глебу Никитину, который проявил необходимую инициативу. Руководство национального и международного скейтбординга знало, что в нашем регионе возводятся скейт-парки и вообще ведётся серьёзная работа по продвижению этого вида спорта. Как результат – нам доверили организовать крупный турнир, «совмещённый» с форумом «Россия – спортивная держава». Всё тогда получилось отлично. Так,

президент Всемирной федерации скейтбординга и роллер-спорта итальянец Сабатино Араку подчеркнул, что у нас прекрасно понимают культуру скейтбординга и проводят соревнования на очень высоком уровне. А Глеб Никитин отметил, что в Нижегородской области давно решили поддерживать эту спортивную дисциплину как способ позитивного влияния на поведение молодёжи.

Скейтеры, они же райдеры, более чем из двух десятков стран соперничали на протяжении трёх дней в ФОКе «Мещерский». Ещё больше значимости состязаниям придало то, что они являлись ступенью олимпийского отбора: в 2017 году скейтбординг включили в программу летних Игр четырёхлетия. Кто видел перипетии европейского чемпионата, подтвердит

!
Скейтбординг зародился в США в 50-х годах прошлого века, а в Советском Союзе появился в начале 80-х.

мои слова: было классно и круто! Эффектная техника, феноменальные трюки спортсменов поистине завораживали! Показал себя и 21-летний нижегородец Яков Кан. Молодой человек, впервые вставший на доску с колёсами ещё в семилетнем возрасте, преодолел квалификационный барьер, причём заслужил такую же сумму баллов, как и будущий бронзовый призёр – финн Яакко Оянен. Увы, в полуфинале (топ-32) у Якова не «покатило». Зато какой ценный опыт он приобрёл!

А в марте 2020-го Кан выступал на чемпионате России. Там тоже не удалось пробиться в восьмёрку сильнейших – 13-е место. Но занять такую позицию среди 64 мастеровитых смельчаков – разве же это плохо? Примечательно, что петербургский

Центр современных молодёжных видов спорта, где проходили соревнования, называется «Жесть». В речи молодёжи слово «жесть» чаще несёт негатив, но иногда служит для выражения особенных, потрясающих, ни с чем не сравнимых эмоций. Наслаждение ими позволяет райдерам не бояться боли и травм. Скейтбординг учит терпеть и тем самым закаляет характер. Укротители скейтов – ребята, девчата – какие же они бесстрашные!

Что касается продвижения вида спорта в нашем регионе, то Глеб Никитин и президент Федерации скейтбординга России Илья Вдовин договорились осуществлять это в рамках развития городских пространств. Год назад, 15 июня, Глеб Сергеевич открыл скейт-парк в Выксе. Позже

подобные сооружения заработали в Кстове (после капитального ремонта), Дзержинске, рядом с сормовским стадионом «Труд». Есть скейт-парк и на территории стадиона «Нижний Новгород»... Ждём появления новых площадок.

Надо сказать, что без такого рода объектов спортивное развитие невозможно. Те же скейт-парки, воркаут-площадки, коробки для игровых видов обеспечивают доступность занятий спортом. А это именно то, что является госзадачей. То, на что нацелен федеральный проект «Спорт – норма жизни» нацпроекта «Демография».

Александр РЫЛОВ

**Продолжение темы
– на 6-й стр. ▶**

Фото Александра ВОЛЖАНИНА

ВОКРУГ ШАЙБЫ

«ЦИФРОВИЗАЦИЯ» ДРУЖИНЫ ВОЕВОДИНА

Пресс-служба Молодёжной хоккейной лиги под рубрикой «Цифры и факты» публикует серию материалов об итогах 11-го сезона для всех команд. 11 июня внимание было посвящено нижегородскому коллективу.

«Чайка» была близка к выходу в плей-офф, отмечается на сайте МХЛ. Она заняла 9-е место среди 17 представителей «Востока», заработав в 64 матчах 79 очков. Одержано 37 побед, 28 из которых – в основное время. 207 голов автозаводцы забили, 168 пропустили.

«Серьёзно обновлённая нижегородская команда неровно начала сезон, однако по итогам ноября и декабря имела неплохие шансы на попадание в плей-офф, – напоминает публикация. – Впрочем, стабильности экс-обладателям Кубка Харламова не хватало. Они проиграли несколько важных матчей прямым конкурентам и остановились в шаге от первой восьмёрки. Нужно отметить, что перед началом сезона «Чайка» в очередной раз сменила конференцию и перебралась с «Запада» на «Восток», а возглавлял её ветеран нижегородского «Торпедо» и бывший тренер ХК «Саров» Николай Воеводин».

Далее речь идёт о персоналиях дружины Воеводина:

«За пальму первенства в списке бомбардиров форварды команды вели ожесточённую борьбу. Её выиграл Егор Алексеев, который принял участие в 54 матчах и успел заработать в них 43 (19 + 24) балла. Интересно, что он же набрал больше всего штрафных минут (72). Немного отстали по результативности Никита Шавин и обладатель Кубка мира в составе «Локо» Денис Морозов. Ещё один экс-ярославец Марк Павликов стал вторым по набранным очкам среди защитников, а обошёл его Иван Шульга, причём оба игрока обороны, помимо МХЛ, активно выступали

в ВХЛ за «Торпедо-Горький». Ворота в этом сезоне защищали новички: 38 матчей у Егора Громова, 31 – у Дмитрия Меньшатова.

Лучший бомбардир: Егор Алексеев – 43 очка (19 + 24).

Лучший снайпер: Данила Платонов – 20 шайб.

Лучший ассистент: Егор Алексеев – 24 передачи.

Лучший защитник: Иван Шульга – 22 очка (7 + 15).

Основной вратарь: Егор Громовик – 38 матчей, 20 побед, коэффициент надёжности – 2,47, процент отражённых бросков – 91,8 за игру.

КХЛ

В сегодняшнем хоккейном обзоре мы говорим о торпедовском американце, молодых российских талантах и проверенных нижегородских бойцах, а также делимся информацией относительно предсезонки.

«РЕЗУЛЬТАТИВНЫЙ ПАС» ОТ ДЖОРДАНА ШРЁДЕРА

Для начала вернёмся к тому, что клуб приобрёл гражданина США Джастина Клуса. Генеральный менеджер «Торпедо» Максим Гафуров так прокомментировал это событие:

«Клус – двусторонний игрок, который поможет нам и в нападении, и в защите. Он способен играть как в центре, так и на фланге, имеет позитивный процент выигранных вбрасываний. Праворукий – для Дэвида Немировски это будет большой плюс при игре в большинстве».

Джастин – один из тех хоккеистов, на которых мы вышли самостоятельно: его нам не предлагали агенты. Считаем, что это один из лучших центральных нападающих АХЛ, который доступен под наш бюджет. Игрок в топ-6. С точки зрения ментальности его характеризует то, что он выиграл NCAA (чемпионат Национальной ассоциации студенческого спорта. – Прим. «НС»), окончил высшее учебное заведение – это всегда важно в плане развития личности. Ещё один значимый фактор: Клус относительно молод, и через год его не смогут бесплатно увести другие клубы».

Прошлый сезон форвард, которому 30 ноября исполнится 27 лет, провёл в «Сан-Диего Галлз» (Американская хоккейная лига). Статистика – 53 матча, 30 очков (11 + 19), показатель полезности +10 и 34 минуты штрафного времени. В «фарме» клуба «Анахайм Дакс» Джастин выступал вместе с другим новобранцем «Торпедо» – Крисом Уайдмэном.

Решение Клусу помогли принять два соотечественника – Уайдмэн и экс-торпедовец Джордан Шрёдер. «Мне очень понравилось то, что рассказывал Шрёдер», – отметил Джастин по ходу онлайн-общения, организованного пресс-службой «Торпедо». Ведущий эфира Дмитрий Зимин попросил парня из хоккейной семьи, который впервые сыграет за европейскую команду (как и Уайдмэн), сказать о малознакомой ему России тремя словами. «Далеко, холодно, хоккей», – с улыбкой ответил американец, восемь лет назад побывавший в Омске на Кубке мира среди молодёжи. «Ватерлоо Блэк Хокс» занял тогда второе место, уступив в финале канадскому «Садбери Вулвз» – 0:2. Клус стал лучшим бомбардиром своего коллектива: в 6 матчах он заработал 6 очков (4 + 2).



11 октября 2009 года, «Торпедо» – «Локомотив» – 4:1. На снимке – 21-летний Владимир Галузин и его земляк заслуженный мастер спорта Александр Гуськов, нынешний вице-президент КХЛ по молодёжному хоккею.

Фото Сергея АРИСТОВА

Ждать ли возвращения своих?

КХЛ спортсмен, получивший финансовое образование в Университете Миннесоты, считает очень сильной лигой, которая поможет ему в хоккейном росте. Хобби у Джастина – рыбалка, поэтому, оказавшись на Нижегородчине, он обязательно поищет места для хорошего улова. Об этом тоже шла речь в упомянутой интернет-трансляции.

Наконец, поделимся впечатлениями от видеонарезки моментов с участием Клуса. Технарь с хорошей скоростью, изобретательный, здорово реализующий выходы один на один с вратарём. Правда, те фрагменты не позволяют понять ассистентские качества Джастина. Сам же он говорит, что постоянно ищет взглядом партнёров, не опускает на льду голову и старается отдавать красивые передачи.

А КАК ЖЕ КУБОК ГУБЕРНАТОРА?

От Максима Гафурова опять же на минувшей неделе стало известно, что тренер по физической подготовке Кевин Чапман по личным причинам не сможет продолжить работу в «Торпедо». 11 июня клуб на своих ресурсах в Сети поздравил канадского специалиста с днём рождения, поблагодарил за отличный труд и написал, что они остаются добрыми друзьями. Официальное представление сменщика 35-летнего Чапмана было отложено, но есть информация, что этот тренер тоже из Северной Америки. Знаком с Кевином, работавшим у нас с июля 2019 года,

а по поводу задач беседовал с Дэвидом Немировски.

Также в соцсетях ХК «Торпедо» сообщил, что Кубок губернатора Нижегородской области этим летом не состоится. Скорее всего, команда примет участие в петербургском предсезонном турнире, в контрольных матчах с ЦСКА, московским «Динамо» и пензенским «Дизелем» (Высшая хоккейная лига). При этом неясно, будут ли спарринги в КРК «Нагорный»: там планируются работы по уменьшению площадки. Генеральный директор клуба Александр Харламов в марте говорил: менять что-либо в довольно старом дворце проблематично, к тому же один метр (60х28 вместо 60х29) погоду не сделает. Было намерение договориться с лигой о сохранении существующего формата.

Насчёт Кубка губернатора – новость, конечно, печальная. С 2009 по 2019 год он неизменно учитывался в летних планах наших хоккейных болельщиков. Справедливости ради скажем, что в августе 2019-го соревнование несколько потеряло вес, поскольку выступали один из аутсайдеров КХЛ минское «Динамо» и дебютант ВХЛ ташкентский «Хумо». Но всё равно турнир был нужным и ожидаемым с большим нетерпением. Хочется верить, перерыв будет не дольше чем до следующего года.

Что касается соревнований в Санкт-Петербурге, то они посвящены памяти Николая Пучкова, много лет трудившегося главным тренером ленинградского СКА. Он олимпийский чемпион 1956 года, вратарскую эстафету в сборной

Генеральный менеджер «Торпедо» Максим Гафуров объяснил, что расставание с Сергеем Зборовским было обусловлено финансовыми интересами клуба. Компенсация за игрока от «Металлурга» была бы меньше, чем от «Автомобилиста», в рядах которого Сергей и будет готовиться к очередному сезону.

СССР передал Виктору Коноваленко. Уже по этой причине было бы логично приглашать на берега Невы нижегородское «Торпедо». В конце августа 2019-го наши хоккеисты, впервые игравшие в турнире, финишировали на последнем, шестом месте. Их опередили СКА, ХК «Сочи», «Йокерит», «Северсталь» и «Авангард».

Возможно, на предсезонке будет дан шанс проявить себя новому вратарю торпедовской системы, воспитаннику ЦСКА Егору Синеубкину (8.01.2000, 188 см, 80 кг). На его счету 98 матчей в МХЛ за МХК «Спартак», мытищинских «Атлантов» и «Тайфун» из Владивостока. Двусторонний контракт москвича (КХЛ/ВХЛ) рассчитан до 30.04.2021.

ЗАПОМНИТЕ ФАМИЛИЮ МИЧКОВ

Между тем питерский клуб совершил очередной обмен, в котором были задействованы ещё и «Металлург» с «Трактором». «Магнитке» армейцы отдали права на олимпийского чемпиона Николая Прохоркина. Нападающий – по месту рождения челябинец – намерен вернуться из системы «Лос-Анджелеса» в российский чемпионат. В свою очередь, СКА получил у «Металлурга» права на Владислава Каменева, а у «Трактора» – на Якова Тренина.

Это мы к тому, что Петербург выдерживает линию на приобретение наиболее перспективных отечественных хоккеистов. Например, в начале мая был оформлен переход из школы «Локомотива»

15-летнего Матвея Мичкова, которому прочат мировую славу. Сумма компенсации Ярославлю – 400 тысяч рублей. На январской юношеской Олимпиаде-2020 в швейцарской Лозанне уроженец Пермского края Мичков внёс основной вклад в победу российской сборной. Мало того, за 26 матчей открытого чемпионата Москвы форвард «Локомотива-2004» наколотил 70 (!) шайб, приплюсовав к ним 39 голевых передач. Мастерством товарища по команде на верняка восхищался нападающий Егор Куприянов, в 2019 году перебравшийся в ярославскую школу из Нижнего Новгорода...

ПОТАПОВ – ЛИШНИЙ ДЛЯ «ЯСТРЕБОВ»?

Если СКА серьёзно нацеливается на будущее, то «Магнитка» демонстрирует заинтересованность прежде всего в скорейшем результате. Помочь команде вернуться на ведущие позиции в КХЛ призваны, в частности, бывшие игроки СКА Сергей Плотников, Максим Карпов, Артём Земчёнок. Олимпийский чемпион, экс-торпедовец Илья Каблуков, как мы уже сообщили, в «Металлурге» не задержался – последовал в «Авангард». Новый контракт с базирующимся в Балашихе омским клубом заключил другой бывший нападающий нижегородской дружины – Евгений Грачёв. И вышло так, что наш земляк Алексей Потапов может оказаться для «ястребов» лишним.

«Если Грачёв переподписал контракт с «Авангардом» на новых условиях, то получается, что дни

В играх регулярного чемпионата МХЛ на лёд выходили 40 хоккеистов: 4 вратаря, 14 защитников и 22 нападающих».

Также говорится, что во всех встречах «Чайки» не участвовал никто. Нападающий Андрей Панчук был задействован в 63 матчах. Самая результативная тройка нападающих выглядит так: Никулин – Алексеев – Растворов. На троих Денис, Егор и Максим забросили 40 шайб. Команда 37 раз первой забивала и 27 – пропускала. Средний возраст хоккеистов составил 18 лет и 332 дня.

От редакции добавим, что многие из тех, кто защищал цвета «Чайки» в сезоне 2019/20, остаются в нижегородской хоккейной системе. Среди них – упомянутые выше Денис Морозов, Иван Шуль-

га, Марк Павликов, а также нападающие Герман Поддубный, Донат Стальнов и Никита Томилов (все – 1999 года рождения); Егор Алексеев, Данила Платонов и защитник Роман Синицын (2000); форварды Денис Венгрыжановский, Глеб Петров, Денис Почивалов (2001) и Андрей Никонов (2002). Перечисленные ребята значатся в игровом составе на сайте ХК «Торпедо-Горький». При этом Почивалов, которому 19 лет исполнилось 2 мая, испытал себя уже в 17 матчах КХЛ, записав в актив одну голевую передачу.

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

- «Торпедо-Горький» запланировало два товарищеских матча с новокузнецким «Металлур-

гом». Поединки должны состояться 7 и 8 августа в Нижнем Новгороде. В списке участников пензенского Кубка «Дизеля», где 10 месяцев назад автозаводцы заняли третье место среди пяти команд, торпедовского фарм-клуба нет. Старт 11-го сезона Высшей хоккейной лиги намечен на 4 сентября.

- Ряды «Торпедо» могут пополнить нападающие Микс Индрашис (прежний клуб – московское «Динамо») и Валентин Пьянов («Авангард»). Гражданину Латвии Индрашису 30 сентября исполнится 30 лет, Пьянову 21 июля будет 29. В списке потенциальных новобранцев также называли 27-летнего канадского форварда Кевина Роя (28 матчей в НХЛ) –

одноклубника Джастина Клуса в «Анахайме» и «Сан-Диего».

- Канадское издание Edmonton Sun сообщило, что чемпион мира среди молодёжи 2016 года Ессе Пулььярви – лучший хоккеист того турнира – рассматривает вариант с клубом КХЛ. В нашей лиге права на 22-летнего финского форварда принадлежат «Торпедо». По инсайдерской информации, нижегородцы намерены выручить от их продажи не менее 30 миллионов рублей. В НХЛ правами на Пулььярви владеет «Эдмонтон». Сезон 2019/20 талант из Суоми провёл в родной стране, защищая цвета команды «Кярпят».

Александр РЫЛОВ

ФОТОФАКТЫ

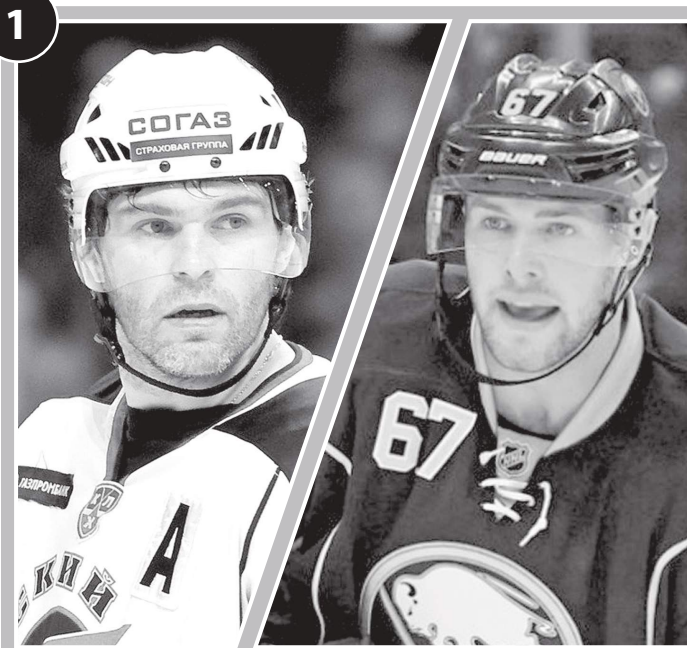


Фото Сергея АРИСТОВА и из открытых интернет-источников

Алексея Потапова в команде сочтены. Впрочем, есть ещё и Дедунов. Вероятно, после прихода Каблукова с кем-то из них придётся расстаться», – считает журналист Алексей Шевченко.

Уже возникли слухи, что капитанский у нас Потапов может возвратиться в родной клуб. Но сразу появляется вопрос, на какие условия любимый болельщиками Лёха мог бы согласиться. По сведениям интернет-источников, его оклад в «Авангарде» – 40 миллионов рублей за сезон...

ГАЛУЗИН ОКАЗАЛСЯ В НЕВЕДЕНИИ

Пока нет ясности и по кандидатуре попрощавшегося с «Ак Барсом» Владимира Галузина. К нам даже обратились почитающие «Торпедо» ветераны: через редакцию они просят клубное руководство вернуть воспитанника автозаводской СДЮШОР. За возвращение ратуют и пользователи соцсети «ВКонтакте». Мы знаем, что Владимир хочет защищать цвета именно «Торпедо» и что финансы для него отнюдь не на первом плане. Галузин сам написал в «Инстаграме», что вернулся бы с радостью, но не всё зависит от него. Болельщики центрфорвард поблагодарил за поддержку, пообещав сделать со своей стороны всё возможное, чтобы снова надевать форму нижегородцев.

На этом хотелось поставить точку, но 13 июня telegram-канал «АренаБреда» выдал то, что вынудило нас развить тему.

«Менеджмент «Торпедо» решил отказаться от подписания контракта с воспитанником клуба Владимиром Галузиным, который с 2007 по 2019 год играл за «Торпедо», – цитируем указанный источник. – Генеральный менеджер клуба вёл переговоры с игроком и его представителем, но стороны не сошлись в условиях. К тому же своё «против» высказал главный тренер Дэвид Немировский, который работал с Галузиным в сезоне 2018/19».

Тут уж автор этих строк письменно обратился за комментарием к самому хоккеисту.

«Понятия не имею, правда это или нет, – ответил Владимир. – Со мной из руководства «Торпедо» никто не связывался, агент работает! Больше мне нечего сказать». А через несколько минут дополнил своё сообщение, повторив то, что уже было известно: «Мне многие пишут, чтоб я возвращался, я двумя руками за, но от меня, к сожалению, ничего не зависит. Все вопросы к руководству!»

Ждём, когда оно прояснит ситуацию. И будет очень обидно, если возвращения никого из наших ребят не состоится. Было – и есть – желание увидеть в составе «Торпедо» Игоря Руденкова и Артура Гиздатуллина из хабаровского «Амура», Романа Горбунова из тюменского «Рубина». Увы, их пути-дороги с отнюдь не чужим клубом пока что не сходятся.

Александр РЫЛОВ

! 17 июня 25-летие отмечает торпедовский воспитанник родом из Пензы Даниил Ильин. На его счету 194 игры в КХЛ: 167 – за «Торпедо», 27 – за «Югру». В нашей команде Даниил за четыре сезона набрал 51 очко (19 + 32), всего же заработал 58 баллов (22 + 36). 58-й номер он взял ещё в «Чайке», под ним неизменно выходил на лёд в матчах КХЛ.

! Гол Ильина в домашней встрече с московским «Динамо» (29 ноября, 1:2 Б) telegram-канал ХК «Торпедо» назвал лучшим в сезоне. Даниил спас одноклубников от поражения в основное время, разобравшись в чужой зоне с четырьмя соперниками и переправив шайбу в цель над плечом вратаря Ивана Бочарова.

! «Витязь», где продолжит карьеру торпедовский воспитанник, чемпион МХЛ в составе «Чайки» Михаил Смолин, отправил в «Амур» Наиля Якупова, получив за него денежную компенсацию. Хабаровчане рассчитывают на экс-форварда клубов НХЛ (350 матчей) и готовы выполнить его финансовые условия.

На кого похожи новобранцы

Завершив ретроспективный фотоконкурс, мы, естественно, всё равно думаем об интересных иллюстрациях для страниц своей газеты. И материал сам попадает на глаза!

Речь о некоторых торпедовских новичках. Ещё до того, как мы представили в «НС» Брэйдю Остина (номер за 20 мая), обратили внимание, что канадец на одной из фотографий имеет внешнее сходство с Яромиром Ягром (в квадрате под цифрой 1 он слева). Это тем более примечательно, что Остин провёл прошедший сезон в чешском клубе «Рытиржи» (Кладно), владельцем которого является сам Ягр. «Рыцари» заняли в чемпионате Чешской

Республики последнее, 14-е место, и теперь должны опуститься во вторую по значимости лигу. Поэтому неудивительно, что пути Яромира и Брэйдю разошлись. Легенда мирового хоккея форвард Ягр, вопреки своему почтенному для профессионального спорта возрасту – 48 лет, вознамерился поиграть ещё за пражскую «Спарту». Своим первым матчем он провёл в 1988 году, а Брэйдю Остин родился в 1993-м. День рождения у него был в этот вторник, 16 июня. Напомним: Остина признали лучшим защитником сезона в Чехии. Он стал лучшим бомбардиром чемпионата среди игроков своего амплуа и самым результативным хоккеистом команды из Кладно.

Вторая параллель: Джастин Крус (слева) – Мэтт Эллисон. Про канадского нападающего, который защищал цвета «Торпедо» в сезонах

2010/11, 2011/12 и 2012/13, нередко говорили, что он напоминает Александра Сергеевича Пушкина. Недаром получил прозвище, в точности повторяющее фамилию великого русского поэта. Притом Пушкиным Эллисон стал ещё до переезда в Нижний Новгород: так его начал называть Олег Знарк, будучи главным тренером подмосковного ХК МВД (2009/10). Но что-то общее у Мэтта есть и с нашим американским форвардом, который на 10 лет моложе. К тому же Крус брал в карьере 82-й номер, Эллисон – 83-й (год его рождения). Кстати, Остин «знаком» с 67-м, а Ягр застолбил за собой №68. Да, это всего лишь совпадения, но ведь забавно, не правда ли?

Попутно заметим, что Мэтт Эллисон, входящий в топ-10 самых результативных хоккеистов в истории КХЛ, закончил выступления на профессиональном уровне. В

Канаде он тренирует детей. А его бывший партнёр по ударной торпедовской тройке 38-летний американец Райан Веске обосновался во Флориде, трудится в клинике, которая лечит людей с физическими недостатками.

Игрок обороны сборной США на мировом чемпионате-2016 Крис Уайдмэн «напросился» у нас на сравнение с российским коллегой по амплуа Вячеславом Войновым, они составили пару под цифрой 3 (Уайдмэн – слева). Где в следующем сезоне будет выступать олимпийский чемпион и двукратный обладатель Кубка Стэнли Войнов, пока неясно, но есть вероятность, что в московском «Спартаке». Ну а цифрой 4 отмечены нападающий торпедовской системы Алексей Дробин (слева) и недавний наш защитник Максим Минеев, пополнивший ряды ХК «Сочи».

Александр РЫЛОВ



ОСТАЛСЯ ЧЕМПИОНОМ ЕВРОПЫ

Нижегородец Александр Шустов, уже закончивший карьеру прыгуна в высоту, дисквалифицирован на четыре года за нарушения антидопинговых правил.

Спортивный арбитражный суд (CAS), находящийся в Лозанне, установил срок дисквалификации – с 5 июня 2020 года по 4 июня 2024-го. Аннулированы все результаты Шустова, показанные в период с 8 июля 2013 года по 7 июля 2017-го. В соответствии с этим решением, теперь недействительны результаты Александра на чемпионате мира (2013 – седь-

мое место), чемпионате Европы в помещении (2015 – четвертое), чемпионатах России (2013 – второе, 2014 – девятое, 2015 – пятое, 2016 – шестое), командных чемпионатах России (2014 – первое, 2015 – третье, 2016 – девятое), чемпионатах страны в помещении (2014 – шестое, 2015 – первое).

CAS признал Шустова виновным в нарушении антидопинговых правил Международной ассоциации легкоатлетических федераций, конкретный пункт – «Использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода». Судя по всему, обвинение было основано на данных Лабораторной информационной си-

стемы управления (LIMS) Московской антидопинговой лаборатории, которую возглавлял печально знаменитый Григорий Родченков.

Здесь важны два момента. Во-первых, Шустов завершил карьеру ещё в начале 2017 года. А вторых (и это главное), титул чемпиона Европы по прыжкам в высоту он завоевал в 2010 году, так что его барселонское золото никто не оспаривает. Сохраняется и бронза, которую воспитанник выдающегося тренера Евгения Загорулько выиграл в Париже на зимнем континентальном чемпионате-2011. Само собой, у Шустова остаётся звание заслуженного мастера спорта.

Другая «допинговая» новость касается российских хоккеистов, выступавших на со-

чинской Олимпиаде-2014. 10 июня исполком Международного олимпийского комитета на своём онлайн-заседании аннулировал шестое место нашей команды. В итоге шестыми стали немки, которые расположились вслед за медалистами из Канады, США и Швейцарии, а также командами Швеции и Финляндии. Причина санкций – нарушение антидопинговых правил, которое допустили Галина Скиба, Анна Шибанова и Инна Дюбанок. Ранее МОК посчитал виновными ещё пять девчат – Екатерину Лебедеву, Екатерину Пашкевич, Анну Щукину, Татьяну Бурину и Екатерину Смоленцеву, но Спортивный арбитражный суд их оправдал. Напомним, что на той Олимпиаде

играли хоккеистки нижегородского «СКИФа» Александра Капустина и Ольга Сосина. Анна Щукина и Ангелина Гончаренко представляют «СКИФ» сейчас.

К ДРУГОМУ СТОЛУ

Два года назад живущий в Германии Дмитрий Мазунов стал главным тренером команды ТТФ Liebherr Ochsenhausen, или просто «Оксенхаузен». В прошлом сезоне он выиграл с ней чемпионат бундеслиги и Кубок страны. Ныне этот клуб опять на виду, тем не менее наш земляк, которому будущей весной исполнится 50 лет, решил покинуть его.

Настольный теннис в СССР и России невозможно представить без Андрея и Дмитрия Мазуновых. Братья из Нижнего Новгорода участвовали в Олимпийских играх, брали бронзу чемпионата мира, поднимались на вторую и третью ступени пьедесталов чемпионатов Европы, побеждали в нашей стране, причём в парном разряде часто выступали вместе. Представляя различные клубы, оба поднимали пинг-понг у немцев, там тоже становились первыми. Со временем Мазуновы взяли за тренерские обязанности: старший – Андрей – вернулся в Россию, младший – Дмитрий – осел в Германии. Они добились успехов и на этом трудном поприще.

Однако, как свидетельствует портал настольного тенниса rust.tl, внутренние разногласия и финансовые неурядицы в клубе ещё никто не отменял. Скорее всего, именно этим можно объяснить переход Дмитрия Мазунова на другое место работы. Он согласился возглавить команду «Ной-Ульм», которая пока слабее, чем «Оксенхаузен», но мечтает о лидерстве.

В ногу с тренером идёт его подопечный – питерский сибиряк Владимир Сидоренко. В начале нынешней весны он завоевал для России золото на молодёжном чемпионате Европы в Хорватии. 18-летний мастер маленькой ракетки вслед за Дмитрием Вячеславовичем перебирается в клуб, заявивший о себе только в прошлом году.

На прощание нижегородец снова вывел «Оксенхаузен» в финал бундеслиги. Обычно мужской чемпионат Германии завершается в мае, но из-за пандемии коронавируса плей-офф перенесли на июнь. 14-го числа во Франкфурте-на-Майне состоялся финал турнира. Коллектив Дмитрия Мазунова не превзошёл «Саарбрюккен» – 1:3, но мы всё равно рады за своего именитого земляка.

Добавим, что в женской элитной лиге Германии, за баварский «Кольбермор», в прошедшем сезоне выступала Светлана Ганина – золотая, серебряная и трижды бронзовая медалистка чемпионатов Европы. 11 июля нижегородской теннисистке будет 42 года.

Александр РЫЛОВ, Владимир МОЛЧАНОВ

РПЛ

44-летний арбитр ФИФА Виктор Кашшаи, судивший матчи чемпионатов мира и Европы, финалы Олимпиады-2008 и Лиги чемпионов-2011, с января работает главой департамента судейства РФС. В его планах – построить определённый стандарт судейства в России и найти новое поколение арбитров. На днях портал «Чемпионат» опубликовал большое интервью с уроженцем Венгрии. В преддверии рестарта Российской премьер-лиги нелишним будет ознакомиться с некоторыми изменениями привычного уклада. Приводим самые интересные моменты из этой беседы.

СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ

– Новый медицинский регламент повлияет на работу судей?

– В течение 90 минут работа игроков и судей будет той же, что и обычно. Не думаю, что в судействе будут какие-то глобальные изменения. Уверен, что на поле забудут о существовании в мире коронавируса, поскольку там все твои мысли заняты только одним – игрой.

– Никаких рекомендаций не будет? Условно – желтая карточка за обьятия.

– О, нет-нет! Такого точно не будет. Есть рекомендация, чтобы игроки меньше соприкасались, но от IFAB (Международный совет футбольных ассоциаций). – Прим. «НС»

нет строгих указаний наказывать игроков за празднование голов в нынешних условиях. А мы делаем всё так, как предписывает закон игры, поэтому всё будет как обычно. Надо ещё учитывать, что все участники матча допускаются на стадион лишь при отрицательном тесте на коронавирус, поэтому не думаю, что вероятность заразиться во время игры высока.

– Дистанцию, насколько это возможно, тоже держать не будут?

– Конечно, мы рекомендуем судьям соблюдать безопасные полтора метра, но надо понимать, что футбол – это не видеоигра, тут настоящие эмоции. Так что если рефери подойдет к игроку на метр, то ничего в этом такого нет.

– Есть ли какие-то рекомендации по поводу пятой замены?

– Как я слышал, многие тренеры и игроки очень довольны её введением. Единственный момент – мы дали судьям указание следовать правилам IFAB и не позволять командам таянуть время при её использовании.

– Будет ли на оставшихся играх чемпионата использован VAR?

– Мы очень довольны тем, как работает VAR в РПЛ, поэтому после возобновления чемпионата продолжим применять систему. Сложный календарь, к сожалению, не позволяет задействовать её на всех матчах тура. Расписание до-

вольно плотное, порой будет по пять-шесть игр в день, а максимальная вместимость VAR-центра – четыре. Таким образом, с VAR пройдут 95 – 98% матчей.

– В следующем сезоне VAR будет задействован уже на всех матчах?

– У нас есть мотивация, чтобы так было. Но нужно понимать, что сейчас мы работаем в экстраординарных условиях. Когда будет нормальное расписание, при котором два матча играют в пятницу, четыре – в субботу, два – в воскресенье, тогда мы сможем использовать VAR на всех играх.

– Среди российских судей есть переболевшие коронавирусом?

– Насколько мне известно, нет. Мы просили уведомлять нас в случае положительных тестов.

АРБИТРОВ ПОДДЕРЖАЛИ РУБЛЁМ

– Во время карантина людям в различных сферах урезали зарплату, на понижение пошли и футболисты. Как было у судей?

– Они не получали гонорары за обслуживание матчей, при том что базовая зарплата судьи РПЛ составляет 30 тысяч рублей в месяц. Это маленькие деньги. Ситуация очень тяжёлая, поэтому я попросил РФС выплатить всем судьям – РПЛ, ФНЛ, ПФЛ – аванс, и мне пошли навстречу. Это отличный шаг со стороны футбольного союза.

– В каком размере была сделана выплата?

– В марте, апреле и мае арбитры получили не только по 30 тысяч рублей, но и деньги за матчи. В РПЛ это 100050 рублей за работу на одной игре, в ФНЛ – 30450, в ПФЛ – 10440 рублей, мы заплатили гонорар за два матча. Аванс будет

	И	В	Н	П	М	О
1. Зенит	22	15	5	2	44-10	50
2. Локомотив	22	12	5	5	32-25	41
3. Краснодар	22	11	8	3	36-22	41
4. Ростов	22	11	5	6	39-34	38
5. ЦСКА	22	10	6	6	29-22	36
6. Динамо	22	8	6	8	20-25	30
7. Арсенал	22	8	4	10	25-27	28
8. Спартак	22	8	4	10	24-23	28
9. Уфа	22	6	9	7	16-19	27
10. Урал	22	6	7	9	26-41	25
11. Тамбов	22	7	4	11	26-27	25
12. Сочи	22	6	6	10	26-28	24
13. Оренбург	22	6	5	11	26-36	23
14. Rubin	22	5	8	9	12-22	23
15. Крылья Советов	22	6	4	12	22-29	22
16. Ахмат	22	4	8	10	16-29	20

В случае равенства очков у двух и более команд их места в таблице чемпионата определяются:

– по результатам игр между собой (число очков, количество побед, разность забитых и пропущенных мячей, число забитых мячей);

– по наибольшему количеству побед во всех матчах;

– по лучшей разности забитых и пропущенных мячей во всех матчах;

– по наибольшему числу забитых мячей во всех матчах.

При абсолютном равенстве всех указанных показателей места команд в итоговой таблице определяются в дополнительном матче (турнире) между ними.

Бомбардиры: Артём Дзюба («Зенит») – 13 мячей, Элдор Шомуродов («Ростов») – 11, Сердар Азмун («Зенит»), Александр Соболев («Спартак») – по 10, Евгений Луценко («Арсенал»), Гжегож Крыховяк («Локомотив») – по 9.

КАЛЕНДАРЬ ИГР (23 – 30-Й ТУРЫ)

ИЮНЬ	Уфа – Rubin	12, воскресенье
19, пятница	Тамбов – Зенит	Оренбург – Ростов
Крылья Советов – Ахмат	Арсенал – Ахмат	Локомотив – Уфа
Сочи – Ростов	Ростов – Краснодар	Динамо – Крылья Советов
20, суббота	Сочи – Динамо	ЦСКА – Rubin
Урал – Rubin	4, суббота	Краснодар – Урал
Арсенал – Спартак	Динамо – Арсенал	15, среда
ЦСКА – Зенит	Крылья Советов – Ростов	Урал – Арсенал
21, воскресенье	Спартак – Тамбов	Крылья Советов – Краснодар
Уфа – Тамбов	Ахмат – ЦСКА	Рубин – Ростов
Локомотив – Оренбург	Локомотив – Сочи	Спартак – Ахмат
Краснодар – Динамо	5, воскресенье	Локомотив – ЦСКА
26, пятница	Уфа – Урал	Зенит – Оренбург
Ахмат – Сочи	Рубин – Оренбург	16, четверг
Зенит – Крылья Советов	Краснодар – Зенит	Уфа – Динамо
27, суббота	7, вторник	Тамбов – Сочи
Оренбург – Краснодар	Тамбов – Ахмат	22, среда
Спартак – Уфа	Арсенал – Крылья Советов	Уфа – Динамо
Рубин – Локомотив	8, среда	Ростов – Зенит
Динамо – ЦСКА	Оренбург – ЦСКА	Краснодар – Ахмат
Ростов – Арсенал	Зенит – Сочи	ЦСКА – Тамбов
28, воскресенье	Ростов – Уфа	Динамо – Оренбург
Урал – Тамбов	Спартак – Локомотив	Рубин – Спартак
30, вторник	9, четверг	Крылья Советов – Сочи
Локомотив – Крылья Советов	Урал – Динамо	Уфа – Арсенал
ЦСКА – Спартак	Рубин – Краснодар	Урал – Локомотив
ИЮЛЬ	11 июля, суббота	Примечание. Матчи заключительного тура начнутся в одно время – в 19 часов по Москве.
1, среда	Ахмат – Зенит	
Оренбург – Урал	Сочи – Спартак	

Первый после рестарта «домашний» матч ФК «Тамбов» проведёт в Нижнем Новгороде 1 июля против «Зенита». В матче первого круга питерцы в присутствии 46 тысяч зрителей не без труда победили со счётом 2:1.

удерживаться частями, судьи не будут работать без гонорара, просто сумма за последующие месяцы будет немного меньше.

– Получается, зарплата и аванс для всех судей одинаковые?

– Да. Нет разницы, работает человек на матче «Спартак» и «Зенита» или «Арсенала» и «Оренбурга», – обе игры оплачиваются одинаково. У нас в этом плане демократия. Но вот количество матчей в месяц может быть разным – оно зависит от качества работы арбитра. Будешь хорошо работать – будешь много зарабатывать.

– Как судьи получают назначения на тот или иной матч?

– В судейском департаменте есть несколько экспертов, которые изучают и анализируют матчи. Мы оцениваем сложность работы на каждой игре, смотрим, на каком стадионе будут играть команды. Делаем выводы о том, что, возможно, нужен судья опычнее. Мы

знаем, что кто-то уже давно работает, кто-то – совсем молодой. Стараемся выбрать лучший вариант на каждую игру.

– В итоге это ваше или коллективное решение?

– Я советуюсь с коллегами, но финальное решение за мной.

– Была новость, что РФС планирует отказаться от назначения судей по географическому принципу...

– Это не обязательство, а лишь опция. Вероятно, что запасные судьи будут из того же региона, где проходит матч, но рефери в 95% случаев будут назначаться по всем правилам нейтралитета. Мы будем проводить назначения осторож-

но. Но для меня географический вопрос не стоит так остро, как он представлен в российских СМИ: мне неважно, из какого города судья, куда важнее качество его работы.

– В некоторых регионах России до сих пор действует карантин для приезжающих. Как быть в этом случае?

– У меня нет информации, что есть какие-то проблемы с карантином. Думаю, РФС сообщит бы мне, если бы нам стоило ждать трудностей в Казани, Уфе или где бы то ни было ещё. Сейчас всё хорошо, там нет карантина и можно играть. Да, клубы могут использовать charterные рейсы, а судьи только регулярные – к сожалению, им приходится контактировать и с другими людьми. Это не лучшее решение, но нам надо как-то перемещаться.

Подготовил Дмитрий СЛАВИН

КУМИРЫ

Игорь АГАПОВ: Мечтаю вернуться на лёд!

В 1987 году Игорь Агапов в составе сборной СССР стал чемпионом мира среди юнишей, а пять лет спустя как игрок сборной СНГ завоевал серебро мирового первенства среди молодёжи.

Всего в чемпионатах страны наш земляк отыграл 524 матча и забил 200 мячей.

Помимо «Старта» Агапов выступал в высшей лиге за «Агрохим» (Березники) и «Ракету» (Казань), проведя в обоих клубах по два сезона.

ОТКЛЮЧИЛСЯ ПОСЛЕ УКОЛОВ

14 марта 2010 года Игорь Агапов в свои 40 лет прошался с большим хоккеем. В последнем туре «Старт» принимал «Локомотив» из Оренбурга. Никакого турнирного значения игра не имела. Наши уже застолбили за собой 11-е место, гости – 15-е из 17. Единственная была интрига: забьёт ли «десятка» нижегородцев свой 200-й гол на высшем уровне? На 57-й минуте при счёте 2:1 хозяева заработали 12-метровый, право его исполнить, разумеется, доверили Агапову. И мастер не оплошал! Сразу же после финального свистка десятки фанатов просочились на поле, чтобы поблагодарить замечательного хоккеиста и человека за годы, проведённые в команде.

С легендой «Старта» мы знакомы давно, при встрече всегда тепло общаемся. И разговор, конечно, начался с вопроса о самом главном.

– Игорь, как самочувствие? Как идёт процесс восстановления?

– Знаешь, Дим, всё нормально. Правда. Стараюсь не унывать. Единственная проблема – с ногами. Сказываются последствия инсульта. Хожу неважно, но передвигаюсь самостоятельно, слава Богу. Могу приготовить еду, помыть посуду. Рад, что восстановилась речь. А ведь когда у меня отказала вся правая сторона, долгое время говорить толком не мог. Честно скажу: врагу не пожелаешь того, что произошло со мной.

– Несчастье, если не ошибаюсь, случилось в твоей родной Балахне.

– Верно. Шёл в ФОК «Олимпийский» на работу, тренировать мальчишек. Вдруг – приступ. Своими ногами добрался до поликлиники. Сделали мне пару уколов, дали половинку какой-то таблетки, сказали – больше отдыхай, пей успокаивающий чай. И вдруг – р-р-раз: я отключился. Очнулся уже только на больничной койке. Первое время лежал в Балахне,

потом меня перевезли в Нижний Новгород.

– Насколько всё было серьёз-

но?

– Врачи сказали, что в реанимации стоял вопрос жизни и смерти. Выкарабкался. Повезло. Спасибо близким людям, которые меня поддерживают, а также ребятам из «Старта»: Славе Рябову, Андрею Бегунову, Диме Чекулаеву, Лёше Куркину...

СУДЕЙСТВО – НЕ ПО ДУШЕ

– В 2010-м ты провёл свой последний официальный матч в карьере, а через год уже выходил на площадку в качестве арбитра. Даже удалось провести несколько игр в качестве главного судьи высшей лиги. Нравилось это дело?

– Если откровенно – нет. Просто нужно было зарабатывать как-то на жизнь. Мне предложили, я согласился. Вдобавок прекрасно понимал, что перспектив с выходом на суперлигу в силу возраста у меня уже нет. Поэтому судейство я изначально рассматривал как промежуточный этап, не более.

МЕЖДУ ТЕМ

Федерация хоккея с мячом России утвердила формулы проведения спортивных состязаний будущего сезона. Как следует из документа, в чемпионате страны 2020/21 примут участие 14 клубов суперлиги. Борьба за награды пройдёт в два этапа. Регулярный чемпионат стартует в ноябре. Игры традиционно будут проводиться в два круга. В плей-офф (он стартует в марте) выйдут команды, занявшие места с первого по восьмое. Четвертьфинальные матчи пройдут из двух игр. В финале нас ожидает всего одна – «золотая» – игра. Место, где состоится решающий матч, выберут на конкурсной основе.

Что касается Кубка России, то первый этап начнётся в сентябре. Точные даты будут определены дополнительно. Все участвующие команды будут разбиты на две группы: шесть команд на «Востоке», восемь – на «Западе». К финальным соревнованиям допустят коллективы, занявшие первое и второе места в своих группах. Состязания будут проводиться по системе плей-офф, то есть два полуфинала и финал.

Добавим, что в предстоящем сезоне впервые в истории состоятся сразу два чемпионата мира! С 5 по 11 октября 2020 года центром событий будет Иркутск (соревнования перенесли весной из-за эпидемии коронавируса), а с 28 марта по 4 апреля 2021-го лучшим сборным планеты предстоит соперничество в Сыктывкаре. Кроме того, наша страна впервые примет участников Кубка мира по банди. За трофей команды поборются 17 – 20 декабря нынешнего года в Красноярске.



▲ Игорь Агапов – серебряный и трижды бронзовый призёр чемпионатов России в составе «Старта».

– Будучи игроком, ты не раз разговаривал с арбитрами, скажем так, на повышенных тонах. А как складывались отношения с хоккеистами, когда ты взял в руки свисток?

– Ни одного скандала или конфликта за три полных сезона у меня не было. Со многими ребятами был хорошо знаком, поэтому друг к другу всегда относился с уважением. Ну и работу свою я выполнял честно.

– Игорь, а сколько ты успел поработать в ФОКе «Олимпийский»?

– Годы два примерно. Мой земляк, чемпион мира среди юниоров и молодёжи Андрей Николаевич Локушин предложил заняться детскими, и меня это заинтересовало. Вдобавок руководство спорткомплекса делало всё возможное, чтобы работа приносила удовлетворение. Не случайно балахнинских ребят регулярно приглашают в «Старт-2», где они на хорошем счету.

– 10 января тебе исполнилось 50 лет. Как отметил юбилей?

– В узком семейном кругу, без размаха. Кто хотел меня поздравить, те позвонили. А кто забыл – я не в обиде. Вообще-то даже не верится, что «полтинник» стукнул. Вчера ещё вроде был пацаном, а сегодня уже дочкам 28 и 20 лет. С супругой мы уже давненько в разводе, живу со старшей дочерью – Юлей. А младшая – Маша – обосновалась в Москве.

– Выкуми тебя ещё не осчастливили?

– Пока нет. Я всегда говорю своим девочкам, что рождение ребёнка – это большая ответственность. Да они и сами всё отлично понимают.

– Игорь, если не секрет, на какие средства сейчас живёшь?

– Пенсию мне дали. Но я не теряю надежды на восстановление. Есть большое желание снова заняться тренерской работой. А ещё мечтаю вернуться на лёд! Хочется погонять мяч в перенстве области!

Беседовал Дмитрий ВИТЮГОВ

Новые реалии после пандемии

Райдерам дорогу!

Продолжаем тему, начатую на первой странице «НС», и снова говорим о плюсах вида спорта, неременный атрибут которого – роликовая доска.

ИЗБЕЖАТЬ СКОРПИОНА

От скейлера необязательно требуется бесстрашие. Кататься можно ведь в стиле

лайт, без преодоления препятствий и выполнения трюков. Это позволяет улучшить координацию, осанку, общую физическую подготовку и просто проводить больше времени на свежем воздухе. Спортивная направленность и связанный с нею риск появляются в том случае, если используются специальные трассы для катания, включающие в себя препятствия, или же действия выполняются на рампе. Так называется полутруба, в которой производятся вертикальные трюки.

Надо сказать, что существует сленг скейлеров, очень интересный с лингвистической точки зрения. Например, «уборка» – это па-

дение, употребляется также глагол «убрался». «Скорпион», «скорпиончик», «скорп» – вид «уборки», когда райдер оказывается на груди, а ноги по инерции бьют его по спине...

Собственно, начальная часть обучения скейтбордингу – освоение искусства правильно падать, что может пригодиться и в повседневной жизни. Это отлично знают персональные тренеры работающей в Нижнем Новгороде школы скейтбординга – Никита

Фото из соцсети «ВКонтакте»



Ластухин и Валерий Столяров. Её основателем является 22-летний Никита – многократный призёр различных контестов (соревнований). Уровень этого райдера отметил представитель Федерации скейтбординга Нижегородской области

Алесь Красильников –

Яков Кан – номер один среди нижегородских скейтеров.

ДЕНЬ МЕДРАБОТНИКА

ХОТЕЛ ЛЕЧИТЬ С ДЕТСТВА

ИЗ ПОЛИКЛИНИКИ – В «ГУБЕРНИЮ»

– Сергей, расскажите о себе. Откуда вы родом?

– Я уроженец города Иваново. В пять лет с мамой и папой переехал в Дзержинск. Там я окончил 30-ю школу, а высшее образование получил уже в Нижнем Новгороде.

– Наверное, ощущаете себя нижегородцем?

– В общем, да, ведь вся сознательная жизнь проходит здесь.

– Интерес к врачеванию достался от родителей?

– Совсем нет. Они у меня инженеры. Не знаю почему, но я с детства хотел связать свою судьбу с медициной. Любил смотреть по телевизору различные передачи на эту тему, интересовался специализированной литературой. К сожалению, с первого раза мне не удалось поступить в Нижегородскую государственную медицинскую академию – нынешний ПИМУ (Приволжский исследовательский медицинский университет). Вернулся в Дзержинск, поступил в политех, но надежды я не терял, и через год, во время второй попытки, удача мне улыбнулась. После четвертого курса я перешёл в военно-медицинский институт, диплом получил уже там. После этого пять лет проходил службу по контракту в ведомственной поликлинике в Москве.

– Каким был ваш функционал?

– Лабораторная диагностика. Это моя первая специальность.

– А во время учёбы кем себя видели?

– Честно говоря, достаточно долго не представлял, кем я в итоге стану. К спорту меня тянуло всегда, но тогда я не видел путей, как попасть в спортивную медицину. Повезло, что в столице мне удалось пересечься с врачом БК «Нижний Новгород» Сергеем Измайловым. У меня как раз заканчивался контракт. Он сказал, что волейбольный клуб «Губерния» ищет доктора, дал телефоны руководства. Пару раз я приезжал, скажем так, на смотрины, а с 2012 года уже устроился официально. Первый сезон провёл в дубле «Губернии», понял, как это всё работает, подтянул свои знания. Спасибо коллегам из баскетбола, которые регулярно мне что-то подсказывали. Вдобавок я про-

шёл интернатуру по неврологии, получил специальности врача по спортивной медицине и ЛФК, врача-физиотерапевта и врача ультразвуковой диагностики.

СО ЗВЁЗДАМИ НА РАВНЫХ

– У «Губернии» был очень приличный состав, приезжали высокого класса легионеры. Как с ними проходило общение?

– Слава Богу, с английским языком у меня всё достаточно неплохо. Поначалу было страшновато, конечно. Прежде этих игроков ты видел только по телевизору, а сейчас они здороваются с тобой, в

спечения медицинского кабинета самым современным оборудованием.

– Как к вам обращаются в командах?

– «Док» или просто «доктор». Пламен Константинов иногда шутиливо звал по-итальянски – dottore.

– Интересно: с кем-то из волейболистов за годы работы вам удалось сдружиться?

– Со всеми ребятами поддерживаю хорошие отношения. Приятно увидеться с бывшими одноклубниками. Например, в Новосибирске недавно встретились с Николаем Павловым и Сергеем Савиным. Посидели, поговорили.

стом. Нет комплексов по этому поводу?

– Я к этому отношусь спокойно. Ещё когда только пришёл в «Губернию», моя голова была на уровне локтей игроков. Поэтому, когда приехал в сборную, уже не обращал внимания, что нужно смотреть высоко вверх (смеётся).

– Девчата не подтрунивают над вами?

– Конечно, подтрунивают. Но я сам люблю юмор, и шутки добавляют коллективу сплочённости. А вообще всегда присутствует уважение к моей персоне, всегда общаемся на «вы». В этом плане всё в порядке.

– В каких турнирах вам удалось принять участие со сборной?



У волейболисток сборной страны есть традиция фотографироваться после каждого победного матча.

Каждое третье воскресенье июня в нашей стране отмечается День медицинского работника. В спортивных командах труд докторов практически незаметен болельщицкому глазу, и об этих людях известно немного. В преддверии праздника мы решили отдать должное важнейшей профессии и встретились с врачом нижегородского волейбольного клуба «АСК» Сергеем МОЛЧАНОВЫМ, который по совместительству работает с женской сборной России.

чём-то советуются. Нужно отдать должное главному тренеру Пламену Константинову. Он не только хороший человек, но и классный психолог. Ему удавалось создать такую атмосферу, когда каждый сотрудник клуба чувствовал себя важным элементом. В том числе и врач. И даже такие звёзды, как Николай Павлов, Алексей Кулешов, Павел Абрамов, общались со всеми на равных. Вне зависимости от возраста или опыта. Никаких скандалов внутри команды не было.

– Говорят, Игорю Шулепову в АСК тоже удалось создать семейную обстановку.

– Игорь Юрьевич на тот момент для меня был самой главной звездой в волейболе. И когда он сменил игровой статус на тренерский, то сразу поставил себя так, чтобы моя работа по-прежнему была комфортной и приносила удовольствие. А руководство клуба приложило все силы для обе-

РАССТРОИЛСЯ ИЗ-ЗА ОТМЕНЫ ОЛИМПИАДЫ

– Когда вы получили первый вызов в национальную сборную?

– В 2018 году. Позвонил менеджер сборной, сообщил, что прежний врач уходит и что там хотели бы пообщаться со мной. Для меня этот звонок был как снег на голову. Дело в том, что я уже начал проходить подготовку в медицинской бригаде к чемпионату мира по футболу. Пришлось делать выбор, и я отдал предпочтение волейболу.

– Не смущало, что предстояло работать с дамами?

– Немного смущало, но не пугало. Меня предупреждали: мол, готовься, нужно быть не только доктором, но и психологом. Но ничего, я достаточно быстро втянулся в нужный ритм.

– Большинство волейболисток значительно выше вас ро-

– Первым соревнованием была для меня Лига наций. Далее – ряд небольших турниров, потом – чемпионат мира. Успешно прошли отбор на Олимпийские игры, а ещё взяли бронзу Кубка мира.

– Вам медаль вручили?

– Да.

– Наверное, полмира обехали?

– Это точно. Побывал в Китае, Южной Корее, Японии, Бразилии, Голландии, Бельгии, Италии, Турции, Польше, Словакии...

– В чём специфика перелётов?

– По последним исследованиям, именно перелёты больше всего сказываются на функциональном состоянии спортсменов. Проводились тестирования, которые показали, что игрок по итогам матчей устаёт меньше, нежели от перелётов, особенно после трансконтинентальных рейсов. Каждый всё это переносит по-своему. На борту кто-то читает книги, кто-то смотрит

один из тех, кто в нулевых годах стоял у истоков организации. Также он выделил Дмитрия Авдеева, Евгения Мумренкова.

– Пандемия, естественно, внесла коррективы в нашу работу, поэтому и Международный день скейтбординга пройдёт без масштабных мероприятий, – рассказывает Алесь. – В целом же настрой очень позитивный. Да, есть сложности. В Нижнем Новгороде, например, нуждаются в реконструкции площадки в парках имени Пушкина, 1 Мая, «Швейцария». Но мы надеемся реализовать все свои планы, в том числе касающиеся возведения новых скейт-парков. При мэре Владимире Александровиче Панове получалось замечательное взаимодействие с администра-

цией областного центра – впервые за десять лет. Хочется верить, что так будет и дальше. Вообще региону нужны новые скейт-парки, ведь экстремальным спортом увлекаются многие, а такие сооружения удовлетворяют запросы не только скейтеров, но и любителей роллер-спорта, экстремальных велоспортивных дисциплин. При этом предпочтительнее бетонные парки: по сравнению с деревянными они более дорогие, зато менее травмоопасные.

УВИДЕТЬ ПАРИЖ

В разговоре с Алесем Красильниковым мы затронули и тему возраста скейтбордистов. Лю-

бопытно, что в упомянутой школе готовы заниматься со всеми желающими, которым от 5 до 45 лет. Самым маленьким нужно почувствовать роликтовую доску и полюбить катание на ней, без чего достижения, разумеется, невозможны. Впрочем, и трюкам можно учиться сызмальства. Алесь привёл в пример москвича Сашу Гусева, который в свои 11 лет уже входит в российский сборную! Кататься на скейте парнишка начал три года назад.

Упорные тренировки могут привести на Олимпиаду. Скейтбординг, уже входящий в программу токийских летних Игр-2020 (2021), должен проследовать и в Париж-2024. Подтвердить это Международный олимпийский

комитет должен через полгода, в декабре. По мнению Алеся Красильникова, наш Яша Кан способен завоевать путёвку если уж не в Японию, так во Францию. Есть надежда, что на поездку в Париж будет претендовать кто-то из новых звёздочек – за год-два они вполне могут зажечься на нижегородском спортивном небосклоне.

Кстати, положительного решения МОК ожидают приверженцы ещё трёх видов спорта: брейк-данса, сёрфинга и скалолазания. Брейк-данс (правильнее – брейкинг), в чём-то близкий скейтбордингу, рассчитывает на олимпийский дебют.

Александр РЫЛОВ

ФУТБОЛ

Про «горожан» из разных эшелонов

ФК «Нижний Новгород» вторую неделю продолжает работать на учебно-тренировочном сборе, который проходит на территории спортивного центра «Борский».

Стало известно, что в нашу команду Футбольной национальной лиги возвратились из аренды 22-летний вратарь Виталий Шильников, который почти полгода провёл в пятигорском клубе «Машук-КМВ», и 23-летний нападающий Дмитрий Воробьёв. Он в минувшем сезоне выступал за астраханский «Волгарь» (15 матчей, 4 забитых мяча) и помог этой команде выйти в ФНЛ. Кроме

того, соглашение с «горожанами» подписал Антон Ефремов – сын министра спорта Нижегородской области Артёма Ефремова. 11 июня защитнику юношеской сборной России исполнилось 17 лет.

А вот другой воспитанник нижегородского футбола, тоже игрок обороны Артём Абрамов, как сообщает портал «Матч ТВ», покинул сбор и отправился в красноярский «Енисей». По данным того же источника, к «Нижнему Новгороду» присоединился 29-летний экс-капитан томской «Томи» Алексей Шумских. С 2020 года этот защитник выступал за казахстанский «Кайсар».

Есть также информация, что наш клуб заинтересован в возвращении 25-летнего хавбека Игоря Горбунова, игравшего в минувшем сезоне за волгоградский «Ротор»

и «Армавир». С 2016 по 2018 год он представлял нижегородский «Олимпиец».

ФК «Тамбов» проверил свои силы в контрольной встрече с другим клубом Российской премьер-лиги.

Локомотив (Москва) – Тамбов – 1:0 (0:0). 14 июня. Москва. Тренировочное поле «РЖД Арены».

Гол: Рыбчинский (61).

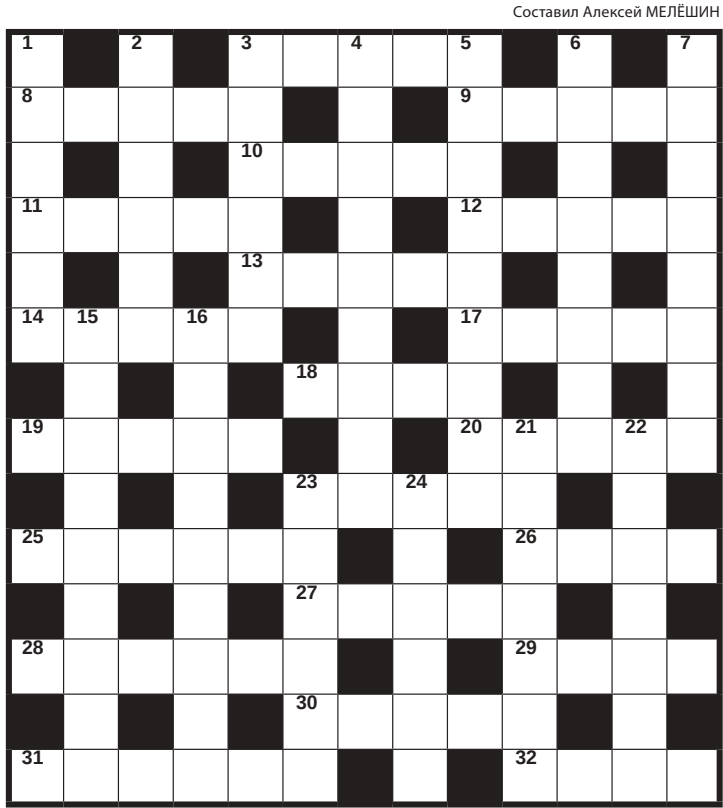
«Локомотив»: Гилерме, Чорлука, Мурило, Игнатьев (Живоглядов, 64), Рыбус, Магкеев, Жоао Марио, Крыховяк, Тугарев (Идову, 64), Рыбчинский (Куликов, 86), Эдер.

«Тамбов»: Шелия (Чагров, 62), Рыбин (Каплиенко, 46), Филин, Ойеволе, Юрганов, Шляков, Тетрашвили, Карасёв, Костюков (Кабахидзе, 66), Килин (Таказов, 62), Мелкадзе (Большаков, 86).

КРОССВОРД

По горизонтали: 3. Как зовут советского футбольного арбитра Бахрамова, приобретшего известность благодаря засчитанному им голу в финале чемпионата мира 1966 года? **8.** Отец правящего князя Монако Альбера II, члена МОК, пять раз участвовавшего в Олимпийских играх.

9. Вратарь футбольного клуба «Урал» из Екатеринбурга Ярослав Годзюр родился в городе ...-Франковске. **10.** Имя французского защитника Коселли, не сумевшего из-за разрыва ахиллова сухожилия принять участие в победном для Франции чемпионате мира по футболу 2018 года. **11.** Косой удар согнутой рукой после выбора оптимальной позиции и момента атаки в боксе. **12.** Воспитанник петербургского футбола, проявивший себя лишь в молодёжных командах «Зенита» и московского «Динамо». **13.** Имя матери правящего князя Монако Альбера II, члена МОК, пять раз участвовавшего в Олимпийских играх. **14.** Уроженка Харькова, 11-кратная чемпионка России по хоккею с шайбой, в течение трёх сезонов выступавшая за «СКИФ», перед тем как он стал нижегородским. **17.** Сибирский казачий атаман, чьим именем в Омске названа база спортивной подготовки бойцов ММА. **18.** Имя фигуристки Ивановой, первой из советских спортсменок завоевавшей медаль (1984, бронза) на Олимпийских играх в женском одиночном катании. **19.** «Спортсмены возникают, вырастая из тренера, как ветви из ствола. Час грянул! Чемпион на пьедестале! А тренеру негромкая ...» (Роберт Рождественский). **20.** Как зовут канадскую горнолыжницу Грин – первую в истории обладательницу Кубка мира (1967)? Также она принимала участие в церемонии зажжения олимпийского огня на Играх в Ванкувере. **23.** Имя великого французского скульптора Родена, которому в качестве модели для его знаменитого «Мыслителя» позировал мускулистый боксёр Жан Бо, в основном выступавший в Париже, в квартале красных фонарей. **25.** Птица на гербе Науру – самой



маленькой независимой республики на Земле, чья национальная сборная по футболу, однако, до сих пор не признана ФИФА из-за отсутствия в стране профессиональных игроков и крупных стадионов. **26.** Пловчиха Ефимова или фигуристка Липницкая. **27.** Первый президент Всемирного антидопингового агентства (ВАДА), член МОК с 1978 года – самый долгий срок пребывания в таком статусе. **28.** Крупнейший международный аэропорт столицы Олимпиады-2012. **29.** Российский шахматный гроссмейстер, победитель «Аэрофлот Опен-2016», участник Кубка мира-2017. **30.** Что написано на свитерах у хоккеистов сборной Финляндии? **31.** Украинский город, где расположен первый в Восточной Европе стадион, спроектированный и построенный в соответствии

с пятизвёздочной аккредитацией УЕФА. **32.** Имя шведского футбольного форварда Хамрина, одного из самых неудобных бомбардиров для Льва Яшина: скандинав трижды поразил ворота советского голкипера в четырёх матчах.

По вертикали: 1. Группа компаний «... Групп» Араза Агаларова была генеральным подрядчиком строительства стадионов к чемпионату мира по футболу 2018 года в Калининграде и Ростове-на-Дону. **2.** Как зовут британского боксёра Джошуа, второго после Джо Фрейзера тяжеловеса в истории, который выиграл профессиональный чемпионский титул будучи действующим олимпийским чемпионом (2012)? **3.** От какого слова произошла фамилия хоккеиста ЦСКА, бывшего мужа певицы Пелагеи? **4.** В хоккее – тактика активной

игры по отбору шайбы в чужой зоне. **5.** Демонстрация фильма (например, «Легенда №17») на большом экране. **6.** Федеральный президент Германии, открывавший XX летние Олимпийские игры 1972 года в Мюнхене. **7.** Какую фамилию носил главный герой знаменитой трагедии Шекспира «Ромео и Джульетта», чьё имя получил средний сын английского футболиста Дэвида Бекхэма? **15.** Посёлок городского типа в Нижегородской области, представленный в Межрегиональном футбольном союзе «Приволжье» командой «Волна». **16.** Как сейчас называется волейбольный клуб, с которым связаны главные успехи лучшего спортсмена России 2012 года, олимпийского чемпиона Сергея Тетюхина? **21.** Походный «чемодан» художника. **22.** Жезл как символ власти монарха или, по данным некоторых изданий, знак гроссмейстерского достоинства, вручённый в XVIII веке оперному композитору и шахматному теоретику Филидору. **23.** Временное освобождение спортсменов после окончания сезона для отдыха. **24.** Фамилия шахматиста Артура Маяковича или футболиста Артура Римвовича.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 22
По горизонтали: 1. Кокорина. **8.** Дипломат. **13.** Корабль. **14.** Рыльский. **15.** Кержаков. **16.** Палермо. **17.** Майкоп. **23.** Тетива. **26.** Осадок. **28.** Связка. **29.** Эпизод. **30.** Усы. **32.** Триест. **33.** Копьеметатель. **34.** Франко. **35.** Ани. **36.** Японка. **37.** Влашич. **39.** Норкин. **41.** «Ангара». **45.** Алиева. **50.** Моржиха. **52.** «Тенерифе». **53.** Вранешич. **54.** Миограф. **55.** Анархист. **56.** Интервал. **По вертикали: 1.** Карим. **2.** Калий (№ 19). **3.** Руссо. **4.** Наир. **5.** Монако. **6.** Макет. **7.** Климов. **9.** Ирек. **10.** «Лижье». **11.** Макси. **12.** Тавда. **18.** Аспирин («Байер»). **19.** Казанка. **20.** Подкова. **21.** Сампрас. **22.** Узбечка. **23.** Татьяна. **24.** Триполи (Ливия). **25.** Васюков (Васюки). **27.** Кумач. **28.** Сытин. **31.** Сен («Пари Сен-Жермен»). **38.** Игошин. **40.** Обхват. **41.** Астма. **42.** «Ганза» (Росток). **43.** Рерих. **44.** Ржига. **46.** Линде. **47.** Ершов. **48.** Арчил. **49.** ЦФиС. **51.** Грин.

фильмы, кто-то слушает музыку. Для меня самой тяжёлой оказалась поездка в Южную Корею. Первый раз летел шесть часов, не знал, куда себя деть. А на обратном пути одному из пассажиров стало плохо, и самолёт совершил экстренную посадку в Красноярске.

– В какой стране вам понравилось больше всего?

– В Японии. Особенно меня интересуют разные исторические места. Я там был дважды. И очень расстроился, когда узнал, что Олимпиада в Токио перенесена на следующий год.

СУПРУГА НЕ РЕВНУЕТ

– Кто в сборной отвечает за питание?

– Доктор. Правда, в большинстве случаев выпадает шведский стол. Все – профессионалы, внимательно прислушиваются ко всем рекомендациям. Вдобавок девушки следят за своей фигурой, сами избегают лишних килограммов.

– Где попробовали самые-самые вкусности?

– Запомнились фрукты в Бразилии. Таких я не пробовал нигде!

– А где самый тяжёлый климат?

– Наверное, в Китае. Может быть, не самое жаркое место на Земле, но из-за высокой влажности очень тяжело там находиться. Спасают только кондиционеры.

– Как проводите время в период самоизоляции?

– Два года назад я женился, и наконец-то (впервые!) можно много времени провести дома с супругой. Отдохнул, выпался, занялся домашними делами. Воспользовавшись паузой в работе, смотрю в Интернете разные обучающие программы. А ещё мы приобрели велосипеды, поддерживаем физическую форму. Очень надеюсь, что в ближайшее время появится вакцина от коронавируса и эпидемии будет положен конец. Всё должно вернуться в нормальное русло.

– Кстати, как супруга относится к вашим регулярным отлучкам в женскую сборную?

– Я очень благодарен Насте, что с её стороны не было каких-то сомнений или упреков по этому поводу. Она поддержала меня, когда поступило предложение поработать в сборной. Жена тоже врач, прекрасно меня понимает.

– Какое максимальное количество времени вы были вне дома?

– Два с половиной месяца. Да, тяжело, но, работа есть работа.

– Сергей, если не секрет, в волейболе вы зарабатываете больше, нежели могли бы в обычной больнице?

– Не знаю. Правда. Здесь всё зависит от разных факторов. Хороший врач всегда востребован. Его, допустим, могут позвать в частный центр, где он сможет зарабатывать очень прилично. Когда я пришёл в спортивную медицину и меня спросили, сколько я хочу получать, то ответил, что для меня это неважно. Главное – работать!

Беседовал Дмитрий ВИТЮГОВ

! Сергей Молчанов не представляет свою жизнь без футбола. В Дзержинске с детства гонял мяч, три года отыграл за молодёжный состав «Химика». И до сих пор они с друзьями собираются на площадках.

! Доктор АСК, помимо всего прочего, занимается изучением итальянского языка, так как женскую сборную России с осени 2019 года возглавляет представитель Апеннин Серджо Бузато.

! Молчанов рекомендует не употреблять фастфуд и отказаться от разных газированных напитков.

! В детстве наш собеседник окончил музыкальную школу по классу фортепиано. Принимал участие в областных концертах. Сейчас Сергею Александровичу 36 лет.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ЙОГИ

Время заниматься собой

Пришедшая к нам из глубины веков йога стала настоящим подарком для современного человека. Эта глубокая мудрая система позволяет нам управлять здоровьем на разных уровнях – физическом, психическом, умственном. В преддверии Международного дня йоги, который отмечается 21 июня, о современных направлениях этого древнего знания мы поговорили с руководителем экоцентра «МИРАЙЯ» Андреем ЛОБАНОВЫМ, уже более четырёх десятков лет практикующим йогой.

ЧЕРЕЗ КУЛЬТУРУ ДВИЖЕНИЯ – К КУЛЬТУРЕ МЫШЛЕНИЯ

– Андрей Михайлович, первую школу йоги, не только в Горьком, но и во всём СССР, вы открыли ещё в 1983 году. Что изменилось с того времени, какая она, современная йога?

– Дорога пройдена большая. В мире и в России йога стала очень популярным направлением, все о ней знают. Причём если раньше в представлениях многих людей это было что-то экзотическое, чудное или религиозное, то сейчас все успокоилось и воспринимают йогу в первую очередь как фитнес, технологию оздоровления. Человек, который занимается йогой, реально знает, как себе помочь: как дышать, как расслабляться, как снять психическую нагрузку. Далеко за примерами ходить не надо. У некоторых людей, оказавшихся сегодня в самоизоляции, начались срывы, скачки давления, обострения психосоматических заболеваний. У тех, кто практикует йогу, такого нет. Нет ни хаоса, ни страха, наоборот, все довольны: есть время заниматься собой.

– Для многих йога – это поза лотоса, заброшенная за шею нога, стойка на голове...

– Йога – это не только физическое здоровье, здесь аспекты, которые прежде всего связаны с работой ума, сознания. Через культуру движения мы приходим к культуре мышления, к культуре управления своей психической сферой. То есть связанная с движением – это первая, начальная ступенька йоги. На этой стадии мы, например, можем укрепить позвоночник, суставы. Дальше человек через специальные упражнения, через дыхание учится управлять своей энергией. Сегодня в медицине, в науке такие понятия, как внутренняя энергия, психическая энергия, уже никто не отрицает. Человек способен управлять этими процессами в себе, и это даёт ему возможность в большой степени не зависеть от многих жизненных обстоятельств.

– Вы по образованию врач и в своей школе, как я понимаю,

преподаёте, опираясь на современные научные разработки.

– Безусловно. Мы – первая школа современной йоги, которая дистанцировалась от индийской традиции и действует на основе современной науки. Нет, конечно, мы взяли на вооружение принципы, которые были в индийской классической йоге, но наша основная задача – довести йогу до понимания современного человека. Чтобы это не было экзотической забавой или чрезмерным увлечением её физической стороной, когда человек пытается выполнить какое-то движение, к которому он не готов и может причинить себе вред. Меня очень беспокоит, что сегодня, когда йога стала массовым занятием, преподавать её берутся неграмотные люди, пытаюсь на этом зарабатывать. Окончили какие-то курсы и тут же начинают обучать других людей, преподнося йогу как панацею, не понимая, что там есть закономерности, которые нужно чётко знать. Элементарно: нельзя начинать со сложного. А все хотят сразу в лотос сесть или на голову встать. Какой-то детский подход, а это серьёзная наука, которую нужно профессионально изучать.

«ЙОГА ЛАМ»

– Как вы сами пришли в йогу?

– Как раз исходя из медицинских знаний. Ещё во время учёбы в медицинском институте я стал понимать, что можно помочь людям методами, отличающимися от тех, которым нас обучают. Я имел опыт занятий восточными единоборствами, на третьем курсе стал заниматься йогой и начал двигаться в этом направлении.

нии. Стал изучать психофизические возможности человека, его ресурсы, искал специальную литературу. Получил диплом врача-педиатра, в то же время специализировался в психотерапии, кардиологии, реаниматологии, рефлексотерапии, лечебной физкультуре. В 21-й поликлинике, где я начал работать, пытался внедрить отдельные направления йоги как методы реабилитации. Потом в областной больнице имени Семашко вместе с её главным врачом Олегом Александровичем Обуховым мы организовали целое отделение йоготерапии. Много было всего нового и интересного.

– Сегодня вы продолжаете оставаться одним из новаторов йоги. Ваша авторская система – «Йога ЛАМ» – имеет широкую популярность.

– Сразу хочу оговориться: к ламам, которых в тибетском буддизме принимают как религиозных учителей, она не имеет никакого отношения. ЛАМ – это аббревиатура моих фамилии, имени, отчества: Лобанов Андрей Михайлович. Наша школа – единственная в мире, которая признаётся не как индийская, а именно как отечественная.

– Расскажите подробнее о вашей методике «Йога ЛАМ».

– Это многоуровневая комплексная методика, которая делится на три больших ступени. На первом уровне даётся системное знание о здоровом образе жизни. Как правильно дышать, двигаться, расслабляться, питаться, очищать организм. Это ЗОЖ, который отрабатывается в течение многих лет, и из



В Дальнеконстантиновском районе работает загородная площадка экоцентра «МИРАЙЯ» – ретритный центр «МИРАЙЯ-Лэнд».



В 1988 году благодаря руководителю областного спорткомитета Николаю Захаровичу Косенкову в Горьком появился физкультурно-оздоровительный центр, в котором Андрей Лобанов и его ученики преподавали йогу.



Методики школы «Йога ЛАМ» применяют в Германии – это результат многолетнего сотрудничества школы с немецкими центрами йоги и медиками. Некоторые из них прошли обучение в этой школе.

него отобрано самое эффективное. Всё это подаётся в понятном и доступном виде. Но это лишь первая ступень «Йога ЛАМ». Вторая даёт возможность человеку войти в работу со своим телом, изучать его с помощью психофизических аспектов. То есть управлять вниманием, чувствительностью. Поэтому акцент в упражнениях делается не на форму, а на внутреннее содержание, внутреннюю управленческую работу. Например, тело принимает какую-то форму, выполняет так называемые асаны, в это время как раз происходит управление психическим процессом. Человек начинает чувствовать, ощущать, где и что у него не так. С помощью психических ресурсов он сам себе проводит диагностику и направляет определённую энергию, силу, чтобы скорректировать, восстановить процессы. Это отличается от привычных физических упражнений, фитнес-йоги, других направлений, которые в основном нацелены на то, чтобы сделать что-то эдакое, завернуться покруче. У нас задача – больше управлять своим здоровьем на разных уровнях: физическом, психическом, умственном.

Третий уровень – это как раз когда мы начинаем управлять своим умом. Йога даёт возможность выйти на такой уровень, когда человек становится для себя психотерапевтом. Он также способен понимать, как устроено влияние на него различных информационных пространств, и становится независимым от них. То есть человек не попадает ни в какие секты, не допускает какие-то манипуляции, которые пытаются над ним производить. Всё это проявляется в большей степени свободы, которую человек приобретает благодаря йоге.

– И многие из ваших учеников добираются до третьей ступени «Йога ЛАМ»?

– Да, это происходит после 3-4 лет занятий, но всё должно быть поэтапно. Если ты не прошёл первый уровень, то второй начинать бесполезно.

ДВАДЦАТЬ ПЯТЬ ПЛЮС

– Кто ваша целевая аудитория, люди какого возраста приходят на занятия в вашу школу?

В прошлом году на стадионе «Нижний Новгород» в Международный день йоги прошёл большой фестиваль.



Фото Николая НЕСТЕРЕНКО

– Не скажу, что молодёжь 17-18 лет. Это возраст самоутверждения, то время, когда молодым людям надо скакать-прыгать, соревноваться. Наш контингент – 25 лет и выше.

– А возрастные ученики имеются?

– Очень много. Уже более 30 лет в школе работает группа, которая называется «Феникс», в ней занимаются люди пенсионного возраста. Название они придумали сами, потому что через полгода-год занятий их не узнать: они преобразуются и будто заново рождаются.

– В прошлом году я познакомилась с одной из воспитанниц вашей школы – Мариной Плехановой, она как раз стала чемпионкой России по направлению йога-спорт. Значит, если у человека есть желание развиваться в этом направлении, вы ему предоставляете такую возможность.

– Да, конечно. Марина – молодая девушка, йога-спорт ей нравится. Но хочу заметить: она прошла раджа-йогу, хатха-йогу, изучила искусство многих индийских мастеров. Сейчас находится в Таиланде, продолжает совершенствоваться. В нашей школе мы всё же сторонники того, чтобы идти от внутреннего к внешнему, а не наоборот. И таких людей, кому это импонирует, становится всё больше. Современная йога – она другая, чем была 2-3 тысячи лет назад. У людей больше знаний, и мы, безусловно, это используем.

– 21 июня – Международный день йоги. Будете как-то отмечать праздник?

– Конечно, только пройдёт всё в режиме онлайн. На 20 – 21 июня мы подготовили большую программу, которую можно будет посмотреть на нашем ресурсе в «Инстаграме» @miraya_yoga_lam. На связь выйдут специалисты из России, США, Индии, Таиланда. Кстати, в качестве преподавателя из Таиланда выступит Марина Плеханова. Будет много мастеров, которые поделятся накопленным опытом, и назвали мы свою программу «Йога для мира». Если вам это интересно и близко, присоединяйтесь!

Елена ВЛАСОВА



Фото: vk.com/miraya_center

«Нижегородский спорт». Издаётся с января 1994 года. Выходит по средам. Электронная версия – на сайте www.pravda-nn.ru. УЧРЕДИТЕЛЬ: Министерство спорта Нижегородской области. Редактор ВЛАСОВА Е. А.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 603005, Нижегородская область, Нижний Новгород, ул. Ульянова, 10 А, помещение П 50, П 51. Телефон/факс: 233-94-55. E-mail: nnovsport@mail.ru. Рекламная служба: 233-94-52. Главный редактор АВДЕЕВА Л. А. Редакция и издатель: ГАУ НО «НОВИЦ».

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Приволжскому федеральному округу. Регистрационный номер ПИ № ТУ 52-01227 от 29.12.2017.

Время подписания номера в печать – 16 июня 2020 г. по графику в 16.00, фактически в 16.00. Цена свободная. Заказ № 01652/20. Тираж 2910. Отпечатано в АО «Прайм Принт Нижний Новгород». Адрес типографии: 603028, Нижегородская обл., г. Нижний Новгород, проезд Базовый, д. 11.

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЙ ГАЗЕТЫ «НИЖЕГОРОДСКИЙ СПОРТ»:

П 3 5 4 9

16+

Газета предназначена для лиц старше 16 лет.

9 177222418320021 19279