

# Чепиков – чемпион России!

## Якутянин отстоял свой титул спустя девять лет



Нашему именитому бильярдисту Александру Чепикову титулов не занимать. Он – чемпион мира по комбинированной пирамиде 2012 года, вице-чемпион мира 2013 года, призер многих международных соревнований. И он один из немногих якутских бильярдистов, включенных по итогам спортивного года в десятку лучших спортсменов Якутии.

Александр Чепиков становился и чемпионом России, но в последний раз это случилось девять лет назад, в 2007 году. И вот радостная весть из Иркутска – якутский бильярдист одержал блестящую победу в чемпионате России в дисциплине комбинированная пирамида.

В финале Александр Чепиков выиграл у мастера спорта международного класса Павла Кузьмина. Символично, что он девять лет назад выиграл свой первый чемпионат России, выиграв у своего нынешнего визави по финалу.

Всего участников в этой дисциплине было 82 человека, и Александр без единого поражения прошел восемь кругов. Блестящая победа! Поздравляем!

### Глава республики поздравил Александра Чепикова с победой на чемпионате России по бильярду



**15 ФЕВРАЛЯ Егор Борисов передал свои поздравления якутянину Александру Чепикову, одержавшему победу на чемпионате России в Иркутске по бильярдному спорту в дисциплине «комбинированная пирамида».**

Александр проявил на чемпионате негибкую волю к победе. Так, во встрече с чемпионом мира 2013 года Сергеем Тузовым, проигрывая 1-4 по партиям, он в начале сравнял счет – 4-4, а в конце выиграл 6-4. Этот матч по праву был признан всеми экспертами лучшим на чемпионате. Александр без поражений прошел восемь турнирных кругов и стал первым из 82 участников.

Глава республики отметил, что этой победой Александр Чепиков еще раз подтвердил свой класс и высокий уровень развития бильярдного спорта в республике. Егор Борисов пожелал спортсмену успешного выступления на чемпионате мира в Казахстане, который состоится в марте.

Напомним, что Александр Чепиков в 2012 году в Бишкеке уже становился чемпионом мира по комбинированной пирамиде.



## Розалина Тимофеева выступит на чемпионате мира в Анкаре

● В активе у лучницы пятое место в личном зачете и серебряная медаль в командном

Напомню, что прошлая неделя для Розалины выдалась весьма насыщенной. Сначала, поучаствовав во взрослом чемпионате, на следующий день она сразу выступила на первенстве России. В личном зачете в одной четвертой финала Розалина проиграла действующей чемпионке мира Туяне Дашидоржиевой и заняла пятое место из восьмидесяти лучниц.

В командном зачете среди девушек по классическому луку Розалина Тимофеева, Саина Иванова и Валентина Евдокимова удостоились серебряной медали. На сегодняшний день Розалина является единственной спортсменкой из республики, кто попал в состав сборной страны и получил путевку выступить на первенстве



мира в Анкаре (Турция).

После Кубка России у нас был недельный восстановительный сбор. Это положительно сказалось на моем самочувствии и на общую подготовку. На чемпионате стреляла по мере своей возможности, потом сразу стартовало первенство

страны, где я установила свой личный рекорд, заработав в сумме 292 очка и 289 очков. Сейчас у нас до чемпионата мира учебно-тренировочные сборы в стрелковом центре лучников в г.Броннице.

Саина ШЕЛОМОВА.



## Три якутских боксера стали мастерами спорта!

Гаврил Попов, Вячеслав Егоров, Виктор Панченко выполнили норму мастера спорта РФ по боксу по итогам Всероссийских соревнований класса «А» памяти Сергея Исмаилова в Нерюнгри.

14-е по счету Всероссийские соревнования по боксу класса "А" памяти мастера спорта международного класса, серебряного призера первенства мира 1992 года среди юниоров в г. Монреале (Канада) Сергея Исмаилова проходили в спортивно-оздоровительном комплексе «Шахтер» города Нерюнгри. В турнире приняли участие 74 спортсмена из Амурской, Новосибирской, Иркутской, Магаданской областей, Приморского, Хабаровского, Забайкальского, Красноярского краев, Еврейского Автономного округа, Республики Бурятия и Республики Саха (Якутия).

Интересно, что по итогам соревнований участники могли выполнить звания мастера спорта по боксу России. Этой возможностью воспользовались три якутских кудесника кожаной перчатки – 21-летний студент СВФУ Гаврил Попов (56 кг), 28-летний Вячеслав Егоров из Якутска (60 кг) и 21-летний нерюнгринец Виктор Панченко (75 кг). Также норму мастера спорта выполнили два призерских спортсмена – Михаил Стародубов (Хабаровский край, 69 кг) и Максим Рожков (Амурская область, 64 кг). К сожалению, другие чемпионы не смогли добиться мастерских званий из-за недостаточного количества участников в их категории.

Напомним, что в прошлом году мастерами спорта стали четыре якутских боксера: Михаил Парников (56 кг), Станислав Константинов (60 кг), Виталий Филиппов (64 кг) и Иван Ерыгин (69 кг).

### Победители и призеры

49 кг

1. Борис Сидоров (Саха-Якутия)
2. Валерий Чечулин (Амурская область)
3. Батор Гомбоев (Бурятия)

52 кг

1. Евгений Осинцев (Хабаровский край)
2. Егор Евсеев (Саха-Якутия)
3. Яков Федосеев (Саха-Якутия)

56 кг

1. Гаврил Попов (Саха-Якутия)
2. Вахид Гадимов (ЕАО)
3. Игнат Сивцев (Саха-Якутия) и Михаил Рабданов (Саха-Якутия)

60 кг

1. Вячеслав Егоров (Саха-Якутия)
2. Егор Ощепков (Хабаровский край)
3. Валентин Гатилов (Саха-Якутия) и Айтал Дьяконов (Саха-Якутия)

64 кг

1. Максим Рожков (Амурская область)
2. Иннокентий Зырянов (Саха-Якутия)
3. Николай Корнилов (Саха-Якутия) и Виталий Филиппов (Саха-Якутия)

69 кг

1. Михаил Стародубов (Хабаровский край)
2. Роман Евдокимов (Забайкальский край)
3. Александр Николаев (Красноярский край) и Иван Козловский (Новосибирская область)

75 кг

1. Виктор Панченко (Саха-Якутия)
2. Уткирбек Эргашев (Приморский край)
3. Алексей Судников (Саха-Якутия) и Роман Обутов (Саха-Якутия)

81 кг

1. Павел Шелопугин (Саха-Якутия)
2. Александр Дихтярев (Хабаровский край)
3. Дмитрий Буцких (Хабаровский край) и Борис Саввинов (Саха-Якутия)

91 кг

1. Тигран Абраамян (Забайкальский край)
2. Максим Филатов (Забайкальский край)

91 кг

1. Сергей Новлянский (Хабаровский край)
2. Серафим Яржемский (Хабаровский край)
3. Денис Мухамедьянов (Саха-Якутия) и Алексей Шахов (Саха-Якутия).

Николай БЯСТИНОВ.

## Усть-Алдан чествуют своих героев!



В селе Борогон Усть-Алданского улуса состоялось торжественное чествование серебряных призеров командного зачета чемпионата РС(Я) по вольной борьбе памяти Н.Н.Тарского.

Напомним, что борцовская сборная Усть-Алданского улуса впервые после

долголетнего перерыва заняла столь высокое место в общекомандном зачете чемпионата Якутии. По итогам соревнований в активе земляков Николая Тарского одна золотая, две серебряные и одна бронзовая награды.

Торжественное чествование героев Тарского ковра прошло в здании улусной администрации. Серебряных призеров поздравили глава МР «Усть-Алданский улус», председатель Федерации вольной борьбы улуса Алексей Федотов, замести-

тель Федерации вольной борьбы улуса Афанасий Заболоцкий, заслуженный тренер России Степан Сивцев, старший тренер сборной Усть-Алданского улуса Иван Пантилов и другие.

Отличившиеся борцы были вознаграждены благодарственными письмами и денежными премиями. Так, золотой медалист Арыяан Тютрин (57 кг) получил из рук главы улуса 30 тысяч рублей, вторые призеры Виталий Эспек (57 кг) и Семен Семенов (97 кг) – по 25 тысяч, третий призер Евгений Алексеев (125 кг) – 20 тысяч рублей. Занявшие 5-8 места получили по 10 тысяч рублей. Кроме того, Федерации вольной борьбы улуса был вручен сертификат на сумму 150 тысяч рублей.

Важно отметить, что третий год подряд в Усть-Алдане проходят улусные чемпионаты среди мужчин. В этом году эти соревнования, которые не имеют аналогов по всей республике, собрали 94 участника. В улусе идет активная работа по развитию данного вида спорта. Со следующего года вольная борьба будет включена в программу улусной комплексной спартакиады.

Николай БЯСТИНОВ.

## На ЕТС СВФУ настал черед БИАТЛОНА Наконец-то!

В передышке между вольной борьбой и футболом мы объявляем о начале онлайн-конкурса «Угадай чемпионов Холменколлена», посвященного чемпионату мира-2016 по биатлону в Норвегии. Благодаря фантастической конкуренции, самым неожиданным развязкам на последних огневых рубежах; благодаря телеканалам «Спорт», «Россия-2», «Матч-ТВ» и Дмитрию Губерниеву; благодаря «вечному» Бьорндалену и всем остальным, биатлон за последние 10 лет стал самым народным видом спорта в России. А в Якутии биатлон реально облегчает жизнь суровой зимой; когда в конце ноября начинается сезон, он как будто отвлекает от тумана и холода, этап за этапом сокращая темные ночи, изгоняя скуку.

Именно поэтому мы так любим биатлон и просто не смогли проигнорировать предстоящий чемпионат мира. Генеральный спонсор конкурса – ООО «ЦИКЛ» производит самую современную полиграфическую продукцию и поддерживает всех ценителей лыжных гонок с винтовкой.

СУПЕРПРИЗ от ООО «ЦИКЛ» стоимостью 8 000 рублей ждет победителя с должной интуицией и многолетним багажом просмотров Кубков мира.

Итак, УСЛОВИЯ предельно просты:

1. Угадать в каждой гонке (11 стартов) чемпиона и в результате набрать макси-



мальное количество баллов;

2. При равенстве баллов между двумя и более участниками победа присуждается тому, кто построил свои ответы на сайте [www.ets-svf.ru](http://www.ets-svf.ru) первым из них;

3. В каждой дисциплине Вы пишете своего чемпиона либо можете выбрать из предложенных нами фаворитов (по пять лидеров в «Малом хрустальном глобусе»);

4. Ответы принимаются до 2 марта 2016 года.

Можете, конечно, оставаться с Шипулиными Россией душой и сердцем и написать Антона чемпионом во всех гонках, Ваше право. Однако если хотите выиграть СУПЕРПРИЗ и прослыть на всю республику знатоком, просто помните, что выиграть 4 гонки из 6 (включая эстафеты) на чемпионатах мира доселе удавалось только Уле-Эйнару «Великому и Ужасному» Бьорндалену на его пике в 2005 г. и 2009 г. (к слову, норвежец и

сейчас имеет теоретические шансы на повторение тех успехов).

Вы истинный фанат, если помните триумф Рафаэля Пуаре и Лив-Грет Пуаре на ЧМ-2004, когда они на семью выиграла шесть золотых медалей.

Вы истинный фанат, если с каждой фамилией завершивших карьеру «звезд» у Вас свои теплые воспоминания: Ростовцев и Ишмуратова, Фишер и Вильгельм, Андерсен и Груббен, Дефран и Байи, Бергман и Олоффсон-Зидек, Грайс и Нойнер, Устюгов и Зайцева...

Вы истинный фанат, если знаете, что на главном старте сезона «выстрелить» может буквально каждый из первой двадцатки в «тотале» от Фуркада до Эйли, в то же время и Расторгуев, и Линдстрем, и Хофер, и Фак.

Тем и прекрасен биатлон! Так что почувствуйте, держайте!

Для сведения:

03 марта – традиционное открытие мундиаля смешанной эстафетой;

05 марта – большой день спринта;

06 марта – гонки преследования по итогам спринта;

09-10 марта – самый классический и самый сложный вид – индивидуальные гонки;

11-12 марта – эстафеты на высочайших нотах;

а в последний день, 13 марта, масс-старт в исполнении 30 лучших биатлонистов планеты.

Соб.инф.



# Прощай, наш светлый друг...

Известный якутский тренер по вольной борьбе Валерий Керемясов трагически погиб в автокатастрофе в Беларуси. 16 февраля в его родном борцовском зале ДЮСШ №3 г.Якутска состоялась гражданская панихида в память о светлом человеке, друге, тренере...

Валерий Керемясов погиб на 57-м году жизни в автокатастрофе, произошедшей под Минском. Трагедия произошла вечером 11 февраля. "В результате аварии восемь человек с травмами различного характера были госпитализированы. Валерий Петрович (Керемясов) погиб", - отмечается в сообщении Следственного комитета (СК) Беларуси. В сообщении также отмечается: вблизи поселка Лесной в Минском районе произошло столкновение трех автомобилей: микроавтобуса, легкового автомобиля и автопоезда. В результате ДТП пассажир микроавтобуса погиб, водители автомобилей и пассажиры - всего восемь человек - с травмами различного характера были госпитализированы. В рамках уголовного дела, возбужденного по статье УК Беларуси "нарушение правил дорожного движения, повлекшее по неосторожности смерть человека", допрашиваются свидетели и очевидцы, назначен ряд экспертиз, в том числе с целью проверки технического состояния автомобилей, а также установления степени тяжести полученных травм пострадавшими, отметили в СК.

Валерий Петрович Керемясов родился 26 ноября 1959 года. Он был мастером спорта СССР по вольной борьбе, мастером спорта по хапсагаю (РС(Я)), заслуженным тренером республики, заслуженным работником физической культуры и спорта РФ, отличником профтехобразования СССР, Почетным гражданином поселка Тулагино Якутского городского округа и села Чепара Чурапчинского улуса. Спортивные достижения: чемпион РСФСР-1988, занимал 4-5-е места на чемпионатах СССР, призер международных турниров в Монголии, Венгрии, Минске. Чемпион Всесоюзного турнира на призы Героя СССР Нуркена Абдириова в Казахстане (1986), чемпион Сибири и Дальнего Востока-1987, двукратный чемпион ЯАССР (1983, 1987), чемпион Игр Манчаары-1999 по хапсагаю. Его тренером был заслуженный мастер спорта Александр Иванов.

Валерий Керемясов был личным тренером бронзового призера чемпионата мира 2014 года, многократного призера чемпионатов Европы, члена сборной Беларуси по вольной борьбе Владислава Андреева. В Минспорте Беларуси отметили, что Керемясов помогал белорусским тренерам готовить Андреева к Олимпиаде в Рио-де-Жанейро.

В тот роковой день Керемясов приехал на международный турнир на призы трехкратного олимпийского чемпиона Александра Медведева, где планировалось выступление его ученика. После известия о трагедии Владислав Андреев снялся с соревнований.

16 февраля на гражданскую панихиду попрощаться с выдающимся борцом, тренером и светлым человеком пришли тысячи людей - родственники, друзья, спортивные руководители, тренеры, спортсмены, земляки, коллеги и простые болельщики.

Светлая память о Валерии Керемясове навсегда останется в наших сердцах. От имени всей спортивной общественности Якутии выражаем искренние соболезнования родным и близким заслуженного тренера, замечательного человека.

## «Дело Валерия Петровича продолжается его учениками»

**Лена КЕРЕМЯСОВА, родная сестра Валерия Петровича:**

«Эта страшная новость прозвучала буквально как гром среди ясного неба. Мы до сих пор не верим и не хотим



верить. Когда нашли тело Валерия, то он находился на водителе маршрутки. Я уверена на двести процентов, что Валерий почувствовал неизбежность ситуации, прикрыл всем своим телом и тем самым спас от гибели людей братской республики Беларусь, которую он искренне любил. После аварии все остались живы, кроме нашего Валерия... Он был скромным, справедливым и добрейшим души человеком. Валерий всегда нас защищал. Никогда не говорил своей матери слова «нет», «не буду», «не правильно», никогда не обижал людей. Память о нашем дорогом брате всегда будет жить в наших сердцах».

**Александр ИВАНОВ, олимпийский призер, тренер Валерия Керемясова:**

«Я знал Валерия Петровича с раннего детства. Мы вместе занимались у Дмитрия Петровича Коркина. После окончания школы он сразу позвонил мне в Алма-Ату и попросил, чтобы я помог ему поступить на учебу в Казахстане. Однако он не смог приехать, осенью поступил в родной университет. В 1984 году, когда я вернулся в Якутск, Валерий попросил меня стать его тренером. Я с радостью согласился тренировать его. Благо у него была хорошая база, поставленная великим Коркиным. Он был очень грамотным борцом, настоящим трудягой и полностью верен своей работе. Мне больше всего нравилась в нем то, что он после каждого соревнования вместе со мной анализировал свои выступления, разбирал ошибки. Эти качества в будущем помогли ему в тренерской деятельности. Он стал настоящим профессионалом своего дела.

Даже будучи чемпионом РСФСР или заслуженным тренером, никогда не занавался, никогда не говорил, что он все уже знает. Валерий Петрович всегда учился, советовался и совершенствовался. Мог еще работать и работать... Мне грустно и обидно, осознавая то, что он ушел из нашего мира в самом расцвете своих сил».

**Владислав АНДРЕЕВ, бронзовый призер чемпионата мира-2014, ученик Валерия Керемясова:**

«Для нас это событие стало настоящим шоком. Было столько планов... Мне до сих пор сложно поверить, что Валерия Петровича уже не будет с нами рядом. Он был мне как отец. Мы начали работать с ним, начиная с 2000 года. То есть на протяжении 16 лет. Помню, когда я впервые приехал в Якутск, Валерий Петрович устроил меня в борцовский клуб «Албан», а затем, когда открылась ДЮСШ №3, стали заниматься в новом зале. Валерий Петрович был требовательным и справедливым тренером. Никогда просто так не ругал, а давал замечания и советовал. Он всегда хотел, чтобы из нас выросли настоящие мужчины, которые защищали слабых и помогали старшим. Учил нас быть на ковре гладиаторами, чтобы мы никого не боялись. Валерий Петрович был не просто борцовским тренером, а другом, отцом и учителем. С ним мы могли обсудить любые проблемы. Он был членом нашей семьи. Вместе мы прошли через трудности, но он никогда не унывал. Был оптимистом, надежным человеком. Учил нас никогда не оглядываться назад, верить в себя и бороться за свою мечту. Я всегда знал, что Петрович подержит меня в любом вопросе. С ним я

был как за каменной стеной. Валерий Петрович верил в меня, именно он в 2004 году договорился о моем переходе в Беларусь. С 2006 года уже начал выступать за белорусскую сборную.

Мне сейчас очень тяжело. Но жизнь продолжается. Ради Валерия Петровича мы должны быть сильными и завершить начатое дело. Мы всегда мечтали и до сих пор мечтаем об Олимпиаде. Валерий Петрович жив в наших сердцах. Я обещаю, что сделаю все, чтобы осуществить нашу олимпийскую мечту. Ради Петровича...

Травма меня уже не беспокоит. Уже начал проводить полноценные тренировки на ковре. В прошлый вторник провел восемь схваток. Главное, сейчас набрать соревновательный объем. Турнир Медведева пропускаю, наверное, выступлю в марте на каком-нибудь международном турнире. А затем предстоит олимпийские отборочные соревнования.

Нового тренера мне не надо. У меня был, есть и будет один тренер - Валерий Петрович Керемясов. В Беларуси мне будет помогать Валентин Мурзенков. После девятого дня поминаю вылетаю в Минск, а там уже видно будет».

**Валентин МУРЗЕНКОВ, заслуженный тренер Республики Беларусь, друг Валерия Керемясова:**

«До сих пор не могу переварить эту страшную новость. Очень неожиданно все случилось. Я не мог не приехать в Якутск попрощаться с ним. Валерий Петрович был моим очень близким человеком. Наша дружба продолжалась более пятнадцати лет. Был надежным другом, талантливым тренером, который прививал ученикам исключительно хорошие качества. Образцовым семьянином. Семья для него всегда была превыше всего. Светлейший человек. Мы обсуждали с ним практически все. Он многому меня научил. У нас с Валерием Петровичем было много совместных планов. Жаль, что все так получилось. Мне тяжело говорить о нем в прошлом времени... Говорят, что тренер жив пока есть его ученики. Владик Андреев и остальные ребята должны собраться и продолжить начатое им дело. Мы будем помогать им. Андреев будет участвовать в олимпийских квалификационных турнирах. Все зависит от него».

**Николай БЯСТИНОВ.**



Министерство спорта Республики Саха (Якутия) выражает глубокое соболезнование родным и близким по поводу трагической гибели мастера спорта СССР по вольной борьбе, заслуженного работника физической культуры Российской Федерации, заслуженного тренера Республики Саха (Якутия) **Керемясова Валерия Петровича.**



Намский боотур Вадим Семенов (97 кг) сенсационно побеждает Семена Семенова и приносит единственное золото хозяевам

Первая в истории общекомандная победа Намского улуса, первые чемпионские звания Арьяаана Тютрина, Виктора Рассадина, Германа Устинова и Константина Власова, успешные возвращения легендарных борцов Леонида Спиридонова и Александра Оконешникова, четвертое золото Евгения Коломийца и окончание гегемонии «непобедимого» Семена Семенова – вот чем запомнился очередной чемпионат Якутии по вольной борьбе памяти Н.Н.Тарского.

# Неожиданные возвращения и новые чемпионы Тарского, или Как Намский улус впервые выиграл народный чемпионат



В атаке самый техничный борец чемпионата Николай Охлопков (61 кг). Сунтарец оказался единственным из прошлогодних чемпионов, защитивших свой чемпионский титул

(106). 11. Таттинский (110). 12. Верхоянский (120). 13. Момский (155). 14. Хангаласский (177). 15. Верхневилуйский (180). 16. Вилюйский (197). 17. Нюрбинский (209). 18. Нижнеколымский (217). 19. Абыйский (226). 20. Нерюнгринский (239). 21. Кобяйский (242). 22. Усть-Янский (246).

А теперь перейдем к личным соревнованиям.

## Первые победы Тютрина, Рассадина, Власова и Устинова

57 КГ (53 УЧАСТНИКА). В наилегчайшем весе неожиданно для всех состоялся устьалданский финал. Конечно, в выходе в финал бронзового призера ЧР-2014 Арьяаана Тютрина мало кто сомневался, а вот другой представитель Усть-Алдана Виталий Эспек, можно сказать, сотворил сенсацию. В четвертьфинале 18-летний борец со счетом 9:8 в драматичной схватке одолел одного из главных фаворитов – двукратного чемпиона Тарского, вице-чемпиона международного турнира «Александр Медведь», призера молодежного первенства Европы-2013 Степана Соркова. В полуфинале Эспек праздновал победу над своим земляком Афанасием Вензелем (9:2), который также преподнес сюрприз, выиграв в предварительных схватках у призера первенства мира-2015 среди кадетов Петра Константинова (2:1). В схватке за золото Тютрин за счет

опыта и класса уверенно разобрался с более молодым товарищем по сборной (12:2).

65 КГ (26 УЧАСТНИКОВ). Как и многие ожидали, здесь основная борьба развернулась между четырьмя титулованными борцами – Виктором Рассадиным, Владимиром Флегонтовым, Егором Пономаревым и Вячеславом Ефремовым. Именно они и составили полуфинальные пары. В итоге после упорных поединков в финал вышли Рассадин (Среднеколымск) и Ефремов (Горный). Первый со счетом 12:2 переиграл серебряного призера Голден Гран-при «Иван Ярыгин-2014» Владимира Флегонтова, а второй по качеству победил вице-чемпиона России-2014 Егора Пономарева (3:3). Финал между двумя 22-летними борцами обещал стать интересным. Действительно, так и получилось. Интрига сохранялась до последней секунды. Первый период со счетом 2:0 выиграл Рассадин, однако во втором периоде Вячеслав сравнял счет и вышел вперед (2:2). Оставалось всего ничего. Казалось, более мощный Ефремов сможет удержать победный счет. Ан нет. Виктор молниеносным проходом в ноги забирает еще два балла и выходит победителем. Согласитесь, когда Рассадин не гоняет слишком много килограммов, он показывает совсем иную борьбу. Пора уже делать выводы. Третьи места в активе Егора Пономарева (СВФУ) и Владимира Флегонтова (Нам).

70 КГ (29 УЧАСТНИКОВ). В отсутствие финалистов чемпионата ШВСМ-2016 Виктора Степанова и Александра Контоева многие прочили победу

учитывая их невыразительные выступления в последние годы (7, 8, 9 места). После долгого «затишья» семнадцатикратные победители чемпионата Тарского серьезно взялись за развитие вольной борьбы в улусе и решительно готовы вернуть былые лидирующие позиции. Борьба поддерживается на уровне главы улуса, третий год подряд проводится улусный чемпионат. Прделанная работа уже начинает показывать свои плоды. Кстати, если раньше за Усть-Алдан выступало много воспитанников Мындабинской спортивной школы (Шадрин, Оконешников и другие), то сейчас картина кардинально поменялась – честь улуса защищают одни уроженцы Усть-Алдана.

Тройку лидеров замкнула сборная Чурапчинского улуса (34 очка). В отличие от устьалданцев представители Чурапчи, наоборот, прибавили лишь во втором дне чемпионата. Первый день в их активе была всего одна бронза, но затем медали начали приходить один за другим. Спасительной для них стала категория до 70 кг, где чурапчинцами было завоевано аж три медали – чурапчинский финал Власов-Аянитов и бронза от Аяла Анисимова.

Командный итог: 1. Намский улус (22 очка). 2. Усть-Алданский (31). 3. Чурапчинский (34). 4. Якутск (43). 5. Среднеколымский (52). 6. Амгинский (61). 7. Сунтарский (77). 8. СВФУ (79). 9. Мегино-Кангаласский (81). 10. Горный



Чемпион веса 57 кг Арьяаан Тютрин (слева) выиграл у всех соперников с явным преимуществом

Начнем наш обзор с командных состязаний. В течение двух дней за почетный командный кубок боролись 22 команды. Изначально фаворитами командного зачета являлись сборные Якутска, Намского, Чурапчинского, Среднеколымского, Усть-Алданского улусов. В итоге победу праздновали представители сборной Намского улуса, которые в течение двух лет занимали вторые места и каждый раз оставались в шаге от победы. Но с третьей попытки им удалось завоевать желанный трофей. В этом году они «бросили в бой» 32 спортсмена, из которых семеро поднялись на пьедестал почета – одно золото, два серебра и четыре бронзы. По регламенту победитель общекомандного зачета чемпионата Тарского выявляется по итогам подсчетов, суммарного итога восьми

лучших показателей каждой команды. В случае если у команды нет представителя в одной из категорий, то насчитываются штрафные баллы. Соответственно, для победы необходимо выставить полный и ровный состав. Техническим делегатом чемпионата работал судья экстра-класса Солтан Засеев, специально приглашенный из Перми. Главным судьей – Аркадий Тастыгин (Мегино-Кангаласский улус).

Давайте рассмотрим, кто же добывал намской команде заветные чемпионские очки. Единственную золотую медаль хозяевам принес 30-летний Вадим Семенов (97 кг), выигравший в финале у, казалось бы, непобедимого устьалданца Семена Семенова. Серебряные медали в копилку намской сборной добавили Игорь Софронев (86 кг) и Виталий

Тимофеев (125 кг). Бронзовые медали на счету «легионера» Владимира Флегонтова (65 кг), а также Сергея Семенова (74 кг), Кузьмы Сивцева (86 кг) и Василия Винокурова (86 кг). Кроме того, пятое место завоевал Айаал Охлопков (65 кг). Вот они и сотворили эту историческую победу - 1+2+2+3+3+3+3+5 = 22 очка. Как видите, хозяева основную ставку сделали на полутяжелую и тяжелую весовые категории. Тактика полностью оправдала себя.

Второе место завоевала сборная Усть-Алданского улуса (31 очко). После первого дня соревнований земляки Н.Н.Тарского лидировали в общем зачете с заметным отрывом, но во втором дне они сумели завоевать всего одну бронзовую награду. Тем не менее, второе место можно считать большим успехом,



Евгений Коломиец (125 кг) в финале кладет на туше Виталия Тимофеева и становится четырехкратным чемпионом Якутии



Лучший борец соревнований - Виктор Рассадин (65 кг)



Даже в свои 36 лет Леонид Спиридонов демонстрирует борьбу мирового класса

тии и чемпионата ШВСМ Яном Емельяновым (6:2), а Вадим Семенов на глазах родных болельщиков поочередно взял верх над четырьмя сильными борцами, в том числе над трехкратным чемпионом РС(Я) Александром Оконешниковым (10:0), который решил потрянуть стариной, и призером чемпионата мира по пляжной борьбе Никитой Валеевым (6:2). Оба финалиста не раз поднимались на пьедестал чемпионата Тарского. Семен Семенов является восьмикратным чемпионом, а Вадим завоевывал золотую медаль в 2013 году и шесть раз становился призером. Не секрет, что большинство специалистов и болельщиков заранее отдавали победу более титулованному устьалданцу. Однако спорт есть спорт. Побеждают те, кто лучше готов и больше стремится к победе. Вопреки всем прогнозам Вадим Семенов, на радость местным болельщикам, становится чемпионом (4:3) и приносит в копилку хозяев первую золотую медаль, а себе – вторую по счету титул чемпиона Якутии. Радости намским зрителям не было предела.

125 КГ (16 УЧАСТНИКОВ). В «битве гигантов» была одна интрига – прогрессирующий Евгений Алексеев или многоопытный Евгений Коломиец? По воле слепого жребия оба фаворита встретились уже в первом круге, где победу с минимальным счетом 2:0 одержал Коломиец. Дальше уже все было ясно. Нерюнгринский богатырь, выступающий за Среднеколымский улус, смел всех с ковра и предсказуемо поднялся на высшую ступень пьедестала почета. Причем уже в четвертый раз за свою карьеру.

### Список чемпионов и призеров

57 кг. 1. Арьяан Тютрин (Усть-Алдан). 2. Виталий Эспек (Усть-Алдан) 3. Степан Соркоков (СВФУ) и Георгий Окорочков (Амга).



Радости хозяевам нет предела! Намский улус впервые в своей истории становится победителем общекомандного зачета чемпионата РС(Я) по вольной борьбе памяти Н.Н.Тарского

61 кг. 1. Николай Охлопков (Сунтар) 2. Дмитрий Аксенов (СВФУ) 3. Владислав Петров (Якутск) и Ньургун Александров (Верхневилуйск).

65 кг. 1. Виктор Рассадин (Среднеколымск) 2. Вячеслав Ефремов (Горный) 3. Владимир Флегонтов (Нам) и Егор Пономарев (СВФУ).

70 кг. 1. Константин Власов (Чурапча) 2. Николай Аянитов (Чурапча) 3. Аял Анисимов (Чурапча) и Игнат Андросов (Татта).

74 кг. 1. Герман Устинов (Амга) 2. Владимир Данилов (Сунтар) 3. Сергей Семенов (Нам) и Семен Кычкин (Чурапча).

86 кг. 1. Леонид Спиридонов (Хангалас) 2. Игорь Софронеев (Нам) 3. Кузьма Сивцев (Нам) и Василий Винокуров (Нам).

97 кг. 1. Вадим Семенов (Нам) 2. Семен Семенов (Усть-Алдан) 3. Ян Емельянов (Сунтар) и Александр Оконешников (Чурапча)

125 кг. 1. Евгений Коломиец (Среднеколымск) 2. Виталий Тимофеев (Нам) 3. Евгений Алексеев (Усть-Алдан) и Степан Гаврильев (Амга).

### Статистика чемпионов

Как показывает статистика, по набранному баллам не было равных сунтарцу Николаю Охлопкову (61 кг) – 62 балла в 6 схватках. Не зря организаторы признали его лучшим борцом соревнований.

Немного от него отстал устьалданец Арьяан Тютрин (57 кг) – 59 баллов в 6 схватках. Причем, в отличие от Охлопкова Тютрин абсолютно все встречи завершил досрочно. С явным преимуществом.

Самую надежную защиту показал действующий абсолютный чемпион России нерюнгринец Евгений Коломиец (125 кг), выступавший за Среднеколымский улус. Коломиец не отдал соперникам ни одного балла и уверенно выиграл чемпионство. В финале он за несколько секунд уложил на лопатки прошлогоднего вице-чемпиона Якутии Виталия Тимофеева из Намского улуса.

Всего один проигранный балл в своем активе имеет 21-летний амгинец Герман Устинов (74 кг), по два балла отдал опытный Леонид Спиридонов (86 кг) и 20-летний Константин Власов (70 кг).

Спецприз «За лучшую технику» получил колымский боотур Виктор Рассадин (65 кг). Четыре из пяти схваток Виктор завершил досрочно и показал очень качественную борьбу, которую по достоинству оценили все специалисты и болельщики. Действительно, когда он свеж и не гоняет много кило – Рассадин-старший совсем другой борец.

Призом «За волю к победе» был заслуженно награжден

хозяин ковра Вадим Семенов, принесший Намскому улусу единственную золотую медаль. Более того, Вадим в финале в упорном противостоянии одолел извечного соперника Семена Семенова (4:3), которому до этого уступал семь раз. Настоящий герой своего родного улуса!

### 57 КГ. АРЬЯАН ТЮТРИН (УСТЬ-АЛДАН)

Квалификация: Ян Свинобоев (Сунтар) – 12:1  
1/16 финала: Никита Васильев (Татта) – 11:0

1/8 финала: Федор Постников (Чурапча) 10:0  
1/4 финала: Александр Прохоров (Горный) – 10:0

1/2 финала: Георгий Окорочков (Амга) – 4:0 и туше  
Финал: Виталий Эспек (Усть-Алдан) – 12:2

Соотношение баллов: 59-3  
61 КГ. НИКОЛАЙ ОХЛОПКОВ (СУНТАР)

Квалификация: Андрей Павлов (Сунтар) – 10:0  
1/16 финала: Ньургун Александров (Верхневилуйск) – 12:2

1/8 финала: Асам Попов (Татта) – 10:0  
1/4 финала: Эдуард Григорьев (Чурапча) 9:2

1/2 финала: Александр Рассадин (Среднеколымск) – 12:0 и туше  
Финал: Дмитрий Аксенов (СВФУ) – 9:4

Баллы: 62-6  
65 КГ. ВИКТОР РАССАДИН (СРЕДНЕКОЛЫМСК)

Квалификация: Серафим Терентьев (Мегино-Кангалас) – 12:1  
1/8 финала: Аяал Охлопков (Нам) – 10:0

1/4 финала: Владимир Афанасьев (Чурапча) – 2:0 и туше  
1/2 финала: Владимир Флегонтов (Нам) – 13:2

Финал: Вячеслав Ефремов (Горный) 4:2  
Баллы: 41-5  
70 КГ. КОНСТАНТИН ВЛАСОВ (ЧУРАПЧА)

Квалификация: Иннокентий Тымыров (Якутск) – 11:0  
1/8 финала: Петр Сивцев (Нам) 10:0

1/4 финала: Дьулус Сивцев (Мегино-Кангалас) – 3:0  
1/2 финала: Игнат Андросов (Татта) – 3:2

Финал: Николай Аянитов (Чурапча) – 3:0  
Баллы: 30-2  
74 КГ. ГЕРМАН УСТИНОВ (АМГА)

1/8 финала: Петр Жирков (Амга) – 10:0  
1/4 финала: Семен Кычкин (Чурапча) – 10:0

1/2 финала: Прокопий Петров (Якутск) – +1:1  
Финал: Владимир Данилов (Сунтар) 10:0  
31-1  
86 КГ. ЛЕОНИД СПИРИДОНОВ (ХАНГАЛАС)

Квалификация: Алексей Андросов (СВФУ) – 10:0  
1/8 финала: Сергей Шарин (Среднеколымск) – 12:0

1/4 финала: Семен Аммосов (Чурапча) – 6:0 и туше

1/2 финала: Василий Винокуров (Нам) – 7:2

Финал: Игорь Софронеев (Нам) 3:0  
Баллы: 38-2

### 97 КГ. ВАДИМ СЕМЕНОВ (НАМ)

Квалификация: Семен Аммосов (Амга) – 10:0  
1/8 финала: Александр Оконешников (Чурапча) – 10:0

1/4 финала: Алексей Шукуев (Среднеколымск) – 10:0  
1/2 финала: Никита Валеев (Якутск) – 3:1

Финал: Семен Семенов (Усть-Алдан) – 4:3  
Баллы: 37-4  
125 КГ. ЕВГЕНИЙ КОЛОМИЕЦ (СРЕДНЕКОЛЫМСК)

1/8 финала: Евгений Алексеев (Усть-Алдан) – 2:0  
1/4 финала: Василий Кутуков (Нам) 10:0

1/2 финала: Баир Укоев (Якутск) – 8:0  
Финал: Виталий Тимофеев (Нам) – 4:0 и туше  
Баллы: 24-0

### Кто же побьет рекорд Кудрявцева?

Увы, самые многократные чемпионы Якутии из действующих борцов Семен Семенов (8 раз) и Дмитрий Шадрин (7 раз) не смогли обновить свой личный рекорд. А им уже по 33 года.

Учитывая возраст наших сегодняшних неоднократных чемпионов, повторение уникального рекорда Игоря Кудрявцева в ближайшее десятилетие является практически невозможным. Напомним, Игорь Еремеевич 15 (!) раз становился чемпионом республики (1969, 1972, 1973, 1974, 1976, 1977, 1978, 1982, 1983, 1984, 1986, 1987, 1990, 1993, 1996), 6 раз был серебряным призером (1968, 1975, 1980, 1981, 1988, 1992) и один раз бронзовым призером ЯАССР (1994). С огласитесь, феноменальное достижение.

Более близок к его рекорду был лишь Юрий Андреев, выигравший чемпионат Якутии 13 раз (1970, 1976, 1979, 1980, 1981, 1982, 1983, 1984, 1985, 1986, 1987, 1991, 1992, 1994гг.).

Десятикратным чемпионом является Максим Васильев, девятикратным – Ньургун Чуков.

8-кратные – Василий Румянцев, Захар Чуков, Роман Цыпандин и Семен Семенов;

7-кратные – Николай Гоголев, Максим Сибиряков, Анатолий Константинов, Анатолий Андреев, Герман Контоев и Дмитрий Шадрин.

Николай БЯСТИНОВ,  
фото А.Назарова,  
П.Павлова.

Игнату Андросову, Николаю Аянитову или Аялу Анисимову. Среди лидеров также значились Андрей Бекренев и Ваир Бурцев. К всеобщему удивлению, золотая медаль досталась 20-летнему Константину Власову. Причем, выиграл он уверенно и без всяких вопросов.

### Вадим – двукратный, Леонид – трехкратный, Евгений – четырехкратный!

«Я родился в селе Тумул Мегино-Кангаласского улуса, – говорит после финала Константин Власов, – сейчас учусь на третьем курсе Чурапчинского государственного института физкультуры и спорта. После участия в турнире Ярыгина и серебряного успеха на Всероссийском турнире на призы Красноярской ШВСМ-2016, чувствую уверенность в себе. Никогда раньше не встречался с Андросовым и Аянитовым, против них было очень трудно. Однако я действующий борец, поэтому обязан был их победить».

74 кг (23 участника). Здесь состоялась повторение финала чемпионата Якутска-2015 и январского чемпионата ШВСМ-2016 Герман Устинов (Амга) – Владимир Данилов (Сунтар). Для обоих самых трудными получились схватки за выход в финал. Уверенно пройдя предварительные схватки, Устинов в равном противостоянии с минимальным счетом выиграл у чемпиона России-2002 неуязвимого Прокопия Петрова (+1:1), а Данилов лишь по качеству одолел местного трехкратного призера Тарского Сергея Степанова (+6:6). В январе этого года Владимир неожиданно для всех победил Устинова, поэтому многие ждали упорного и равного поединка. Но борьбы как таковой не получилось. 21-летний амгинец уже в первом периоде сделал счет 10:0 в свою пользу и досрочно завоевал чемпионство. Отметим, что одни из лидеров данной группы Тимур Николаев (СВФУ) и Рустам Машарипов (Чурапча) провели всего по одному кругу.

«В январе я проиграл Данилову из-за того, что был не в лучшей форме, – признался Герман Устинов, – мы тогда прилетели со сборов, и я находился в «яме». До этого на чемпионате Якутска выиграл у него досрочно со счетом 10:0, так выиграл и сегодня. Труднее всего было бороться с Прокопием Петровым. Он опытный и сильный борец, не смог взломать его оборону. Значит надо совершенствоваться и прибавлять в атаке. Пришлось просто измотать Петрова, можно сказать, выиграл у него за счет молодости и хорошей функционалки».

61 КГ (43 УЧАСТНИКА). Из прошлогодних чемпионов Тарского лишь сунтарцу Николаю Охлопкову удалось защитить свой титул. Как и в прошлом году, Охлопков не нашел себе равных 20-летний борец поразил всех искрометной и остро атакующей борьбой. Буквально в каждой встрече Николай совершал красивейшие, амплитудные четырехбалльные броски, которые стали настоящим украшением чемпионата. В финале против Дмитрия Аксенова он, проигрывая со счетом 1:4, сумел не только выйти вперед (5:4), но и завершить схватку красивым броском. Буквально с гонгом Николай бросил Аксенова на 4 балла и заслуженно во второй раз надел на шею золотую медаль.

86 КГ (30 УЧАСТНИКОВ). После долгого перерыва на борцовский ковер вернулся 36-летний участник двух Олимпиад, бронзовый призер ЧМ-2009, чемпион Азии Леонид Спиридонов. Да, многие прогнозировали его возможную победу, но никто не знал, что она будет такой безоговорочной. Как и в былые времена, Спиридонов был ловок, быстр и хладнокровен. Было видно, что Леонид подошел к соревнованиям в хорошей форме и должным настроением. В полуфинале Спиридонов взял убедительный реванш у Василия Винокурова (7:2), который пару лет назад нанес ему неожиданное поражение. Таким образом, Леонид Спиридонов становится трехкратным чемпионом Якутии.

«Выйти на ковер вынудил меня младший сын Сандар, – признается Леонид, – он никогда не видел мои схватки вживую. Только по ТВ и Интернету. Я не смог ему отказать и обещал выступить на Тарском. Соответственно, хорошо подготовился к данному чемпионату и привез в Намцы двоих сыновей. На их глазах я не мог проиграть, хотя сильных соперников в нашем весе было достаточно. Выиграл за счет хорошего настроения и опыта».

97 КГ (20 УЧАСТНИКОВ). В этой категории за золотую медаль поспорили два Семенова – Семен и Вадим. Для обоих выход в финал не получился легкой «прогулкой». Оба борца прошли через сито непростых соперников. Вице-чемпион Азии Семен Семенов в полуфинале одержал трудовую победу над действующим чемпионом Яку-



# Ненад Лалович: «У вас большие шансы принять чемпионат мира по пляжной борьбе»

Окончание.  
Начало в предыдущем номере.



уверен, что результат по количеству и качеству будет соответствовать той работе, которая проводится в России.

**- Мы представили сегодня якутскую борьбу хапсагай. Что вы о ней можете сказать?**

- Хапсагай – просто фантастика! Он нам очень нравится. Я думаю, что можно чуть-чуть согласовать правила, и можно будет бороться даже в африканской саванне, правила немного схожи. Презентация была очень интересной.

**- Наши ребята успешно борются и в пляжной борьбе, и трижды представляли Россию на чемпионатах мира.**

- Конечно, ваш хапсагай очень близок к пляжной борьбе.

**- И поэтому мы хотим предложить в обозримом будущем провести чемпионат мира по пляжной борьбе у нас, в Якутии.**

- Вы можете сразу отправить нам свое предложение. Чемпионат 2016 года будет в Хорватии. На 2017 год есть только одна кандидатура, и я думаю, если вы отправите предложение, не откладывая, у вас будут большие шансы принять этот чемпионат.

**- Спасибо большое!**  
**- Спасибо вам.**

В разговор включается Петр Юмшанов.

- Мы проводим два международных турнира по вольной борьбе – памяти олимпийского чемпиона Романа Дмитриева и его прославленного тренера Дмитрия Коркина. Хотим, чтобы вы приехали к нам в гости на турнир Дмитриева. Он – самый почитаемый у нас олимпийский чемпион.

**- Или осенью, на турнир Коркина.**

- Я слышал и очень хорошо знаю об этих турнирах и рад был бы приехать, и давно это обещал. Но проблема с рукой (г-н Лалович приехал на форум в гипсовом корсете, поддерживающем сломанную ключицу), и еще болею уже два с половиной года. Когда решится это вопрос, сразу же приеду к вам.

**- Спасибо вам, г-н Лалович.**  
**- Спасибо, Петя.**

Беседовал Владислав КОРОТОВ.

**- Господин президент, поздравляем вас с успешным завершением первой части форума. Что вы можете сказать об итогах сегодняшнего дня?**

- Я просто удивлен тем, что увидел и что узнал сегодня. Мне очень нравится атмосфера, в которой мы работаем. И атмосфера, и желание представителей разных видов традиционной борьбы, которые пришли в нашу организацию и с нами вместе работают. Мы готовы отдать, что мы имеем – организацию, инфраструктуру и, наконец, лучшую промоцию (поддержку) традиционных видов борьбы.

**- В свете предстоящей Олимпиады что можете сказать о якутских борцах, кого вы знаете?**

- О-о (от души смеется), знаете, вы самый сильный локал-патриот. Они там (на Олимпиаде) входят как представители российской команды. Я уверен, что российская команда поедет очень сильная, как обычно. И

## Масрестлеры почтили память Романа Дмитриева

11 февраля 2010 года безвременно оборвалась жизнь выдающегося спортсмена, чемпиона Олимпийских игр 1972 года в Мюнхене, серебряного призера Олимпийских игр 1976 года в Монреале, чемпиона мира, Европы, обладателя Кубка мира, многократного победителя и призера международных турниров, шестикратного чемпиона СССР, заслуженного мастера спорта СССР, кавалера орденов «Полярная звезда» и «Знак почета», депутата Государственного собрания (Ил Тумэн) Республики Саха (Якутия) Романа Дмитриева. Спортивный мир потерял в этот день великого спортсмена и гражданина с большой буквы.

Роман Михайлович после завершения блестящей спортивной карьеры с 1981 года на протяжении многих лет входил в тренерский штаб сборной СССР, тренировал юниорскую сборную России, работал в Федерации спортивной борьбы России. Он много сил и времени отдавал служению родной республике, пропагандируя национальные виды спорта Якутии. Работая начальником Управления спорта Постоянного представительства Республики Саха (Якутия) при Президенте Российской Федерации особое внимание уделял популяризации масрестлинга в столице нашей страны.

Якутский национальный вид спорта «перетягивание палки» получил признание в России и далеко за ее рубежами под современным названием «мас-рестлинг», предложенным именем Романом Михайловичем. По его инициативе в 2005 году в Москве состоялся первый чемпионат страны по мас-рестлингу. Через два года в центре столицы прошел первый абсолютный чемпионат России по перетягиванию палки.

В благодарности за личный вклад в продвижение мас-рестлинга в нашей стране Александр Акимов, будучи тогда президентом Всероссийской федерации мас-рестлинга, принял решение традиционно проводить масштабные соревнования по мас-рестлингу памяти великого сына народа саха. В этом году они вошли в официальный календарь Минспорта России и состоялись 14 февраля во Дворце борьбы имени

друга и соратника Р.М. Дмитриева – Ивана Сергеевича Ярыгина.

В семи весовых категориях среди мужчин и пяти женских приняли участие спортсмены Владимирской, Вологодской, Ивановской, Калужской, Московской, Тверской областей, Республики Саха (Якутия), Чувашской Республики, Ямало-Ненецкого автономного округа и города федерального значения Москвы.

На торжественном открытии соревнований Почетный президент Всероссийской федерации мас-рестлинга, президент Международной федерации мас-рестлинга, заместитель председателя Комитета по федеративному устройству, региональной политике, местному самоуправлению и делам Севера Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации Александр Акимов тепло приветствовал участников и сердечно поблагодарил всех за то, что помнят выдающегося якутского спортсмена мирового уровня и ежегодно приезжают в Москву почтить его память. В завершение своей яркой речи Александр Константинович отметил отличившихся руководителей региональных организаций, развивающих мас-рестлинг, и вручил им памятные сувениры и книги о Р.М. Дмитриеве.

В этот памятный день с российскими масрестлерами был директор Департамента государственной политики в сфере спорта и международного сотрудничества Министерства спорта Российской Федерации Борис Гришин, который поделился своими воспоминаниями: «Сегодня здесь проходит свой первый чемпионат России по мас-рестлингу. Для меня как участника Олимпийских игр это очень символично и здорово. Мас-рестлинг довольно-таки силовой и технический вид спорта, скажем, пятьдесят на пятьдесят. Со стороны кажется легким просто выдернуть у соперника палку. Но это не так, очень непросто как кажется. Надо очень постараться, чтобы это сделать. Здесь нужны и сила, и техника. Нужна большая тренировка, большой опит. Для меня якутский вид спорта – это не ново. Я знаю про якутские прыжки. Сегодня с большим удовольствием принимаю участие в этих соревнованиях, и в будущем я буду наращивать свое мастерство и также намерен участвовать в таких соревнованиях. У меня сейчас нет реально какого-нибудь спарринг-партнера, с которым бы я мог тренироваться. Пока я пробую свои силы только на соревнованиях. Для меня это интересно».

Во Дворце борьбы имени Ярыгина данные соревнования проводятся впервые, хотя в Москве они уже проводились, в рамках национального праздника ысыах. Тогда количество участников было меньше, но, учитывая, что сегодня Министерство спорта России дало полномочия по развитию мас-рестлинга на всей территории Российской Федерации, статус турнира стал всероссийским.

Я прекрасно помню, когда был проведен первый турнир памяти Романа Михайловича Дмитриева. Не так было много народу, но это было, знаете, такое душевное, теплое мероприятие, которое произвело на меня неизгладимое впечатление. Сейчас соревнования стали уже традиционными, ежегодными. География



участников расширяется, количество субъектов увеличивается, и уровень проведения соревнований с каждым годом становится все лучше и лучше. Вид спорта еще новый, не все его в России знают, но его популярность его с каждым годом становится все больше и больше».

Символичным было участие в данных соревнованиях чемпиона Олимпийских игр 2008 года по прыжкам в высоту Андрея Сильнова, который также отметил значимость проведения мемориала олимпийского чемпиона Романа Дмитриева:

«Я принимаю участие уже второй раз в соревнованиях по мас-рестлингу. Мне очень приятно, в первую очередь, попробовать свои силы и что-то новое для себя открыть. Это очень приятно. Тем более соревнования посвящены памяти олимпийского чемпиона Романа Дмитриева. Для меня как участника Олимпийских игр это очень символично и здорово.»

Мас-рестлинг довольно-таки силовой и технический вид спорта, скажем, пятьдесят на пятьдесят. Со стороны кажется легким просто выдернуть у соперника палку. Но это не так, очень непросто как кажется. Надо очень постараться, чтобы это сделать. Здесь нужны и сила, и техника. Нужна большая тренировка, большой опит.

Для меня якутский вид спорта – это не ново. Я знаю про якутские прыжки. Сегодня с большим удовольствием принимаю участие в этих соревнованиях, и в будущем я буду наращивать свое мастерство и также намерен участвовать в таких соревнованиях. У меня сейчас нет реально какого-нибудь спарринг-партнера, с которым бы я мог тренироваться. Пока я пробую свои силы только на соревнованиях. Для меня это интересно».

В ходе бескомпромиссных схваток выявились победители и призеры, которые согласно утвержденному Министерством спорта России Положению о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по мас-рестлингу на 2016 год получили допуск к участию в чемпионате России по мас-рестлингу 22-25 апреля в Твери.

### Победители и призеры

#### женщины

**до 55 кг**  
1 место – Терентьева Анна, РС(Я)  
2 место – Охлопкова Анна, РС(Я)  
3 место – Болотова Елена, Москва

**до 65 кг**  
1 место – Белолюбская Екатерина, РС(Я)  
2 место – Турчина Алина, РС(Я)  
3 место – Окорокова Анна, РС(Я)  
3 место – Смирнова Кристина, Калужская обл.

**до 75 кг**  
1 место – Березовская Елена, Московская обл.

**до 85 кг**  
1 место – Мьякишева Варвара, РС(Я)  
2 место – Седалищева Саина, РС(Я)  
3 место – Лоцик Мария, Москва  
3 место – Аникеева Мария, Калужская обл.

**свыше 85 кг**  
1 место – Ракица Анжелика, Москва  
2 место – Агеева Наталья, Калужская обл.  
3 место – Гарникова Евгения, Москва  
3 место – Беляева Яна, Московская обл.

#### мужчины

**до 60 кг**  
1 место – Черкашин Сергей, РС(Я)

2 место – Сосин Степан, РС(Я)  
3 место – Неустроев Дмитрий, РС(Я)  
3 место – Кычкин Павел, РС(Я)

**до 70 кг**  
1 место – Борисов Геннадий, РС(Я)  
2 место – Емельянов Михаил, РС(Я)  
3 место – Сэротэтто Дмитрий, (ЯНАО, Тазовский район)  
3 место – Орлов Артур, РС(Я)

**до 80 кг**  
1 место – Прокопьев Мичил, РС(Я)  
2 место – Федоров Алексей, (РС(Я))  
3 место – Лысенко Артем, (Калужская обл.)  
3 место – Гладков Анатолий, РС(Я)

**до 90 кг**  
1 место – Черногоградский Павел, РС(Я)  
2 место – Попов Дмитрий, РС(Я)  
3 место – Белолюбский Иван, РС(Я)  
3 место – Баишев Егор, РС(Я)

**до 105 кг**  
1 место – Докалов Виктор, РС(Я)  
2 место – Гоголев Михаил, РС(Я)  
3 место – Журавлев Михаил, Калужская обл.  
3 место – Шмырев Анатолий, Владимирская обл.

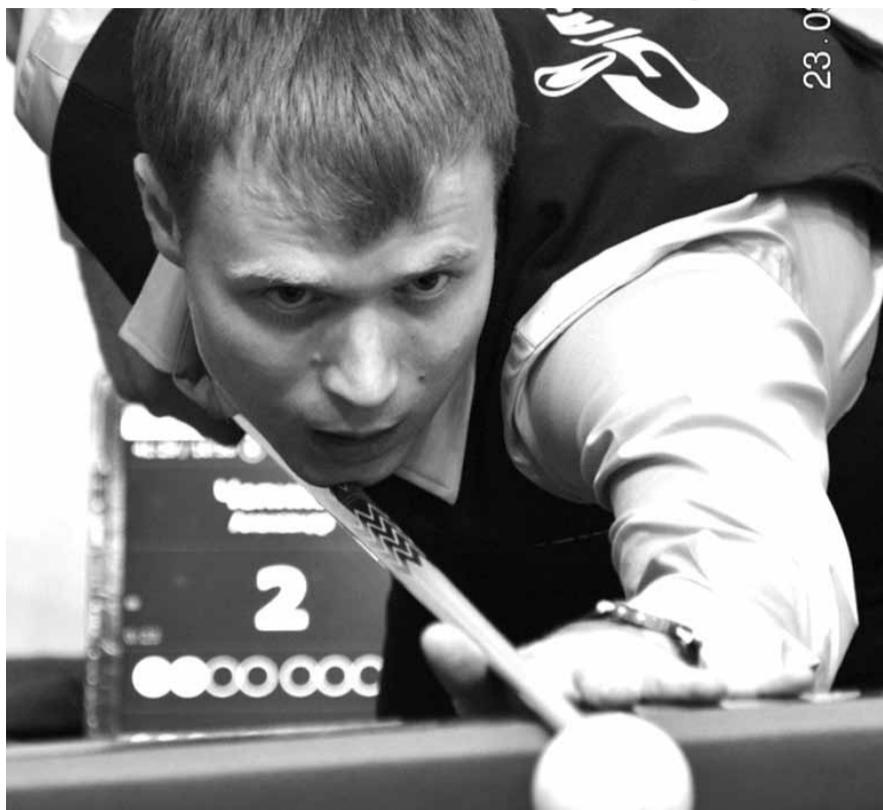
**до 125 кг**  
1 место – Баишев Анатолий, РС(Я)  
2 место – Шуркин Сергей, Республика Чувашия  
3 место – Антропов Николай, Тверская обл.  
3 место – Комиссаров Андрей, Калужская обл.

**свыше 125 кг**  
1 место – Чирков Анатолий, Московская обл.  
2 место – Туркин Константин, Московская обл.  
3 место – Терешко Валерий, Московская обл.

Лена ТОМСКАЯ.



# Александр Чепиков - чемпион России... спустя девять лет!



Триумфальной победой Александра Чепикова завершился в Иркутске чемпионат России по бильярдному спорту в дисциплине комбинированная пирамида.

В финале со счетом 6-4 был повержен мастер спорта международного класса Павел Кузьмин. Примечательно, что именно у Павла Кузьмина в далеком уже 2007 году Александр выиграл первый свой чемпионат России. И вот такое радостное повторение спустя 9 лет.

Чтобы стать первым из 82 участников, Александру без поражений пришлось пройти 8 турнирных кругов. И если до четвертьфинала наш спортсмен уверенно выиграл у всех оппонентов, то с чемпионом мира 2013 года Тузовым Сергеем пришлось показывать все свое мастерство и харак-

тер. Проигрывая по ходу встречи 1-4 по партиям, Чепиков уже казалось в безнадежной ситуации, сумел зацепиться и буквально шар за шаром сравнять счет 4-4. После чего уже Тузов ничего не смог противопоставить разыгравшемуся якутянину, итоговый счет 6-4 по партиям. Этот матч по праву был признан всеми экспертами лучшим на чемпионате.

В полуфинале с разгромным счетом 6-1 был повержен один из самых техничных и стабильных игроков России оренбуржец Олег Еркулев, который до этого чемпионата неизменно выигрывал у Чепикова.

Ну и в самом финале Александр уверенно взял бразды правления в свои руки и довел игру до победы. Таким образом, наш спортсмен завоевал не только титул чемпиона, но и единственную разыгрываемую путевку на мартовский чемпионат мира в Казахстане.



## «Последние 20 км держалась из последних сил»



Легкоатлетка Наталья Сотникова стала обладателем Кубка России, преодолев дистанцию в 100 километров.

С результатом 8 часов 11 минут обошла своих соперников Наталья Сотникова на сверхмарафоне. Таким образом, спортсменка выполнила норматив мастера спорта российской федерации.

Вместе с ней бежали мастера спорта международного класса Надежда Шиханова и Ирина Антропова, которые вначале пробега задали темп, но перед последними 20 километрами сошли с дистанции.

«Мой тренер Татьяна Жиркова сказала, чтобы я бежала по своему времени и не спешила. Поэтому я не стала паниковать, когда соперницы ринулись вперед. Первые 10 километров бежала шестой. Конечно, обидно очень, что Антропова, которая лидировала, сошла с дистанции, когда осталось всего 20 километров, после целых 80! Честно сказать, последние 20 километров я держалась изо всех сил. Думаю, мне в этом помогли упорные тренировки», - сообщила газете «Спорт Якутии» Сотникова.

Помимо Натальи Сотниковой, представлять республику выехали мастер спорта международного класса Семен Дедюкин, который получив травму во время бега, вынужден был покинуть место соревнований, а также Саргылана Неустроева, занявшая на сверхмарафоне третье почетное место, тренером которой является Татьяна Ариносова.

Стоит отметить, что Наталья Сотникова впервые участвует в подобном сверхмарафоне, когда как раньше она выступала на полумарафонах с дистанцией 21 километр.

«Мой тренер Татьяна Жиркова специализировалась на дистанциях в 100км, поэтому меня давно привлекала эта дистанция. Верила, что добьюсь большего. Мы с ней все обсудили, и она согласилась, что я больше темповик, чем скоростная, и решили попробовать», - говорит победительница Кубка России.

В планах у Натальи Сотниковой подготовка к чемпионату России, где сверхмарафон уже пройдет по шоссе.

**Евдокия ЕФИМОВА,**  
фото Марфы ПАХОВОЙ



## Победы томпонских бильярдистов на чемпионате Заречья

6-7 февраля в г.Якутске при поддержке Федерации бильярдного спорта Республики Саха (Якутия) состоялся очередной праздник бильярда: II чемпионат по бильярдному спорту среди заречных улусов.

По опыту первого чемпионата прошлого года в с.Крест-Хальджай (Томпонский улус) было понятно, что ни в одном наслеге Заречья нет возможности принять большой турнир. Из-за большого количества желающих участвовать федерацией было принято решение провести чемпионат в Якутске. И ожидания организаторов оправдались с лихвой: из пяти улусов приехали 65 участников, самое большое количество из Томпонского улуса - 21, Таттинский - 17, Усть-Алданский - 13, Амгинский - 8, Чурапчинский - 5. Причем все участники проживают в Заречье и приехали специально для участия в этом чемпионате.

Чемпионат прошел по олимпийской сетке с выбыванием после второго поражения, разделение на ветеранов и молодежь не проводилось. Игры прошли в трех бильярдных залах: ЦСП «Триумф», БК «Зеленая миля» и СК «Элэй Боотур».

Право торжественного разбития символической пирамиды было предоставлено олимпийскому чемпиону по вольной борьбе Павлу Павловичу Пинигину.

В результате двухдневных баталий полуфинальные пары составили Ефимов Артем (Томпонский)-Тарбахов Владимир (Таттинский) и Попов Сергей-Сивцев Петр, оба томпонские. На-

бравший ход Артем Ефимов уверенно выиграл со счетом 4-0 полуфинал и с таким же счетом финал у Петра Сивцева. Одержав всего по ходу чемпионата семь побед, Артем Ефимов, ученик 10 класса из с.Крест-Хальджай (Томпонского улуса), воспитанник местной бильярдной секции при ДЮСШ (тренер Мичил Жирков), получил первый в своей жизни кубок победителя крупного турнира.

Малый финал за третье место между Владимиром Тарбаховым и Сергеем Поповым сложился более драматично. Соперники оказались равны по игре, при счете 7-6 по шарам в контрольной партии, шар после удара Тарбахова застревает в лузе. Такую удачу Попов не упустил и завоевал третье место.

Таким образом, в призовую тройку вошли только бильярдисты из Томпонского улуса. Абсолютный триумф одной команды в стенах ЦСП «Триумф», где проходили финальные игры.

**Михаил Алексеев,** глава п.Хандыга, президент Федерации бильярдного спорта Томпонского улуса:

- Не каждый чемпионат собирает такое количество участников - 65 человек. Это говорит о большом интересе и о потенциале развития бильярда в заречных районах. Рад, что именно томпонские бильярдисты завоевали весь пьедестал чемпионата. За этим стоит большой труд энтузиастов и самих спортсменов.

Хочу поблагодарить Федерацию бильярдного спорта Республики Саха (Якутия) за содействие в организации чемпионата и предоставление хороших условий для проведения игр, а также ООО «НПО ЦОДИТ» в лице генерального директора Софьи Георгиевны Тирон за оказание спонсорской помощи.



# Александр Власов: «Стартовала подготовительная работа к Играм «Дети Азии»»

## ДЕТИ АЗИИ В МЕЖДУНАРОДНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



Александр Власов уже в третий раз возглавляет оперативный штаб подготовки к Играм «Дети Азии». Сегодня он отвечает на наши вопросы.

**– Александр Васильевич, как идет подготовка к Играм?**  
– Сегодня заслушали доклады всех комиссий, которые работают над проведением Игр «Дети Азии». Но окончательную оценку о ходе подготовки мы сможем сделать 25 февраля, когда выступят представители Роспотребнадзора и руководители комиссий по пожарной безопасности и подготовке объектов. Вот тогда мы сможем дать наиболее точную информацию о ходе подготовки.  
Большая часть запланированных работ находится на этапе готовности. Я уже третий раз руковожу работой оперативного штаба, и знаю, что в феврале традиционно разворачивается организационная работа. И эта работа связана с такими важными

моментами как питание, размещение и места проведения соревнований. Сейчас мы не можем говорить о том, что они готовы на 100 процентов, потому что только начались ремонтные работы.  
А окончательная информация, в принципе, будет в середине июня, когда мы можем заявить о соответствующей готовности. Сборные команды республики по видам спорта готовятся по плану, и мы надеемся, что они выступят успешно.  
**– Все страны-участницы Игр официально подтвердили свое участие?**  
– Этим занимается соответствующая комиссия. По их информации ожидается участие 38 стран. Команды, представляющие Российскую Федерацию, традиционно будут представлены во всех видах спорта. Это команды Уральского, Сибирского и Дальневосточного федерального округов. Я не сомневаюсь, что все они составят очень серьезную конкуренцию зарубежным командам. По опыту знаю, что зарубежные ко-

манды уточняют списки участников к началу июня. Ну а то, что на Играх будет представлено рекордное количество участников – это однозначно.  
**– А какого вы мнения о новом формате Игр: Якутск – зарубежная страна – Якутск?**  
– Это решение Международного комитета Игр «Дети Азии», и я к этому отношусь положительно. Мы в течение довольно длительного периода шли на то, чтобы уровень Игр поднялся еще выше.  
**– Известна ли страна, которая примет Игры «Дети Азии» в 2020 году?**  
– Насколько я знаю, на сегодня несколько стран готовы решить этот вопрос положительно. И я думаю, что этот вопрос будет решен к началу Игр, чтобы во время торжественной церемонии закрытия передать флаг стране-организатору Игр 2020 года.  
**– Какая работа ведется с Олимпийским советом Азии (ОСА) и Олимпийским комитетом России (ОКР)?**  
– Такая работа ведется на постоянной основе и главой республики Егором Борисовым, и Международным комитетом Игр «Дети Азии», президентом которого является Дмитрий Глушко.  
Вы своими вопросами маленько расширили поле моей деятельности. В чем роль оперативного штаба Игр «Дети Азии», который я возглавляю? Это – взаимодействие с комиссиями и решение оперативных вопросов. То есть оперативный штаб решает самые приземленные вопросы. Это – обеспечение питания, размещения и проведения соревнований.  
**– На стадионе «Туймаада» пойдут новые трибуны?**  
– Да, там будут установлены раздвижные трибуны, они предусмотрены в смете. После Игр эти трибуны будут использоваться на других мероприятиях. При проведении каких-нибудь крупных соревнований мы можем перенести их на другие спортивные объекты, увеличивая зрительские места. Вот, допустим, у нас будет проходить чемпионат России по вольной борьбе в ЦСП «Триумф». И используя эти раздвижные трибуны, мы можем увеличить зрительские трибуны еще на 1 200-1 500 мест. В итоге «Триумф» может вместить около пяти тысяч зрителей.  
**– Спортивные объекты Якутска справятся проведением соревнований по 22 видам спорта?**  
– Справятся, благо в Якутске есть такие великолепные спортивные объекты, как ЦСП «Триумф», плавательный бассейн «Чолбон», стадионы «Туймаада» и «Юность», Ледовый дворец «Элэй Боотур». На сегодняшний день есть подробное расписание соревнований VI Игр «Дети Азии».  
**– Александр Васильевич, у вас богатый опыт по части организации крупных спортивных соревнований. Есть ли сейчас какие-то слабые звенья в подготовительной работе.**

– Я могу сказать, что слабых звеньев довольно мало, хотя, как я уже сказал, на сегодняшний день рано ставить оценку ходу подготовительных работ. Есть, конечно, проблемы, но мы с ними справимся. На сегодняшнем совещании, например, поступила информация, что не до конца отработан вопрос финансирования ряда объектов федерального университета.  
**– Есть какие-то принципиально новые моменты в организационной работе?**  
– Нет, в принципе таких моментов. Другой вопрос, что в комиссиях есть новые люди, которые только входят в курс этих дел. Для них все эти организационные моменты являются новой учебой. А общая схема работы оперативного штаба очень четкая и ясная. Другой вопрос, что практическое исполнение может столкнуться с какими-то проблемами.  
**– Почти все спортивные объекты Якутска уже сейчас готовы к проведению крупных соревнований. И им, скорее всего, предстоит косметический ремонт?**  
– Да, им предстоит косметический ремонт, некоторые объекты особо и ремонтировать не надо. В них надо навести порядок, помыть, почистить, и они будут готовы к проведению соревнований.  
**– Вопросы размещения и питания участников также требуют больших организационных мер.**  
– Да, конечно, на сегодняшнем совещании вы слышали, что, мы, в принципе, готовы к тому, чтобы разместить больше 9-ти тысяч человек, а кормить – 13 тысяч человек. Поэтому в целом есть готовность принять Игры.  
**– А что вы скажете о вопросах благоустройства, озеленения и соответствующего оформления нашей столицы?**  
– Город Якутск имеет соответствующую схему благоустройства. По этой схеме они продолжают дальше работать. 1 марта мы их заслушаем, как они подходят к этим вопросам. У них есть концепция оформления города.  
**– То есть, работа ведется по всем направлениям.**  
– Да, работа идет и будет идти, но я не могу всем хвалиться, что все прекрасно. Есть некоторые отставания, но я думаю, что мы с ними справимся. Другой вопрос, что есть моменты, которые зависят от конкретных людей. На Играх будет работать очень большой отряд волонтеров и переводчиков. Мы будем вести работу и с шефами, которые будут работать с командами. И перед всеми нами стоит задача не только хорошо и красиво провести Игры, но и обеспечить безопасность и соответствующие условия всем тем, кто будет участвовать в соревнованиях.  
**– На этих Играх существенно увеличена численность волонтеров.**  
– Да, их 2000 человек, целая армия. Мы на них надеемся, что они будут хорошо работать. А тех, кто желал стать волонтерами – существенно

больше. Всего порядка 10-ти тысяч человек изъявили желание работать волонтерами.  
**– А есть какие-нибудь проблемы в связи с тем, что у нас впервые будут проводиться соревнования по некоторым видам спорта?**  
– Министр Михаил Гуляев докладывает, что нет проблем в этой области. На эти новые для нас виды будут приглашены квалифицированные судьи. Необходимое оборудование имеется. Все международные стандарты будут соблюдены, поэтому я думаю, что здесь не будет никаких проблем. У нас судейская комиссия традиционно работает на очень хорошем уровне. И я надеюсь, что так будет и на этот раз.  
**– Будет ли приобретен автотранспорт, в частности, автобусы, которые затем будут переданы в школы, учреждения, организации?**  
– В смете на это деньги предусмотрены, и часть техники уже приобретена. Эта техника пойдет по линии Министерства спорта. Ну а большая часть автотранспорта, это будут арендованные машины.  
**– В предыдущих Играх предприятия общепита учитывали вкусовые предпочтения участников.**  
– Сегодня на совещании был заместитель руководителя соответствующей комиссии. Над этим вопросом они работают, так что примем во внимание особенности национальных кухонь.  
**– То есть у оперативного штаба есть полная уверенность, что Игры пройдут на высоком организационном уровне?**  
– Я сказал, что в комиссиях есть новые люди, но основной костяк составляют опытные профессионалы. Оперативный штаб координирует работу комиссий. И если нужно, то не просто координирует, но и взаимодействует с комиссиями. Если есть такая необходимость, то принимаем соответствующие управленческие решения. Если у нас это каким-то образом не получается, то выходим на Оргкомитет, а то и на главу Республики Саха (Якутия).  
**– Александр Васильевич, а как вы оцениваете значение Игр «Дети Азии»?**  
– Эти Игры имеют большое значение не только для нашей республики, но и всей Российской Федерации. Те несколько тысяч молодых людей, участвовавшие в Играх «Дети Азии», очень хорошо относятся к нашей стране. Участие в Играх они справедливо оценивают как один из самых положительных моментов в их жизни, это очень важно в политическом, духовном и культурном смысле. И конечно же, не все они станут великими спортсменами, но позитивное чувство яркого праздника у них останется навсегда.

Федор РАХЛЕЕВ.







# Завершился первый отборочный этап самбистов

• Самбисты определились с основным составом и приступили к учебно-тренировочным сборам

За право войти в состав сборной участие приняли спортсмены из Алдана, Нерюнгри, Якутска, Нюрбы и Хангаласского района. Сейчас его победители и лидеры сборной республики проходят учебно-тренировочные сборы в Алдане.

На Играх по самбо девушки будут выступать в весе 38 кг, 44 кг, 52 кг, 56 кг, 60 кг и 65 кг, боевой вес юношей 42 кг, 46 кг, 55 кг, 60 кг, 66 кг и 78 кг. Старшим тренером по подготовке сборной команды назначен Толибшо Еросейнов, начальник команды Мария Данилова, второй тренер Люция Перцева.

В программу Игр самбо входит с 2012 года, и в год своего дебюта ковер собрал 78 спортсменов из 13 команд. Юные якутяне свое выступление увенчали триумфальными победами

Марьям Есеркеевой, Евы Гизатулиной, Екатерины Костроминной и Заурбека Озиева.

Старший тренер Толибшо Еросейнов рассказывает об итогах отборочного турнира и о сборах в Алдане

Кандидаты прошли отсев, команда практически полностью укомплектована. Основные надежды возлагаем на Карину Ефимову (тренер Мария Данилова), которая будет выступать в весе до 44 кг, среди юношей это Абдулвоси Уулу Абдулвахид, его боевой вес 55 кг. Второй этап отборочных соревнований пройдет 25-27 марта в Алдане, а в мае состоится контрольная схватка в Якутске.

Сейчас мы в Алдане. У спортсменов начались первые совместные учебно-тренировочные сборы. Базируемся в лыжной школе, тренировки проходят два раза в день в зале «Энергетик». Кроме этих сборов нас ожидают два выездных сбора. Первый из них пройдет в Екатеринбурге. Потом во втором мы разделимся: девушки поедут перенять опыт в Чебоксары, а юноши направятся в Нижний Новгород, где одна из сильнейших школ среди мальчишек этого возраста. После этого в конце апреля мы все встретимся в Рязани, где пройдет всероссийский турнир по самбо.



В данное время я точно знаю, что придут сборные команды Монголии, Киргизии, Таджикистана, Туркмении и Казахстана. Также будут лидеры из всех регионов России. Самую острую конкуренцию среди девушек нам со-

ставят воспитанницы спортивной школы «Амазонка» из Владивостока. Так что не расслабляемся и надеемся только на лучшее.

Саина ШЕЛОМОВА

## Участникам Игр «Дети Азии» выдали экипировку



Стрельба – это вызов совсем особого рода. На любом уровне мастерства она предлагает соответствующую степень самообладания – власти над телом, интеллектом и эмоциями. Билл Пуллем, американский тренер.



Вывеска с такими убедительными словами вывешена на самом видном месте в спортивном комплексе «До-хсун». Здесь, где тренируются юные стрелки, накануне состоялось вручение спортив-

ного инвентаря членам сборной команды Республики Саха (Якутия) VI Международных спортивных игр «Дети Азии».

В этот важный день присутствовали все восемь членов сборной команды, ото-

бранные из 28 кандидатов по итогам различных соревнований. Вручение спортивного инвентаря провел начальник ГБУ РС(Я) «Управление детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва» Василий Егоров. На лице у

юных стрелков радость и волнение, и это можно понять. Новейшие пневматические винтовки германского производства «Feinwerkbau-800» получили Ян Цой и Алена Гурьева – состав первой сборной команды, Семен Петров и Светлана Михайлова – состав второй сборной команды; новейшие пневматические пистолеты итальянского производства «Матчганс» получили Арсен Гурьев и Анжелика Ермолаева – состав первой сборной команды, Юрий Константинов и Ньургустаана Борохина – состав второй сборной команды. Спортсмены тут же примерили и новые стрелковые костюмы. От имени сборных команд со словами благодарности и достойно выступить на Играх «Дети Азии» выступила спортсменка Анжелика Ермолаева.

Как отметил старший тренер юношеской сборной команды РС(Я) по пулевой стрельбе Николай Егоров, лучшие стрелки были отобраны по результатам 17 республиканских и всероссийских соревнований, которые проходили в течение двух лет. Команда представлена в основном из спортсменов 2001 года рождения. Был сформирован и тренерский штаб: Анна Павлова (ДЮСШ-5), Сергей Попов (Томпонский улус), Александр Сотников (ШВСМ), Герасим Дьяконов (Горный, Бердигестях).

У тренеров и у самих спортсменов есть надежда повысить результаты в стрельбах из высококачественных винтовок и пистолетов, которыми сегодня пользуются олимпийцы. Осталось только подогнать каждому приклады, рукоятки и спусковой крючок. На подходе также получение стрелковых установок «Асмор» и электронной мишени с монитором, благодаря которым подсчет очков будет проводиться автоматически с точностью.

Впереди до старта Игр «Дети Азии» юных стрелков ожидают учебно-тренировочные сборы на специализированной базе Чурапчинского института физкультуры, а затем в плане участие во всероссийских соревнованиях: в конце марта в Костроме, а перед Играми в Ижевске пройдет турнир «Юный стрелок России».

Василий ПОСЕЛЬСКИЙ.



## «Старт надежд» для легкоатлетов

Для юных легкоатлетов зимнее первенство РС(Я) по названию «Старт надежд» станет отборочным этапом для определения основного состава к участию в Играх «Дети Азии».

Соревнования проходят 17-18 февраля на легкоатлетическом манеже стадиона «Туймаада» и в Центре спортивной подготовки «Триумф». Соревнования собрали около двухсот учащихся образовательных учреждений 2001-2002 гг.р.

Девушки и юноши будут соревноваться по следующим дисциплинам: бег на 60м, 60м с барьерами, 200м, 400м, 800м, 1500м, 3000м, эстафета 4x200м, прыжки в длину, прыжок в высоту, тройной прыжок и толкание ядра.

Сразу после соревнований спортсмены, занявшие высокие места с 19 февраля по 15 марта будут проходить тренировки в Центре спортивной подготовки «Триумф». Далее их ждет участие в первенстве Дальневосточного федерального округа в Хабаровске. Отличившиеся спортсмены примут участие в первенстве России. В апреле лидеры якутской сборной в составе 10 человек пройдут УТС в Кисловодске, на горных вершинах Кавказа. Сборы запланированы на три недели.

Затем легкоатлетам Якутии предстоит участие в первенстве РФ по кроссу в подмосковном Жуковском. В июне все кандидаты в сборную РС(Я) должны будут участвовать в Спартакиаде школьников «Олимпийские надежды Якутии». Именно после этих соревнований будет оглашен окончательный состав.

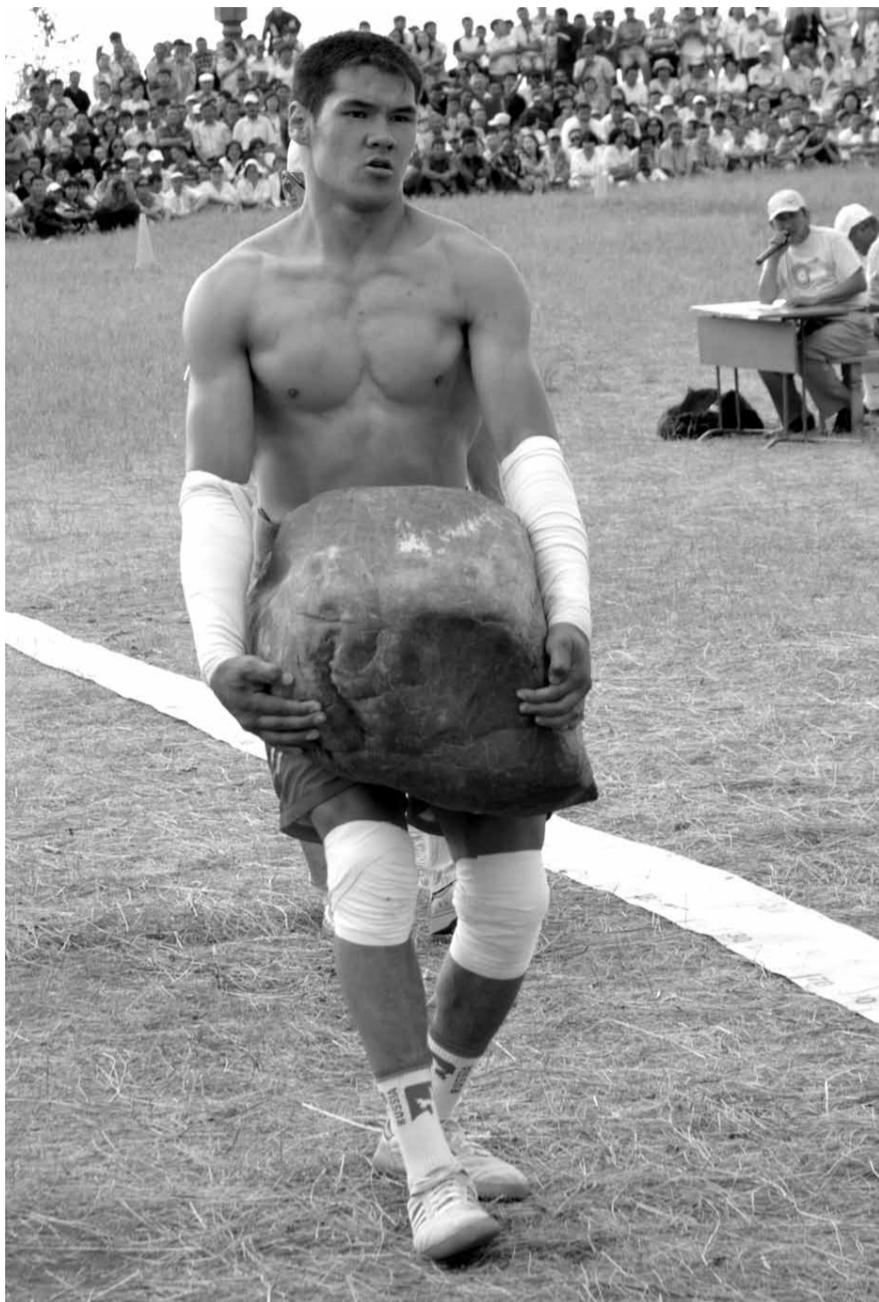
Николай БЯСТИНОВ





# Федор Федоров: «У мужчины главное – это ум»

## • Интервью с настоящим мужчиной Федором Федоровым



Мастер спорта республики по мас-рестлингу пятикратный чемпион республики по мас-рестлингу, шестикратный чемпион России по мас-рестлингу, серебряный призер финального этапа Кубка мира по мас-рестлингу 2013 года в Дубае (ОАЭ), чемпион мира 2014 года, двукратный чемпион Игр Манчаары, чемпион IV Спортивных игр Якутии – это известный и любимый всеми спортсмен Федор Федоров, который стал гостем очередного номера газеты «Спорт Якутии» в преддверии Дня защитника Отечества.

Федор Федоров родился и вырос в Сунтарском районе. У него две родные младшие сестры. Школьные годы прошли в селе Тойбохой.

Федор с детства любил спорт и уже имел победы на соревнованиях. Самой первой и запоминающейся победой было первое место на соревнованиях по мас-рестлингу в селе Маар-Кюель в 1999 году, когда, будучи тринадцатилетним подростком, участвовал в весовой категории до 44 килограммов. Первым в мир якутского мас-рестлинга привел его тренер Василий Пермяков. Потом уже

это дело закрепил тренер Сергей Смирников, когда Федор уже поступил после школы в Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта. Поначалу в институте Федор увлекся вольной борьбой, но как говорится, каждому человеку подходит определенный вид спорта, и тогда он плавно перешел уже в знакомый мас-рестлинг.

Каждый уважающий себя мужчина должен пройти курс бойца в армии и тем самым отдать долг своей Родине, чтобы в случае чего быть готовым ее защитить. Мужественный и сильный Федор не является исключением в этом плане. Окончив физкультурный институт в Чурапче, он начал работать в поселке Хандыга Томпонсокого района, но затем уехал служить в ряды Российской армии.

**- Честно скажи, Федор, сам поехал или заставили?**

- Когда проходил медкомиссию, сказали, что у меня есть какие-то проблемы с сердцем, и хотели дать отсрочку по состоянию здоровья. Но я настоял, чтоб дали добро, все-таки нужно отслужить. Я сказал, что смогу.

**- Тогда в то время служили два года или один? Куда отправили?**

- Полтора года тогда было. Меня отправили служить во внутренние войсках в Хабаровске. Рота оперативного назначения. В наших обязанностях было следить за порядком в городе. Мы, можно сказать, помогали местным полицейским. Парни, которые со мной служили, еще остались на год по контракту. Я бы тоже мог остаться, но, как говорится, родная земля зовет

обратно. Конечно, меня хотели оставить. Сам командир роты Алексей Коваленко просил меня остаться. Он был хорошим человеком, и все его уважали. Он мне тогда сказал: «Оставайся служить, получишь хорошее звание». Но я все равно уехал, так как скучал по родине. А так, служба прошла хорошо.

**- А что самое сложное было в армии?**

- Самое сложное – это учиться порядку и соблюдать его. Постоянно выполнять наряды нужно, все идет строго по Уставу. Также нужно соблюдать распорядок дня. Нельзя никуда просто так взять и уйти. Все очень строго. Также нельзя показывать свой характер. Конечно, все равно мужчины когда-нибудь да показывают свой характер, но это единично. А так, все по правилам. Еще все зависит от того, в какие войска попадешь. И от командира. Например, мой командир был очень ответственный и порядочный человек. Он не был шовинистом, он всегда поддерживал тех, кто занимался спортом, показывал хорошие результаты и старался. Кстати, во время службы я победил на соревнованиях по самбо и рукопашному бою. Мне вручили тогда грамоту и медаль, которую я оставил в военной части.

**- А так, национализм в армии есть?**

- Есть. Все равно нации делятся. Дагестанцы и чеченцы, например, очень сплоченные. Поддерживают друг друга. Они даже сплоченнее, чем якуты. А вот когда якутов много, начинают друг с другом конфликтовать.

**- Когда ты служил в армии, земляки были?**

- Когда я служил, со мной

был Игорь Попов, который работает в ШВСМ тренером. Он тогда окончил ЯГУ. Также был Семен Никифоров из Сунтарского улуса. Нас сначала вместе отправили в Уссурийск на учебу. Потом мы разъехались кто куда. Я – в Хабаровск.

**- Тогда в Хабаровске ты был единственным якутом?**

- Из Мирного был еще один, но он был в другой роте.

**- Обычно после армии люди меняются. Насколько изменился ты?**

- После увольнения из армии по-другому смотришь на жизнь и людей. В первое время ты очень правильный человек. Тщательно следишь за одеждой, смотришь, как заправлена кровать. Потом после двух-трех месяцев постепенно возвращаешься в обычное русло жизни. Я повторю, это зависит от части, где ты служил. У кого-то сильно меняется мировоззрение, а у кого-то нет. Например, кто-то более наглый будет там ходить, как и ходил. А кто-то подчиняется правилам, учится работать.

**- Некоторые парни пытаются откосить от армии. Как ты к этому относишься?**

- Порядочные парни, которые хорошо учились в школе и интересуются наукой или еще чем-то, должны получать высшее образование. Им нужно больше на это насадать и не тратьте время на службу в армии. А тем, кому нечем заняться и кто впустую прожигает жизнь, лучше идти в армию.

**- А если представить, что вдруг случится война (тьфу-тьфу-тьфу!), и нужно идти воевать за Родину, ты бы пошел?**

- Если позовут, то, да. А так, конечно, это зависит оттого, есть у тебя семья или нет. У

меня, например, трое детей. Но если будет приказ, то я пойду, потому что я должен и обязан защищать Родину. Отказываться права нет.

**- Расскажи о своей семье.**

- Моя жена – дизайнер. Как мы с ней познакомились? У меня однажды порвалась любимая куртка, а она как раз занималась шитьем и дизайном, всякие узоры там делала. Тогда я к ней обратился, познакомился, и мы начали общаться, потом встретиться. Потом появилась семья, дети. У нас есть сын Дархан, ему пять лет, дочка четырех лет Найаана, и маленький сын его зовут Федя. Ему семь месяцев.

**- Мальчиков своих отдал бы в спорт?**

- Даже не знаю. Я думаю, главное, чтобы они стали хорошими людьми. И образованными, я был бы очень рад этому. Не обязательно должен быть спорт. Хотя спорт в наше время важен. Конечно, сейчас еще все зависит от государства. Например, Путин очень поддерживает и пропагандирует спорт. А если президент поменяется, то и направление тоже другое будет.

**- Сейчас тренируешься?**

- Да. Я после соревнований по хапсагаю думаю возобновить тренировки по мас-рестлингу. По методике Николая Эльяевича сейчас тренируюсь. То что, он говорит, я делаю.

**- А какие планы?**

- Мы должны поехать в США. В начале марта.

**- Какое у тебя хобби, помимо спорта?**

- Я люблю охотиться, рыбачить, собирать ягоды и грибы, когда есть возможность. Я очень люблю бывать на природе, так как вырос в деревне.

**- Каким должен быть настоящий мужчина? Твое мне-**

ние.

- Мужчина должен быть образованным, порядочным и придерживаться ЗОЖ. Необязательно физически сильным. Главное – это ум. Если есть ум, можно все иметь. Побеждает тот, кто умен. Это лично мое мнение. Умный человек всегда победит физически сильного. Это в жизни так. Мужчина должен быть предан своей семье и Родине. Быть честным и ответственным. Я уважаю таких людей.

**- Если бы не пришел в спорт, то чем занимался бы, по-твоему?**

- Я бы работал. Пусть даже чернорабочим. Не могу точно сказать, что я сейчас в сфере спорта, это значит, что и в будущем так будет.

**- Есть кумиры из спортсменов?**

- Да, есть. Например, Мохаммед Али. Он отличный спортсмен и к тому же мудрый человек, не только боксер.

**- Девиз по жизни есть у каждого спортсмена или принципы? Каковы они у тебя? Можешь озвучить?**

- Никогда не сдаваться. Надо идти смело вперед, не смотря на проблемы или тяжелые времена. И так жизнь дается один раз, и то она не такая долгая. Через 20 лет мне будет 50. И за эти 50 лет надо продолжать работать и творить хорошее. В жизни всегда есть конкуренция, независимо от сферы жизнедеятельности. Бывает и зависть. Нужно на это не обращать внимания и жить полной жизнью, не завися от этого.

Беседовала  
Евдокия ЕФИМОВА,  
фото из интернета

Министерство спорта РС(Я),  
ГБУ РС(Я) «Управление детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва»  
ГБУ РС(Я) «Управление физической культуры и массового спорта РС(Я)»,  
Федерация Пауэрлифтинга РС(Я), Федерация Армспорта РС(Я)



## с 20-21 ФЕВРАЛЯ

# ЧЕМПИОНАТ РЕСПУБЛИКИ ПО ЖИМУ ЛЁЖА И РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ТУРНИР ПО АРМРЕСТЛИНГУ И АРМИФТИНГУ

Специальный гость турнира:  
Владимир Калинин  
МСМК по пауэрлифтингу.  
Рекордсмен России, атлет P.L.S.E.  
с бесплатным семинаром



БЕСПЛАТНАЯ ДЕГУСТАЦИЯ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ **FitMax**  
THE CHAMPIONS' CHOICE

В дисциплине Армрестлинг отдельная категория «Новички»

Взвешивание:  
20 февраля с/к «Дохсун» с 09:00ч.

СПОНСОРЫ: 

# «Алмаз-АЛРОСА» не смог обыграть «Дину»



Мини-футбольный клуб "Алмаз-АЛРОСА" не смог обыграть участника Суперлиги столичную "Дину" в товарищеском поединке в Троицке. "Пушкاري" были сильнее со счётом 9:4.

Первый тайм подопечные Андрея Юдина провели удачно, не пропустив ни одного мяча. В ворота соперника же было отправлено четыре. На 2-й минуте Морено открыл счёт, спустя 2 минуты голевой почин товарища поддержал Евгений Мишарин. На 12-й минуте отличился Андрей Заболонков, а на 24-й - Арсер Багиров.

Дебют второй половины встречи остался за мирнинцами - один мяч отыграл Каспировичю. Но уже через минуту Владимир Саносян восстановил разницу в счёте. На 31-й и 36-й минутах отличились, соответственно, Левин и Сергеев, но на это диновцы ответили тремя голами в исполнении Катанэ, Морено и Саносяна.

Шувалов за минуту до финальной сирены сделал счёт 7:4, но последнее слово осталось за хозяевами паркета - на 50-й минуте отличился Максим Мухутдинов. Отметим, что на 43-й минуте у "Алмаза" с площадки был удалён Денис Целюх.

После этой товарищеской встречи мирнинцам предстоит провести встречу 15-го тура

Первенства Высшей лиги Дивизиона "Центр" против МФК "Липецк".

## "Будем работать над ошибками"

Наставник МФК "Алмаз-АЛРОСА" **Юрий Хайруллин** - о поражении в товарищеской встрече с "Диной".

- Всё сказано на табло - 9:4 не в нашу пользу. Контрольные матчи проводятся для того,

чтобы проявить какие-то плюсы и минусы игры. На сегодняшний день у нас было больше минусов: это и неиспользование голевых моментов, и игра в обороне. Надеюсь, мы проведём разбор, работу над ошибками и к официальной игре Высшей лиги подойдем во всеоружии, игра будет здесь, в Троицке, с "Липецком". Планомерно готовимся к этому матчу.

**Ассоциация мини-футбола России**  
Фото: И.С.К. "Дина"



## Под лозунгом «Слава героям Отечества!»



*Мы с футболом по жизни идём, Наш дух командный поднимает-ся выше. Мы с полужеста друг друга поймём, Мяч вдохновением нашим задышит.*

В рамках месячника военно-патриотического воспитания под лозунгом «Слава героям Отечества!» в спортивном зале Светлинского индустриального техникума 4-12 февраля прошли соревнования по мини-футболу.

Целью данного мероприятия стала, в первую очередь, пропаганда здорового образа жизни, привлечение населения, молодежи, студентов к регулярным занятиям спортом, популяризация футбола среди студентов и молодежи как доступного вида спорта, а также выявление лучших спортсменов и команд для формирования сборной команды техникума для подготовки к участию в поселковых и районных мероприятиях.

Первенство прошло на высоком эмоциональном уровне среди учебных групп техникума. На этих спортивных соревнованиях собрались самые настоящие игроки и азартные болельщики, болельщики, которые не пропустили ни одной

игры и поддерживали свои команды бурными возгласами «Давай гол!»

Всего на игровую площадку вышло девять команд, это игроки из групп ТС-15/11, ЭСС-13/9, ЭС-15/9, МЭГ-12/9, ТС-14/11, ЭСС-15/9, ЭС 14/9, МЭГ-14/9 и, безусловно, не могли пройти мимо этих соревнований ветераны футбола, в число которых вошли преподаватели (мужчины) Светлинского индустриального техникума, которые не уступали молодым спортсменам стали победителями вне зачета этих соревнований. Нужно отметить, что под руководством преподавателей физической культуры В.К. Новрузова и Ю.М.Мишакова, судьи были назначены из основных игроков и судили команды по всем правилам футбола.

По итогам игр среди учебных групп 1-е место заняла команда группы ТС-14/11, которая стала абсолютным лидером. 2-е место заслуженно досталось команде группы МЭГ-12/9, а 3-е место в упорной борьбе завоевала команда группы ТС-15/11.

Поздравляем команды победителей, а остальным командам желаем больше упорства и рвения к победе! Благодарим всех участников соревнований за самоотверженную интересную, захватывающую игру! С нетерпением ждем следующих встреч на футбольном поле!

**Фазиль ГЕЗАЛОВ,**  
заведующий СОК ГБПОУ РС(Я) «СИТ»

## Студенты СВФУ не без труда пробились в Первую лигу

В воскресенье во Дворце спорта «50 лет Победы» завершился чемпионат Республики Саха (Якутия) по мини-футболу среди команд второй лиги. Четыре дня на площадке кипели нешуточные страсти. Восемнадцать команд бились за право играть в следующем году в первой лиге.

Особых сенсаций на чемпионате не произошло. После трех дней игр в полуфинал, как и ожидалось, вышли фавориты – команды СВФУ и Хангаласского района, а также Жатая и Мирнинского района. В первой полуфинальной паре со счетом 3:1 победили студенты – сказался более богатый опыт и сыгранность игроков. Вторая полуфинальная игра прошла более напряженно. Футболисты из пригорода столицы проявили волю к победе и сумели добиться минимального преимущества над футболистами из Западной Якутии – 3:2.

Финальная игра между СВФУ и Жатаем прошла при подавляющем преимуществе студентов. Футболисты Жатая, видимо, отдали слишком много сил и эмоций в полуфинальной игре, поэтому не сумели оказать должного сопротивления. В начале игры более сыгранные и свежие студенты забили три быстрых гола, что предопределило дальнейший исход встречи.



Стоит отметить, что впервые в чемпионате республики играли два футболиста из африканских стран, обучающиеся в федеральном вузе по программе обмена. В команде университета своей техникой выделялся студент из Кот-Д'Ивуар Яник Сомплей, ставший с 9 голами лучшим бомбардиром чемпионата. Под стать ему играл еще один «легионер» из Нигерии - Даниел Дуро-Даини.

Во втором тайме столичные футболисты довели счет до разгромного - 7:0. Их соперники сумели лишь «размочить» счет в конце встречи. Таким образом, победу в финале со счетом 7:1 одержали студенты СВФУ и по праву заняли 1 место. В следующем году эти две команды будут играть в первой лиге чемпионата республики.

В матче за 3 место между командами Хангаласского и Мирнинского районов со счетом 5:3 победили спортсмены из Покровска.

По итогам соревнований были определены лучшие игроки. Ими были признаны: вратарь – Андрей Варфоломеев (Мирнинский), защитник – Анатолий Дохунаев (Хангаласский), нападающий – Николай Ведерников (Жатай), игрок – Дьулус Пестряков (СВФУ).

На этой неделе на площадке столичного Дворца спорта команды города Якутска, Мегино-Кангаласского, Усть-Алданского, Ленского, Олекминского, Оленекского, Нюрбинского районов и «Заря»-ДЮСШ-4 будут биться за звание сильнейшего в первой лиге. Организаторы чемпионата – Управление физической культуры и массового спорта совместно с Футбольным союзом Республики Саха (Якутия).





## Личное первенство села Маган по ОФП среди ветеранов



13 февраля в спортивном зале села Маган состоялось личное первенство по общей физической подготовке среди ветеранов, в котором приняли участие 8 женщин и 10 мужчин села.

Эти соревнования своего рода подготовка к сдаче норм ГТО, которые станут обязательными со следующего года. В семи дисциплинах – поднимание туловища из положения лежа на спине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (тест на гибкость), настольный теннис, стрельба из пневматической винтовки, шашки и прыжки в длину с места – соревновались жители, возраст которых свыше 50 лет. Это, в основном, люди неравнодушные к занятиям спортом и занимающие активную жизненную позицию. К примеру, Евдокия Филипповна Пермякова, ветеран педагогического труда, занимается скандинавской ходьбой, поет в женском хоре. Евгения Ивановна Попова занимается йогой, с удовольствием играет в настольный теннис, входит в сборную села по волейболу.

К участникам соревнований с напутственными словами обратились заместитель главы администрации села Сергей Спиридонов, двукратный чемпион России, серебряный призер Паралимпийских игр в Лондоне 2012 года Владимир Балынец и бронзовый призер России по толканию ядра Алек-

сандр Елисеев. Приезд этих спортсменов в Маган вдохновил ветеранов, дал заряд бодрости духа и положительные эмоции.

Соревнования судили учителя физической культуры Маганской СОШ Кюнняя Пермякова, Руслан Николаев и Степан Сыроватский, тренеры спортзала Александр Поскачин и Иннокентий Григорьев. Благодаря качественному судейству соревнования прошли на хорошем организационном уровне.

### Лучшие результаты среди женщин показали:

прыжок в длину с места – Попова Евгения Ивановна поднимание туловища из положения лежа на спине – Пермякова Евдокия Филипповна сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – Попова Евгения Ивановна стрельба из ПВ – Винокурова Ольга Семеновна настольный теннис – Попова Евгения Ивановна шашки – Пермякова Евдокия Филипповна тест на гибкость – Попова Евгения Ивановна

По итогам всех видов дисциплин I место заняла завуч по АХЧ Маганской СОШ Попова Евгения Ивановна, II место – работник ФКП «Аэропорты Севера» Пермякова Евдокия Филипповна и III место – социальный работник Прокопьева Яна Алексеевна.

Лучшие результаты среди мужчин: прыжок в длину с места – Пархоменко Николай Николаевич поднимание туловища из положения лежа на спине – Оконешников Петр Дмитриевич сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу – Пархоменко Никола-

Николаевич стрельба из ПВ – Заборовский Александр Иванович настольный теннис – Заборовский Александр Иванович шашки – Оконешников Петр Дмитриевич тест на гибкость – Попов Илья Николаевич

В итоге I место занял пенсионер Оконешников Петр Дмитриевич (самый пожилой участник соревнований), II место – Пархоменко Николай Николаевич и III место – Егоров Михаил Михайлович.

Инициаторами этих соревнований выступили специалист по социальной работе администрации села Маган, руководитель филиала «Школы третьего возраста» Яна Алексеевна Прокопьева и тренер спортивного зала, отличник физической культуры и спорта РС(Я) Иннокентий Гаврильевич Григорьев. Спонсором выступил народный депутат Госсобраний (Ил Тумэн) Ларионов Сергей Александрович.

Участники соревнований выражают благодарность организаторам личного первенства – тренеру Маганского спортзала Иннокентию Гаврильевичу Григорьеву, социальной работнице администрации села Яне Алексеевне Прокопьевой, также спонсору Сергею Александровичу Ларионову.

Теперь 23 февраля в спортивном зале села Маган пройдут традиционные соревнования по стрельбе из пневматической винтовки среди мужчин.

**Алена ЧЕРЁМКИНА,**  
общ. корреспондент,  
фото Марии СЫРОВАТСКОЙ

## Силовой спорт: бенефис Василия Мамонтова

В минувшее воскресенье в СК «Чароит» состоялся личный районный турнир по силовым видам спорта в честь юбилея В.П. Мамонтова. Это были третьи по счету соревнования силачей района на призы самого сильного человека Олекмы Василия Прокопьевича Мамонтова, приуроченные к его юбилейным датам. В первый раз это было 10 лет назад на родине богатыря – в селе Олекминском. На этот раз бороться за медали и призы именитого спортсмена приехали силачи из Хоринцев, Дабана, Абаги, Юнкюря, города и, конечно, из села Олекминского, дочь и сын юбиляра, его воспитанники. Всего 55 спортсменов на 55-летие уважаемого и неуязвимого Василия Мамонтова.

До начала соревнований мы с Василием Прокопьевичем обошли длинную выставку его наград и медалей, которые были расположены в три ряда по возрастающей: от районного уровня до республиканских, российских и международных соревнований. Демонстрируя изобилие медалей разного достоинства и веса, призов и наград, могоучий и многословный атлет скупко отвечал на вопросы, из которых сложилась вся его 34-летняя спортивная биография, обильно политая трудовым потом, взлетами и падениями на соревнованиях самого разного уровня.

Родился в селе Олекминское в 1961 году. Активно начал заниматься силовыми видами спорта с 1982 года, на первых порах ему помогал старший товарищ и учитель Владислав Константинович Ершов, учился на практике у именитых спортсменов Федора Дьяконова, Иннокентия Шараборова, Михаила Фролова, Владимира Харбина, Дмитрия Иванова, выступая с ними на якутских олимпиадах – Играх Манчаары. Он достиг в железном спорте настоящих мужских звания мастера спорта РС(Я), кандидата в мастера спорта РФ, мастера спорта Международной конфедерации гиревого спорта, является многократным чемпионом и призером районных и республиканских первенств, 4-кратным чемпионом Игр Манчаары, чемпионом и призером первенства России, Европы и мира, первой всемирной Олимпиады среди ветеранов и мастеров гиревого спорта, награжден знаками «За вклад в развитие Олекминского района», «За заслуги в развитии физической культуры и спорта».

Более десяти лет является тренером на общественных началах. Среди его учеников и последователей – Бояркин Евгений Васильевич из Юнкюря, тоже один из самых титулованных атлетов Олекмы; Филиппов Евгений, многократный чемпион и призер районных, республиканских турниров, призер ДВФО. С успехом занимаются у именитого отца гиревым спортом дочь Алёна и сын Игорь.

На торжественном открытии турнира с приветственным словом выступил главный судья соревнований А.П. Мордовской, глава наслега Олекминское С.И. Янков, руководитель отдела спорта администрации района Г.А. Сивцев, друзья, соратники по спорту Я.К. Петров, Е. Бояркин. Каждый из них нашел теплые и искренние слова благодарности и уважения именитому атлету и вручил юбиляру свой подарок.

Василий Прокопьевич более 30 лет на энтузиазме, любви и преданности к выбранному пути занимается таким тяжелым, изнурительным видом спорта, сколько тонн железа за это время поднято, перенесено – только он один знает. На протяжении многих лет является душой, лидером и знаменосцем сборной команды Олекминского района на республиканских соревнованиях, настоящим примером для подрастающего поколения, – таков был лейтмотив каждого выступающего.

Спортсмен такого уровня вправе был рассчитывать и на большее внимание со стороны районной власти. Зато пришли и украсили турнир своим участием сильные ребята из кавказских республик, составив мощную конкуренцию олекминским армрестлерам и масрестлерам. От этого выиграли все, и зрители, и сами участники. Соревнования прошли в острой, зрелищной борьбе, и победу одерживали не только опытные, но и молодые, перспективные спортсмены.

В гиревом спорте победителями в порядке возрастания весовой категории стали Мамонтов Игорь (с.Олекминское) и Майоров Дьулус (Хоринцы); Малобаев Ростислав, Харябинов Анатолий, Попов Вениамин (все Хоринцы); Бояркин Евгений (Юнкюря) и Данилов Геннадий (Хоринцы); Филиппов Владислав (техникум), Майоров Геннадий и Попов Алексей (оба Хоринцы); Феоктистов Сергей (1 Нерюктяинск), Шараборова Максим (с.Олекминское), Голомарев Борис (Хоринцы); среди женщин первенствовали Мамонтова Алёна (с.Олекминское) и Нахова Людмила (Абага); ТолстяковаТуйара (город) и Янкова Сардаана (Абага);

В армспорте, где в качестве судьи выступил сам юбиляр, чемпионами и призерами стали Овчинников Алексей (город), Попов Афанасий (Хоринцы) и Самсонов Егор (Дабан); Морсуев Руслан, Чалбанов Дмитрий и Назиров Мухомад (все город); Полюян Вазген (город), Шараборова Алексей (Улахан-Мунгу), Яковлев Илья (Хоринцы); Сариев Амиран, Чанаев Батыр (город) и Феоктистов Сергей (1 Нерюктяинск). На абсолютное первенство записались 8 атлетов, а в финал вышли учитель и ученик, Мамонтов Василий и Шараборова Алексей, где фортуна вновь оказалась на стороне ветерана, в который раз защитившего свой высокий статус №1 в армрестлинге. У женщин предсказуемо победила дочь юбиляра Алена Мамонтова.

В мас-реслинге не было равных Самсонову Афанасию из Дабана, второе и третье места в остром поединке разыграли между собой отец и сын Майоровы из Хоринцев, победа досталась молодой смене, студенту техникума Дьулусу Майорову. Хоринские масрестлеры Попов Вениамин и Харябинов Анатолий оставили на третьем месте абягинца Николая Фомина. Далее чемпионами и призерами стали Чалбанов Дмитрий (город), Самсонов Егор (Дабан), Малобаев Ростислав (Хоринцы); Сивцев Гаврил (город), Голомарев Борис (Хоринцы), Чанаев Батыр (город). В абсолютном первенстве не было равных мастеру спорта, чемпиону РС(Я) Сивцеву Гаврилу.

В целом, соревнования прошли на высоком организационном и судейском уровне. Победители и призеры получили ценные призы от спонсоров – ООО «Будущее Олекмы» и магазина «Снежинка» (ИП Смогайлова Л.А.), администрации села Олекминское. Специальные призы были вручены лучшим по номинациям Евгению Бояркину (самый возрастной участник), Ростиславу Малобаеву (самый перспективный участник), Данилову Геннадию (самый юный участник).

Отрадно было видеть торжество положительного примера отцов на своих детей. Сыновья и дочери Мамонтова Василия и Майорова Геннадия успешно продолжают славные дела отцов и совсем скоро мы услышим их громкие имена на рекордах района, республики и далее по восходящей.

**В.МАЛЫШЕВ.**  
Фото автора.

## Тяговики намерены штурмовать звание мастера спорта

Сегодня в СК «Модун» состоялась пресс-конференция с участниками открытого чемпионата РС(Я) по пауэрлифтингу по версии WPC и GPC и армлифтингу.

С самолета на пресс-конференцию приехал известный мадьяны Павел Черноградский. 14 февраля, когда все отмечали день влюбленных, он на всероссийском турнире памяти олимпийского чемпиона Романа Дмитриева по мас-рестлингу завоевал путевку на чемпионат России. И уже через неделю он намерен утвердить свое положение в мире тяговиков и удивить всех взятым весом.

Еще один мадьяны Сергей Петров сейчас тянет 150 кг, и это далеко не предел его возможностей.

Николай Константинов, старший тренер республики по мас-рестлингу, рекордсмен мира по становой тяге среди ветеранов, честно признался, что ему мешает микротравма спины, и он не до конца чувствует, что достиг пика формы. Но в планах у него взять более 200 кг.

Серебряный призер турнира по пауэрлифтингу памяти Андрея Аксенова до 80 кг Игнат Чомчоев был единственным на этой пресс-конференции, кто не занимался мас-рестлингом. В планах у Игната взять как можно больше, выступить на открытом чем-



пионате по кроссфиту и попробовать свои силы на Гран-при по дисциплине «мэнсфизик».

Ветеран спорта Антон Адамов сказал, что пятнадцать лет тому назад атлеты тягали 150 кг, теперь пошла мощнейшая эволюция, и через двадцать, а то и меньше лет якутские спортсмены будут поднимать еще больше и станут оспаривать титул чемпиона мира. В свои 58 лет Адамов не теряет надежды штурмовать звание мастера спорта и выразил свое желание сделать чемпионат традиционным.

Известный силач Иванов Евгений признался, что выполнил нужный объем работы и сейчас отдыхает перед ответственным стартом. Заранее ничего гадать не стал, а только сказал, что все

покажет помост. Его спутница Марина Федоренко в этом году нацелена на победу и на выполнение норматива мастера спорта по становой тяге. После у Марины цель штурмовать звание международного.

Президент федерации пауэрлифтинга по версии WPC и GPC и организатор чемпионата Виталий Данилов объявил, что на сегодняшний день поступило 130 заявок. География чемпионата состоит из спортсменов Чурапчи, Татты, Вилюйска, Намцев, Якутска и Хабаровска. В будущем Виталий будет плодотворно работать и развивать силовые виды спорта в республике.

**Саина ШЕЛОМОВА.**



# Всем годам вопреки рвут и толкают гиревики

• В прошлые выходные (13-14 февраля) в спорткомплексе «Модун» было проведено первенство РФСО «Урожай» по гиревому спорту



Эти соревнования неизменно вызывают большой интерес. Об этом свидетельствует и география первенства. Участники прибыли из таких отдаленных улусов, как Сунтарский, Олекминский, Томпонский. Всего 72 участника из 12-ти улусов и города Якутска: Мегино-Кангаласский – 13, Усть-Алданский – 10, Сунтарский – 9, Верхневилуйский – 13, Намский – 8, Вилюйский – 6, Хангаласский – 5, Чурапчинский – 6, Горный – 2, Томпонский – 1, Олекминский – 1. Среди участников есть пять мастеров спорта, множество кандидатов в мастера спорта и перворазрядников.

– Это первенство особенное, так как по его итогам будут выявлены основные кандидаты в сборную республики, – отмечает главный специалист РФСО «Урожай» Спиридон Попов, – которая примет участие в XI Всероссийских летних сельских спортивных играх в Саратове. В июне по нашей линии намечено еще одно республиканское соревнование. В этом году исполняется 10 лет Консультационно-методологическому центру при Минсельхозе РС(Я). И в связи с этим они инициировали проведение еще одного республиканского турнира среди сельских гиревиков, который, скорее всего, состоится в июне. По итогам этих двух турниров и будет сформирован окончательный состав сборной РС(Я). К слову, якутские гиревики являются одними из лидеров в российском сельском спорте. Год назад во Всероссийских зимних сельских играх они заняли третье место, удивив многих.

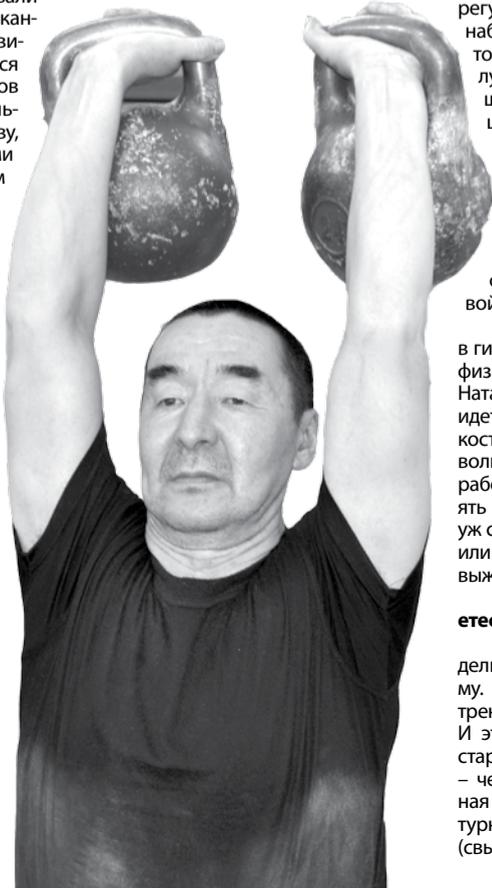
В весовой категории 85 кг выступал председатель ФСО «Урожай» мастер спорта РС(Я) 53-летний Виталий Пестряков. И я лично болел за него, за спортивного руководителя, личным примером увлекающего за собой жителей своего улуса (и не только) на занятия физкультурой и спортом. Виталий Пестряков после первого упражнения находился на третьем месте. А в рывке приложил максимум старания и сил, в итоге оказался на втором месте.

– Выступление на помосте – это «цветочки», – говорит Виталий Пестряков. – Главная работа идет в зале, где проливаются тонны пота. Но она мне не в тягость, а в радость. Благодаря таким тренировкам я всегда нахожусь в тонусе. Бывает, по стечению обстоятельств, я не тренируюсь определенное время. В результате чувствую себя не в своей тарелке.

– Не отразятся ли такие тренировки на костной системе,

## если вам стукнет 60-70?

– Не думаю, самое главное – желание тренироваться, и чтобы это дело приносило радость. Сейчас я соревнуюсь с ребятами намного младше меня, и многих из них я опережаю по результатам. Это только на первый взгляд кажется, что гиревой спорт довольно простой вид спорта. А на самом деле идет работа всех мышц, всех суставов. Учась в шестом классе, я сильно заболел: все мои суставы будто



заклинило, и я целый год лечился в больнице. Я даже был освобожден от уроков физкультуры, и отец мне говорил: «Сынок, главное, чтобы были гибкие, подвижные, сильные суставы». И я еще, будучи школьником, начал тренироваться с гирями.

В весовой категории 63 кг чемпионкой стала кандидат в мастера спорта, тренер-преподаватель ДЮСШ №1 Елена Гуляева. Она выиграла у всех своих соперниц с огромным преимуществом. Прошлым летом она в турнире III Спартакиады трудовых коллективов установила рекорд республики – 204 рывка. И в этом турнире она показала достойный результат – 201 рывок.

– Я по профессии учитель физкультуры, – рассказывает Елена Гуляева, – и раньше играла в волейбол, участвовала в соревнованиях по лыжным гонкам. А в гиревой спорт перешла, окончив учебное заведение.

## – И чем приглянулся этот вид?

– В этом виде спорта я борюсь сама с собой. Есть определенное время, гири и я. Если тренироваться на регулярной основе, то очень быстро набрать оптимальную «физику». Более того, я считаю, что этот вид как нельзя лучше подходит для девушек, женщин. Идет работа на пресс, на мышцы рук и ног.

Заместитель главы Арбынского наслега Наталья Ким является чемпионкой V и VI Спортивных игр народов Якутии, XX Игр Манчары в Чурапче. Она выступила в весовой категории выше 68 кг и стала второй после Анны Григорьевой из Вилюйской.

– Многие почему-то убеждены, что в гиревом спорте нужна только грубая физическая сила, – говорит улыбающаяся Наталья Ким. – А я считаю, что здесь идет работа на выносливость и гибкость. Я в этот вид спорта пришла довольно поздно, после сорока лет. Здесь работают все суставы, все мышцы. Стоять на помосте 10 минут, это не такая уж сверхнагрузка, как в пауэрлифтинге или в мас-рестлинге. В тех видах спорта выжимашь из себя максимум.

## – Сколько раз в неделю тренируетесь?

– Мне хватит трех тренировок неделю, чтобы войти в оптимальную форму. В этом году мне никак не удастся тренироваться на постоянной основе. И это первенство для меня является стартовым к главному турниру года – чемпионату республики. Моя обычная весовая категория 68 кг, и на этом турнире выступила категорией выше (свыше 68 кг).

В тяжелой весовой категории чем-

пионом стал колоритного вида ветеран гиревого спорта, четырехкратный победитель первенств России среди ветеранов, житель села Мындаба Усть-Алданского улуса, 64-летний Алексей Аммосов.

– Этим видом спорта я занимаюсь с 1980 года, – говорит маститый ветеран, – и на сегодняшний день это стало образом жизни. Благодаря этому виду спорта, я общаюсь со многими людьми, радуюсь жизни. Да и налицо хороший оздоровительный эффект. В неделю занимаюсь четыре раза. Могу заниматься и дома, мне многого не надо. Я не могу без этих занятий. Если по каким-то причинам пропускаю тренировки, то сразу начинаю чувствовать себя неважно. Появляется одышка, и кажется, что даже живот стал больше.

Гиревики соревновались весь день. Женщины и мужчины четырех весовых категорий «отстрелялись» в первой половине дня. Во второй половине началась «разборка» в весовых категориях 85 кг, 95 кг и свыше 95 кг. Спортсмены, показывавшие хорошие результаты, награждались аплодисментами за волю и терпение.

– Первенство прошло на довольно хорошем уровне, – говорит главный судья Василий Дьячковский. – Судьями работали победители и призеры чемпионатов и первенств России. Соревновались представители двенадцати улусов. Многие сильные гиревики воздержались от участия в этих соревнованиях, так как на носу чемпионат республики. Кроме того, некоторые сразу после чемпионата должны выехать на всероссийские соревнования. Но все же среди участников есть именитые гиревики. Например, четырехкратный победитель Всероссийских сельских спортивных игр Иннокентий Окоемов, серебряный призер этих соревнований Лидия Елисеева, рекордсменка республики Елена Гуляева. Участники показали хорошие результаты. Они намного выше, чем в прошлогодних соревнованиях РФСО «Урожай».

И, конечно же, есть ошумитая разница в мастерстве. Есть участники, которые занимались самостоятельно. И у них, понятное дело, есть явные изъяны. Но я очень рад, что в улусах многие начали заниматься гиревым спортом. И я постоянно говорю, что это самый подходящий вид спорта для сельской местности, не требующий особых условий. Самое главное – нужно поставить технику.

Федор ПАХЛЕЕВ.  
Фото автора.

Первенство РФСО «Урожай» РС(Я) (среди сельских спортсменов) по гиревому спорту

13-14 февраля. Якутск.  
Спорткомплекс «Модун»

## Женщины

**58 кг** (7 участниц, вес гири 16 кг): 1 – Лидия Елисеева (Якутск) – 153 (количество подъемов, выполненных левой и правой рукой); 2 – Майя Брызгалова (Чурапчинский) – 142; 3 – Майя Габышева (Верхневилуйский) – 92.

**63 кг** (5 участниц, вес гири 16 кг): 1 – Елена Гуляева (Якутск) – 201; 2 – Анна Туприна (Мегино-Кангаласский) – 147; 3 – Александра Барашкова (Чурапчинский) – 89.

**68 кг** (4 участницы, вес гири 16 кг): 1 – Римма Захарова (Томпонский) – 121; 2 – Ассоль Сидорова (Вилюйский) – 102; 3 – Надежда Михайлова (Верхневилуйский) – 83.

**Свыше 68 кг**: 1 – Анна Григорьева (Вилюйский) – 160; 2 – Наталья Ким (Намский) – 152; 3 – Акулина Урлова (Сунтарский) – 101.

## Мужчины

**63 кг** (8 участников, вес гири 24 кг): 1 – Иван Никифоров (Усть-Алданский) – 155 (толчок, рывок); 2 – Мичил Софронов (Верхневилуйский) – 149,5; 3 – Александр Березкин (Усть-Алданский) – 141,5.

**68 кг** (9 участников, вес гири 24 кг): 1 – Иннокентий Окоемов (Намский) – 252,5; 2 – Петр Андросов (Мегино-Кангаласский) – 146,5; 3 – Алексей Гоголев (Усть-Алданский) – 144.

**73 кг** (9 участников, вес гири 24 кг): 1 – Эдуард Павлов (Вилюйский) – 180; 2 – Алексей Кузьмин (Чурапчинский) – 144,5; 3 – Руслан Лугинов (Усть-Алданский) – 139.

**78 кг** (5 участников, вес гири 24 кг): 1 – Егор Наумов (Верхневилуйский) – 178; 2 – Семен Федоров (Хангаласский) – 141; 3 – Анатолий Дмитриев (Вилюйский) – 127,5.

**85 кг** (11 участников, вес гири 24 кг): 1 – Владимир Михайлов – 244; 2 – Виталий Пестряков (оба – Мегино-Кангаласский) – 173,5; 3 – Сандал Окочешников (Усть-Алданский) – 158,5.

**95 кг** (6 участников, вес гири 24 кг): 1 – Алексей Тастыгин (Мегино-Кангаласский) – 201; 2 – Афанасий Тимофеев (Сунтарский) – 157,5; 3 – Станислав Горюхов (Усть-Алданский) – 133,5.

**Свыше 95 кг** (4 участника, вес гири 24 кг): 1 – Алексей Аммосов (Усть-Алданский) – 148,5; 2 – Константин Абрамов (Чурапчинский) – 146; 3 – Федор Самсонов (Хангаласский) – 84,5.



# Как закалялась бронза



- В основном старался работать в партере и делал приемы с проходом в ногу.

**- А что дает бронза чемпиона России? Какие еще старты тебя ожидают?**

- Знаю, что первые номера едут на чемпионат мира, а вторые будут выступать на Европе. А те, кто занял третьи места, входят в резерв сборной, поэтому сейчас точно не могу сказать про старты.

## Слово тренера

Предысторию сегодняшних побед и за счет, каких качеств Гаврил достиг таких высоких показателей, рассказывает главный тренер республики по дзюдо Дамдиндорж Гомбордж.

- Это его первый серьезный чемпионат, и он же для него стал большим экзаменом на проверку характера. Потому что класс и уровень спортсменов очень высокий, участвовали все первые номера и люди, которые тренируются чуть ли не в самых идеальных условиях.

Хочу затронуть его историю. Он родом из Оленекского района, в девятом классе отец его отправил учиться в Амгинский улус, чтобы дать шанс сыну заниматься вольной борьбой. По окончании школы Гаврил подал документы в физкультурный институт, хотел поступить в отделение вольной борьбы, но по воле случая в этот год набора не было, зато принимали на отделение дзюдо. Таким образом, он

попал в наши руки.

Он легковес и недотягивал до 60 кг, поэтому ему удобно было бороться по самбо. Несмотря на отсутствие опыта, под руководством тренера Марии Даниловой сразу начал выступать на различных соревнованиях. Так, год за годом накопил немалый багаж знаний и в пятом курсе выполнил норматив мастера спорта по спортивному самбо. Потом во время службы в армии он также продолжал заниматься любимым видом. Добавлю, что добрая половина службы у него прошла на корабле, где не было подходящих условий и тем более спарринг-партнера, но он не сдался, тренировался в одиночку и даже с честью представил Военно-морской флот. По его возвращению из армии я как раз нуждался в помощнике. В один день, Гаврил и старший преподаватель кафедры единоборств Мария Данилова сели, обсудили вопросы и решили, что он будет учиться в магистратуре и параллельно работать тренером.

У него есть такие нужные качества, как трудолюбие и упорство. Вы бы видели, с какой отдачей он отрабатывает приемы на ковре и как пахнет в спортивном зале. Хочу, чтобы наши студенты и воспитанники брали с него пример, потому что он своим результатом доказал, что при большом желании и трудолюбии можно достичь таких результатов. И мы очень гордимся, что наш ученик выбрал ремесло тренера.

Сауна ШЕЛОМОВА.

В спортивной карьере тренера Гаврила Семенова очередной успех в виде бронзовой медали на чемпионате России по боевому самбо.

Говорят, один в поле не воин, но на чемпионате России по боевому самбо в Петрозаводске Гаврил Семенов разрушил все стереотипы. Огромное желание участвовать в главном

смотре сильнейших самбистов страны не остановили его в одиночку без тренера подготовиться в Москве, а затем из двадцати двух претендентов завоевать бронзовую медаль.

**- Расскажи про расклад сетки, ведь от этого очень многое зависит?**

- Жеребьевка удалась. Первый круг был свободным, во втором круге вышел с мастером спорта из Новосибирска и выиграл у него со счетом 4-2. В третьем круге встретился с заслуженным мастером спорта двукратным

чемпионом мира Анатолием Стишак. Проиграл ему со счетом 2-0, не хватило сил, но зато от этой встречи набрался колоссального опыта, что мне пригодится в будущем. Как и ожидалось, без единого поражения Анатолий вышел в финал. А я в утешительных встречах боролся с представителями Москвы и Кабардино-Балкарии, и у обоих выиграл. За бронзу должен был выйти с Амыром Бакрасовым, но из-за его травмы наша встреча не состоялась.

**- Скажи, а какие приемы спасли тебя от опасных моментов?**

# Василий Исаков и Валентина Мишкина – двукратные победители Indoor Duathlon

Уже во второй раз в стенах клуба «Фитнесс-лайф» прошли соревнования Indoor Duathlon, проводимые на беговых дорожках и велотренажерах.

Дистанция традиционно составила 3 км бега «по равнине», 20 км на велотренажере и 2 км бега «в гору». Всего на это испытание зарегистрировалось порядка 20 человек, но на старт отважились выйти только 16 — это не только бегуны и велосипедисты, но и лыжники, тхэквондисты и представители других видов спорта, сообщают организаторы соревнований.

После продолжительной борьбы за первенство, победу одержал Василий Исаков с результатом 41 минута 03 секунды, тем самым он защитил свой титул чемпиона, который завоевал еще на первых состязаниях.

Второе место заслуженно занял легкоатлет, тхэквондист



Александр Моедо. Он прошел все дистанции за 43 минуты и 40 секунд. Третье почетное ме-

сто досталось велосипедисту Андрею Попову. Его результат – 44 минуты 18 секунд.

«Я хоть готовился только неделю к этим соревнованиям, но, по крайней мере, уже

знал, через что мне придется пройти. Был уверен в себе. Конечно, мотивация выиграть

у меня была. Самым сложным мне показался последний этап соревнований», - сообщил газете «Спорт Якутии» Василий Исаков, который, между прочим, профессионально занимается легкой атлетикой и катается на лыжах.

Не менее жаркая борьба была и среди девушек. Как и на прошлых играх, победу снова одержала Валентина Мишкина. Ее время 52 минуты 11 секунд было лучше всех других участниц. Второе место – Екатерина Керейтова – 54 минуты и третье место Мария Азизова. Ее время – 1 час 05 минут 39 секунд.

Как сообщили организаторы, в планах клуба провести в июле триатлон, а также полноценный беговой полумарафон (21 км) по улицам города Якутска, где каждому вне зависимости от занятого места будут выдавать памятную медаль и футболку за преодоление дистанции.

Евдокия ЕФИМОВА,  
фото Петра Чугунова

## 14 ФЕВРАЛЯ ДУАТЛОН ФИТНЕСС-ЛАЙФ

N	Имя спортсмена	Места этапов	1 этап бег	Разница	2 этап вело	Разница	3 этап бег	Разница	Общее	Разница
1	Исаков Василий	1 - 2 - 1	0:09:52		0:21:44	0:00:29	0:08:34		0:41:03	
2	Моедо Александр	2 - 4 - 4	0:10:30	0:00:38	0:23:04	0:01:49	0:09:05	0:00:31	0:43:40	0:02:37
3	Попов Андрей	6 - 1 - 10	0:11:13	0:01:21	0:21:15		0:11:03	0:02:29	0:44:18	0:03:15
4	Чугунов Петр	5 - 8 - 2	0:10:50	0:00:58	0:24:27	0:03:12	0:08:41	0:00:07	0:45:01	0:03:58
5	Скрябин Сергей	8 - 5 - 5	0:11:15	0:01:23	0:23:31	0:02:16	0:09:51	0:01:17	0:45:48	0:04:45
6	Кучутов Николай	4 - 13 - 3	0:10:37	0:00:45	0:26:12	0:04:57	0:08:56	0:00:22	0:47:01	0:05:58
7	Рукавишников Андрей	7 - 7 - 7	0:11:14	0:01:22	0:23:48	0:02:33	0:10:34	0:02:00	0:47:13	0:06:10
8	Матананнов Константин	10 - 9 - 9	0:12:19	0:02:27	0:25:03	0:03:48	0:10:50	0:02:16	0:49:40	0:08:37
9	Васильев Егор	13 - 3 - 14	0:13:17	0:03:25	0:22:48	0:01:33	0:13:12	0:04:38	0:50:18	0:09:15
10	Соловьев Григорий	11 - 10 - 12	0:12:22	0:02:30	0:25:22	0:04:07	0:11:49	0:03:15	0:50:50	0:09:47
11	Йовица Пеулук	9 - 15 - 6	0:12:03	0:02:11	0:27:31	0:06:16	0:10:18	0:01:44	0:51:04	0:10:01
12	Габышев Павел	3 - 16 - 11	0:10:34	0:00:42	0:27:37	0:06:22	0:11:21	0:02:47	0:52:06	0:11:03
13	Мишкина Валентина	15 - 6 - 13	0:13:54	0:04:02	0:23:46	0:02:31	0:13:05	0:04:31	0:52:11	0:11:08
14	Сивцев Альберт	12 - 14 - 8	0:12:34	0:02:42	0:27:29	0:06:14	0:10:49	0:02:15	0:52:12	0:11:09
15	Керейтова Екатерина	14 - 12 - 15	0:13:45	0:03:53	0:25:38	0:04:23	0:13:45	0:05:11	0:54:35	0:13:32
16	Азизова Мария	16 - 11 - 16	0:18:15	0:08:23	0:25:30	0:04:15	0:18:53	0:10:19	1:05:39	0:24:36

# Лук и стрелы: почувствуй себя Китнесс Эвердин

• О том, как журналистка газеты «Спорт Якутии» осваивала мастерство стрельбы из лука



Лук и стрелы издревле помогали людям выживать и находить себе пропитание. Поэтому в каждой семье мужчина должен был уметь стрелять из лука и точно попадать в цель. От его сноровки и зоркого глаза зависело пропитание семьи и близких. Лук и стрелы также помогали защищать свои земли от врагов.

В настоящее время никто не охотится и не воюет с помощью этих приспособлений. В современное время стрельба из лука популярна как вид спорта. Она также включена в олимпийскую программу.

Чем же так интересен этот вид спорта? В чем его особенность? Я решила это выяснить в своей новой рубрике «Профессиональный спорт для непрофессионалов», где постараюсь объяснить суть того или иного вида спорта.

Стрельбой из лука в Якутске можно заняться в спортивном комплексе «Дохсун». Там есть как и секция, которая два раза в год производит набор желающих освоить мастерство Робина Гуда, так и разовые посещения, которые стоят 500 рублей в час.

Перед тем, как пойти «поражать невидимых врагов стрелами», я позвонила тренеру-преподавателю по стрельбе из лука Надежде Семеновне Спиридоновне. Договорившись с ней встретиться в 11 часов утра, я стала морально готовиться к пробному занятию, даже пересмотрела фильм «Голодные игры» с Дженнифер Лоуренс для вдохновения – шутка.

## Начало начал

Настал день икс. Удобно одевшись, я вызвала такси и поехала в «Дохсун». Там меня уже ждал наш фотограф Сергей. Когда такси уже заворачивало на нужный переулочек, нас остановил инспектор ГАИ и задержал моего таксиста на 20 минут. Оказывается, при повороте он нарушил правило дорожного движения, не пропустив впереди едущую машину. Хоть не стукнулись с кем-то, подумала я. Хороший ли это знак? В итоге на встречу я опоздала.

## Слабые руки тетиву не натянут

Надежда Семеновна оказалась очень приятной женщиной, которая при встрече меня сразу проводила в зал для тренировок. В манеже лежали

разноцветные щиты для стрельбы, а вдали в конце зала можно было заметить другие щиты с мишенями.

«Вот здесь мы тренируемся. У нас тир на 50 метров. Эти 50 м можно стрелять и зимой, и летом. Но, в основном, стреляют летом. Обычно бывают дистанции и в 70 и 90 метров. А так, в зимнее время в помещении стреляем на 17 метров. У нас тренируются дети из всех школ города Якутска. Дети занимаются стрельбой с пятого класса. Исключения, конечно, бывают. Иногда берем и с четвертого класса. Все зависит от его физической подготовки. Так, мы проводим тест на определенную дистанцию. Он должен уметь подтягиваться, делать отжимания, поднимать туловище на время, показать челночный бег, прыгать на скакалке, а также мы смотрим на его координацию. Для этого у нас есть специальные нормативы. Например, ребенок должен бросить мяч по одной линии, и мы смотрим, на сколько метров он бросает. На гибкость тоже есть нормативы. Ребенку даешь лук и смотришь, сможет ли он натянуть его. Есть дети, которые сразу натягивают. Если ребенок видит и учится наглядно, как это делать, сразу воспринимает, то это хорошо. Можно их брать», - сказала Надежда Семеновна.

Стрельба из лука развивает в первую очередь выносливость, силу и терпение. Это в моральном плане. А в физическом плане активно работают спина, руки и ноги. Поэтому стрелки, помимо попадания в мишень, тренируют свое тело. Для этого они делают специальные силовые упражнения, приседания без отягощения и с отягощением. Также поднимают штанги. А вы что думали? Что все дается так легко, возьмете лук и стрелы и начнете первоклассно стрелять? Не-е-е-т. Все дается через большие усилия! Со слабыми руками вы просто банально не сможете натянуть тетиву на лук. Без сильных ног и спины вы не сможете стоять ровно и стойко, когда будете стрелять».

По словам Надежды Семеновны, стрельба как вид спорта

в 90-е годы начала исчезать у нас в республике. Тогда остались действующие секции только в Горном улусе и в Якутске. Но потом он начал набирать популярность. Особенно после выступления нашей известной лучницы Кристины Тимофеевой.

«Дети поняли, что они тоже могут так же. Что это не за горами, оказывается. И поэтому был большой наплыв желающих заниматься стрельбой из лука», - говорит она.

## Что надеть?

В каждом спорте всегда есть необходимая экипировка. В стрельбе из лука, главное, нужно удобно одеться соответственно погодным условиям, если стреляешь на улице. Ведь погоде все равно как-то на то, что ты решил именно сегодня пострелять на улице. Поэтому в дождь незаменимая вещь – это резиновые сапоги и непромокаемый костюм. Также в последнее время стали практиковать, как в старые времена, традицию надевать на соревнования белую форму. Ведь белая форма так красиво смотрится на зеленом поле. А еще у тебя в руках и лук, и стрелы. Очень красиво и благородно. Не правда ли?

## В помещении или на улице?

Кстати, и у вас, наверное, возникает вопрос, насколько отличается стрельба в помещении и на улице. Ответ: очень. Так как на улице может быть ветер или дождь или снег, которые влияют на попадание в цель. Как лучники узнают направление ветра? Конечно, наверное, можно по старинке поглядывать палец и с задумчивым лицом подышать, чтоб почувствовать направление ветра. Но организаторы придумали наиболее хороший способ. На щитах обычно вешают флажки, и по ним уже можно понять, куда дует ветер. Тогда стрелку остается поднапрячь голову и решить, как ему направить стрелу. Чуть левее или правее, или выше или ниже. Также попадание в цель решает натяжение лука. Все это нужно рассчитывать. Как сказала Надежда Семеновна, все это приходит уже с опытом.

И тут ко мне пришла мысль, реально ли взрослому человеку научиться стрелять хорошо и, может, даже участвовать в соревнованиях? Человеку, который ни разу в жизни не держал

лук и даже во сне не видел? К вам эта мысль тоже пришла? Давайте спросим об этом тренера.

«Все зависит от человека и от его тренировок. Если он поставит себе цель и будет тщательно заниматься, то почему бы и нет. Мастерства можно даже достичь за короткий срок. Но для этого нужно тогда уже каждый день прилагать усилия», - обрадовала меня (наверное, и вас) Надежда Семеновна.

## Лук - стрелка друг

Стойте! Не надо сразу радостно после этих слов бежать покупать себе лук, будучи стопроцентно неуверенным, что точно собираетесь заняться этим видом спорта. Почему? А вы знаете, сколько стоят лук и стрелы?

Чтобы об этом узнать, мы с тренером направились в оружейную. Как только я зашла туда, перед моим взором за сверкали всеми цветами радуги в лучах весеннего солнца луки. Большие, с красивым изгибом и тетивой, спокойно парящие на полках.

«Луки бывают разные. Детские они еще не отличаются особо. А вот взрослые – да. Все зависит от того, на какую дистанцию стреляешь. Если на длинную дистанцию – то они тяжелые по растяжке. У мужчин сила натяжения обычно достигает до 18-20 килограммов. А у женщин – 15-16 килограммов. Можно, грубо говоря, сказать, что чем тяжелее лук, тем дальше он стреляет», - сказала Надежда Семеновна.

Наши якутские стрелки обычно заказывают импортные луки. В основном фирмы европейской марки «Хойт» или корейской фирмы «Вин Вин», которые славятся своей прочностью.

Также лук бывает разборным. Сложно ли собирать лук? Для новичка сложно, но потом когда уже привыкаешь, вырабатывается автоматизация.

И сколько же все-таки стоит такой лук? Тада-а-а-а-а-а! Можете поддержать свою челюсть заранее (не обижайтесь, я-то с добрыми намерениями беспокоюсь о вашем внешнем виде) – лук такой в среднем стоит около ста тысяч рублей! Да-да, в этом сейчас виноват курс доллара. Недорогое удовольствие? Поэтому спортсмены берегут свой лук и тщательно за ним ухаживают, ведь лук у каждого

спортсмена индивидуальный и именно подобран под него. Подчеркну, что сломавшийся лук нельзя починить. Лучше купить новый, если хотите хороших результатов.

## Стрелы бывают разными...

Теперь отдельно о стрелах. Стрелы бывают алюминиевые и карбоновые. Алюминиевыми можно стрелять только в помещении, потому что внутри они полые и при малейшем дуновении ветра меняют свое направление. Для уличной стрельбы подходят карбоновые стрелы. Соответственно такие стрелы и стоят дороже. Обычно в комплект входят двенадцать стрел. Если посмотреть в интернет-магазинах, то такой набор стоит в среднем около 10 тысяч рублей. А теперь важно знать то, что стрелы у каждого уважающего себя лучника тоже индивидуальные. То есть длина стрелы должна соответствовать длине руки. Для этого у них в оружейной стоит станок по обрезанию стрел.

Что касается мишеней, они тоже бывают разные. В основном размер мишени зависит от дистанции. И также зависит от того, каким луком стреляют – классическим (олимпийским) или блочным. Размер центра мишени, в которую стреляют из классического лука, - 4 см, когда как у блочной мишени всего 2 сантиметра. Почему у блочной в два раза меньше «яблочко»? Потому что, как мне сказала тренер, из блочного легче стрелять, так как там есть механизм, который может обеспечивать несколько большую силу натяжения. Это где-то 25-30 килограммов. А скорость стрелы полета достигает 320 км в час, когда как классический лук может отправить стрелу до 240 км в час. Разница есть? Есть. Но опять-таки шокирую вас, что блочный лук стоит еще дороже, чем классический, поэтому новичкам особо не разрешают на нем стрелять. Я думаю, что от греха подальше и мне не разрешат...

## Дрожал лук в ее руках от страха...

И вот вроде узнала много полезного про стрельбу из лука, поэтому можно перейти от теории к практике. Мы обратились в тир. Надежда Семеновна мне вручила учебный лук. Он совсем простенький, и его трудно сломать. Даже мне. Признаться, что отличаюсь особой неуклюжестью, поэтому взять в руки дорогой лук мне не хватило смелости. А то потом еще редакции выставили бы счет, и мне пришлось бы несколько месяцев отрабатывать сломанный горе-лук. Тьфу-тьфу-тьфу!

Надежда Семеновна мне сказала, что с первого раза обычно стреляют с дистанции три метра. Она мне вручила колчан со стрелами, который я сразу прикрепила к джинсам, и краю для защиты запястий и рук. Эта пластиковая крага просто необходима, достаточно одного удара тетивы, чтобы понять это. А понимая этого буквально мне не хотелось, поэтому я сразу послушно надела ее на руку. Тренер показала мне, как надо держать лук. С первого раза у меня не получилось, конечно. От непривычки у меня стрела соскальзывала с полочки лука, а наконец стрелы я не могла нормально удерживать в гнезде. И тут у меня началась маленькая паника.

Ух! Фотограф туда-сюда бегал, чтоб заснять удачный кадр, и я все боялась, что нечаянно упаду в него. И на первых тренировках «Якутска вечернего» будет новость о том, что спортивный журналист нечаянно (или специально?!?) убил своего коллегу. Тренер, как будто услышав мои мысли, попросила фотографа не бегать передо мной. Фу-у-у-ф, а то реально без жертв бы не обошлось.

Сейчас я вам проведу для новичков мастер-класс, как нужно стрелять. Надо сначала занять исходную стойку. При этом учитывается правильное положение ног, туловища, головы. Потом уже плеч и предплечья. Стрелок должен стоять левым боком к мишени. Затем необходимо вставить хвостиком стрелу в гнездо тетивы. А потом уже положить на полку лука стрелу. Лук надо держать при этом левой рукой (если ты правша). Стрелу нужно брать правой рукой за место ближе к оперению. В целях обеспечения безопасности вставлять стрелу разрешается только на линии стрельбы и при направленности лука в сторону мишени. Лук растягивается до касания тетивой передней поверхности подбородка. Рука при этом должна быть согнута в локтевом суставе таким образом, чтобы кисть была приближена к шее. Плечи и предплечья при этом должны быть в одной горизонтальной плоскости. Наконечник стрелы надо держать передними пальцами, но хвостик не должен зажиматься, так как стрела просто банально у вас не улетит. Как у меня. Почему-то мне казалось, что дополнительная накладка на пальцы мешала счастливо улететь стреле навстречу с мишенью. Но потом все-таки я разобралась и смогла отпустить стрелу. И попала в щит, а не куда-то и не в фотографа (слава богу). Во второй раз я уже осмелела. И сразу смогла стрелянуть. И снова попала в щит, но не в мишень. Но тренер меня похвалила (и вправду похвалила или пожалела?) А я ничто так, подумала я, и стала стрелять еще увереннее. Конечно, не Китнесс Эвердин из культовой трилогии писательницы Сьюзен Коллинз, но для первого раза, по-моему, было неплохо. Кстати, говоря о героине Дженнифер Лоуренс, я так и не смогла понять, правильно ли она держала лук и натягивала его не до подбородка, а к своему носу. Так как тогда при этом тетива прошла бы по носу, и тогда Сойка-Пересмешница осталась бы без клюва.

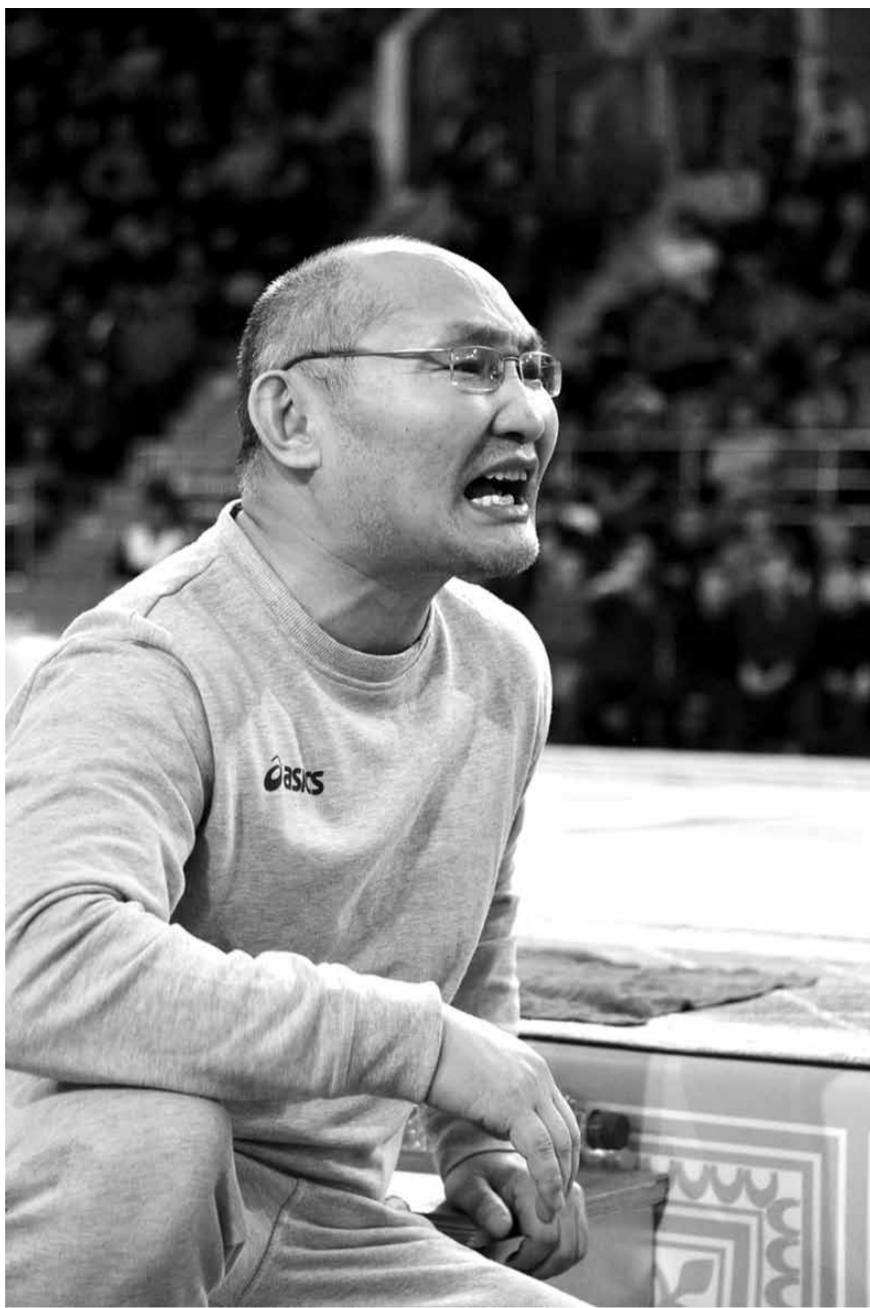
## Стрельба из лука? Лайк!!!

В общем, стрелять мне понравилось. Я думаю, обязательно схожу еще много раз. И может, даже попаду как-нибудь в «яблочко». Вдруг наступит конец света и придется выживать, охотясь в лесу с луком и стрелами. Да, в этом плане лучники будут на высоте!

Хотелось бы поблагодарить тренера Надежду Семеновну Спиридонову за помощь в подготовке материала и за то, что открыла для меня, для непрофессионала, такой замечательный и увлекательный вид спорта, как стрельба из лука.

Каким будет следующий вид спорта, который я попробую? Читайте об этом в следующем материале.

Евдокия ЕФИМОВА,  
фото Сергея Саркисова.



# Петр Давыдов: «Задача тренера раскрыть спортсмена и убедить его, что он победитель по жизни»

домой к родителям: мне не терпелось рассказать им о моей схватке и показать свой первый трофей. Радость в их глазах и гордость за мой первый успех настолько меня вдохновили, что я еще сильнее полюбил спорт. Потому что это не только моя личная победа, но и еще она принесла радость моим родным, также можно было заполнить вкусный приз.

самом деле это очень тяжелый вид спорта. За три года упорных тренировок я выполнил первый разряд, когда в кроссе на тысячу метров прибежал за две минуты сорок шесть секунд. В основном специализировался на 400 м, 800 м и 1 500 м.

**- А кто вас научил вести дневник спортсмена?**

- Тренером у нас была мастер спорта Советского Союза Ольга Афанасьевна Щербакова. Она была преподавателем физкультуры и научила нас вести дневник, считать километраж, выполненные объемы работ, засекают скоростное время и делать грамотный мониторинг своих показателей. Ольга Афанасьевна давала нам недельный план, где в день были расписаны по две тренировки: утренний километраж и вечерний. Кроме того, она заставляла нас самих анализировать свои данные. Я был молод, поэтому выполнял больше, чем она планировала. Думал, что таким образом я становлюсь еще сильнее и еще выносливее. На самом деле, это было грубой ошибкой. Однажды во время соревнований я не выложился и проиграл, а по ее прогнозам, я должен был войти в тройку призеров. Тогда она посмотрела на мой дневник и сказала, что ошибки заключены в моих неуместных амбициях. Так, по плану я должен пробежать 800 метров по восемь подходов, а на деле я делал десять и более повторений. Также я узнал, что спортсмен должен отдыхать и что во время отдыха растут мышцы.

**- Как интересно, расскажите поподробнее с этого места. Ведь немногие спортсмены знают о пользе отдыха и мини-пауз.**

- Спортсмен, который не знает отдыха, ломается в момент соревнований. Сила не в ежедневных тренировках, а в правильном планировании. Также она привила мне такое понятие, как предсоревновательный, соревновательный и подготовительный этап. И что спортсмен должен планировать свои тренировки, подстраиваясь под временной сезон. Эти три года тренировок стали для меня фундаментом моей будущей профессии тренера. Я узнал методику подготовки спортсмена и до сегодняшнего дня пользуюсь ее советами и наставлениями.

**- Насчет методики, что вам тогда больше всего пригодились?**

- Был такой журнал – «Легкая атлетика», я подписался и с большим удовольствием читал и узнавал что-то новое.

## На дорожке с участницей Олимпийских игр

**- Может быть, в то время вместе с вами тренировались звезды советского спорта?**

- Да, были и такие спортсменки, например, Елена Копытова, которая бегала с Марией Пинигиной. Я не знаю, с чем сравнить ее бег. Как ни стара-

## Юный Давыдов в амплу хоккеиста Балдериса

**- Потом в старших классах, наверное, собирали весь медальный комплект?**

- В шестом классе настала мода хоккея. Мы часами пропадали на улице и оспаривали чемпиона дворовых турниров. В то время инвентаря не было, поэтому клюшку приходилось мастерить из подручных средств. Фанера и обычное дерево с прибитым гвоздем быстро ломались, но мы легко нашли выход. Благо рядом рос тальник. Мы его собирали, потом в мастерской или дома обрезаем ненужную часть, и счастливые с новенькой клюшкой, раздобытой в лесу, выходили на улицу. Кроме клюшки проблемы были и с приобретением шайбы. Сначала пробовали волейбольный мяч, но, понятное дело, его предназначение совсем другое, поэтому нас вырвал лошадиный навоз. Во-первых, в холоде он идеально затвердевает, и, во-вторых, его на улице было полным-полно. Еще на фуфайках мы мелом писали фамилии наших кумиров. Кто-то был Харламовым, Михайловым, а я всегда играл, как Балдерис. Помню, один раз в школе меня сильно отругали за то, что я стащил мел (смеется). Также шла борьба за титул самого результативного голкипера, а это для нас было дополнительной мотивацией. Так, шаг за шагом мы старались совершенствоваться. Дворовых чемпионов знали все. Наши портреты были и на доске почета в школе, и мы пользовались уважением своих сверстников. Потом серьезно увлекся боксом, стал чемпионом района, в республике вошел в число призеров. В армии стал чемпионом дивизии и завоевал бронзу на чемпионате Забайкальской области.

**- С какого спорта у вас начинается первая проба пера?**

- В то время у нас председателем сельсовета работал мудрый, дальновидный человек, который сделал квалификацию по возрастам. Так, например, во время наследной спартакиады ученики первого и четвертого классов соревновались между собой, с пятого по седьмой, а с восьмого по девятый и так далее. Помню, в третьем класса я участвовал в мас тардыгы и неожиданно для себя занял третье место. Радости было много, но самое большое впечатление на меня произвела врученная мне шоколадка «Медвежонок и Аленушка». Я сразу побежал

Ньургун Боотуру из олонхо: два метра ростом, кучерявый, с мощными мышцами, но в жизни он был не таким крупным и не таким уж устрашающим, как о нем говорили. Весь его секрет таился в умении гармонично вести технику борьбы и в нужный момент поймать противника на хитрость. И не исключено, что именно ысыах привил мне любовь к спорту. Потому что он зародил во мне скрытую мотивацию быть лучше и сильнее. Также мы прислушивались к спорным прогнозам взрослых и старались из него извлечь что-то полезное для нас.

**- С какого спорта у вас начинается первая проба пера?**

- В то время у нас председателем сельсовета работал мудрый, дальновидный человек, который сделал квалификацию по возрастам. Так, например, во время наследной спартакиады ученики первого и четвертого классов соревновались между собой, с пятого по седьмой, а с восьмого по девятый и так далее. Помню, в третьем класса я участвовал в мас тардыгы и неожиданно для себя занял третье место. Радости было много, но самое большое впечатление на меня произвела врученная мне шоколадка «Медвежонок и Аленушка». Я сразу побежал

## Повод быть сильнее и первый приз – шоколад «Медведь и Машенька»

**- Петр Николаевич, наверное, задам банальный вопрос, но с чего все началось и откуда начинается ваша любовь к спорту, которая длится до сегодняшнего дня?**

- В нашем детстве не было гаджетов, компьютерных игр, поэтому большинство из нас совмещали труд и активную игру. Самым ожидаемым праздником для нас и для всех сельчан был ысыах – праздник встречи лета. Мы с нетерпением ждали острую борьбу хапсагаистов, крепкую схватку мадьыны и дальние прыжки, которые устанавливали наши земляки. Поэтому что с каждым годом на этой арене творились сенсации, которые вдохновляли нас, непоседливых мальчишек. Я представлял себя одним из героев ысыаха и в течение года старался равняться на них. Например, в Чукааре был один силач-хапсагаист Куустээх Роман. В моем воображении он был подобен



лись, такой техники и скорости мы не достигли. Помню, когда она удивлялась, то всегда кричала: «Дорожку!», потому что в любую минуту она могла нас просто снести оттуда.

## За Полярным кругом

**- Как сложилась ваша трудовая и спортивная деятельность после окончания учебы?**

- В 1989 году по направлению Министерства образования поехал работать преподавателем в профтехучилище Жиганского района. Климатическая особенность Заполярья известна всем. С сентября по май на улице лежит белый снег, зимой солнце нет, а летом солнце не заходит. Как раз в то время началась перестройка, преобразование национального определения и началась пропаганда национальных видов спорта, таких как якутское многоборье и прыжки через нарту. До того дня отголоски детских грез все еще были во мне. Я вспоминаю ысыахи и всех силачей, которые дарили нам радость и привили первую, самую настоящую мотивацию к спорту.

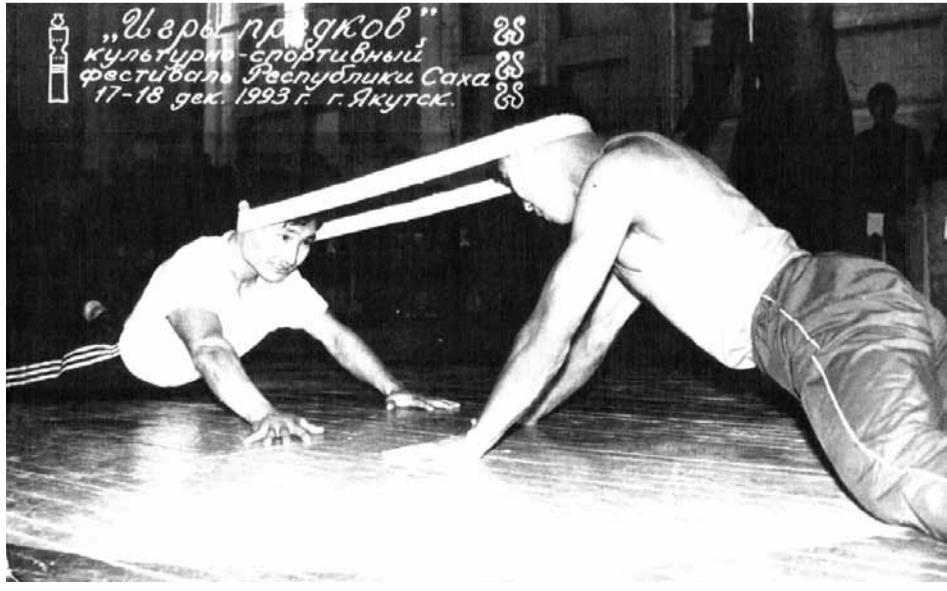
## Опыт в многоборье как спортсмена и как тренера

**- Очень интересно узнать об этом отрезке вашей жизни.**

- Через полтора года я выполнил норматив мастера спорта РС(Я) по прыжкам через нарты. Мой личный рекорд – 600 нарт. В 1992 году в Якутске провели «Игры предков». Три раза участвовал и два раза становился вторым. В программе Игр были якутская вертушка, эхэс торбос, прыжки куобах, хапсагай, мас-рестлинг и кырынаастааһын. Кстати, в последнем виде я всегда побеждал. Летом того же года в Нюрбе состоялся турнир по многоборью «Урун Уолан». У меня как раз был отпуск, принял участие и одержал победу. Потом в 1995 году в Якутске организовали «А5а Тойон». Это был аналог нынешних Игр Дыгына. Два раза участвовал и два раза стал бронзовым призером. Моими

Ночью в небе можно наблюдать за россыпью миллиардов звезд, и все они неповторимы и уникальны. У каждой звезды свой размер, уровень яркости и долголетия. Что-то промелькнет в один миг и навсегда останется в памяти, а что-то будет вечно сиять и указывать дорогу даже в самые темные дни. И самое главное, они все оригиналы, без копий и подделок.

Как в небе звезды, много интересных спортсменов и спортивных тренеров, которые имеют большие перспективы и работают над завтрашними победами своих воспитанников. Но среди всех, кто стоит на страже подготовки будущего резерва, я бы выделила одного человека – Петра Николаевича Давыдова. Мудрый, рассудительный реалист, который не любит делать прогнозы и обладает талантом убеждать людей, что они победители по жизни!







соперниками были сильнейшие универсалы Иннокентий Макаров и Юрий Эверстов. На том и остановился. Тогда я весил всего 65 кг, да и возраст был уже не тот.

**- Петр Николаевич, национальное многоборье является одним из важных этапов в вашей жизни. Вы не только спортсмен, который украсил историю якутского многоборья, но и тренер, который воспитывает его будущих героев.**

- Я большой фанат и всегда слежу за его итогами и анализирую результаты спортсменов. Исходя из накопленного опыта, я создал специальную методику подготовки спортсменов, которая разработана под параметры и под организм индивидуального человека. Со своими воспитанниками работаю по этой программе.

Сейчас рейтинг Игр Дыгына настолько вырос, что не каждый человек может участвовать. Вот есть семь видов спорта, каждый из них требует от спортсмена серьезной специализированной подготовки, и к каждому из них он должен настроиться. Кроме того, нужно быть стабильным.

**- А как вы думаете, в чем кроется секрет настройки? Ведь человек не робот и довольно ранимое существо.**

- Спортсмен должен быть уверен в себе и должен доверять тренеру. Если человек в становой тяге выполняет 400 кг, то он делает это наравне с мировыми лидерами, значит, он не хуже их. Тандем веры и доверия – это основной ключ к успеху. Также они оба должны быть уверены, что победа, как и успех, неизбежна. Кроме настроек, физической труд – это неотъемлемая часть самосовершенствования спортсмена. У него должен быть свой стиль, коронные приемы, и он должен скрывать не только свои слабые стороны, но и сильные тоже. Скрывать нужно не только от соперников, но и в первую очередь от себя.

**- Расскажите об одном из ваших титулованных учеников, о Дмитрии Попове. Как он пришел к вам и как долго вы вместе работаете?**

- Это было до Игр Манчаары в Чурапче, в один из прекрасных февральских дней Михаил Савтаев привел ко мне Дмитрия. Сказал, что студент, есть все физические данные и желание тренироваться у меня. До этого он был одиночкой, тренировался сам по себе в «Модуне» и наблюдал, как я работаю с Михаилом по персональной программе.

На Играх Манчаары он завоевал золотую медаль. В тот период мы много работали с железом, и он сильно прибавил в физике. Результат не дал себя долго ждать. В 2014 году он стал чемпионом мира по мас-рестлингу, в том же году на Играх Дыгына стал четвертым. В 2015 году на турнире Ивана Белоловского он выиграл Кубок Чемпиона, а в Дыгыне стал седьмым. Он сам прекрасно знает все нюансы и будет работать над ними.

**- Кто еще, кроме Дмитрия, у вас занимается национальным многоборьем и мас-рестлингом?**

- В одно время я давал консультацию Алексею Козлову, мы с ним работали полгода, тогда он тоже сильно прибавил физические показатели.

Как консультант никому не отказываю, стараюсь всем помогать советом, если они просят. С мая прошлого года у меня тренируется Эрчим Баппагай. Прежде чем начать с ним работу я провел силовое тестирование: приседание, жим, тяга, тяга вертикального блока и скоростно-силовых качеств. Поставил перед спортсменом свои условия и требую от него мотивации. Что он хочет от спорта? Чего он хочет достичь? Он говорит, что хочет быть чемпионом. Это хорошо, но тренеру, кроме желания, самого спортсмена необходимо всегда поднимать ее планку. Вот, например, Дмитрий хотел стать чемпионом мира, мы сделали; теперь он хочет отстоять свой титул и взять абсолютный чемпионат мира. Почему бы и нет? Это возможно, если есть мотивация! Он сначала хотел быть чемпионом Игр Манчаары, потом республики, а потом он поставил перед собой более сложные цели и достиг ее. Я не вижу причин останавливаться на достигнутом и поощряю все его мечты и планы.

## Рассуждая о глобальном

**- Как опытный тренер, какой в идеале видите подготовку Дмитрия к таким ответственным стартам?**

- На мой взгляд, было бы очень результативно, если бы Республиканский центр национальных видов спорта и Федерация мас-рестлинга республики составили концепцию по подготовке абсолютных чемпионов России и мира. Нам сейчас нужна такая практика. Спортсмены остро нуждаются в дополнительной мотивации, чтобы ударили по столу и твердо сказали – умри, но сделай. Каждый тяжелолюб должен стремиться стать абсолютным чемпионом, потому

что он является законодателем этого вида спорта. Как в Японии сумо, мас-рестлинг должен стать национальной идеей Якутии. В марте пройдет абсолютный чемпионат мира в Штатах, в идеале от нас должны были принять участие, как минимум, пятеро здоровых мадьяны. А для этого нужна целенаправленная селекционная работа на местах! Найти самородков и подготовить их к победам. Потому что титул абсолютного чемпиона России и мира – это уже вопрос национальной гордости.

**- Каких принципов в жизни вы придерживаетесь?**

- В спорте – это выше, быстрее, сильнее, а в жизни – вера, надежда, любовь. На самом деле, идеология, философия и воспитательная роль этих на первый взгляд простых слов очень глубоки. Привязка этих принципов воспитает здорового человека. Также человек обязан уметь нести ответственность за свои поступки. Вот, например, на каждом определенном этапе мы ставим перед собой новые цели. Сначала идут районные соревнования, потом республика, а затем Россия и потом уже мир. И здесь спортсмен является носителем информации. Его внешний вид, культура общения, одежда, которую он носит, и владение языком дают представление о нашем народе. Поэтому быть достойным – это его прямая обязанность. Поэтому сейчас я приучаю своих воспитанников читать книги, которые читал я сам.

**- Например, какие?**

- Это роман Василия Яковлева-Далана «Глухой Виллой» («Тулааых о5о»). Почему эта книга? Она воспитывает дух воина, учит юношу быть мужчиной и принимать твердые решения. Каждые три дня мои воспитанники сдают мне зачет. Я им доверяю, но проверяю. Каждые пять минут они кратко

рассказывают о том, что прочитали и вслух размышляют, почему и с какой целью герои книги так поступили. Не буду громко говорить, но если все пойдет по намеченному плану, то я сделаю из Дмитрия и Эрчима высококлассных спортсменов. Это моя концепция, как тренера.

**- Говорят, не сотвори себе кумира, но, как тренер, кого ставите в пример, и чья работа вас вдохновляет?**

- Это Дмитрий Петрович Коркин. Я сейчас читаю его работы, и меня поражает его грамотное отношение во всем! Сейчас спорт – это целая наука, а он еще тогда опередил свое время в подготовке первоклассных борцов. По закону в спорте первой должна идти теория, а потом практика. У нас пока наоборот. Сейчас для молодых исследователей мас-рестлинг – это непаханое поле, где можно вволю поэкспериментировать с методикой и техникой.

## Пауэрлифтинг: зажигая звезды

**- Кроме, как тренера по многоборью и мас-рестлингу, вся республика, Россия и весь мир знают вас, как тренера по пауэрлифтингу.**

- Наш тренер по легкой атлетике, помимо основных задач, заставляла работать нас с железом. Например, если ты бегаешь 400 и 800 м, то твоя мышечная масса должна была соответствовать конкретной сумме. Поэтому в дневнике, кроме дистанции, мы указывали объемы мышц голени, бедра и талии. Ставили множество тестовых задач на результативность взрывной силы. В первый год тренировок, кроме бега, мы усиленно работали со штангой. По незнанию я удивлялся, потому что думал, что задача легкоатлета – это только бег и ничего больше (смеется). А когда работал в Жиганске, я выписывал журнал «Железный мир», нашел штангу и тягался с ней все свое свободное время. Вот так пришел интерес к пауэрлифтингу. Даже принимал участие в чемпионате Якутска, правда, в приседании у меня был недосед из-за незнания методики (смеется). С 1989 года, как только окончил учебу, я сам себе тренер, поэтому учился на методе проб и ошибок, из-за этого получил травму, но зато сейчас мои воспитанники тренируются без единой травмы – тьфу-тьфу-тьфу, чтобы не слезить.

**- Сколько всего мастеров спорта по пауэрлифтингу вы воспитали?**

- Пятеро мастеров спорта России, из них один заслуженный мастер спорта Владимир Бальнец.

**- А как вы познакомились с Владимиром?**

- В 2004 году впервые в программу Игр «Дети Азии» включили пауэрлифтинг среди детей до 18 лет с ограниченными возможностями по трем направлениям: с поражением опорно-двигательного аппарата, с нарушением зрения и с нарушением интеллекта. Меня назначили старшим тренером по подготовке сборной команды. В тот год в «Спарте» прошел чемпионат Якутска по пауэр-

лифтингу среди здоровых и среди людей с ограниченными возможностями, там и впервые увидел Владимира. Спортсмен весом 35 кг выжал 75 кг и занял первое место. Вы можете представить мое удивление?! Я посмотрел на его документ и сразу увидел, что парню 19 лет: все на один год он не попадал в возрастные рамки Игр. Как я тогда огорчился... После чемпионата столицы я с Зоей Ивановой, которая выступала среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, отправился на чемпионат и первенство России в Ярославль. Вот тогда я впервые увидел знаменитую семью Тамары и Андрея Подпальных из Алтая. Она дважды выиграла золото Паралимпийских игр и дважды становилась серебряным призером. После этого я понял, что у маленьких ростом людей есть большие перспективы. По приезде в Якутск после Игр «Дети Азии» я отыскал Владимира и поехал к нему домой.

**- А как долго его уговаривали?**

- Сразу поставил мотивацию – ты сильный и ты станешь чемпионом Паралимпийских игр. Он тогда не поверил. У нас состоялся такой диалог:

**- Как, живя в Залого, я могу поехать на Паралимпиаду?!**

- Если будешь тренироваться, поедешь и победишь!

**- Не верю!**

- А я докажу. Ты хочешь сам себе доказать, что ты способен на большее?!

**- Да, хочу!**

И это был его судьбоносный ответ. 1 ноября 2004 года он стал учащимся республиканского лицея-техникума, и с того времени мы неразлучны.

**- Как пришли первые победы?**

- На открытом чемпионате столицы мы вместе выполнили норматив кандидата в мастера спорта, потом Владимир взял Дальний Восток, затем на первенстве России стал третьим. Так, с 2004 года до 2006-й он соревновался и соперничал со здоровыми людьми. За эти годы он стал трехкратным абсолютным чемпионом республики, побеждал мастеров спорта международного класса, становился трехкратным чемпионом по жиму лежа. Потом в 2006 году мы перешли в адаптивный спорт, а дальше вы уже все сами знаете. Сейчас не хочу ничего говорить, дабы не слезить.

**- Кто еще, кроме Владимира, у вас занимается?**

- Это Роман Устюжанин, Александр Елисеев, Иван Халдеев и Игорь Сазонов. Они все в спорте высших достижений, входят в состав национальной сборной России или являются ее кандидатами.

**- Как вы относитесь к тому, что девушки занимаются силовыми видами спорта и единоборствами?**

- Слабый пол на самом деле самый сильный пол, поэтому я отношусь к этому лояльно.

**- Какой бы совет вы дали начинающим тренерам или людям, которые уже занимаются этим ремеслом?**

- Каждый человек индивидуален, и нет в мире людей, не обладающих талантом. Задача тренера раскрыть спортсмена и убедить его, что он победитель

по жизни. Также тренер должен постоянно расти и своим общим развитием на шаг опережать своего подопечного. Вот в эту яму попадают многие тренеры, поэтому от них уходит спортсмены. Они ищут сильного вожака, который лучше их. И еще одна особенность тренера – не передавать до конца свои знания: все должно быть в меру и в свое время.

## Вне спорта

**- Петр Николаевич, ду-маю, многим было бы интересно знать о вас вне спорта?**

- Вне спорта я семейный человек, и мое счастье, что дома меня всегда ждут уют, горячий чай, вкусная еда и люди, которые бесконечно мне дороги. Моя жена – моя надежная опора. Когда она рядом, я спокоен в душе и чувствую ее безграничную любовь, которая оберегает нашу семью. Наша мама – самый главный человек в семье, по профессии она учитель русского языка. У меня двое сыновей. Старший сын имеет первый разряд по легкой атлетике, на Играх «Дети Азии» стал третьим, на Дальнем Востоке завоевал золотую медаль и на всероссийском турнире «Юность» стал победителем. Сейчас он студент и спортом занимается только для себя. Младший сын всегда со мной, вместе три раза в неделю посещаем тренажерный зал.

**- Вас можно назвать строгим отцом?**

- Как тренер, я создаю спарта-ские условия воспитанникам и требую их выполнения, но, как отец, довольно мягкий человек. Где-то могу закрыть глаза и с пониманием отношусь к некоторым ошибкам. Как и в любой семье, у нас сложились свои традиции. Осенью всей семьей выезжаем в Жиганск, рыбачим, собираем ягоды и отдыхаем на природе.

**- Скажите честно, за каким видом спорта вам интересно наблюдать?**

- Раньше любил динамичные виды спорта: бокс, кикбоксинг, футбол, а теперь с возрастом меня интересует более интеллектуальные и приземленные виды. С прошлых зимних Игр в Сочи заинтересовался керлингом. До этого смотрел биатлон, также был неравнодушен к хоккею. Можно даже сказать, я болел хоккеем. Сейчас посещаю все соревнования, держу себя в курсе всех событий, стараюсь ходить во все пресс-конференции.

**- Какую книгу вы сейчас читаете?**

- Прочитал об американской и немецкой системах подготовки национальной сборной команды. Сейчас ищущу методики китайцев, пока все безуспешно, они все тщательно скрывают и не делятся секретами.

**- Петр Николаевич, с высоты прожитых лет и достигнутых высот как вы думаете, в чем секрет успешного человека?**

- В ответственности! Нужно нести ее перед семьей, перед родителями, перед Родиной и перед всем, что любишь, также быть честным перед собой.

Беседовала  
Саина ШЕЛОМОВА.





# Бүлүү тустуутун убайдаатар убайдара

Мин бу суруйуубун тустуу сайдытыгар оройуон-оройуон аайы бэйэлэрин сырларын ууран, тугу барытын умнан, көнүл тустуу сайдарын туһугар үлээбит хамсаабыт дьонно аныбын. Мин санаабар кинилэр тустарынан киэн сырдатар суруйуу суох. Ахтан ааһар да буоллахпытына бэйэбит испитигэр: «Ээ кырдык да, оннук киһи баар этэ...», - диэн санаан ааһабыт, ону да тустуу эйгэтигэр чугас дьон. Онтон учугэйдик сынынан, сыта-олоро толкуйдаан көрдөххө, кырдык даҕаны сир-сир аайы маннык дьон баар буолан, саха ыччатыгар көнүл тустуу сайдарын туһугар биер бизс харчыта суох, анардас баҕа санааны, көнүл тустууга тапталы өрө тутан, ыччат ортоугар үлэлээн-хамсаан аастахтара уонна киэн нэлэмэн Сахабыт сириттэн боростуой тыа саха уолаттара, аан дойдуну аһара түһэн, олимпийскай чыпчааллары ылалларыгар, бэйэлэрин сүнкэн кылааттарын киллэрбиттэрин, биһиги сыаналыах уонна ахтан-санаан ааһыах тустаахпыт. Ол санааттан бу мин кылгас ыстатыйабын суруйарга сананым.

Биллэрин курдук, Саха сиригэр көнүл тустуу Н.Н. Тарскай көбүлээһининэн самбо тустууга сахалартан бастакы үчүгэй көрдөрүүлээх уолаттар, үрдүк үөрэби бүтэрэн В.Г.Румянцев, К.П.Григорьев кэлбит-тэригэр, кини 1955 сыллаахха көнүл тустууну сайыннарарга Дьокуускай куоракка В.Г.Румянцевы, Бүлүү куоракка К.П.Григорьевы анаан сыал-сорук туруоран, тустуу сайдытыгар бастакы дьаһалын ылыммыта. Нөнүө сылыгар Д.П.Коркин үөрэбин бүтэрэн кэлбитигэр Чурапчы оройуонунан анапыта, тустуу туһугар күүстээх үлэ сабаламмыта. Мантан да көстөрүнөн тустууну бастаан сабалаабыт чулуу уолаттарбыт анал физкультурнай үөрэхтэрэ суох да буоллар, уопастыбаннай төрүккү сабалаабыттара, күүстээх, кэскиллээх сорук-сыал туруоруммуттара. Биер бизс харчыта, хамнаһа суох «хара үлэ» этэ буоллаҕа.

буолбута уонна атын үлэбэ 1970 с. быыбарданан, Бүлүү куорат депутаттарын сэбиэтин председателинэн талыллар дылы (биллиннинэн куорат мээрэ), туох баар билиитин-көрүүтүн тустуук, тренер, тэрийээччи быһыытынан Бүлүүгэ тустуу сайдарыгар үлээбит-хамсаабыт киһи буолар. Педучилищаны бүтэрэн баран Бүлүү оройуонун кытыы нэһилигэр Үгүлээт орто оскуолатыгар 1960 с. үлэтин физкультура учууталынан сабалаабыта. Тийиээт да тустуу секциятын тэрийэн элбэх обону түмэн тустуу секциятын үлэлэтэн барбыта. Түбүктээх үлэ түмүктээх буолбута. Ол курдук, 1961 сыллаахха Бүлүү оройуонун көнүл тустууга хамаанданан бастыыр иһин күрэхтэһиитигэр Үгүлээт орто оскуолатын бөбөстөрө бастакы миэстэни ыланнар элбэх киһини соһуппттара уонна сөхтөрбүттэрэ. Кинилэр ортолоругар бааллар этэ билигин Саха сиригэр киэнник бил-

стуга сүүмэрдэммит хамаандата Н.Н.Тарскай бириинигэр бастакы миэстэни ылбыта. Бу Бүлүү тустуутун историятыгар хатылана илик ситиһии буолар.

Федор Федорович бэйэтин очотообу тустууга бастакы ситиһилэригэр кэпсээтэххэ манныктыр. 1956с. Бүлүү оройуонун бастыыр иһин бастакы күрэхтэһиигэ иккис миэстэ (Н.Н.Волков кэнниттэн). 1958 с. Саха сирин норуоттарын иккис спартакиадагыгар 78 кг. хамаанда туһугар өрө тахсан бэйэтин бөлөбөр иккис буолбута. 1959 с. онно ылбыт саха саарына Н.Н.Тарскай илии баттаһыннаах дипломун харыстаан уура сылдьар. Саха сирин ыччаттарын бастакы фестивалыгар 73 кг тустубута. Бу тустууга биер интэриэһинэй түгэн буолбута, ол курдук Э.Гегеевы кытта туста сылдьан хардарыта быраһыыга 45 сек. саннын лапаакытыгар ыраастык уурбута

лоругар квалификационной түһүлгэ тэриллибитэ. Сылаа бастакы разряды толоруу диэн этэ. «Эдэр коммунист» хаһыакка бастакы разряды П.Алексеев, Э.Гегеев (ДСО «Динамо»), С.Дмитриев (ДСО «Урожай»), В.Хабунко (СГУ), Ф.Павлов (Бүлүү) толорбуттарын туһунан суруйбуттара баар. 1960 сыллаахха Саха сирин норуоттарын III спартакиадагыгар 67 кг Сидор Попов кэнниттэн иккис буолбута. III Спартакиада кэнниттэн Саха сирэ-Дагестан көнүл тустууга сүүмэрдэммит хамаандаларын ардыларыгар табаарысты көрсүһүүгэ Станислав Гаджиевка тулустатаба. С.Гаджиев кэлин Россия чемпиона, Союзка 1963 иккис миэстэни ылбыта. Саха бөбөстөрүн Сидор Попову, Федор Эверстовы ыраастык уурталаабыта. Бу Дагестан аатырбыт бөбөһүн сахалартан арай биһиги Петр Поповтун 1965с. Калининград куоракка очконан кыйан Россия чемпионнаабыта, «убайдарын» хотторууларын «боруостаабыта» үөрүүлээх. Ити сыл күһүнүгэр ДСО «Спартак» чемпионатыгар бастаабыта. Сборданан баран Доннаабы Ростов куоракка РСФСР «Спартак» ДСО-гар бастыыр иһин күрэхтэһиигэ сэттис миэстэ буолбута. Бу Федор Федорович, хомойох иһин, бастакы уонна бүтэһик республика таһыгар тахсан тустууга буолбута. 1964 сыллаахха «Спартак» ДСО-ба, көнүл уонна классическай тустууга республика иккиэннэригэр чемпионнаабыта, 1965 сыллаахха республика үөрэх, үрдүкү оскуола уонна научнай тэрлэтэлэр профсоюзтарын спартакиадагыгар бастаабыта. Онтон сыыйа үлэтигэр үтүрүттэрэн тустуутун 1968 сыллаахха оройуонун бүтэһигин бастаан баран тохтоппута. Ол эрэн, хамаанда туһугар үгүс элбэх зона уонна араас түһүлгэлэргэ ситиһиилээхтик тустубута. Бүлүүтүн аатын ааттаппыта.

Общественнай тренер быһыытынан 1958-1970 сс. элбэх тустууктары эрчийбитэ. Кини кэлин спорт маастардара буолбут Петр, Владимир Поповтарга, Марк Ефремовка, Макар Гаврильевка (педучилищага үөрэнэр кэмнэригэр, тустуук быһыытынан үүнэллэригэр салгыы сайдалларыгар көмөлөспүтэ. Спорт маастардара Федот Федотовка, Алексей Пахомовка, спорт маастарыгар кандидаттар Гаврий Романовка, Сергей Ивановка, Валерий Даниловка бастакы тренердэрэ этэ.

Оройуон оболорун сүүмэрдэммит хамаандатыгар сылдыбыт уолаттар Дмитрий Типанов, Николай Алексеев, Степан Игнатьев ССРС спордун маастардара буолбуттара. Алеша Афанасьев оболорго республика чемпиона, спорт маастарыгар кандидат буолбута. «Бу уолаттары эрчийбэтэбим, араас күрэхтэһиилэргэ илдьэ сылдыбытым» диір.

Бэйэтин тренерскэй үлэтин чыпчаалынан 1965 с. Булуу хамаандата Н.Н.Тарскай бириинигэр бастакы миэстэни ылбытын киэн тутта ахтар. Ону туоһулуур Саха республикатын спортивнай обществоларын уонна тэриэлэлэрин Союзтарын Советын 1965 с.бэс ыйын 13 күнүгэр М.П.Кочнев илии баттаһыннаах грамотатын кичэллээхтик бэйэтин архыбыгар ууруна сылдьар.

1970 сыллаахтан республиканскай (РСФСР) категориялаах судьуйа (Удостав.№19898 1970 сыл от ыйын

8 күнэ.). 1964с. Россия XIX чемпионатыгар, Россия-Куба-Саха сирэ, Дальнай Восток күрэхтэһиилэригэр судьуйалаабыта.

Федор Федорович ааспыт олобуттан Бүлүү оройуонун тустуу сайдытыгар үлээбит-хамсаабыт кэмнэрин туһунан, ис сүрээбиттэн үргэтэ көтөбүлүн олорон ахтан-санаан ааһар:

«50-тан тахса сыл спорду кытта энэрдэһэн кэлиим. Билигин кырдыан олорон, спорт миэхэ тугу биздэ диэн ыйыты мэлдьи эрийэр. Бастаан туран, бачча сааспар дылы улахан ыарыы була илик, эт-хаан өттүнэн чэбдик курдук санаабын.

Иккиһинэн, араас идэлээх, өйдөөх-санаалаах үгүс үтө дьону кытта алтыһан, элбэххэ үөрэннэбим. Чуолаан, биер сылга түмсүүлээх буолуу тыһыгар итиллибитим. Мин Саха сирин бастакы тустууктарын кытта күрэхтэспит, сорохторун кытта бииргэ сылдыбыт, добордоспугт дьоллоохпун.

Саха саарына Н.Н.Тарскайы көрбүт эрэ буолбакка, кэпсэппит, алгыһын ылбыт сүдү киһим буолар. 1959 сыллаахха «Труд» ДСО-ба 67 кг тустубутум кэннэ былычыннарбын тардыалы-тардыалы:

«Бу уолу 62 кг ыйааһынна түһэрэн туһуннарыахха» диэбитигэр, куотан хаалбытым. Бэйэм да үс киһилэттэн ордугу түһэрэ сылдьар киһиэхэ олус кытаанах сорук буолуох курдуга. 1960 с. Саха сирин норуоттарын II спартакиадагыгар Москвага үөрэнэ сылдьан, көбүөргэ кириэн судьуйалаабыта. Миигин көрөн: «Москвага үөрэххэ барыаххын баҕарбаккын дуо?» диэн быһаччы ыйыппыта. Биллэн турар, мин үөрэххэ барар ханнык да кыабым суоба.

Саха улуу тренерин Д.П.Коркины билэр этим, алта уонус сыллар ортолоругар оболору кыһынгы каникулга Чурапчыга туһуннара илдьэ сылдыбытым, уолаттарбын көрдөрбүтүм. «Эт-хаан өттүнэн үчүгэйдэр эбит, ол гынан баран, техникалар мөлхөт» диэбитэ. Кэпсэтэн Ганя Романовы, Алеша Пахомовы, Степа Игнатьевы, Валера Даниловы, Алеша Афанасьевы, Алеша Иванову, Трофим Саввиновы Дмитрий Петровичка ыппытым.

Дмитрий Петрович биһигини, тренердэри, дьэтигэр ыһыран чэй-дэппитэ, арыгы туруорбатаҕа, ким да эрэйбэт да этэ, кэпсэти наар саха тустуутун тула барбыта. Биридэ Дьокуускайга көрсөн: «Бүлүүлэр Роман Дмитриевы биһиги уолбут диэн суруйбут этилэр» диэбитэ. Мин «Эһэтэ биһиэхэ Бүлүү куоратыгар олорон» диэбитим. Ити кэмнэ, кырдык, Николай Лукич Игнатьев, республика культуратын үтүөлээх үлэһитэ, суруналыыс, билгэһит, алгысчыт, Р.Дмитриев Бүлүүтүн төрүттээбин туһунан, кырдык, хаһыакка таһаатарбыта.

Сахалартан көнүл тустууга бастакы ССРС спордун маастара Д.М.Даниловы Бүлүүгэ орто оскуолага үөрэнэ сылдыабыттан билэр этим, кэлин добордоспугт, тустубут, биер хамаандага сылдыбыт, эрчийбит тренерим этэ. Бүлүүгэ кэллээбин, быһа ааспат буолара.

Аатырбыт тренер Н.Н.Волковтын К.П.Григорьевка 1956 с. биригэ эрчилибиппит,



**К.П.Григорьев бастакы секциятыгар эрчилибит Н.Г.Чернышевскай аатына Бүлүүтэбэ педучилища студеннара. Бастакы кэксэбэ (ханастан): Д.Федоров, В.Сыроватскай, Ф.Павлов, А.Федоров. Иккис кэксэбэ тураллар (ханастан): А.Акимов, К. Иванов, В.Кузнецов, И. Николаев, В.Ефимов, И.Каратаев. 1957 сыл.**

К.П.Григорьев үлэтин Бүлүү куорат Н.Г.Чернышевскай аатынан педагогическай училищетын базатыгар, онно баар студеннары уонна куорат бабалаах ыччаттарын түмэн көнүл тустуу бастакы секциятын аһан үлэтин сабалаабыта. Ол аата 1955 сылтан Бүлүүгэ тустуунан дьарыктаныы сабаламмыта. Ол туһунан сииһили «Дьулурбан» хаһыат 2006 сыл сэттинни ый 14 күнүнээби нүөмэригэр «Бүлүүгэ тустуу Дьокуускайы кытта тэннэ сайдыбыта...» диэн Сергей Муксунов ыстатыйатыгар сииһили суруллубута. Онно сурулларынан республика оройуонунан бастакынан Бүлүү оройуонунгар ахсынны ый 23 күнүгэр 1956 сыллаахха бастакы көнүл тустуу күрэхтэһиитэ тэриллэн ытыллыбыт. Бу күрэхтэһии кыттылаахтарыттан билигин баар дьонтон биридэстэрэ мин кэпсиір киһим Федор Федорович Павлов буолар.

Ф.Ф.Павлов 1939 сыллаахха кулун тутар 10 күнүгэр Үөһээ Бүлүү оройуонун I Үөдүгэй нэһилигэр колхозтаах дьыэ кэргэннэ төрөөбүтэ. Үс саастаабар Бүлүү куоракка улахан эдьийигэр иитиллэ кэлбитэ уонна күн бүгүнүгэр дылы харыс да сирин халбарыйбакка, Бүлүү куоратыгар араас эйгэбэ таһаарылаахтык үлэлээн-хамсаан кэллэ.

К.П.Григорьев секциятыгар педучилища үөрэнээччитэ Ф.Павлов эмиз биер бастакынан тустуунан дьарыктанан барбыта. Мантан ыла сабаламмыта кини көнүл тустууга бэриинилээх олобо. К.П.Григорьев 1958 сыллаахха Ньурбага көспүтэ, кини үлэтин Бүлүүгэ утумнааччынан салбааччынан Федор Федорович

лэр тыл учуонайа Г.Г.Филиппов, Бүлүү улууһунан бастакы ССРС спордун маастара Ф.В.Федотов, ыччаттар В.Л.Бачаров, Н.В.Типанов, В.А.Мосов, физика учуутала М.А.Алексеев. 1963с. саха номоххо кирибит бухатыра В.Г.Румянцев директордыр Бүлүү куорат орто оскуолатыгар үлэһии кириэр. 1965 сыллаахха Бүлүү куорат орто оскуолатын базатыгар общественнай сабалааһынна олобуран көнүл тустууга оҕо спортивнай оскуолатын аһан үлэлэппитэ уонна 1967 сыллаахха тренер штата бэриллэн Өлөөнтөн биһиги бастакы олимпийскай чемпиоммут Р.Дмитриев бастакы тренерин И.П.Илларионову ыһыран аҕалан үлэлэппитэ. И.П.Илларионов билигин Өлөөнтө олорон. 2015 с. «Саха Республикатын физическай культураҕа үтүөлээх үлэһитин» бочуоттаах аата инэриллибитэ.

Федор Федорович үлээбит сылларыгар оройуон сүүмэрдэммит хамаандата хаста да Бүлүү зонатыгар бастаабыта уонна республикага биер күүстээх хамаанданан биллибитэ. Кинилэр ортолоругар ССРС спордун маастара буолбут Бүлүүтүн Федор Федорович сүбэтинэн үөрэнээччитэ Чурапчыга баран үөрэммит, үчүгэй, кыахтаах юрист быһыытынан киэн эйгэбэ биллибит А.Пахомов баар этэ. Ити туһунан А.П.Пахомов «Якутия» хаһыат 1997 сыл ахсынны ый 25 күнүнээби нүөмэригэр Э.Волков «Сдаваться не обучен» диэн ыстатыйатыгар бастакы тренерим Ф.Ф.Павлов этэ диэн ахтан-санаан ааспыта баар. Ити сылларга Ф.Ф.Павлов быһаччы салайытынан, эрчийитинэн 1965 сыллаахха Бүлүү улуунун көнүл ту-

уонна III миэстэ буолары ситиспитэ. Манна даҕатан эттэххэ, сахалартан бастакы спорт маастара Д.Данилов бастаабыта. Ити сыл күһүнүгэр ДСО «Труд» бастакы күрэхтэһиитигэр 67 кг иккис миэстэни ылбыта. Бу тустууга кэлин ССРС көнүл тустууга маастара, Саха сирин биллиилээх журналиһа буолбут В.Варламовы кыйыбыта ол гынан баран хардарыта кыйысыга В.Варламов бастакы, Ф.Павлов иккис, В.Хабунко үһүс буолбуттара. Ити сыл ахсынны ыйга бастакы, иккис разрядтаахтар орто-



**Саха сирин ДСО «Труд» уобаластаабы советын сүүмэрдэммит хамаандата: Бастакы эрээт (ханастан): П.Гаврильев, Н.Гоголев, В.Варламов. Иккис эрээт (ханастан): Ф.Павлов, Д.Данилов, В.Попов, М.Сибиряков, А.Ирхипшеев, 1959 сыл.**



тустубуппут даҕаны. Кини салалтатынан эрчиллибитим. Аа-тырбыт бөбөстөрүгө, тренердэргэ А.С.Карапетаева, И.В.Морозовка, А.З.Дзгоева, В.В.Скоковка спордара сылдыбытым. Киһи быһытынан олус үчүгэй дьон этилэр.

Республикаҕа биллэр ученайдар, профессордар Н.А.Гоголевы, П.П.Гаврильевы, республика биллиилээх советской-партийнай үлэһитэ М.Н.Сибиряковы уо.д.а. кытта биир хамаандаҕа сылдыбытым. Саха бухатыра В.Г.Румянцевтыын элбэхтик күрэхтэһиигэ да, булка-аска да сылдыбытым улаханник убаастыыр сүдү киһим.

Бүлүү тустууктары кытта уонтан тахса сыл бииргэ сылдыбытым, тустуук быһытынан үүнэллэригэрсайдалларыгар тугунан эрэ көмөлөстөбүм дии ССРС спордун мастардара буолбут Петр, Владимир Поповтар, икки тустуу маастар Марк Ефремов, Макар Гаврильев Бүлүүгэ сабалаабыттар, эрчиллибиттэрэ. Кинилэр итини төһө биллээлэрин билбэппин. Үтүөлээх врач М.Н.Ефремов Бүлүүгэ кэллэбинэ эмиз быһа аһааччыта суох. Көнүл тустуу хамаандатыгар ССРС спордун маастара Федот Федотов киһи чэхчы эрэнэр, өйдөөх, тактик тустуук этэ, Саха республикатын маастардара Семен Алексеев, Трофим Алексеев, Василий, Гаврил Корякиннар, Выбор Быкалыров, Анатолий Петров, күстээх тустууктар Иван Иванов, Лазарь Мандаров, Прокопий Сивцев, Владимир Степанов, Алексей

Григорьев, Тимофей Саввинов, Яков Николаев уо.д.а. биир хамаандаҕа сылдыбыт дьонум.

Үсүнүнэн, спорт – эдэр саас умсулганнаах өйдөбүлэ. Мин бизс уонча сыл Бүлүү улууһугар араас үлэни үлэлээн кэлбитим усталаах туоратыгар улуус спордун салайбыт, спорт туһа дьэн сүүрбүлүүн-көппүлүүн, эмиз да күрэхтэһэн көлөһүмүн тохпуппун спорткомитет билинни үлэһиттэрэ улаханник сыаналыылларыттан олус үөрэбин. Ордук чуолаан Бүлүү улууһун спорт комитетын үһүн кэмнэ ситиһилээхтик салайбыт, бииргэ үөскээбит, үөрэммит, оҕо сааһым табаарыһа Маргарита Григорьевна Куличкинаҕа махтанабын. Мэлдьи өрө тутта, түгэн түбэстэ да туох эмит үчүгэйи оноро сатыылларыттан олус үөрэбин уонна долгуйабын» дьэн ахтар.

Кырдыҕас тустуук пенсияга тахсан да баран си-дүгээр олоҕорбот. Ол курдук алта кинигэ автор, ол иһигэр спорка аналлаах ахтыы (тустууга) түүрт кинигэни бэчээттэппитэ.

Ф.Ф.Павлов ис хааныттан сэмэй, бэйэтин туһунан хаһан да кэпсэмэт. Онон бу ыстатыйаны суруйарбар ыарыҕаттым. Хата, төрөппүт уола Алексей Федорович «Эдэр сааһым умсулганнаах, дьулуурдаах сыллара.» дьэн илиминэн 1998с. суруллубут ахтыытын, «Киһи кэрэмһэ, киилэ Кирилл Григорьев», «Бүлүү тустууктара 55 сүл көбүөр ортотугар», «Вилуйский спорт. Люди, годы, события» дьэн кинигэлэрин, араас сылларга ылбыт дипломнары, грамоталарын булан бизрэн көмөлөспүтүгэр улахан махталбын тиэрдэбин.

Убайбыт баҕарар баҕата, бу кэлэр Олимпийскай ооньууларга саха бөбөстөрө кытталарын кэтэһэр. Ол иһигэр бүөм санаата: Бүлүү кэскиллээх, эрэнэр бөбөһө Кеша Иннокентьев көнүл тустуу 60 сылыгар саха тустуутун өссө үрдүк үрдэлгэ таһаарара буоллар дьэн...

Кини үөрэллэп, спорка уһуйбут үөрэнээччилэрин Г.Г.Филиппов – профессор, Саха Өрөспүүбүлүкэтин наукатын үтүөлээх деятелэ, С.Л. Бачоров, М.С.Маисов Саха Өрөспүүбүлүкэтин норуотун хаһаайыстыбатын, В.А.Мосов Саха Өрөспүүбүлүкэтин үөрэҕириитин үтүөлээх үлэһиттэрин ааттарын сүгэллэринэн киэн туттар уонна кинилэр ситиһилэрин мэлдьи кэтээн көрөр, дуоһуйар.

Ф.Ф.Павлов 1960 сыллааха Н.Г.Чернышевскай аатынан Бүлүүтээҕи педагогическай училищени, 1973 сыллааха (кэтэхтэн үөрэнэн) СГУ ИФФ историяҕа салаатын, 1983 с. ССКП Саха сиринээҕи обкомун марксизм-ленинизм университетин кыһыл дипломуна үөрэнэн бүтэрбитэ.

Федор Федорович өр сыллаах, үтүө суобастаах үлэтэ үрдүктүк сыаналаммыта. «Килбизнээх үлэтин иһин В.И.Ленин төрөөбүтэ 100 сылыгар», «Үлэ бэтэрээн» мэтээллэринэн «Гражданскай килбизн» анал бэлиэтинэн, Саха АССР Үрдүкү Сэбиэтин Бочуотунай грамотатынан наҕараадалааммыта. СР физическай культураҕа уонна спорка туйгуна, СР физическай культураҕа уонна спорка үтүөлээх үлэһитэ, Бүлүү улууһун,



Саха сиригэр көнүл тустуу төрүттэммитэ 55 сылынан сибээстээн, Анал бэлиэни Саха сирин бастакы тустууктарыттан биридэстэригэр Ф.Ф.Павловка Саха Республикатын президентэ Е.А.Борисов туттарар

Бүлүү куорат бочуоттаах гражданин ааттара инэриллибиттэрэ, госулууспа бэтэрээнэ.

Бу билинни тустуу ситиһиллэригэр тэннээтэххэ, кыра сэмэй курдуктар эрээри, бу ситиһиллэр оччотоогу кэмнэ элбэх үлэннэн уонна сыраннан кэлбиттэрэ чуолкай. Улуу кыраттан сабаланаар дьэн этии баар. Ол курдук биһиги Сахабыт сиригэр тустуу сайдытыгар бэйэлэрин сэмэй кылааттарын киллэрбит үгүс үтүмэн дьоннорбут үксүлэрэ манник үлэлээн-хамсаан бэйэлэринэн сэмэй ситиһиллэринэн холобур буолан, элбэх ыччаты тустуу кэрэ эйгэтигэр угуйан, ыһыран саха тустуутун таһаарыттар уонна билинни ситиһиллэр кэллэлэригэр

олук уурбуттара. Ол дьонтон биридэстэрин туһунан кылгастык киэн тутта ахтан аастым.

Федор Федоровичка көнүл тустуу Саха сиригэр сайдыыта 60 сылын туолар күннэрин этэннэ, сүһүөххэр сүүрэ сылдьан көрсөргүттэн үөрэбит, киэн туттабыт уонна бэйэн тус олох-хор чугас дьоннор доруобуйаны, дьоллоох олобу баҕарыбыт, тустууктар уонна тустууну таптааччылар ааттарыттан эбэрдэбитин тиэрдэбит.

**М.МАИСОВ,**  
Бүлүү куората

# Красноярская көбүөрүн кэнниттэн санаалар

Ырытыы, санаа атастаһыта баар эрэ буолабына санаабыт санаан туолар, ситиһиит ситиһиллээх буолар

Олимпиада буолара бу тирээн кэллэ. Оли иһин биһиги, сахалар, биир эмит уолбут Олимпиадаҕа кыттаарай дьэн, 57 киилэбэ тустар уолаттарбытыгар эрэлбит улахан этэ. Мин Красноярскай көбүөрүгэр 59 кг саха уолаттара хайдах тустууларын туһунан хаһыат нөнүө бэйэм санааларбын этэргэ былааннаатым. Манна тустууктары уонна тренердари хайгыам даҕаны, хомотуон даҕаны, ол иһин бука дьэн баалаабаккытыгар көрдөһөбүн.

## Красноярская көбүөрэ тугу көрдөрдө?

59 кг тустубут уон уолбутттан биһиги элбэби күппүлүүт уонна үс миэстэ иһигэр кириэхтэрэ дьэн эрэмиппит. Онтукабыт баара, быһа эттэххэ, уолаттарбыт киһини астыннарбат тустуулары көрдөрдүлэр. Мин санаабар, сорохторо хайдах эрэ капитаннара Виктор Лебедев тустарын курдук кэтэһэн-манаһан туһуннулар. Ол түмүгэр бары хоттордулар. Бары Лебедев курдук сатаан көмүскэммэттэр буоллаҕа дии. Ону даҕаны Виктор Красноярскайга тустубутун көрдөххө, көмүскэнэрэ биллэ мөлөөбүт курдук.

Аны 59 кг үһүс миэстэни былдыһыы иһин хапсыһыыга Флегонтов туста тахсыбытыгар олус дьэн үөрбүтүм. Кини бу иннинэ хапсыһылыарыгар кыраһыабай тустууну көрдөрдүтэ, манна Виктор Рассадина эмиз киллэриэххэ сөп. Ол кэнниттэн көрөн баран, сөхтүм абай... Киһи өйдөөбөт тустууларын көрдөрдүлэр. Улаханник туста сатаабакка иккиэн үһүс миэстэлэри утарсааччыларыгар бэлэхтээн кэбистилэр дьэн сыаналыбын.

“Спорт Якутии” хаһыакка Виктор Рассадин Красноярскай көбүөрүгэр миэстэ эрэ иһин кириэбин дьэбитэ да, киһи астынар тустуутун көрдөрдүтэ, сатаан тустубата, атакалаабата, тугу да онорбото. Көрдөһүпүнэ наар утарсааччыта тугу этэринэн сырытта, ол түмүгэр хотторуу хомолотун биллэ. Онон, хомойуох иһин, эппит тылын толорбото.

Рассадин атын тустууктары утары харсахабыра суох тустар этэ. Онтон ити Рашидову кытта ити курдук тустубута буоллар хартыына атын буолара хааллаба.

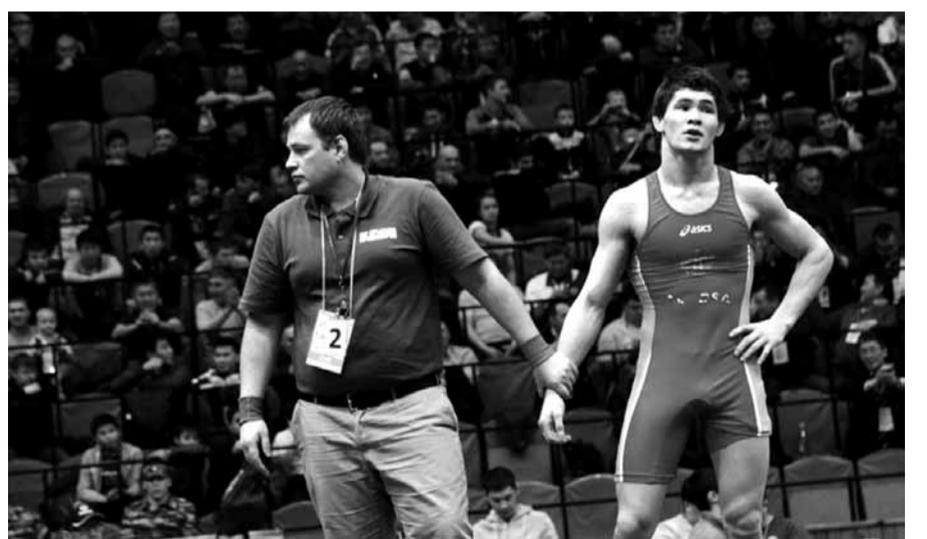
Онтон Владимир Флегонтов туһунан эттэххэ, Красноярскайга барыларын кыт-

та кыргыһа барабын дьэбит буоллабына, үһүс миэстэни былдыһаарыгар онук айылаах кыргыһыны көрдөрдүтө. Хата барыларын кытта охсуһуон баҕарталыыр курдук көрдүм. Атын тустууларыгар чэхчы кыраһыабай хапсыһылыары көрдөрөн аан дойду кылаастаах маастарын аатын бигэргэттэ. Үһүс миэстэ иһин хапсыһытыгар Флегонтов инники кирбиилэр иһин турууласпата: кимэн кирииллэри көрдөрдүтө, биридэ атаһа кирибэтэ, биир да ньыманы онорбокко дугдуруннуу-дугдуруннуу сылдьан табыста. Онон үһүс миэстэни бэлэхтээн кэбистэ. Бу уолаттар үһүс миэстэни хайаан да ылабыт дьэн өйдөөх-санаалаах кири-сипиттэрэ буоллар кыайыахтарын сөп этэ. Ол курдук иккиэн тустар кылаастара онно эппиэттээр. Аны туран тустуу кэмигэр тренердэр туран-көрөн табыстылар, улаханник ыһытаан-хаһытаан кымныылаабыттар уолаттарын. Хотторуу биир төрүөтэ бу эмиз буолуон сөп.

## Тоҕо 59 кг тустубут уолаттарбыт хоттордулар?

Бу ыйытыны “Саха” НКИК кэһээнни спорт бириигэ Сахабыт сирин элбэхтик аатырдыбыт, тустууну эттэринэн-хааннарынан билбит аан дойду кылаастаах спорт маастардара Александр Контоев уонна Семен Семенов тустууктарытыгар күстэрэ тийбэтэ дьэн сөптөөх эппиэти биэрбиттэрэ. Биһиги бары үчүгэйдик билэр тустууктук Семен Семенов олус кыраһыабайдык тустара, ол курдук техникнайдык хас хапсыһыы айы кириэсэрэ. Сэмэнчикпиттээн тура ньыма онороору гыннахпына, күстээх киһи тохтонон кэбиһэр дьэбитэ. Ити этиитэ улуу тириэньэриб Коркин 1975 с. эппит этиитин кытта орубуна сөп түбэсиртэ. Коркин күстээх тустуук бэйэтигэр лапта техникалаах киһини тустан кыайар дьэн этэн турардаах. Ону биллигин туста сылдьар уолаттарбыт дьэ сана өйдөөн эрэллэрэ киһини үөрдэр уонна хомоттор даҕаны. Хайа муһун хас уонунан сылы быһа күрэхтэһии айы уолаттарга уонна улахан дьонно наар күспүтүнэн хотторон тахсабыт. Хас күрэхтэһии кэнниттэн дьонноруот кэпсэтэн-ырытан баран тустууктарытыгар күстэрэ тийбэттигэр кэлэн иннэн хаалара, онон кэпсэтии бүтэрэ.

Манан мин этиэм этэ тустууктарытыгар күүһү хачайдыыр кэм кэллэ. Бу кыһалбаны туоратарга, эппиттэрин курдук, туспа тириэньэр көрүллүүн наада.



Киэһэ спорт биэриитигэр Контоевтаах Семеновы таһынан биһиги ытыктыыр, убаастыыр киһибит Алексей Егорович Мостахов эмиз кыттыыны ылбыта. Күүһү хайдах хачайдыахха сөбүн туһунан кэпсэтиигэ Алексей Егорович таһы көтөбөр уонна атах ооньуутунан дьарыктанар киһи күстээх буолар дьэбитэ. Бу эппит көрүннэринэн тустууктар дьарыктамматахтара биллэр. Хата таас көтөбүүтүн уонна атах ооньуутун дьарыгыттан ханнык эмит өрүттэрин дьарык курдук киллэриэххэ сөп. Аны Алексей Егорович штанганан дьарыктаннахтарына реакциялара бытаарар дири. Ити эппитин киһи өйдөөбөт. Кини сүбэлээбит дьарыктара, мин санаабар, ОФП-га эрэ барсар, күүһү хайдах да элпэт. Тириэньэрдэр, мин санаабар, тустууктарга ОФП эрэ биэрэллэр, онтукаларын күстэрин хачайдыыбыт дии саныылар. Күүс хачайдаһына дьэн отой атын тема уонна дьарык буолар буолбатах дуо? Ону соторутаабыта бэтэрээнэргэ силовой троеборьеба аан дойду чемпиона буолбут Антон Адамов эһизэхэ үчүгэйдик быһааран биэриэн уонна дьарыктыан сөп. Тустан бүтэн эрэр уолаттар Александр Контоев уонна Семен Семенов тириэньэр идэтигэр уһуйуллаллар буоллар дьон-норуот үөрүө этэ. Кинилэр курдук тустууктар күүс боппуроһун быһаарыахтаын сөп курдук көрөбүн. Манна тустууктар уонна тириэньэрдэр бири өйдүөхтүгүн наада: олох сайдар-уларыйар, ол курдук тустуубут эмиз биир сиргэ турбат.

Аны бу тема барыларын кыратык толкуйдатыан сөп дии саныбын. Красноярскай

көбүөрүн геройдарыгар Ньургун Скрябинна уонна Виктор Лебедевка спорт министиритибэтэ миэстэлэспиттэрин иһин харчынан бириэмийэ туттардылар, маны хайыахха эрэ сөп. Онтон тириэньэрдэргэ бириэмийэлэрин сорохторун сыһанан ааҕабын. Ньургун Скрябин билигин дьарыктана сылдьар тириэньэригэр Кирилл Захаровка биэрбиттэрэ сөптөөх. Кини чемпионы бэлэмнээтэ дии. Онтон кини бастакы тренерэ Гаврил Игнатьев бириэмийэ ылбытын мин өйдөөбөтүм. Оччотугар иккис, үһүс, төрдүс тириэньэрдэригэр эмиз биэриэххэ наада дии. Тоҕо дьэтиэххэ сорох чемпионнар чемпион буолуохтарыгар дьэри 3-4 тириэньэрдэргэ эрчиллэн ааһаллар. Хата Игнатьев оннугар республика сүрүн тириэньэригэр Владимир Кирилиннэ бэриллиэхтээх этэ. Ол курдук Ньургун Скрябин бастаан, Виктор Лебедев үһүс буоланнар, бүтүн Саха сирин Арассыыйаба уонна аан дойдуга аатыртылар. Саха сирин аатырдыбыт буоллактарына Саха сирин сүрүн тириэньэрэ Владимир Кирилин эмиз өнөтө буолан тахсар. Кини үлэлиэбиттэн ыла Саха сирин тустууктарын үрдүк таһымна таһаарда дьэн дьон барыта этэр. Холбоурунан Красноярскай да көбүөрэ көрдөрдө. Кини тустууга таба суолунан баран иһэрин өссө төгүл бигэргэттэ. Онон кини умнубуккут хомолтолоох.

Бу суруйбут санааларбын, этиилэрбин, ырытылыары тустууктар уонна тириэньэрдэр туһаныахтара уонна сыһаларын көннөрүнүөхтэрэ дьэн суруйдум.

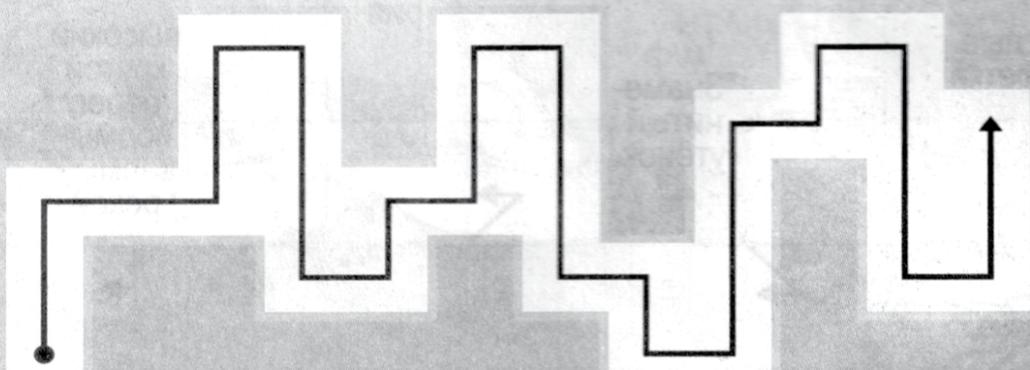
**Константин МИХАЙЛОВ**

# Физкультш - УРА!



Двигаясь в направлении стрелки, прочтите крылатое выражение.

А	Е	О	Й	И	И	Н	Ж	М	С	Е	Ф
Г	У	Д	Т	Н	Л	А	Л	Е	В	Г	И
О	Б	Ы	Ц	Е	Д	З	Д	П	О	Т	
Т	У	С	Д	О	Р	О	П	Ж	У	И	Д
Ч	О	Х	К	К	В	Б	Р	Е	У	Д	Т



Найди 10 отличий



РАСКРАСКА



Найди на картинке 6 звёзд, 6 флагов, 6 самолётов, и 6 чисел «23».





# В Якутске прошел республиканский чемпионат по национальным настольным играм памяти А.И.Донского

В Якутске, 12-13 февраля, в спортивном комплексе «Модун» прошел республиканский чемпионат по национальным настольным играм памяти А.И.Донского. Организаторами чемпионата выступили ГБУ РС (Я) «Республиканский центр национальных видов спорта им. В.Манчаары» и Федерация национальных настольных игр Республики Саха (Якутия). Отметим, что основной целью соревнований являлась пропаганда и популяризация национальных настольных игр среди широких слоев населения Республики Саха (Якутия).



ского в развитии настольных игр. Он сказал, что Андрей Иванович является одним из тех людей, которым мы должны поклониться в пояс, т.к. он был из тех, кто внес особый вклад в пропаганду и развитие национальных видов спорта и игр народов Якутии. Он один из первых мастеров спорта ЯАССР по якутским прыжкам, рекордсмен Якутии по прыжкам кылы, также один из сильнейших легкоатлетов пятидесятых годов прошлого века, обладатель многих рекордов республики по бегу на спринтерские дистанции, а также прыжкам в длину и тройном прыжке, многократный чемпион различных соревнований и спартакиад. Один из ярких эпизодов в его жизни – это участие в показательных соревнованиях по национальным прыжкам во время Спартакиады народов России в Москве в 1956 году, который произвел фурор среди любителей спорта и был организован по инициативе незабвенного организатора спорта республики Николая Тарского совместно с его соратником Иннокентием Игнатьевым. Ведь до этого широкому кругу любителей легкой атлетики не было известно о существовании самобытных якутских прыжков, которые представляют собой некий прыжковый марафон, т.к. кылы – это 11 безостановоч-

ных прыжков на одной ноге, выстанга – это 11 прыжков с ноги на ногу, а кюобах – это 11 прыжков на двух ногах. Особо хочу подчеркнуть особую роль Андрея Ивановича в пропаганде и популяризации настольных народных игр хаамыска и хабылык. Так, в период своей работы в профессионально-техническом училище-интернате №29 он начал активно культивировать настольные игры и добился их включения в учебную программу училища, что, безусловно, позитивно влияло на ускоренную реабилитацию людей с ограниченными возможностями. С этого времени началась проведение традиционной спартакиады "Игры предков" с постоянным расширением круга ее участников. С момента образования Ассоциации национальных видов спорта и игр народов Якутии «Сахаада-спорт» в июне 1992 года, он активно подключился к ее работе, став постоянным членом Совета Ассоциации в качестве президента Федерации настольных игр Якутии. Многие годы, возглавляя Федерацию, он вносил различные инновационные предложения по дальнейшему развитию настольных игр и их пропаганде среди самых широких слоев населения, начиная с детских садов и заканчивая людьми преклонного возраста. За эти

годы увеличилось количество городских и республиканских соревнований среди различных категорий, начался выпуск специального инвентаря и издание различной методической литературы, расширился круг его соратников и энтузиастов. Затем с избранием президентом Федерации Александра Ильича Борисова он стал исполнительным директором Федерации настольных игр Якутии, и уже в слаженном тандеме они продолжили свою кипучую деятельность и добились необычайных успехов. Федерация неоднократно поощрялась наградами Госкомспорта республики и Ассоциации "Сахаада-спорт". А Андрей Иванович стал лауреатом Ассоциации "Сахаада-спорт" XX века. Ныне значимое дело по пропаганде традиций предков продолжают его соратники в лице президента Федерации настольных игр Якутии Айаала Семеновича Бурцева и исполнительного директора Надежды Никитичны Кожуровой, и мы верим в то, что идеи и дела, которые развивал наш дорогой Учитель и Наставник Андрей Иванович Донской будут и далее успешно продвигаться во благо развития народного потенциала нашей республики и Российской Федерации.

В соревнованиях приняли участие свыше 100 любителей

национальных настольных игр из разных улусов Якутии, где в итоге в командном зачете третье место заняла команда Верхневилуйского улуса, второе место заняла команда Мегино-Кангаласского улуса, а победителем чемпионата стала сборная команда Сунтарского улуса. В личном зачете спортсменами разделены на три группы: 1 группа (18-40 лет), 2 группа (41-60 лет), 3 группа (61-75 лет)

в каждой из которых мужчины и женщины соревновались в своих группах. Также в рамках чемпионата проводилось абсолютное первенство, победителем которого стал спортсмен из Верхневилуйского улуса Николай Терентьев. Общий итог республиканского чемпионата по группам выглядит следующим образом:

Владимир ГРИГОРЬЕВ

I группа (18-40 лет)		
М	Мужчины	
1	Терентьев Николай Константинович	В-Вилуйский
2	Родионов Степан Анатольевич	В-Вилуйский
3	Попов Владислав Дмитриевич	Амгинский
I группа (18-40 лет)		
М	Женщины	
1	Ксенофонтова Мария Анатольевна	Сунтарский
2	Семенова Галина Владимировна	В-Вилуйский
3	Жанчикова Татьяна Мункоевна	Усть-Алданский
II группа (41-60 лет)		
М	Мужчины	
1	Аргунов Гаврил Дмитриевич	М-Кангаласский
2	Петров Михаил Михайлович	г.Якутск
3	Иванов Николай Иванович	Сунтарский
II группа (41-60 лет)		
М	Женщины	
1	Афанасьева Дария Владимировна	В-Вилуйский
2	Ильина Мария Михайловна	В-Вилуйский
3	Васильева Мария Васильевна	Сунтарский
III группа (61-75 лет)		
М	Мужчины	
1	Борисов Василий Васильевич	М-Кангаласский
2	Ларионов Иван Семенович	М-Кангаласский
3	Андреев Прокопий Константинович	М-Кангаласский
III группа (61-75 лет)		
М	Женщины	
1	Павлова Екатерина Платоновна	Горный
2	Григорьева Мария Васильевна	М-Кангаласский
3	Баишева Анна Егоровна	М-Кангаласский

## НАСТРОЙ БОЕВОЙ!

В просторном зале спорт-комплекса "Модун" завершилось четырехдневное лично-командное первенство республики по настольному теннису среди школьников. 12 команд юношей и девять команд девочек оспаривали звания сильнейших в одиночном и парном разрядах. Играли все титулованные. Интерес вызывало участие членов сборной команды РС(Я) к МСИ "Деи Азии". По итогам встреч шаг за шагом выявлялись игроки более высокого класса – члены сборной республики.



подачами, сильными подрезками, топ-спингом, прибавили в темпе, повысили скорость в передвижениях. Как информировал старший тренер юношеской сборной РС(Я) Аркадий Никифорович Иванов, члены сборной стали играть наравне со взрослыми. На республиканских соревнованиях Катя Лыппахова заняла второе место, Настя Гармашова была третьей. Прибавили в игре и Богдан Капитонов, Игорь Чистяков, Арсен Платонов, Миша Кылабысов. Уверенно стали играть в атакующем стиле. Умеют и правильно защищаться. Здесь, конечно, все зависит от умелого подхода к подготовке своих воспитанников всего тренерского коллектива: Савельевой, Колмакова, Кылабысова, Ефремова, Ларионова, Осипова, Иванова, Рахлеева. Необходимый опыт перенимают от школы настольного тенниса Хайлуцзянской провинции Китая. В спарринг-играх с детьми-мастерами Китая повышается мастерство. В зимние каникулы провели сборы в Харбине, ожидаются учебно-тренировочные сборы в Якутске. Затем примут участие

в Кубке РС(Я), первенстве Дальнего Востока, первенстве России, в мае проведут УТС в Харбине, потом в Якутске. Есть намерение открыть школу-интернат для детей из улусов, составляющих добрую половину сборной. По итогам первенства РС(Я) среди школьников обладателями золотых медалей стали Михаил Кылабысов (Мегино-Кангаласский) и Катя Лыппахова (Ленск), серебряные медали завоевали Арсен Платонов (Таатта) и Аня Котковец (Кобяй), бронзовые медали у Богдана Капитонова (Вилуйск) и Ани Егоровой (Кобяй). В командном зачете среди юношей лидировали Вилуйск, Мегино-Кангаласский, Сунтар, среди девочек Кобяй, Якутск, Нерюнгри.

Юные теннисисты охотно поделились впечатлениями.

**Никита Евсеев и Юрий Тотонов** из Сунтара – победители в парном разряде:

– Успеха добились благодаря усиленным тренировкам, очень рады, что выиграли у сильнейших. В настольный теннис играем с 7 класса. Нас трениру-

ет тренер Валерий Проккопьевич Захаров. У нас есть большой спортивный зал, можно вдоволь двигаться. Думаем, прибавили в реакции, движениях благодаря поездкам в Харбине. Конечно, проигрываем ровесникам из Китая, они играют просто классно! У них научились в топ-спинге, умении атаковать и защищаться. Настольный теннис очень интересный вид спорта, дает много положительных качеств. После школы будем поступать в Мирнинский институт на нефтегазовые или горные специальности, если не получится, то в институт физкультуры.

**Катя Лыппахова**, чемпионка РС(Я), ученица 9 класса школы №3 г.Ленска:

– Играми довольна, соревнования прошли на высшем уровне. Помогли сборы в Китае. У них в стране теннис – главный вид спорта, есть специализированная школа тенниса, тренеры, готовятся на профессиональном уровне, тренируются три раза в день. Научились многому: подачам, приемам, игре на счет, добавили в психологию, стабильности.

В республике моя основная соперница Аня Котковец из Кобяя, мы с ней близкие подруги, всегда вместе, советуемся, поддерживаем друг друга. Играем на равных, имеем переменные успехи. Теннис вид спорта очень важный для меня. Тренирует меня мой отец Алексей Иванович, он постоянно судит на соревнованиях. В сборной команде тренером является Анатолий Анатольевич Ефремов.

Подготовка к "Детям Азии" идет хорошо. Приедут очень сильные стра-

ны: Китай, Корея, Япония, где настольный теннис очень развит. Но у себя дома мы должны показать себя, доказать на что мы способны. Постараемся попасть в призеры.

**Миша Кылабысов**, ученик 11 класса Чуйской средней школы Мегино-Кангаласского улуса, чемпион РС(Я):

– Все игры прошли очень напряженно, накал чувствовался в каждой игре. Соперники хорошо подготовленные, знают толк в игре, технические. Выиграл с большим усилием. В общем, было жарко, пролил много пота. Могу выделить Богдана Капитонова из Вилуйска, Арсена Платонова из Татты. Все играем почти одинаково, потому что вместе тренируемся, все вместе проходим сборы и дружим. В основном, обладаем атакующим стилем. Прибавление в технике игры зависит от прохождения сборов. Особенно прибавляешь на сборах в Китае. В Харбине был шесть раз.

Мои тренеры Александр Георгиевич Игнатьев, Яков Романович Ларионов, накал чувства очень скоростной. Надо быть в хорошей физической форме, только тогда можно добиться успеха на длительных четырехдневных соревнованиях. Поэтому бегаю кроссы, занимаюсь скакалкой. Хочу выполнить мастера, стать настоящим профессионалом.

Настроение у членов сборной и их тренеров бодрое, боевое! А это главный показатель.

Василий ПОСЕЛЬСКИЙ



# СЕКРЕТ СЧАСТЛИВЫХ ЛЮДЕЙ – В СТИМУЛЕ!

Ко Дню защитника Отечества размещаем отзывы участников клуба скандинавской ходьбы «Стимул» и от всей души поздравляем руководителя клуба «Стимул» - Лыткина Матвея Ивановича, инструктора клуба «Стимул» - Иванова Владимира Ильича и всех мужчин, занимающихся скандинавской ходьбой и пропагандирующих здоровый образ жизни, с праздником настоящих мужчин!!!

*Зима, всплакнув, сдает свои позиции  
Уже к весне готовится земля...  
И скандиходоки с улыбочивыми лицами  
Встречают 23 февраля.  
Мужчины-скандинавы наши славные,  
Стреляя нынче глазами в упор,  
Желаем, чтоб орудиями главными  
У вас остались сила, ум, задор!  
И хоть февраль и ветер шлет в лицо,  
Ему не преломить отваги, чести, совести!  
Да не покинет вас желанье быть бойцом  
И чувствовать себя героем сканди-ловости!  
И пусть, мужчины, вам в любом сражении:  
На поприще труда, в ходьбе, в быту  
Не знать потерь, не ведать поражения,  
Сбивая свои цели на лету!!!*

*Н. Гоголева*



Сылдыбын.

Бу хаамыны биһиэхэ үөрөппит, хаамыны таптааччылар «Стимул» кулууптарын тэрийбит Лыткин Матвей Иванович уонна кини олобун аргыһа Ольга Анатольевна иилээн-сабалаан, биир улахан дыиз кэргэн курдук барыбытын түмэн илдэ сылдыллар, ханнык да кылааттаабыр күндү. Кинилэр холобурдарын өйөөн көмөлөөһөөччүлэрэ – инструктордар Ньургууна Килибеева, Владимир Иванов, Зинаида Атакова, Наталья Гоголева курдук бэринилээх дьон хас биирдии киһини истэн, такайан, хаамы алыбар үөрэтэн, элбэх хаамааччы махталын ылан, үлэли-хамсыы сылдыллар. Мин бэйэм ааппыттан бу үтүө санаалаах салайааччыларбар барба махталбын тизэрдизхин бабарарбын! Өрүү эһиэхэ халлаанныт ыраас буоллун, алаһа дыэбит сылаас эркиннэннин, аал уоккун күөдүйэ умайдын, уйгубыйан тосхойдуң, чэбдик туруктаах чөл олохтонун, куруук чэгиэн, доруобай сылдыһын!

**Наталья Гоголева, инструктор клуба «Стимул»:**

- Вся свою жизнь, после того как мои дети выросли, я могу разделить на «до сканди» и «после»...

«До» я жила как многие: дом, работа, дом. Конечно, старалась разнообразить ее походами в кино, театр, встречами с друзьями, нечастными выездами на природу в летнее время.

Но вскоре моя жизнь изменилась. Это случилось, когда мы с подружкой пришли на мастер-класс по скандинавской ходьбе, который проводил Матвей Иванович Лыткин. С того момента я «заболела» скандинавской ходьбой, стала приходить на тренировки в парк каждый день. Раньше я не любила зиму, которая казалась мне очень долгой. А сейчас я не обращаю внимания на мороз и туман, при любой погоде начинаю каждое утро с прогулки в парке, заряжаясь энергией на целый день. Я все свою жизнь прожила в нашей Республике, но кроме Якутска и поселка Кысыл-Сыр, где прошло мое детство, не была нигде.

В отпуске, как все, уезжала «на материк» или за границу. Но со сканди все изменилось. Я стала познавать красоты родного края. Только за прошлое лето с нашим клубом «Стимул» я побывала в удивительно красивых местах: на красавице Амге, в первом поселении русских ямщиков Еланке, в селе Маймага Намского улуса. Это были удивительные походы, организованные Матвеем Ивановичем Лыткиным. Подъемы в 5 утра, утренние тренировки по душам в лугам, купание в реке, песни у костра – все это будто вернуло меня в годы моей молодости. А если честно, то можно с полной уверенностью сказать, что скандинавская ходьба дарит нам вторую молодость. Меняется отношение к жизни: хочется больше двигаться, петь, радоваться каждому новому дню,

новым встречам, новым знакомствам. Сегодня я не представляю свою жизнь без ходьбы, без наших походов выходного дня на Чочур-Муран, без встреч со своими единомышленниками. Я наблюдаю за людьми, которые приходят на тренировки, и радуюсь изменениям, которые происходят с ними. Помимо улучшения здоровья (а это неоспоримый факт) у людей меняется отношение к жизни; они становятся более открытыми, добрыми, позитивными. В парке, где можно встретить скандиходоков в любое время дня, меня радует, что абсолютно незнакомые люди приветливо здороваются друг с другом, и лица их расцветают в улыбках.

Можно ли говорить о пользе скандинавской ходьбы, о том, что она дает каждому из нас, ведь важно, то, что она учит нас любить жизнь и быть счастливыми. А секрет счастливых людей прост – это отсутствие напряжения и умение восхищаться.

**Марианна Гаврильева, 57 лет:**

- Занимаясь регулярно скандинавской ходьбой я стала с июля 2015 года. И с этого времени сканди ходьба стала образом жизни. Я чаще бываю на свежем воздухе. Не менее три раза в неделю хожу в парк, где всегда можно встретить любителей скандиходьбы. И это, конечно, отражается на общем самочувствии: стала более активной, меньше простываю, расширился круг общения. Я с нетерпением жду субботнего похода на Чочур-Муран, так как знаю, что проведу время не только с пользой для здоровья, но и в хорошей дружной компании единомышленников и друзей. Освоить технику ходьбы мне помогли Матвей Иванович и Владимир Ильич. Они постоянно проводят мастер-классы и отвечают на любые интересующие нас вопросы. Их доброжелательное отношение, позитивный настрой сплочивают любителей скандинавской ходьбы – членов клуба «Стимул». Огромное им спасибо.

Поздравляем всех мужчин клуба «Стимул» с праздником защитников Отечества – 23 февраля. Пусть все их планы претворяются в жизнь. Желаем здоровья, благополучия и процветания им и их близким.

**Лариса Слепцова, 56 лет:**

- Впервые я с сестрой Надеей пришла на занятия по скандинавской ходьбе в сентябре 2014 года. В тот же день мы поехали в поход на Чочур-Муран и сразу прошли 10 км. Было трудно, но мы это сделали – прошли 10 км на первом занятии! Скандинавские палки напомнили мне лыжные палки, раньше я занималась лыжным бегом. Так что пользовалась ими без труда.

Упражнения, которыми мы занимались перед ходьбой и сама ходьба помогли мне справиться с моими болячками. На место встали тазобедренный, коленный и голеностопный суставы. Ранее врачи поставили мне диагноз: остеоартроз с начинающей деформацией



плечевого, коленного и тазобедренного суставов, отягощенный варикозом.

Я прихрамывала, с трудом поднималась по лестнице. Постепенно суставные боли отступили. А также скандинавская ходьба помогла мне сбросить лишний вес.

Особенно забываемы совместные походы. При хорошем настроении вырабатываются гормоны радости и удовольствия – эндорфины, легче переносится физическая нагрузка.

Для меня общение с приятными, хорошими людьми – это особое настроение и удовольствие. При встрече мы рады и счастливы, видим друг друга. У нас много общего, хотя мы разные. Нас объединяет занятия скандинавской ходьбой. Борьба за здоровье, это чистый позитив.

Я благодарна организаторам скандинавской ходьбы в Якутске – Лыткиным Матвеем Ивановичу и Ольге Анатольевне; инструкторам – Владимиру Ильичу, Ньургуне Килибеевой, Зине, Наталье.

**Зинаида Атакова, 50 лет:**

- Люблю скандинавскую ходьбу! Первые услышала о ходьбе с палками весной 2014 года. Знакомые начали ходить в парке. Первые палки я покупала не сама, сказали – вот тебе, начинай! Знакомая, которая ходила уже месяц в парке, показала, как она ходит. Мы не пошли на занятие, подумали, а что тут сложного, палки в руки – и вперед! Летом у меня была операция по поводу варикоза, осенью невралгия; в итоге только в конце ноября пришла в манеж на организованные занятия к Владимиру Ильичу и к Ньургуне Килибеевой. Начала посещать мастер-классы Матвея Ивановича, осваивала технику, и на Новый 2015 год осмелилась на первый поход в Чочур-Муран!

Еле-еле поднялась в гору. С той поры стараюсь не пропускать походы, мне они очень нравятся! Созерцание видов природы, наблюдение за сменой времен года, позитивный коллектив в сочетании с активным движением – это лучшее проведение выходного дня! Скандинавские палки стали нашей палочкой-выручалочкой от гиподинамии, проводником в мир здоровья, в активный образ жизни! Заодно

только летом мы с командой съездили в Амгу, на Еланку, в Маймагу! Это здорово!

Я так люблю теперь скандинавскую ходьбу, что рассказываю родственникам, знакомым, подругам, соседям, пропагандирую. Проводила обучение в деревнях, многих подвигла выйти с палками. Нравится всем, кто понял пользу ходьбы. Бесконечно благодарю наших наставников Матвея Ивановича Лыткина и Владимира Ильича Иванова за наш клуб «Стимул», за идею ЗОЖ со скандинавской ходьбой, за то, что сотни людей приобщились к физкультуре, вышли на природу! Считаю, что оздоровительная и такая активная ходьба со скандинавскими палками нужна каждому жителю Якутии, независимо от пола и возраста!

**Лена Саввина, 66 лет:**  
- Однажды, проходя мимо парка, думаю, дай зайду. Раньше я никогда туда не ходила, считая это место значным. Услышала голос, а потом увидела человека с рупором, увлеченно рассказывающего о пользе скандинавской ходьбы. Это был Лыткин Матвей Иванович.

Думаю, надо попробовать. И вот уже два года не расстаюсь с палками. Удивительно, это простой вид физкультуры, а дает столько положительных результатов. Люди избавляются от многих недугов, а главное, зажигаются глаза, радость переполняет сердца.

Матвей Иванович – это человек, который благодаря своему энтузиазму и убеждению, без поддержки властей, сумел организовать доступный для всех вид оздоровления населения.

Ежедневные мастер-классы в спортивных комплексах, походы по сопкам в выходные дни и зимой и летом.

Это здоровый образ жизни, который дает нам не только физическое оздоровление, но и духовное. Мы меняем приоритеты, в мир смотрим другими глазами, да и мысли стали позитивными. До этого мы погружались в проблемы, что-то решалось, что-то нет. А сейчас, все делается легко, решается быстро. Изменяя себя – мы изменяем мир вокруг себя. Наши походы круглый год дают нам возможность узнать и раскрывать себя.

Летом походы с ночевкой, песни у



костра, северное сияние, звезды, купание. А от лагеря скандинавская ходьба в ближайшее селение, проведение мастер-класса, пропаганда здорового образа жизни, просмотр местных музеев. Не забыть и поход по Ленским столбам, это – чудо!

Зимой походы – это особая сказка. В городе туман, мороз -50, а на сопках солнце, ветра нет, небо ярко-голубое, воздух хрустальный. Непонятно как, но холод стал нашим союзником, укрепил нашу иммунную систему, появилась бодрость в теле и энергия!

Мои личные результаты – практически избавилась от болей в шее, судорог по ночам, онемения рук. Спину держу прямо, меньше устаю.

Этот мир движения и связь с природой открыли для нас Матвей Иванович и его спутница по жизни, жена Ольга Анатольевна, и их команда инструкторов – Нюргуна, Владимир, Наталья. Таких людей мало, нам повезло, что мы встретили их. Они разные, у каждого своя изюминка, но одна цель – сделать этот мир здоровым, счастливым, благородным. Не устаем говорить им: Спасибо! Спасибо! Спасибо!

**Жанна Орноева, 51 год:**

- Я занимаюсь скандинавской ходьбой примерно с октября прошлого года. До этого пробовала заниматься бегом, йогой, это все мне было очень тяжело.

Скандинавской ходьбой меня «заразила» моя коллега Александра Гаврильевна.

Это очень хорошо дисциплинирует, когда вы ходите вместе с кем-то или в компании. Уже стыдно отлынивать и искать «отмазки», чтобы перенести тренировку на завтра. На первый взгляд, кажется все очень просто: взял палки и пошел. Но на самом деле это не так, существует определенная техника ходьбы. Для меня было важно на первых порах получить инструкцию у опытных людей, чтобы по незнанию не навредить здоровью. Наши тренеры – Лыткин Матвей Иванович и Иванов Владимир Ильич, им уваже-

ние! Ходим мы по утрам перед работой. А по субботам – поход. Ура!!!

Мало того, что тренируешь свои мышцы, еще и любишь замечательным видом северной природы, дышишь свежим воздухом. Это отличный релакс для мозга. Занимаясь скандинавской ходьбой, ты отдыхаешь, освобождаешь свои мысли и морально расслабляешься, ведь в нашей современной жизни мало занятий, при которых ты можешь этим воспользоваться. Я уверена в том, что занятия скандинавской ходьбой приносят мне требуемый результат, и это мне очень нравится! За время занятий у меня подтянулась фигура, перестала болеть спина, я стала спокойнее. Всех призываю заниматься этим видом спорта!

**Юлия Гурьева, 54 года:**

О скандинавской ходьбе я мечтала, как только увидела впереди одиноких ходоков на улицах города. Остановилась, спрашивала – где занимаетесь? И вот весной 2014 года случайно узнаю, что на 202-м микрорайоне моя знакомая Туйаара Владимировна занимается с группой.

От нее узнала, что в парке мастер-классы по скандинавской ходьбе проводит Матвей Иванович Лыткин. Стала ходить на занятия в парк. Постоянно начала заниматься ближе к осени. Помню первый поход, который проходил на Табагинском мысе. Красота осеннего леса и собственная победа так поразили меня, что я с тех пор была постоянной участницей походов нашего клуба. В течение первых пяти походов я сразу скинула 5 кг веса. В настоящее время у меня ушли 15 кг лишнего веса, я забыла про свой артрит, гайморит и депрессию. Летом поехала на отдых в Турцию и палки взяла с собой. Там встретила очень много занимающихся скандинавской ходьбой.

За полтора года занятий скандинавской ходьбой я узнала замечательных людей – руководителя клуба «Стимул» Матвея Ивановича, его супругу Ольгу Анатольевну Лыткиных, инструкторов: Владимира Ильича и его супругу

Наталью Васильевну Ивановых, Нюргуна Килибееву, Наталью Гоголеву и постоянных участников походов – Елизавету Ефремову, Лену Саввину, Евдокию Дунаеву, Зинаиду Атакову и многих других, с которыми подружился. Все скандинавы отличаются большой мобильностью, открытостью, молодым задором и смелостью! Мы весь год ходим в походы, преодолеваем десятки километров, невзирая на мороз, слякоть или мошару. Для себя я открыла красоту родного края, за короткое время побывала в разных местах. Спасибо организаторам и руководителям движения скандинавской ходьбы клубу «Стимул», за бесценный вклад в развитие ЗОЖ, за веру в себя, которую они дают нам, за сотни счастливых глаз людей, которые счастливы обретенному здоровью, благодарны за обретенный коллектив единомышленников и подаренный самим себе смысл жизни!

**Наталья Гоголева:**

- Если вы решите заниматься скандинавской ходьбой и придете на мастер-класс в легкоатлетический манеж стадиона «Туймаада», то будете приятно удивлены...

Вас встретят двое спортивных и подтянутых мужчин, обладающих тонким чувством юмора и готовых поделиться с каждым желающим своими знаниями и бесценным опытом. Бесспорно, это самые главные мужчины в клубе «Стимул»: Матвей Иванович Лыткин – основатель клуба, кандидат педагогических наук, кмс по лыжам, сертифицированный инструктор по скандинавской ходьбе, и Владимир Ильич Иванов – опытный инструктор, на тренировки к которому спешат женщины, чтобы подтянуть свои фигуры и приобрести правильную осанку. Есть еще один мужчина, который давно уже стал членом большой, дружной

скандисемьи – это журналист и наш верный друг Василий Посельский. Он побывал с нами не в одном походе и сделал много репортажей о жизни клуба «Стимул». Среди скандиходоков, к сожалению, мужчин немного, их можно перечислить по именам: Иван Яковлевич Егоров, Иван Федоров, Аркадий Петров, Михаил Прокопьевич Петров, Валерий Никитич Герасимов, Андрей Павлович Романов, Виктор Федоров!

Особенно радует то, что мужья, поддерживая своих жен в их увлечении, сами становятся яркими сторонниками скандинавской ходьбы и пропагандистами здорового образа жизни! Это Михаил Иванов, Павел Сидоров, Нюргун Дьяконов!!!



Министерство спорта Республики Саха (Якутия)

25-27 ФЕВРАЛЯ 2016 г. 9:00 ч.

**ЧЕМПИОНАТ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ) ПО ВОЛЕЙБОЛУ (I ЛИГА)**

г. ЯКУТСК, ДВОРЕЦ СПОРТА «50 ЛЕТ ПОБЕДЫ»  
ВХОД БЕСПЛАТНЫЙ Справки по тел.: 34-17-08, 34-40-39

Министерство спорта Республики Саха (Якутия)

4-6 МАРТА 2016 г. 9:00 ч.

**ЧЕМПИОНАТ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ) ПО ВОЛЕЙБОЛУ (I ЛИГА)**

ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ

**ЖЕНСКИЕ КОМАНДЫ:** УСТЬ-АЛДАНСКИЙ, ЧУРАПЧИНСКИЙ, АМГИНСКИЙ, МИРНИНСКИЙ, ЛЕНСКИЙ УЛУСЫ (РАЙОНЫ), СВФУ, г. ЯКУТСКА И СБОРНАЯ КОМАНДА «ДЕТИ АЗИИ»

**МУЖСКИЕ КОМАНДЫ:** АМГИНСКИЙ, ЧУРАПЧИНСКИЙ, ЛЕНСКИЙ, УСТЬ-АЛДАНСКИЙ, МЕГИНО-КАНГАЛАССКИЙ, МИРНИНСКИЙ УЛУСЫ (РАЙОНЫ), СВФУ, г. ЯКУТСКА

г. ЯКУТСК, ДС «50 ЛЕТ ПОБЕДЫ» ВХОД БЕСПЛАТНЫЙ  
Справки по тел.: 34-17-08, 34-40-39

**СПОРТ ЯКУТИИ**

Учредитель – Министерство спорта РС(Я) ООО «Медиагруппа «Ситим»  
Газета издается при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

Генеральный директор – Мария Христофорова

Главный редактор Александр Посельский

Выпускающий редактор Николай Бястинов

**Журналисты**

Федор Рахлеев, Саина Шеломова, Василий Посельский, Иннокентий Птицын, Александр Капитонов, Евдокия Ефимова.

Верстка Семен Павлов

Корректор Анастасия Новгородова

Набрано и сверстано в компьютерном центре Медиагруппы «Ситим»

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии «Норд Пресс», ул. Богдана Чижика, 33/4

За достоверность фактов, цифр, названий, имен и фамилий ответственность несут авторы публикаций и рекламодатели. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов

Зарегистрировано в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Саха (Якутия) 25.11.2013 г. ПИ № ТУ14-00370

Адрес редакции: 677000, г. Якутск, ул. Кирова, 18, (здание Бизнес-центра), 7 этаж, каб. 708 тел.: 425-947 факс: 343-613

Электронная почта: sportyakutii@mail.ru, posel83@mail.ru

Время подписания в печать по графику: 18:00, фактически: 17:00  
Подписной индекс: 54853  
Тираж: 3786 экз. Объем: 6 п.л.  
Цена свободная

# «Марафон здоровья»



Во Дворце спорта «50 лет Победы» два дня шло (16-17 февраля) физкультурно-оздоровительное мероприятие «Марафон здоровья». Это был настоящий праздник здорового образа жизни.

Во время мероприятия прошли показательные занятия для детей дошкольного возраста, прием нормати-

вов ГТО, мастер-классы Аркадия Прокöpfeва (цигун, тайчицюань), Мари Ли (йога), Афанасия Дорофеева (за-

каливание в ледяной воде), Григория Мочкина (кроссфит), Сарданы Ядревой (скандинавская ходьба), Валерия Готовцева (суставная гимнастика), Анастасии Габышевой (массовые танцы). Был организован и круглый стол «Движение – основа здоровья».

В этом мероприятии участвовали не только жители Якутска, но и пред-

ставители оздоровительных клубов и групп из Тюнгулю, Чурапчи, Сунтара, Ытык-Кюеля, Вилюйска, Майи, Крест-Хальджая, Октемцев, Бердигестяха и Борогонцев.

**Федор РАХЛЕЕВ.**  
**Фото Сергея САРКИСОВА.**

