

СОВМЕСТНОЕ ИЗДАНИЕ С ДЕПАРТАМЕНТОМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

СПОРТИВНЫЙ

Департамент по общественным
связям, коммуникациям
и молодежной политике
Тюменской области

Выходит с июля 1995 года.
Цена свободная

Мериджан

6+

№17 (1119) 7-20 июня 2023 года

С ГЛАЗ ДОЛОЙ — ИЗ СЕРДЦА ВОН



ФК «Тюмень»
попрощался
со вторым
дивизионом.
Рулевой Игорь
Меньщиков держит
курс на «лучшую
лигу мира»

Подробности
на стр. 6-8



Фото Романа ФЁДОРОВА

Мы на OZON



КЛУБНАЯ АТРИБУТИКА



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

БОУЛ ЮЛИИ КАПЛИНОЙ



Любимое блюдо
рекордсменки мира
по скалолазанию

с. 3



ХОККЕЙ С ДМИТРИЕМ СЫЧЁВЫМ



Егор Попов в одной
тройке со звездой
футбола

с. 4



КАРАОКЕ В ТАКСИ



«Зимний сон»
от Екатерины
Созиновой
в Казахстане

с. 11



Я — «СТАЛЬНОЙ ХАРАКТЕР»

Увы и ах, друзья, но в эпоху современных гаджетов и популярных видеохостингов вы можете узнать, прочитать или увидеть любую интересующую вас информацию о спортивном событии в считанные часы (а то и минуты) после его завершения. Что же в таком случае остаётся делать печатным СМИ?

Печорин в помощь

На собственный же вопрос хочу ответить монологом Григория Печорина из романа Михаила Юрьевича Лермонтова «Герой нашего времени». В части под названием «Княжна Мери» эпатажный офицер встречается со старым приятелем — доктором Вернером. И выдаёт такую речь.

«Итак, размена чувств и мыслей между нами не может быть: мы знаем один о другом всё, что хотим знать, и знать больше не хотим. Остается одно средство: рассказывать новости. Скажите же мне какую-нибудь новость».

Прошло без малого двести лет, когда роман вышел в печать. А эта фраза вполне актуальна для современных реалий. Итак, новости... Вернее, их уникальность. Вот главный инструмент газеты в XXI веке. В этом тексте, вы прочитаете о беге, жаре и двух с половиной тысячах участников, которые смогли преодолеть дистанцию. Если ещё не догадались, то рассказываю: я побывал на фестивале «Стальной Характер». В его рамках провели и всероссийский полумарафон «ЗаБег.РФ» (часть федерального проекта «Спорт — норма жизни»).

С момента окончания мероприятия минуло три дня. Вы, наверное, уже в курсе всего, что там происходило. Вот тут-то и приходят на выручку новости, но не в глобальном смысле этого слова. Те, что друзья рассказывают друг другу, сидя за столом или пребывая в атмосфере домашнего уюта.

Что делать в парке в 5 утра?

Кто следит за нашим еженедельником — в курсе, почему Евгений Гара-

ничев занимается по индивидуальному плану в сборной Тюменской области по биатлону. Если же вы пропустили это известие, то напомню: у Жени проблемы с пятками. Он стёр их из-за неудобной обуви во время продолжительной пробежки. Однако в подтверждение собственных принципов «Стальной Характер» посетил, но в качестве гостя.

— Я должен был бежать 21 километр, но у меня всё ещё мозоль. Она так и не прошла. Не даёт мне тренироваться. Сюда захотел приехать, просто посмотреть.

— И это в воскресенье, в 9 утра... при такой жаре. А ведь ты ещё и в забеге «5 вёрст» регулярно участвуешь по субботам. Почему не ленишься?

— Всегда рано просыпаюсь. В восемь утра уже на ногах. Суббота не говорит о том, что надо лежать в кровати до последнего. Приятно посетить экопарк «Затюменский» (там проходят забеги «5 вёрст»). — И.Л.). Ты приходишь, а люди уже закончили разминку и готовятся к старту. И таких мест много: Гилёвская роща, парк Гагарина. В своё время, когда началась пандемия, я приезжал туда в 5 утра — кататься на роликах, а ветераны уже тут как тут — занимаются скандинавской ходьбой.

Бег в синяках

В процессе блужданий по набережной я встретил любителей и профессионалов (биатлонистка Виктория Сливко и лыжник Иван Якимускин стали победителями в дистанциях на 21 и 10 км). Но в каждом репортаже найдётся человек, который врежется в память. В моём случае это Сергей Богданов. Не-

делю назад он бился на боксёрском турнире на голых кулаках. И в главном поединке вечера уступил чемпионский пояс Хаялу Искендерову. Впрочем, полученные синяки не стали преградой, чтобы через семь дней выйти на дистанцию в 5 километров.

— К бою я готовился около полутора часов. Соблюдал режим. Получается всё это было ради того, чтобы пропустить один удар. Но я-то в хорошей форме, а значит, надо этим пользоваться! Тем более такие забеги стали привычкой и зимой, и летом. Погода, конечно, была сильно жаркая. После финиша ошугило чувство свободы. В голове вертелись такие мысли: «да, мы это сделали, причём снова!» Бежали командой и, главное, финишировали все вместе. Вот она, сплочённость, которая приносит кучу эмоций.

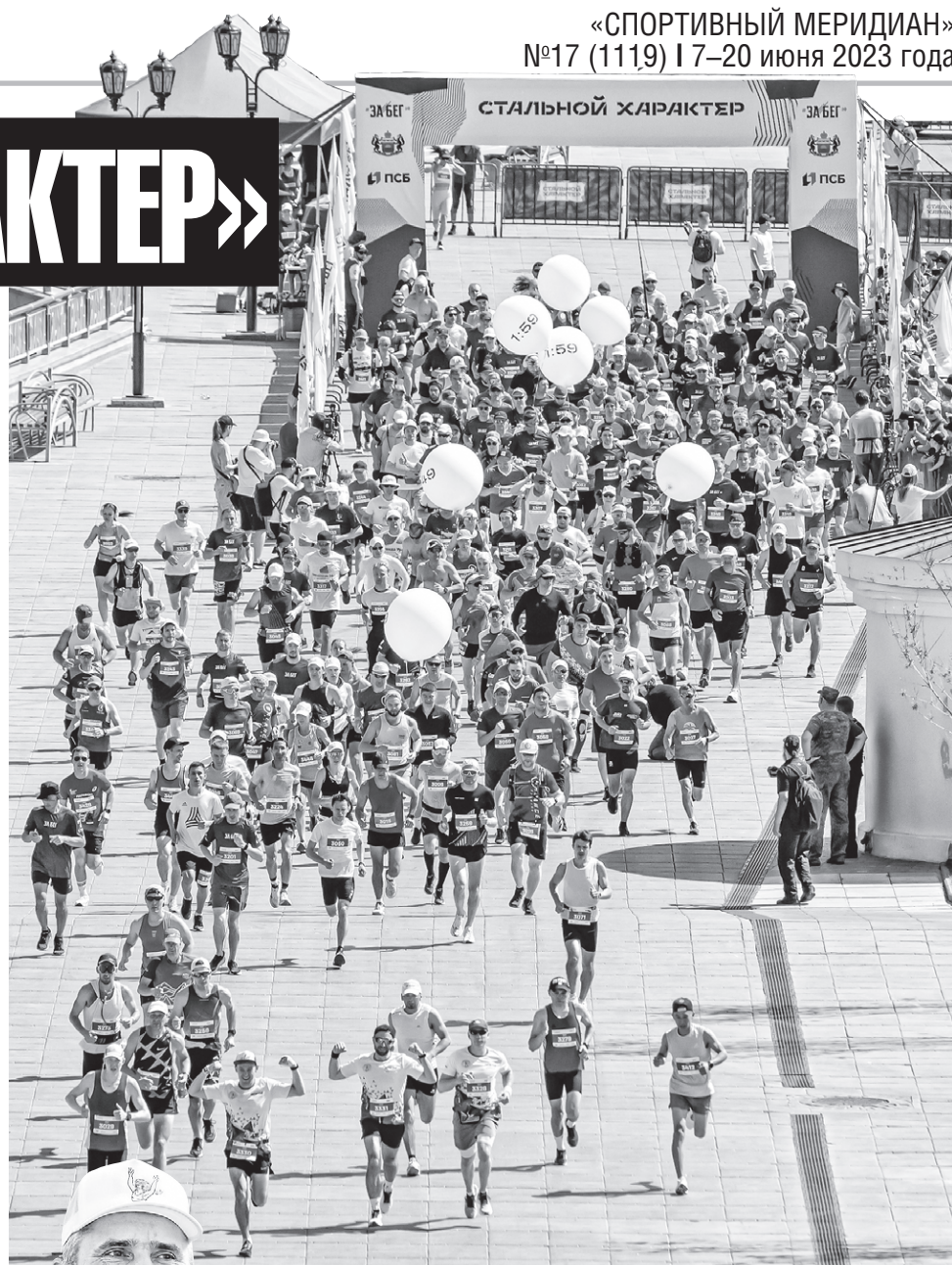
Быстрее собаки

Знакомых лиц в этот день хватало на вагон и пресловутую тележку. Программный директор «Диполь ФМ» Роман Ильич начал бегать ещё до того, как это стало собирать лайки во «ВКонтакте». Его присутствие удивляло, как и отключение горячей воды летом. Но внимание к себе он всё равно приковал. И вот почему.

— Я пробежал десятку, а потом вместе с дочкой принял участие в её забеге на 500 метров. Был рядом. Всё-таки это её дебют. Плюс она хочет собаку породы бигль. Они охотничьи. Очень быстрые. Дочь мне сама говорит, что будет тренироваться, дабы поспевать за ней везде.

— С её мотивацией всё понятно. А ты чем заряжаешься?

— Я впервые побывал на подобном мероприятии в роли зрителя. Находился совсем рядом, в 50 метрах от старта. И вот эта бегущая волна... она как морская, океаническая! Колоссальная энергетика! Все такие улыбающиеся,



Губернатор Тюменской области
Александр МООР

позитивно настроенные. Я в тот момент поймал себя на мысли: хочу стать частью этого движения.

Две секунды для счастья

Пожалуй, скорее спилую сук, на котором сижу, нежели пройду стороной болельщика ФК «Спартак». И это я сейчас не про Ильича. Следующим привлёк моё внимание мужчина в шортах с символикой народной команды. Но даже без учёта этого аксессуара он выделялся из общей массы благодаря бороде внушительных размеров. Обладателя брутального аксессуара зовут Эрик Ивков.

— Бежал десятку. Всегда эту дистанцию преодолеваю. В общем-то, наверное, раз в пятый участвую в «Стальном Характере», это уже стало традицией. Эмоции крутые, но было очень сложно! «Умер» после второго километра. С собой недоволен. Желания остановиться не возникало, но пару раз переходил на шаг. Например, у пунктов воды, чтобы попить нормально и дальше в горку идти. Понимал, если сейчас побегу, то не доберусь до финиша. Вообще, горки, как элемент трассы, добавляли неудобств. Но я поставил задачу выбежать

из полутора часов. И это мне удалось.

Кресты не поставили крест

С вашего разрешения сделаю небольшую ремарку. В «Стальном Характере» можно найти много историй про результат, медали и преодоление себя. Но я хочу выделить не конкретный день, а большой путь, который подвластен человеку благодаря бегу. У следующего моего собеседника Андрея Карманова несколько лет назад случился разрыв передней крестообразной связки. Травма, которая на несколько месяцев лишает возможности ходить на своих двоих. И даже в случае успешной операции процесс восстановления — штука монотонная и кропотливая. Но, вновь почувствовав землю под ногами, Андрей стал не только фанатом пробежек, но и участником различных марафонских соревнований.

— Бег может принести множество преимуществ: снижение стресса, повышение уровня энергии и самооценки, улучшение сна, укрепление отношений в мужском коллективе. Сегодня после финиша

испытал радость от завоевания медали. Горд, что, несмотря на экстремальные погодные условия, достиг цели. Организаторы — большие молодцы. На протяжении всей трассы были поливальные машины, всех участников волонтеры обеспечивали прохладной питьевой водой. Благодаря таким мероприятиям бег становится своего рода способом общения с людьми, которые разделяют ваши интересы. Здесь реально находить новых друзей и единомышленников.

Р.С. «Стальной Характер» не остался без внимания первых лиц области. Губернатор региона Александр Моор в забегах не участвовал. Но его присутствие дополнительно подняло тонус у собравшейся аудитории.

— Сам проект изначально был общественным. Любители спорта его организовали, и теперь он известен во многих регионах Российской Федерации, — отметил Александр Викторович. — Всё лето распланировано. На старт выйдут тысячи участников в Тюмени, Тобольске, соседних округах. Это хороший пример — показать, что спорту все возрасты покорны, а заниматься им можно семьями.



Виктория СЛИВКО, Роман БЕРЕСТОВСКИЙ, Евгений ГАРАНИЧЕВ, Вячеслав МАЛЕЕВ



Роман
Ильич
с дочкой

Представители сборной Тюменской области по скалолазанию завоевали три медали на Всероссийских соревнованиях в Перми. Здесь Юлия Каплина одержала первую значимую победу в нынешнем сезоне. Представительница ЦСП72 выиграла свою коронную дисциплину «скорость».

Воспитанница Сергея Сергеева давно выступает на высшем уровне, но не теряет мотивацию продолжать покорять вершины и добиваться отличных результатов. Юлия считает, что нужно верить в лучшее, тренироваться и подходить к любимому делу с азартом. А ещё тюменская звезда российского скалолазания отлично готовит, любит проводить время со своей собакой и учит английский язык.

Рейтинг всегда важен

— Юлия, какие у вас эмоции после победы?

— В конце прошлого года из-за свадьбы и путешествия пропустила три этапа Кубка России. Поэтому до турнира в Перми была на четвёртом месте российского рейтинга. Прошедшие соревнования стали для меня третьими в этом сезоне. Очень рада, что получилось выиграть. На первом старте в Тюмени (Кубок России. — М.А.) заняла четвёртое место, второй проходил в Москве, где я, по-моему, оказалась девятой. Для меня сейчас было очень важно сохранять лидирующие позиции в рейтинге.

— Верхние строчки так важны в основном для попадания на международные соревнования, но ведь они сейчас недоступны. Вы верите в то, что ситуация может измениться?

— Поехать на международные старты — самая важная мотивация. Это именно то, что побуждает меня двигаться вперёд. Как раз-таки в этом случае имело большое значение победы сейчас, чтобы повысить свой рейтинг. «Скорость» — такая дисциплина, в которой важен опыт и наработки, в том числе на забегах внутри страны.

Нужно соревноваться, тренироваться и быть готовой к возможности возвращения на международную арену. Может быть, нас допустят до чемпионата мира или, например, позволят выступить на этапах Кубка планеты. Мы этого, к сожалению, не знаем, но необходимо быть всегда готовой к такому повороту событий.

Через тернии — к Парижу

— Как вы настраивали себя перед турниром в Перми?

— Я благодарна моему тренеру Сергееву Сергею Сергеевичу. Он посоветовал пролезть не в своём темпе и на 80–90% от максимума. Сказал, что в этом случае всё получится. И оказался прав.

— Что скажете о местной трассе?

— В городе стенка у скалодрома со средним трением (напылением на стене, по которому бегут скалолазы. — М.А.). Надо было лезть достаточно аккуратно, что я и сделала. Задача стояла пройти все забеги с хорошим временем и без ошибок, с чем мне удалось справиться.

— Получается, к вам вернулся азарт к участию в российских стартах?

— Да, в начале этого сезона азарт появился. Но не было возможности проявить себя, так как болела перед домашним Кубком России. В Перми всё сложилось. Я продолжаю тренироваться и надеяться, что смогу выступить на мировой арене. Многих россиян из разных видов спорта начали



ЮЛИЯ КАПЛИНА НА ПУТИ К МЕЧТЕ С ВЕРОЙ В ЛУЧШЕЕ



допускать до международных стартов. Скалолазы, возможно, тоже окажутся в их числе...

— Я помню, вы говорили, что хотите продолжать карьеру до Олимпиады-2024. Цель остаётся прежней?

— Сейчас планы не изменились. Я буду тренироваться и выступать в этом и 2024 годах. Даль-

ше посмотрю на своё здоровье, психологическое и физическое состояние, ну и, конечно, желание. Всё-таки я уже очень долго выступаю. Карьера длительная, участвую в соревнованиях с 2012 года. Естественно, накапливается усталость, и дают о себе знать травмы. В первую очередь буду смотреть на самочувствие и в соответствии с этим принимать дальнейшие решения по продолжению карьеры.

Микки, боул и английский

— Чем занимаетесь помимо спорта?

— Всё моё время уходит на тренировки. Профессиональный спорт занимает тебя полностью, сложно делать что-то параллельно. Очень бы хотелось пойти на полноценное обучение, но пока это невозможно. Поэтому сейчас немного учу английский. Уделяю время мужу (тюменский скалолаз Владислав Деулин. — М.А.) и себе. Обожаю ездить в парк гулять с собакой Микки. На большее времени просто не остаётся.

— Какой у вас с мужем рацион питания? В основном готовите вы?

— Мы оба это делаем, как и многие спортсмены. Моё меню, конечно,

Всероссийские соревнования по скалолазанию
Пермь, Спортивный комплекс им. В.П. Сухарева

«Скорость»

Женщины

1. Юлия Каплина (Тюменская область)
2. Елизавета Иванова (Свердловская область)
3. Екатерина Барашук (Тюменская область)

Мужчины

1. Арсений Богомолов (Воронежская область)
2. Сергей Рукин (Тюменская область)
3. Артём Хабибуллин (Башкортостан)

поразнообразнее, но какие-то простые блюда Слава умеет готовить. На самом деле, мы кушаем что-то простое и обычное. Из последнего, что понравилось, боул. Это блюдо быстро готовится и очень вкусное! Наш боул состоит из киноа или риса, зелёной гречки, запечённой куриной грудки в пакете (так сочнее), разных свежих овощей, зелени и салата.

— Расскажите о вашем тренировочном графике.

— Помимо скалодрома занимаюсь лёгкой атлетикой и лечебно-физической культурой. Ещё хожу в тренажёрный зал. Спортивных активностей у меня достаточно.

— После победы в Перми будет возможность переехать дышать?

— Да, мы с мужем, в перерыве между соревнованиями, улетели в Санкт-Петербург. Гуляем, ходим в кафе, отдыхаем. Девятого июня я уже уезжаю на сборы. Буду готовиться к главному старту сезона — чемпионату России, который пройдёт в августе в Екатеринбурге.

Егор ПОПОВ:

В МУРМАНСКЕ ИГРАЛ В ОДНОЙ ТРОЙКЕ С ДМИТРИЕМ СЫЧЁВЫМ

Нападающий Егор Попов, судя по всему, освоился в Континентальной хоккейной лиги. Два сезона, проведённые в нижнекамском «Нефтехимике», получились у воспитанника тюменского хоккея продуктивными. Как в плане статистики, так и содержания игры. Дальнейшая карьера 26-летнего универсального нападающего будет развиваться в другом клубе.

Наш разговор состоялся по телефону, когда Егор находился в аэропорту, возвращаясь в Тюмень. Откуда — узнаете, прочитав материал. Первый вопрос естественно, о планах на следующий сезон.

Сёрфинг на Бали

— В «Нефтехимике» не остаюсь. Подписал контракт с другим клубом КХЛ. Пока не могу сказать с каким, команда об этом сообщит. Так положено, — рассказал Егор.

— Но вы-то довольны?

— Конечно. Было несколько вариантов. Что именно в этот клуб перешёл, стало неожиданностью. Но очень рад.

— Город, где теперь будете играть, находится дальше от Тюмени, чем Нижнекамск?

— Наоборот, ближе.

— Как проводите отпуск?

— Целый месяц был на море. Сёрфингом занимался, в зале тренировался. Успел уже неделю на льду покататься и съездил в Мурманск. Сейчас нахожусь в аэропорту, жду рейса до Тюмени. Хороший товарищ Андрей Рычагов предложил принять участие в турнире по хоккею. Такой достаточно интересный формат. Играли «3 на 3», обычными клюшками, но с мячом и не на коньках, а просто в спортивной обуви. Было даже тяжелее в физическом плане, потому что приходилось не скользить по льду, а бегать. У нас в тройке был звёздный футболист — Дмитрий Сычёв. Он увлекается бол-хоккеем и обычным форматом нашего вида спорта. С Рычаговым мы хорошо общались ещё в «Рубине», на отдыхе встретились, где он и предложил приехать в Мурманск.

— Раз уж с Дмитрием Сычёвым играли, то вопрос о футболе. Какой команде симпатизируете, не «Спартак»?

— Отец за ЦСКА болел, поэтому смотрел матчи армейцев, но у меня нет предпочтений среди футбольных клубов.

— А сёрфингом где занимались?

— На Бали. До этого пробовал в Таиланде, но теперь целенаправленно ехал на сёрфинг. Каждое утро вставал в 5.30, чтобы поймать оптимальные

волны. Когда рассказываю друзьям, что в такую рань поднимался, удивляются: сумасшедший какой-то. На самом деле, давно о таком мечтал, но то возможности не было, то времени не хватало.

Заруба с «Ак Барсом»

— Раз уж заговорили о «физике». За два сезона в КХЛ вы стали атлетичнее.

— В плане мышечной массы прибавил — это точно. Даже где-то скорость поменьше стала. В «Рубине» я пожилее был. Хотя играет свою роль и тактика команды. В КХЛ без мышечной массы нападающему никак не обойтись, много габаритных парней.

— Кстати, что скажете об игре габаритного защитника «Ак Барса», тюменского воспитанника Кирилла Адамчука? В плей-офф ведь «Нефтехимик» соперничал с казанцами.

— Силовой защитник. У Кирилла есть свой стиль. Он действует по ситуации. Может и агрессивно сыграть, а если требует ситуация, ничего лишнего не делает.

— Есть мнение, что «Нефтехимик» для «Ак Барса» — своя команда. Тем не менее счёт в серии был даже 2-2.

— Я бы не сказал, что «своя». Просто города рядом находятся, и на каждом дерби есть фанаты обоих клубов. В Нижнекамске играешь, а на трибунах одна половина болельщиков за нас, а другая — за казанцев. Матчи с «Ак Барсом» всегда были принципиальными, даже в «регулярке» шла заруба.

— Сезоном довольны?

— Двойное чувство. В целом, доволен своей статистикой, хотя был этап в середине сезона, когда мы часто проигрывали, поэтому «плюс-минус» у меня просел. Команда выполнила задачу — вышла в плей-офф. Но хотелось бы дальше продвигаться, а не только радоваться, что играешь в Кубке Гегарина.

— Топ-3 событий в карьере Егора Попова в прошедшем сезоне.

— Сложно выбрать. Наверное, наша победа в Екатеринбурге над «Автомобилистом», когда мне удалось забросить. На игре были друзья, родственники, а после



матча — много приятных эмоций.

На втором месте — концовка регулярного чемпионата. Нам нужно было выиграть две встречи, чтобы попасть в плей-офф. Одолели «Металлург», а заключительный матч был с «Куньлунем». Если не ошибаюсь, у Магнитогорска мы забрали в чемпионате четыре матча. Третье мес-

то — серия в плей-офф с «Ак Барсом». Интересные матчи — куча эмоций.

Под одиннадцатым

— Как сохранили в «Нефтехимике» 11-й номер, под которым играли за «Рубин»?

— Когда я пришёл в «Нефтехимик», под ним катался Илья Шиксат-

даров. Хотел взять другой, но за месяц до начала чемпионата Ильдара обменяли в Череповец.

— Кто, на ваш взгляд, входит в ТОП-3 вратарей КХЛ прошедшего сезона?

— Лучшим лига заслуженно признала Никиту Серебрякова из «Адмирала». Хорошо себя проявил Тимур Билялов из «Ак Барса». У него отлично развито игровое чутьё, он хорошо «читает» моменты. Третьего вратаря назвать сложно вато... Пусть будет Адам Рейдеборн из ЦСКА. Команда стала чемпионом не просто так, без надёжной игры вратаря не было бы победы.

— А нападающие. С кого можно брать пример?

— Есть чему поучиться у Владимира Ткачёва из «Авангарда». Очень техничный. Смотришь на него, вроде бы спокойно играет, а всё получается, всё проходит. Очень много ребят, которые провели сезон на высоком уровне. Взять тот же СКА, где хватает исполнителей.

— Опять же есть мнение, что плей-офф прошедшего сезона получился самым неординарным за всю историю КХЛ.

— Да, почти все серии были интересными, и всё не по шаблону развивалось. В обеих конференциях. Например, «Адмирал» обыграл «Салават Юлаев», считаю, что и наше противостояние с казанцами получилось достойным, понравилось болельщикам. Даже такой молодой команде, как «Северсталь», удалось до-

вести серию с ЦСКА до валидола.

Люди хотят знать

— Ваш отец, Александр Валентинович Попов, похвалил за сезон или, может быть, покритиковал?

— Иногда он был недоволен, но, в целом, оценил мой сезон, как неплохой.

— Общественность, болельщики стали узнавать информацию о контрактных доходах игроков КХЛ. В основном из неофициальных источников.

— В принципе, адекватно к открытости такой информации отношусь. НХЛ же финансовые сведения о хоккеистах публикует. Людям интересно, они хотят знать, сколько зарабатывают спортсмены. Потому что инсайды всё равно появляются и порой недостоверные.

— Насколько деньги мотивируют вас, как хоккеиста?

— На первом месте — спортивные достижения и цели. Но, когда ты всю жизнь с детства занимаешься определённым делом, жертвуешь ради любимого вида спорта личным временем, общением с близкими людьми и друзьями, то, конечно, хочется получить материальную отдачу.

— Когда «Рубин» завоевал в 2022 году Кубок Петрова, не было у вас белой зависти?

— Наоборот, порадовался за ребят. Тем более со многими вместе выступал. Не всем удаётся попасть в КХЛ, но завоевать чемпионство в ВХЛ — очень почётно.

— Вам 26 лет. Даст Бог, ещё долго будете играть в хоккей. Кто знает, может быть, и за «Рубин» в КХЛ блеснёте. Но не было ли мысли стать после завершения карьеры тренером, открыть хоккейную школу?

— Конечно, поиграть в КХЛ за «Рубин» хочется. Что буду делать после карьеры... Желание помогать тюменскому хоккею у меня есть. Школа — это идеальный вариант.



Статистика Егора ПОПОВА по сезонам

Клуб	Лига	Игр	Шайб	Передач	Очков
2016/2017					
«Югра»	КХЛ	2	0	0	0
«Рубин»	ВХЛ	42	4	9	13
2017/2018					
«Югра»	КХЛ	2	0	0	0
«Рубин»	ВХЛ	33	6	7	13
2018/2019					
«Рубин»	ВХЛ	74	13	19	32
2019/2020					
«Динамо» (МО)	ВХЛ	16	1	6	7
«Рубин»	ВХЛ	43	14	14	28
2020/2021					
«Рубин»	ВХЛ	62	18	37	55
2021/2022					
«Нефтехимик»	КХЛ	44	10	6	16
2022/2023					
«Нефтехимик»	КХЛ	64	6	17	23

ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС СБР

Многие из вас наверняка помнят избитую фразу: как корабль назовёшь, так он и поплывёт. Герой сегодняшнего интервью Александр Поварницын знаком как с кулинарией, так и со спортом высших достижений. Воспитанник ижевского биатлона год назад принял решение выступать за Тюменскую область.

Позитивный, улыбающийся парень знает толк в перепечи (национальное удмуртское блюдо. — И.Л.), но жизнь посвятил лыжам и винтовке наперевес. Во время небольшой паузы между сборами национальной команды Саша, буквально на пару дней, вырвался в Тюмень. Он нашёл время для встречи с нами и поделился тем, что по-человечески накопилось. И далеко не в кастрюле с ингредиентами, а на душе.

Комитет — панацея?

— Александр, морально тяжело начинать тренироваться летом, когда у большинства людей период отпусков?

— Конкретно у меня появился азарт. Это даёт мне возможность соревноваться с лучшими, показывать результат. И я очень надеялся, что мы продолжим работать в той же группе, с теми же людьми. Но, к сожалению, сейчас немного всё поменялось. И меня захлестнул страх. Сейчас стараюсь снова найти мотивацию, чтобы качественно, грамотно работать.

— Чувствуется нервное напряжение в сборной России? (Конфликт между комментатором Матч ТВ Дмитрием Губерниевым и президентом СБР Виктором Майгуровым; отказ спортсменам в работе с теми тренерами, которых хотят видеть во главе национальной команды они сами. — И.Л.)

— Конечно. Вообще, я считаю, что скандалы — это плохо. Спортсмены, как и руководство, должны идти навстречу друг другу во всех вопросах, заранее всё обговаривать. Но, к сожалению, нас не всегда слышат, и это очень обидно.

— Как же найти понимание?

— Я надеюсь, что тот орган, который создан — комитет спортсменов СБР (Союза биатлонистов России), поможет нам наладить взаимодействие. Потому что одно дело, когда биатлонисты просто подходят и говорят о чём-то... Это забывается. Но другое, если мы сейчас станем собираться все вместе, выносить все вопросы на бумагу. И это будет звучать более официально. Может, тогда

появится веское основание прислушаться к нашему мнению.

Чем удивить женщину?

— Саша, как ты провёл отпуск?

— Смогли вырваться с женой в Турцию, там красиво. У нас был активный отдых. Ноги меня вечно куда-то тащили — то в горы, то в каньоны. Причём я оказался приятно удивлён, что супруга меня в этом всегда поддерживала. Можно сказать, это скорее её идея — так провести время.

— В Тюмени успел куда-то сводить жену?

— Пока самые основные экскурсии коснулись спортивных объектов. Я показал ей «Жемчужину Сибири». Хотя она и сама тут побывала в качестве спортсменки (Арина Яборова выступала среди juniоров, а с 2018 года представляла сборную Белоруссии — И.Л.). Но она ни разу не была в Увате! В этом году съездила на марафон вместе со мной. Поддержала на гонке. И её впечатлило, что там далеко не крупный населённый пункт, но такой класс-

ный биатлонный комплекс.

— Планируешь ли набирать оптимальные кондиции к чемпионату России по лыжероллерам, который пройдёт в Ханты-Мансийске в конце июля?

— Нам всегда в этом месяце необходимо находиться в хорошей форме для того, чтобы потом перейти на снег. Это один из этапов летней подготовки, где мы уже достаточно хорошо должны проявить свои скоростные качества.

— Поддерживаешь контакт с тренерами сборной Тюменской области?

— Да, безусловно. Всё равно, хоть я и готовлюсь в национальной команде, им необходимо быть в курсе моих планов на сезон — по какой программе, методике я занимаюсь. Потому что потом, так или иначе, мы будем взаимодействовать. И им нужна какая-то информация обо мне.

К первому месту готов?

— Ты стал четвёртым в рейтинге СБР по итогам прошлого сезона. Насколько этот результат стал закономерным?

— Мы с тренерским штабом проанализировали подготовку к предыдущему сезону и пришли к выводу, что нас очень подвела стрельба. Поэтому, если над этим компонентом поработаем, то мне по силам улучшить позиции.

— Помимо этого на что ещё нужно обратить внимание?

— Надо развивать свои слабые стороны, но не в ущерб сильным. Я уже который год делаю акцент на ноги, так как их скоростная-силовая выносливость у меня немножко отстаёт.

— Какую задачу ставишь перед собой?

— В идеале закрыть все свои проблемы, которые накопились по итогам прошлого сезона. И навязать конкуренцию Эдуарду Латыпову.

Александр ПОВАРНИЦЫН на Кубке Содружества в Тюмени.

Александр Поварницын на стойке в «Жемчужине Сибири»



«Одно дело, когда биатлонисты просто подходят и говорят о чём-то... Это забывается. Но другое, если мы сейчас станем собираться все вместе, выносить все вопросы на бумагу. И это будет звучать более официально.»

МЕДАЛИ АЛЕКСАНДРА ПОВАРНИЦЫНА В ЛИЧНЫХ ГОНКАХ СЕЗОНА 2022/2023

27 сентября	10 декабря	15 декабря	12 января	13 января	15 января	25 февраля	11 марта
Чайковский	Тюмень	Уфа	Дёмино	Дёмино	Дёмино	Ижевск	Тюмень
Чемпионат России	Кубок России	Кубок России	Кубок России	Кубок России	Кубок России	Чемпионат России	Кубок Содружества
Индивидуальная гонка (лыжероллеры)	Гонка преследования	Индивидуальная гонка	Спринт	Гонка преследования	Масс-старт	Суперперсьют	Гонка преследования
3	2	1	1	1	3	1	3

Игорь МЕНЬЩИКОВ:

ЗДОРОВО, КОГДА СОЧЕТАЕТСЯ ДВА В ОДНОМ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ ФУТБОЛИСТ И ХОРОШИЙ ТРЕНЕР

Что получится, если скрестить ежа с ужом? Три метра колючей проволоки. А что будет, если совместить концепции футбольных специалистов Хосепа Гвардиолы и Юргена Клоппа? ФК «Тюмень» Игоря Меньщикова. Игорю Анатольевичу нравится стиль игры этих тренеров. И, как показывает практика, выходит неплохо. С учётом уровня соревнований, конечно. Чёрно-белые уверенно победили в группе 4 второй лиги. Теперь совместить концепцию Клоппа и Гвардиолы Меньщиков будет уже в другом турнире...

И на нашей улице – праздник

— Игорь Анатольевич, наверное, самый главный и яркий момент завершившегося сезона, это окончание, как потом выяснилось, «золотого» матча против пермского «Амкара» на выезде. После него стало понятно, что «Тюмень» — в первой лиге. Какие мысли тогда пронеслись в вашей голове?

— Никаких эмоций. Просто опустошение. Хотелось радоваться, а сил не было. Осознание пришло только дня через два, когда вернулись в Тюмень, всё проанализировали, переосмыслили. Тогда я реально понял, что на нашей улице праздник.

— Меня поразила, уже после домашней игры с «Челябинском», когда награждали команду, ваша улыбка во всё лицо. Ни разу не видел вас таким сияющим за все 3,5 года, что вы у руля «Тюмени». Можно ли сказать, что этот момент лучший в вашей жизни?

— Что касается спорта, то памятен 2019 год, когда волгоградский «Ротор» ушёл на зимнюю паузу в ФНЛ на первом месте. С «Тюменью» же была долгожданная победа, к которой мы шли три года и наконец пришли.

— А вдруг так нужно было? Успех же более ценен, когда он выстрадан?

— Возможно. Давайте не забывать, что во второй лиге нам всегда попадались достойные конкуренты. Если брать статистику по всем трём сезонам, то мы самая стабильная команда. При этом не скажу, что у нас наибольший бюджет или самые лучшие условия. По зарплатам, премиям, всего, что касается финансовой составляющей, мы не на первом месте.

«Психануть» и уволить

— Удивляет, что на пресс-конференциях вы спокойны, как удав. Но знаю, что в раздевалке в перерыве матчей вы можете и голос повысить, «напихать» игрокам в случае необходимости.

— С возрастом привык к вопросам на пресс-кон-

ференциях. Там неправильно говорить о персоналиях, о конкретных футболистах. Можешь сгоряча что-то сказать, кого-то обидеть. Это не в моём стиле, не люблю это делать. Держу себя в руках, я же лицо команды.

— Были порывы поддаться эмоциям, уйти в отставку после каких-то неудач?

— Да, после встречи с «Ладой-Димитровград» (последняя игра сезона 2020/2021, «Тюмень» вела 2:0, но матч завершился вничью 2:2, хотя волжане остались в меньшинстве. В результате наша команда не вышла в первую лигу. — К.Л.).

— Что вас удержало от импульсивного шага?

— Время, плюс руководители. Директор клуба Александр Валентинович Попов тоже мог «психануть» и уволить меня. Плюс его заместитель Алексей Александрович Харламов успокоил меня после финального свистка. Он сказал: «Анатольич, не спеши, подумай, остынь, потом примешь решение». В том, что я остался, есть его заслуга. Я был тогда расстроен, опустошён. Первые слова, которые произнёс после той досадной ничьи: «Мне надо отдохнуть, я выгорел». Хорошо, что все мы не наломали дров. И за это я благодарен Александру Валентиновичу, что терпел меня и наконец-то потерпел.

Мы, тренеры, тонкие натуры

— Тренеры — люди публичные. Нагрузки, критика, постоянное нахождение в центре внимания, стресс. Есть какие-то рецепты, как с этим справиться?

— Во-первых, мне помогает семья. Очень много времени провожу с супругой, с детьми, ещё у нас есть маленькая собачка, породы шпиц. Они все меня поддерживают. Могу с уверенностью сказать, что у меня надёжный тыл.

Во-вторых, природа и спорт. Люблю играть в большой теннис. В общем, периодически необходима перезагрузка и смена обстановки.

— А футбол снимает стресс, как говорится, клин клином?

— Да, он меня успокаивает, это своего рода медитация. Смотрю много матчей, порой даже не как профессионал, а как болельщик. Начинаю размышлять о чём-то постороннем, и мои проблемы уходят на второй план.

— То есть в таких ситуациях вы не включаете тренера и не начинаете всё подробно анализировать?

— Иногда случается.

— То есть на работе — футбол, дома — то же самое. Например, моя жена меня не понимает в этом вопросе, когда я после трудового дня сажусь за просмотр какого-нибудь матча. Как реагирует ваша супруга на то, что вы и домой работу тащите, что называется?

— Сейчас уже привыкла. Бывает, иногда недоумевает, как можно сутками смотреть футбол. А я ей отвечаю: «А как можно сутками смотреть какие-нибудь женские передачи?»

— Вы за многие годы совместной жизни ещё не перетянули супругу на свою сторону? Она не начала разбираться в футболе?

— Она любит эту игру, ходит на все матчи «Тюмени». А зачем ей разбираться в теме досконально? Ни к чему дискуссии по этому поводу, нам не нужны ссоры в семье. Мы, тренеры, тонкие натуры.

Карпов vs Балотелли

— Значит, всё-таки можно вывести вас из равновесия?

— Да. Больше всего раздражают не какие-то технические, тактические пробелы, а то, когда человек не выкладывается на поле. Когда прихожу в какую-то команду, первым делом говорю ребятам: «Мы можем проиграть, что-то может не получаться, но мы всегда обязаны отдаваться футболу на сто процентов». Потому сразу предупреждаю: «Если не хотите, что-то не устраивает, болит, лучше не выходите на поле. А если вышли, то будьте готовы жизнь отдать в каждой игре, тогда и результат появится».

— Допустим, обнаружили в своём коллективе такого человека, который не выкладывается на полную, что тогда?

— Он перестанет попадать в состав.

— У него даже не появится возможности реабилитироваться?

— Появится. Однозначно, у человека есть право на ошибку.

— А ещё есть такой тип футболиста, которого хорошо описал Жозе Моури-



Игорь МЕНЬЩИКОВ на церемонии награждения ФК «Тюмень»

ньо. Португалец однажды рассказывал, что всю установку в перерыве матча Лиги чемпионов потратил на то, чтобы Марио Балотелли не получил вторую жёлтую карточку. А он схватил ещё один горчичник уже на 46-й минуте. В вашей карьере были такие субъекты, способные довести тренера до седых волос?

— Не буду называть фамилий, но они есть в каждом клубе.

— Разлидья, неуправляемые люди?

— Ни то, ни другое. Невнимательные, не могут сфокусироваться на чём-то конкретном, не в состоянии совладать со своими эмоциями. Это, конечно, больше касается молодых ребят, чем опытных. Вспомните злополучный матч с «КамАЗом» в Набережных Челнах (сезон 2020/2021, поражение «Тюмени» — 0:3. — К.Л.). У нас тогда удалили двоих в первом тайме. Кто заработал красные карточки? Молодые Данил Карпов и Вячеслав Бардыбахин. Мы им говорили: «Не провоцируйте сами, не поддавайтесь на провокации, вас будут выводить из себя». Так и получилось.

— Таких ребят можно перевоспитать? Или с ними бесполезно бороться, надо принимать их, какие они есть?

— В большинстве случаев, наверное, можно. Но, с другой стороны, существует русская поговорка — горбатого могила исправит.

— В вашей карьере были футболисты, кого вы, так скажем, наставили на путь истинный?

— Ну таких, как Балотелли не встречал. Могу привести в качестве примера Данила Карпова. Он очень эмоциональный, но в конце нашего сотрудничества взял себя в руки.

— За счёт чего это произошло?

— Повзрослел. Мы с тренерским штабом, надеюсь, на него тоже повлияли, да и команда, в целом. Футболист понимает, что если он чрезмерно даёт волю эмоциям, то может подвести не только меня, но и других ребят. Сам коллектив регулирует поведение всех игроков. Старшие товарищи могут поговорить с юными дарованиями по душам. Получается, в совокупности работа тренеров и опытных футболистов. Такая педа-

гогика способна дать результат.

Два в одном

— Если говорить о педагогике, то, наверное, ваши учителя — известные специалисты. Вы и на пресс-конференциях часто упоминаете Хосепа Гвардиолу. Любимый тренер? Чем он вас зацепил?

— Из ныне работающих специалистов самые любимые — Гвардиола и Юрген Клопп. Гвардиола ставит самый комбинационный футбол в мире, а Клопп — самый быстрый на планете. И я хотел бы соединить два этих стиля в один: и контроль мяча, и быстрые прорывы.

— У вашей команды тоже яркий атакующий стиль. Однако в первой лиге уровень футбола в разы выше, чем во второй. Вы были явными лидерами, сейчас наверняка такого статуса не будет. Наступите ли на горло собственной песне, отступитесь от своей футбольной идентичности? Или и в новом турнире перед нами предстанет та же остро атакующая «Тюмень»?

— Хотелось бы не отступать. Но нет такого, что я

ТОП-4 ФУТБОЛЬНЫХ МАТЧЕЙ ПО МНЕНИЮ ИГОРЯ МЕНЬЩИКОВА

Финал Лиги чемпионов 2004/2005

1.  

«Милан» — «Ливерпуль» — 3:3, пенальти — 2:3

Финал Лиги чемпионов 2010/2011

2.  

«Барселона» — «Манчестер Юнайтед» — 3:1

1/8 финала. Ответный матч Лиги чемпионов 2016/2017

3.  

«Барселона» — ПСЖ — 6:1

ДНОМ: ШИИ ЧЕЛОВЕК



— Было ли что-то в игре команды, что вы изменили по сравнению с прошлым сезоном? Благодаря чему всё-таки вышли в первую лигу?

— Во-первых, хотели ещё больше владеть инициативой, мячом, выше прессинговать. Для этого нужно было сделать команду быстрее. Каким образом? Найти более скоростных футболистов не так легко. Потому пошли на другой шаг — омолодили коллектив. Например, в составе на последней домашней встрече против «Челябинска» у нас было шесть лимитчиков. Уверен, что у других фаворитов нашей группы такого и близко нет. Сознательно сделали упор на интенсивность, на высокий прессинг. Иногда работало, иногда — нет. Причём практически безотказно это действовало в играх против лидеров (исключение — домашний поединок против омского «Иртыша» — 2:2), особенно во вторых таймах, когда мы дожимали соперников. Как следствие, счета — 3:0, 4:0, 7:0. Имеем преимущество, переходные фазы, большие пространства. Это наша стихия. И потеряли много очков с командами, которые действовали от обороны. Они закрывались, свободных зон было мало. В позиционных атаках у нас возникали проблемы.

— Будете ли вы предпринимать какие-то шаги, чтобы быть эффективными против закрытых коллективов в первой лиге?

— Самой собой. Подпишем контракты с более высококачественными, индивидуально сильными футболистами.

Зовут Зазвонкина за практикой

— Остро стоит вопрос нехватка местных воспи-

танных. Сейчас стабильно играет только Александр Бем. В первой лиге нас ждёт такая же картина?

— К сожалению, случился провал. Нет качественных футболистов среди ребят 2002 и 2003 годов рождения. Да, неплох Вячеслав Бардыбахин, но он в красноярском «Енисее». Среди парней 2004 года выделяется вратарь Вячеслав Эргардт, но ему ещё рано играть в первой лиге. Конечно, мне хотелось бы, чтобы появлялось больше наших воспитанников, однако мы не можем их вводить в состав искусственно.

— Есть способные ребята в дубле, командах ЮФЛ, кому сейчас по 15–16 лет?

— Да. Но существует одна проблема. Касается она не только нашего клуба. Многие талантливые парни из регионов уезжают в академии топ-брендов. Тот же Иван Зазвонкин — в московском «Динамо».

— Как решать эту проблему? Беседовать с родителями, убеждать их оставаться в Тюмени, давать какой-то стимул. Это же во

многом от мам и пап футболистов зависит. Они же принимают решение, пока их ребёнок несовершеннолетний. Или это всё бесполезно?

— Нет, не бесполезно, если в городе будет команда премьер-лиги, как, например, «Урал» в Екатеринбурге. Или же крепкий коллектив первой лиги, который постоянно борется за попадание в стыковые матчи, например. Зачем куда-то уезжать в таком случае? Чем выше уровень команды, тем меньше покидают её собственные воспитанники. Давайте откровенно, ну уехал Зазвонкин в Москву, выступает за «Динамо-2». Что он пробьётся в первую команду? Большой вопрос. А у нас он сейчас, скорее всего, играл бы в основном составе.

— Пытались его вернуть?

— Да. Он не хочет, даже в первую лигу. Жаждал выступать в премьер-лиге, но надо реально смотреть на вещи. У бело-голубых на скамейке запасных сидят Макаров, Лесовой...

— Есть и пример Даниила Карпова. Форвард в детстве тренировался в академии «Зенита», потом вернулся в «Тюмень», закрепился там и перешёл в итоге в «Краснодар».

— У каждого — своя голова на плечах. Мы, естественно, связывались с представителями Ивана. Говорили, пусть парень приезжает, дадим ему практику. По крайней мере, шансов на это намного больше, чем в «Динамо».

— Теперь от будущего к настоящему. Что с Антоном Кобялко? Это топ-форвард, по меркам второй лиги — точно. Но весной сдал. Возраст? Или есть какие-то другие причины?

— Есть, дело не в возрасте. Его преследовали травмы, он часто выходил на поле через боль. Нам, наверное, стоило его побережить. Кобялко сам по себе

такой человек, что никогда не отпросится, боец до мозга костей. Он постоянно тренировался, уже потом я начал его щадить, освобождать от каких-то занятий. Антон испытывал дискомфорт, но хотел играть, потому молчал. А мы на него рассчитывали, ставили постоянно в основу. В итоге всё это и наслоилось.

— Михаил Петров. Вы тоже выделяете его как лидера. Это вообще нетипичный игрок. Центральных защитников такого роста в мировом футболе почти нет (данные Петрова — 178 см. — К.Л.), исключение — Лисандро Мартинес (175 сантиметров). Как правило, его коллеги по амплуа значительно выше. Почему вам пришла в голову идея — осуществить такой эксперимент? Перевести Петрова из опорников в центральные защитники? В чём феномен Михаила?

— Необходимо было найти для него подходящее место на поле. Хотелось бы видеть более интенсивный футбол в исполнении Миши. На новой позиции требуется значительно меньше бегать, здесь он полезнее, чем в опорной зоне. Плюс, несмотря на невысокий рост, Михаил очень хорошо играет головой. Самое главное, Петров сделал качественный скачок в своей функциональной подготовке. Какой он пришёл к нам и какой сейчас — два разных человека.

— За счёт чего это произошло?

— Много занимается в тренажёрном зале.

— На мой взгляд, за всё то время, что вы во главе ФК «Тюмень», наибольшего прогресса добились именно Петров и Евгений Болотов?

— Петров — сто процентов. Что касается Болотова, то хотелось бы, чтобы Евгений стал ещё более требовательным к себе.

Хороший человек тоже профессия?

— Со стороны создаётся впечатление, что в ФК «Тюмень» — настоящий мужской коллектив, без каких-то интриг, сплетен, лицемерия. Это главный принцип, чтобы ваши подопечные не только играли в футбол, но и царила дружеская атмосфера в коллективе?

— Да, мой принцип. Я хочу, чтобы было именно так.

— Представьте ситуацию, есть у вас игрок, классный футболист, но, как человек — так себе, подленький, мерзкий. Что делать?

— Сложный вопрос, неоднозначный. Не знаю, я бы долго думал над тем, оставлять такого в коллективе или нет.

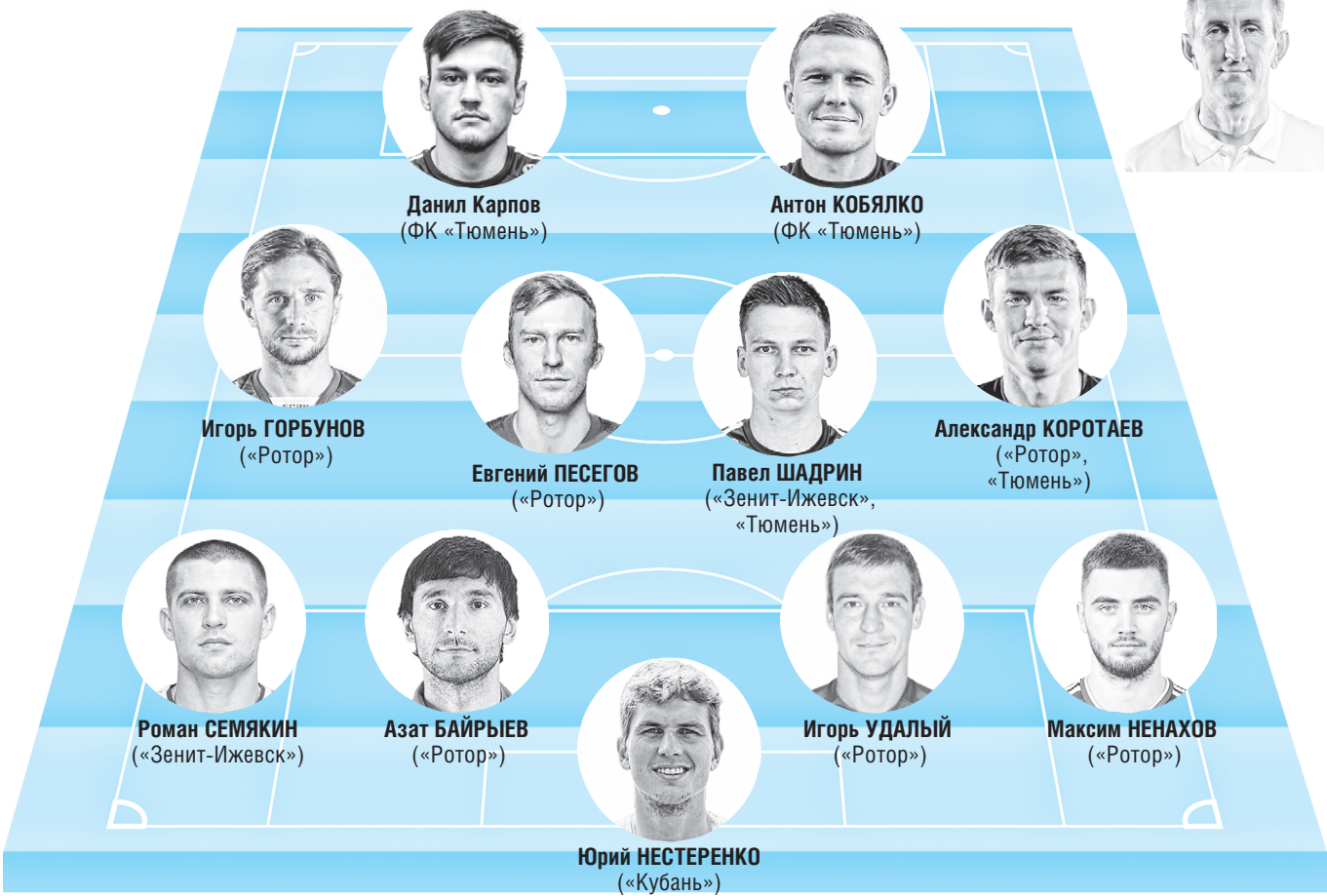
— Просто видно, что в «Тюмени» прекрасный микроклимат. Это же и влияние тренера, значит, наставник не пустил всё на самотёк?

— Мы над этим работаем. Пытаемся создать прекрасный коллектив, и людей подбираем под эту задачу. К примеру, если стоит выбор между двумя футболистами, отдадим предпочтение тому, кто похуже играет, но больше подходит нам по человеческим качествам.

— Сами проводите какие-то тренировки для улучшения обстановки?

— Нет, мне повезло с командой. Они сами всё делают. В начале сезона мы выезжаем все вместе на природу, чтобы познакомиться. А потом в этом уже нет необходимости. Опытные ребята сами регулируют отношения в команде, задают микроклимат. Потому и дорожу такими игроками. Это здорово, когда сочетается два в одном: замечательный футболист и хороший человек.

СИМВОЛИЧЕСКАЯ СБОРНАЯ ТЕХ, КТО ИГРАЛ ПОД РУКОВОДСТВОМ ИГОРЯ МЕНЬЩИКОВА



ЩИКОВА

Полуфинал. Ответный матч
Лиги чемпионов 2018/2019



«Ливерпуль» —
«Барселона» — 4:0



Никита КАСАТКИН,
Александр БЕМ
и Никита БАЛАХОНЦЕВ

Итоги чемпионского сезона — грамотные трансферы, глубина состава, эффективность против прямых конкурентов.

Многие команды годами ждут повышения в классе. Свежий пример — «Лутон Таун», который вылетел из высшего дивизиона английского чемпионата в 1992 году, прошёл за 31 год все стадии отчаяния и всё-таки вернулся в элиту. «Тюмени» на камбэк в лучшую лигу мира потребовалось четыре сезона. Вроде не так много, но два раза подряд команда Игоря Меньщикова, по сути, сама себя оставляла без золота.

Драма с ФК «Лада-Димитровград» в пользу «КАМАЗа», бесконечные потери очков в прошлом сезоне — всё это лупило как по морали игроков, так и по настрою болельщиков. Теперь можно выдохнуть и спокойно подвести итоги успешного года. Кто был лучшим и за счёт чего Меньщиков всё-таки стал первым?

Работа на рынке

Массовые перестройки на уровне ФНЛ-2 всегда максимально загадочные — уходит толпа, приходит толпа. О потенциале и способностях игроков могут знать только скауты, селекционеры и отдельные фанаты российского футбольного лимба. Если по Александру Коротаеву (11+13 в 28 матчах за «Тюмень» в сезоне 2020/21) и Никите Касаткину (8+11 за «Челябинск» в кампании 2021/22) никаких сомнений не было, то ос-

тальные как бы скрывались в «тумане войны».

В итоге пригодились почти все. К тому же «Тюмень» заметно омолодила состав — это положительно сказалось на скорости и физической готовности. Средний возраст летних новичков составил 22,3 года (это еще статистику разбавили 29-летний Коротаев и 30-летний Артем Пасько). Зимой клуб усилил позиции, которые провисали в первой части сезона — Даниил Маругин и Кирилл Мырзаков бодро отыграли весну и помогли оформить титул.

Ну и важно, что Меньщиков угадал с вратарём — Егора Любакова не сломали результативные ошибки. И на финише сезона он стал одним из лучших.

Глубина состава

Тезис, который произрастает из предыдущего пункта. Одно дело просто закупить игроков, другое — качественно продублировать позиции. Сразу пять человек претендовали на место в старте в центре обороны (Михаил Петров, Даниил Маругин, Артём Пасько, Вадим Милютин, Денис Магидиев). Кирилл Мырзаков и Олег Николаев могли закрыть оба фланга обороны. В опорной конурировали Евгений Болотов, Вадим Симутенков,

«ЗОЛОТАЯ» ТРЕТЬЯ ПОПЫТКА «ТЮМЕНИ»

Линар Шарифуллин и Павел Шадрин. В атаке вообще была максимальная вариативность + в роли дублёра Антона Кобыляко раскрылся Илья Порохов, который классно провёл вторую часть сезона (забил 6 голов, хотя в среднем играл по 43,3 минуты).

Помогла универсальность игроков — Николаев закры-

вал, в зависимости от ситуации, позиции на левом и правом фланге обороны, на правом фланге атаки, в центре полузащиты. «Тюмень» в рамках базовой схемы 4-2-3-1 варьировала разные стили — даже на непрофильных позициях

игроки показывали результат.

Шаг в сторону прагматизма

В первых 12 турах «Тюмень» всего четыре раза сыграла без пропущенных голов. Пиком недоработок в обороне стали две ничьи подряд с «Уралом-2» (оба матча завершились 2:2). Меньщиков поставил Николаева на левый фланг обороны и опустил линию основного давления чуть ниже. Соперники сразу же почувствовали проблемы — «Тюмень» сыграла на ноль пять победных игр подряд и триумфально ушла на перерыв.

Весной Любаков 5 раз из 10 оставлял

в ключевых матчах, так и относительно слабую конкуренцию. Потому что не было «КАМАЗа», который потом успешно закрепился в первой лиге. Не было ульяновской «Волги» с Алексеем Каштановым, сейчас выступающим за «Урал» в РПЛ. «Тюмень» наконец-то стала лучшей в лиге по качеству игры.

Что дальше?

Клуб уже объявил официально, что семь игроков из нынешнего состава будут готовиться к первой лиге — контракты продлили Коротаев, Петров, Порохов и Павел Шадрин. Действующие соглашения есть у Александра Бема, Любакова и Мырзакова. 18 июня команда начнёт подготовку к новому сезону: сыграет серию контрольных матчей, среди которых будет встреча против вышеупомянутого «Урала». Тогда и станет понятен контур новой «Тюмени».

Капитан «Тюмени»
Александр КОРТАЕВ

Вялые конкуренты

Тезис, подчеркивающий как силу «Тюмени»

Первенство России по футболу. Вторая лига. Группа 4А.



5-й тур
4 июня

0:2



ФК «Новосибирск» — ФК «Тюмень» — 0:2 (0:2)

«Новосибирск»: Герасимов, Чистяков, Хайруллин, Глухов (Шаболин, 69), Комков, Цыганков (Малева, 34), Шалаев (К), Родионов, Макурин (Ларенц, 46), Федчук (Пенчелюзов, 34), Коноплев (Загороднев, 72).

«Тюмень»: Едапин (К), Бем, Маругин, Милютин (Симутенков, 46), Мырзаков; Радченко (Шадрин, 69), Шарифуллин, Лаптев, Балахонцев (Коротаев, 58); Павлов (Николаев, 46), Порохов (Кобыляко, 58).

Голы: 0:1 — Милютин, 26; 0:2 — Порохов, 29.

Нереализованный пенальти: Малева («Новосибирск») — вратарь, 37.

Предупреждения: Родионов, Пенчелюзов (оба — «Новосибирск»).

Удаление: Родионов, 82.

ПЕРВЕНСТВО РОССИИ СРЕДИ КОМАНД ВТОРОЙ ЛИГИ
СЕЗОНА 2022-2023. ГРУППА 4А
ИТОГОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

	И	В	Н	П	Мячи	О
1 ФК «ТЮМЕНЬ»	27	17	9	1	58-18	60
2 «ИРТЫШ» (Омск)	27	14	9	4	40-22	51
3 «АМКАР-ПЕРМЬ»	27	14	5	8	43-31	47
4 ФК «ЧЕЛЯБИНСК»	27	11	8	8	38-30	41
5 ФК «НОВОСИБИРСК»	27	7	13	7	29-33	34
6 «ТОРПЕДО» (Миасс)	27	8	9	10	27-37	33

ПОБЕДИТЕЛИ ВТОРОЙ ЛИГИ СЕЗОНА 2022/2023



Группа 1А

Победитель
«ЧЕРНОМОРЕЦ»
(Новороссийск)

Время отсутствия в первой лиге: 11 сезонов

Наставник
Константин ЗЫРЯНОВ

Группа 2А

Победитель
«ЛЕНИНГРАДЕЦ»
(Ленинградская область)

Время отсутствия в первой лиге: дебютант

Наставник
Сергей КИРЬЯКОВ

Группа 3А

Победитель
«СОКОЛ»
(Саратов)

Время отсутствия в первой лиге: 6 сезонов

Наставник
Денис БОЯРИНЦЕВ

Группа 4А

Победитель
ФК «ТЮМЕНЬ»

Время отсутствия в первой лиге: 4 сезона

Наставник
Игорь МЕНЬЩИКОВ

ДОБИЛСЯ ПОСТАВЛЕННОЙ ЦЕЛИ

Учащийся омутинской ДЮСШ Артемий Самойлов стал кандидатом в мастера спорта по вольной борьбе.

Завершение учебного года для шестнадцатилетнего воспитанника тренера-преподавателя Андрея Ходакова связано с важным событием. У Самойлова сбылась давняя мечта, к которой он шёл в течение пяти лет. После того как парень стал бронзовым призёром первенства Уральского федерального округа по вольной борьбе, ему было присвоено звание кандидата в мастера спорта.

Артемий учится в ОСОШ № 1, осенью готовится перейти в одиннадцатый класс. По словам юноши, серьёзно заниматься спортом он начал после переезда в Омутинское из Тюмени. В городе посещал только уроки физкультуры. С одиннадцати лет увлёкся лыжами и футболом. Позже, за компанию с другом, пришел на тренировку по вольной борьбе и со време-

нем понял: это его вид спорта.

Поначалу занятия давались нелегко, вспоминает борец. Он не понимал, зачем нужны все эти упражнения и приёмы, слабовата была техника и на соревнованиях. Все изменилось после двух лет упорных тренировок.

Первую победу Артемий одержал на турнире в Голышманово. Сегодня он продолжает оттачивать мастерство, вырабатывает собственный стиль борьбы. Перед схватками он по-прежнему испытывает волнение, но научился с ним справляться.

За последние годы Артемий Самойлов одерживал победы на районных и областных соревнованиях в категории 60 кг. В декабре 2022 года занял третье место на первенстве Уральского федерального округа.

Артемий продолжает заниматься пять раз в неделю. Нельзя терять физическую форму! Он благодарен своему тренеру за поддержку и спортивную науку, которые помогают добиваться хороших результатов.

В старшей группе, в которой занимается Артемий, пятнадцать ребят. Конечно, не все из них станут чемпионами, но тренер-преподаватель Андрей Ходаков индивидуально уделяет внимание каждому. Он учит воспитанников не только технике борьбы, но и строгой дисциплине, старается выработать в детях внутренний стержень.

— Артемий — трудолюбивый, спокойный парень, к нему никогда не было претензий по поведению, — отзывается о подопечном Андрей Петрович. — По итогам соревнований он включен в резерв сборной области, уже несколько раз побывал на учебно-тренировочных сборах в Красноярске и Новосибирске...



Артемий САМОЙЛОВ с тренером Андреем ХОДАКОВЫМ

Ходаков во всём поддерживает учеников, этому он научился у своего тренера, директора Голышмановской спортивной школы олимпийского резерва Олега Ермакова, который регулярно приглашает его воспитанников на соревнования, помогает с экипировкой и поезд-

ками на сборы. Вскоре Артемий переходит в следующую возрастную группу. Он сможет также заявляться на соревнованиях в возрастной группе от 18 лет до 21 года. Андрей Петрович считает, что у юного борца есть шансы попасть на первенство России по вольной борьбе.



ОБНОВИЛИ ЛИЧНЫЕ РЕКОРДЫ

Сладковские легкоатлеты Макар Шмаков и Маргарита Милюткина выступили на первенстве Уральского федерального округа по лёгкой атлетике до 23 лет.

Эти соревнования проходили в Екатеринбурге.

Сельские спортсмены вновь обновили свои личные рекорды. Макар — на дистанции 1500 метров (4.06.69), а Маргарита — на двухсотметровке (26,20).

ИСЕТСКАЯ «МЕЧТА» ПРОБИЛАСЬ В ОБЛАСТНОЙ ФИНАЛ «КОЖАНОГО МЯЧА»

В Тюменской области в полном разгаре Всероссийские соревнования юных футболистов «Кожаный мяч-Колосок».

В Западной зоне за выход в финал боролись три команды, составленные из юношей 2008-2009 годов рождения.

Матчи проходили в Богандинском. Исетская Мечта обыграла команду «ДЮСШ № 2 ТМР» из Тюменского района — 7:0. Блеснули подопечные Николая Худякова и в матче с юргинским «Кри-

сталлом», победив с разгромным счётом — 9:0.

В итоге «Мечта», у которой надёжны были вратари Сергей Павликов и Артём Подольских, финишировала первой. Результативно в составе исетской дружины действовали Семён Плотников, Максим Бердышев, Павел Кузнецов, Иван Гудумак и Владимир Старцев.



Вторую строчку заняла «ДЮСШ № 2 ТМР». Третьим оказался «Кристалл». «Мечта» и «ДЮСШ № 2 ТМР» вышли в областной финал, который также прой-

дёт в Богандинском в середине июня. В нём ещё сыграют сладковский «Темп», «Феникс» из Казанского района и ярковский «Сибиряк».



**ТУРТАС
РУЛИТ!**

В ЮРГИНСКОМ САМЫЕ ЮНЫЕ УЧАСТНИКИ ДВИЖЕНИЯ ГТО ВЫШЛИ НА СТАРТ

В Юргинском состоялись соревнования по нормативам комплекса ГТО.

В этот раз в физподготовке состязались самые юные участники — воспитанники детских садов. Соревнования прошли в зачёт районной Спартакиады дошкольных

образовательных учреждений «Дружба».

Состязания предусматривали лично-командный зачёт. В программу вошли такие виды, как бег на 30 метров, метание мяча в цель, прыжок в длину с места, наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье и сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу.

В личном первенстве среди мальчиков в тройку лидеров вошли: Егор Кидяев (Юргинский детсад), Вадим Дементьев (Шипаковский детсад) и Тимур Тиллов (Юргинский детсад). Среди девочек лучшей стала Елизавета Семёнова (Юргинский детсад). Следом финишировали Дарья Бондаренко (Бушуевский детсад) и Александра Черткова (Юргинский детсад).



В командном первенстве победили воспитанники Юргинского детсада. Серебро взяла команда из Зоновы. Бронзу заслужили юные приверженцы ГТО из Шипаково.

Состоялся заключительный этап летних сельских спортивных игр Уватского муниципального района.

На протяжении двух дней участники выявляли сильнейших в мужском волейболе, дартсе, армрестлинге, гиревом спорте, мини-лапте, настольном теннисе и полиатлоне.

Победу в общем зачёте в итоге одержала сборная Туртаса. Серебро взяла команда из Увата. Бронзу забрала команда Ивановского сельского поселения.

Шестого июня известный тюменский тренер по дзюдо Николай Хохлов отметил юбилей — 75 лет! Николай Петрович — знаток боевых искусств, ведь он не только прославленный наставник, но и профессор, автор более 20 научных работ. Он уж точно знает, как готовить спортсменов высокого класса, и даже разработал для этого ряд условий. Прелесть системы в том, что она универсальна и в ней нет абсолютно никаких секретов.

— Эти принципы, на самом деле, очевидны, — рассказал Николай Петрович. — Однако о них мало, кто задумывается. Но следование им помогает расти не только воспитаннику, но и тренеру. Если хотя бы одно условие не будет соблюдено, то спортсмена высокого класса, увы, не вырастить. И относится это не только к дзюдоистам. Борец высокого класса определяется медалями чемпионата Европы, мира и участием в Олимпийских играх. Чтобы попасть на Олимпиаду, нужно войти в топ-18 дзюдоистов мира, набрав рейтинговые баллы. И так в каждой из семи весовых категорий у мужчин и у женщин. Поэтому все принципы важны, они взаимосвязаны и ненужных мелочей в них нет. Их можно детализировать, но если выделять главное, то вот эти условия.

1 принцип: люди

— От того, какие люди готовят спортсмена, зависит очень многое. И в первую очередь от тренера. Наставник должен владеть методикой подготовки, знать теорию физического воспитания, основы анатомии, физиологии, психологии. Разбираться в биомеханике движений, которая крайне важна в дзюдо.

Есть в работе тренера ещё одна немаловажная вещь. О ней говорил создатель дзюдо — Дзигоро Кано. Он изобрёл главный постулат вида спорта: не важно, будешь ли ты лучше кого-то, важно, будешь ли ты лучше, чем вчера.

А у нас ведь все хотят, чтобы атлет был чемпионом: родители, тренеры, школа. И это идёт из детства, а психика ребёнка — хрупкая вещь. К подростковому возрасту дети оказываются морально выжаты напряжённой соревновательной борьбой. К сожалению, такое происходит во всех дисциплинах. Мы же должны обращать внимание на то, чему научился ребёнок, освоил ли что-то новое, занимается ли он с желанием. И это задачи грамотного тренера.

Но в одиночку он не справится. Спортсмен ведь иногда получает травмы, болеет. Поэтому обязательно в коллективе должен быть врач: понимающий, образованный. Массажисты тоже отвечают за здоровье дзюдоистов. И без всех этих людей подготовить спортсмена будет очень сложно.

2 принцип: здоровое тело

— Но не всё зависит от врачей и наставников. Что я имею в виду: тело спортсмена должно быть приспособлено к особенностям той дисциплины, которой он хочет заниматься. Часто бывает, что ребёнок приходит одарённый, но с какими-то хроническими заболеваниями. Вот Евгений Хижняков — наш талантливый дзюдоист, который, к сожалению, нас уже покинул. У него был хроничес-



НИКОЛАЙ ХОХЛОВ

ПЯТЬ ПРИНЦИПОВ НИКОЛАЯ ХОХЛОВА



кий тонзиллит. Как осень, у него — обострение. А осенью начинается активный соревновательный сезон, пора международных стартов. Женя мог побеждать во всех турнирах, но с наступлением холодов никак не получалось. Я не знал, как с этим бороться. И никто из докторов не смог помочь: посоветовали удалить гланды, но не особо помогло.

Поэтому организм спортсмена, его иммунная система должна выдерживать все нагрузки. И тем, что дала природа, необходимо учиться пользоваться. Сюда входят физические данные, скорость мышления в зависимости от типа нервной системы, выносливость. Да, многое тренируется, корректируется, но врожденные особенности тоже влияют на результат.

3 принцип: желание и мотивация

— Ещё очень важно, чтобы у спортсмена было желание заниматься. Особенно в детском и подростковом периодах. С возрастом же подключается мотивация — осознание, для чего дзюдоист работает, для чего тренируется через не могу, когда мог бы пойти в кино или на свидание.

Формированию цели помогает спортивное общество. Если атлет побеждает, то он получает медаль, денежное вознаграждение, признание. Его отмечают в средствах массовой информации, его узнают. Это придаёт дополнительный стимул.

Можно сказать, что этот принцип соответствует и моей тренерской деятельности. Разработка этих условий, с одной стороны, была вынужденной, а с другой — мне это интересно. Я понимаю, зачем мне это нужно. Я занимался наукой, стал профессором. И знания помогают готовить мастеров, понимать суть тренировочного процесса. Это — моя мотивация, которая выросла из желания.

4 принцип: дисциплина

— Но в случае со спортсменами всё начинается с посещения тренировок. Ребёнку поначалу нужно прививать культуру посещения и напоминать, что необходимо ходить на занятия.

Кроме этого, он должен усваивать требования, которые диктует спортивное сообщество. Сюда относятся правила соревнований, этикет дисциплины. Но нужно учитывать и нормы поведения в обществе в целом. Нельзя ведь вести себя на площадке одним образом, а выходя на улицу — другим.

Всегда нужно оставаться человеком и относиться ко всем уважительно. В дзюдо есть правило — уважай соперника, и он будет уважать тебя. Раз наш вид спорта зародился в Японии, культура поведения в нём очень сильна. Почему каждый поединок начинается с поклона? Этим соперники как бы говорят друг другу: проверь, как я

умею бороться и чему научился. Заканчивается схватка тоже поклоном. Победитель благодарит оппонента за то, что он показал ему, что у него сейчас всё хорошо с подготовкой. А проигравший говорит спасибо, что ему указали на слабые места и теперь он будет совершенствоваться. Это — философия. И воспитывает она только добро.

5 принцип: условия для тренировок

— Атмосфера и то, в каких условиях занимается спортсмен, тоже имеют значение. Как и материальная база для тренировок, и финансовое обеспечение, и кадровое. Деятельность Центра подготовки спортивного резерва «Тюмень-дзюдо» направлена именно на развитие нашего вида борьбы. В России мы одни из лучших, в том числе благодаря усилиям руководства области.

Когда оно за тебя — это всегда большой плюс. Я 30 лет служил в юридическом институте МВД на кафедре боевой и физической подготовки. И был обязан участвовать в различных соревнованиях. В 1996 году наш институт представлял МВД России на Всемирных полицейских играх в Лос-Анджелесе. В шести из восьми весовых категориях мы стали чемпионами. Когда вернулись, генерал мне сказал: за своё дзюдо проси для работы и тренировок всё, что хочешь (улыбается)!



Екатерина СОЗИНОВА
36 лет

Екатерина родилась в Нягани. С детства она занималась танцами. Её учёба проходила в Тюменском архитектурно-строительном университете. Затем Екатерина вернулась домой, нашла свою любовь, родила двоих детей. В прекрасной семейной жизни не хватало только сцены. Поэтому Созинова пошла в бодибилдинг, заполнив недостающую нишу в своей жизни. Неотразимая девушка триумфально провела весеннюю часть сезона, завоевав много медалей в номинации «фитнес-модель» на разных турнирах.

Светлана ВАСИЛЬЕВНА
35 лет

Каждая девушка — загадка. Амбассадором этого тезиса с лёгкостью могла бы стать Светлана. Мы даже не знаем её настоящей фамилии. Она не любит расспросов о себе, но принять участие в блиц-опросе всё-таки согласилась. Возможно, потому, что публикация размещена в единственной газете о спорте в регионе. А Светлана всегда была на ты со здоровым образом жизни. Она — мастер спорта по пауэрлифтингу. Эта девушка — настоящая завсегдатай всех активных «движух» города: «Лига улиц», «Спортивный заряд», «Тюмень сильная», «Стальной характер».



БЛИЦ-ОПРОС

Красивыми девочками с красивыми формами. Я захотела стать такой же. Когда видишь прогресс, тяжело остановиться	ЧЕМ ТАК ЗАЦЕПИЛ СПОРТ?	Меня заставили (смеётся). Азартом, драйвом и мотивацией
Серебро чемпионата России. Это самый сложный и масштабный турнир. Быть там в призах сильнее, чем стать первой на мире	ЗНАЧИМОЕ ДОСТИЖЕНИЕ В СПОРТЕ	Мастер спорта по пауэрлифтингу
Байкером и гонять на крутом мотоцикле	КЕМ МЕЧТАЛИ СТАТЬ В ЮНОСТИ?	Директором
Беременная кукла Барби	ЛЮБИМАЯ ИГРУШКА В ДЕТСТВЕ	Рогатка
Балерина. Первым меня так назвал дедушка. Я всегда танцевала при любом виде зеркала. В школьные годы меня называли Заврашка из-за девичьей фамилии Завражнова	КАКОЕ У ВАС БЫЛО ПРОЗВИЩЕ?	Партизанка. Не люблю рассказывать о себе
В университете с Настей Каменских	С КЕМ ВАС СРАВНИВАЛИ ИЗ ЗНАМЕНИТОСТЕЙ?	Моника Белуччи
После чемпионата Евразии в Казахстане местный таксист предложил спеть караоке. Его машина была оборудована светомузыкой. Я ехала до отеля и первый раз в жизни пела песню Алсу «Зимний сон» в такси	КОГДА ДЕЛАЛИ ЧТО-ТО ВПЕРВЫЕ?	Вчера
В Хургаде. Будущий супруг на мой день рождения пригласил в пустыню, где мы жили у местных бедуинов, кушали их пищу — лепёшки и ездили на верблюдах	НЕОБЫЧНОЕ СВИДАНИЕ	На набережной в минус 25 градусов
Однажды далеко немолодой человек сказал: «Эти ваши лохматые кудри вас подчеркивают»	САМЫЙ СТРАННЫЙ КОМПЛИМЕНТ	«У тебя такие пушистые ресницы, как у коровы»
Не люблю гладить брюки со стрелками и мужские рубашки	ЧТО НЕ ЛЮБИТЕ ИЗ ДОМАШНИХ ДЕЛ?	Мыть посуду — не моё
В одежде предпочитаю всё необычное, яркое и экстравагантное. Мои купальники для пляжа заставляют людей оглядываться	ЭКСТРАВАГАНТНАЯ ВЕЩЬ ИЗ ГАРДЕРОБА	Кислотно-жёлтые туфли на 20-сантиметровом каблуке
Добрая, стремительная, победитель	ОПИШИТЕ СЕБЯ ТРЕМЯ СЛОВАМИ	Спортсменка, красавица, козерог
Бриллианты. Люблю, чтобы всё было лучше, чем у кого-либо	КАКАЯ ЕСТЬ СТРАННАЯ ПРИЧУДА?	Разговариваю с животными
Мне очень нравится «Форсаж». Там много продолжений, но всегда хочется ещё	ФИЛЬМ, ДОСТОЙНЫЙ ИМЕТЬ ПРОДОЛЖЕНИЕ	«Титаник: перезагрузка» (смеётся)
Катя в исполнении Любви Аксёновой в сериале «Мажор»	НАИБОЛЕЕ ОРГАНИЧНАЯ РОЛЬ ДЛЯ ВАС В КИНО	Лара Крофт
Ирина Аллегрова — «Угонщица»	МУЗЫКА ДЛЯ САУНДТРЕКА К ВАШЕЙ ЖИЗНИ	Sting — «Desert Rose»
Mercedes-AMG GT Black Series	АВТОМОБИЛЬ МЕЧТЫ	Lamborghini Urus
Кузнечики во фритюре	САМОЕ НЕОБЫЧНОЕ БЛЮДО ДЛЯ ПРОБЫ	Сало в шоколаде
Быть лучшей версией себя	ЛЮБИМЫЙ ДЕВИЗ	Человеком надо быть!

СИЛЬНЫЙ «ШАНС» В ФИНАЛЕ «ЛИГИ СИЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ»

Тюменская команда «Шанс» под руководством Олега Мелехова заняла второе место на 5 этапе всероссийского турнира «Лига сильных людей» по баскетболу на колясках (3Х3), который прошёл в Москве. За тюменцев выступали Алексей Городецкий, Ильшат Сагитов, Илья Пыжов и Валерий Насекин.

У этих соревнований весьма замысловатая схема розыгрыша. Всего за главный приз борются 15 коллективов со всей страны. Турнир состоит из шести предварительных этапов. На каждом соревнуются по пять команд. Таким образом, все участники сыграют на двух отборочных турах. В финал, который пройдёт 1-2 июля в Перми, выйдут восемь лучших.

Как сообщил главный тренер наших баскетболистов Олег Мелехов, «Шанс» уже обеспечил себе путёвку в решающий раунд.

— Олег Геннадьевич, давно «Шанс» играет в

стритбол? Что интереснее, по мнению ребят: классика или формат 3х3?

— Первый год. У нас нет, по крайней мере, пока, разделения на обычный баскетбол и стритбол. И там, и там выступают одни и те же. За сезон невозможно переучиться. Так что парни любят и то, и другое.

— На церемонии награждения присутствовал и президент РФБ (Российская федерация баскетбола) Андрей Кириленко?

— Да. Он вообще отвечает за стритбол в международной федерации баскетбола. Активно популяризирует эту дисциплину



Стритбольный состав тюменской команды «Шанс»

в нашей стране. С недавних пор начал продвигать и баскетбол на колясках. РФБ и организовала такой турнир. Причём она взяла все расходы на себя: проезд, проживание, питание и даже обеспечение команд экипировкой. Соревнования «Лига силь-

ных людей» очень здорово организованы. Прямые трансляции двух камер, комментаторы, ведущие, фотосессии. Всё выкладывается в соцсетях, ведётся статистика. Очень круто, даже язык не повернётся говорить о каких-то недостатках.

В Челябинске прошло первенство Уральского федерального округа по лёгкой атлетике в трёх возрастных группах.

Тюменские спортсмены вернулись домой с 17 наградами, в том числе с 8 медалями высшей пробы.

Два золота в возрастной группе до 16 лет завоевала Арина Ефименко. Тюменка стала лучшей в семиборье, а также в прыжках в высоту.

— Эмоции на соревнованиях переполняли меня, — призналась Арина. — Это было первое семиборье в моей жизни, и я рада, что все так сложилось. Несмотря на достойную



ПЕРВОЕ СЕМИБОРЬЕ В ЖИЗНИ

конкуренцию, после первого дня я стала лидером. Но во второй, перед решающим видом, выигрывала уже всего три очка — это очень мало, чтобы удерживать первенство. Однако я

пробежала 800 метров, улучшив личное время аж на 7 секунд, и это мне помогло. Организация на соревнованиях тоже понравилась, даже медали дали, хотя обычно на УрФО их не бывает.

Можно сказать, что личных целей на турнире я достигла. Что касается прыжков, то 1,65 метра — это не мой предел. Возможно, повлияло то, что я брала высоту после семиборья и не успела восстановиться. Но в целом выступила неплохо.

Чтобы хорошо прыгать, надо много тренироваться, быть физически подготовленным. И, самое главное, иметь желание преодолеть внутренний барьер, и пробовать покорять высоту, пока не получится.

Сейчас я упорно готовлюсь к чемпионату России по семиборью, который пройдёт в конце июня в Чебоксарах. Хочу и там установить личные рекорды.

СПОРТИВНАЯ АФИША >>>

8 ИЮНЯ
ФУТБОЛ
Чемпионат Тюмени
Стадион «Строймаш»



«ГАЗПРОМБАНК» — ТДСК
20:30

10 ИЮНЯ
ФУТБОЛ
Кубок Тюмени
Стадион «Строймаш»



«ПРИБОЙ» — «СТРОЙМАШ»
17:30

17 ИЮНЯ
ФУТБОЛ
III дивизион
Стадион «Геолог»



ФК «ТЮМЕНЬ-2» — ФК «ЧЕЛЯБИНСК-М»
14:00

19 ИЮНЯ
ФУТБОЛ
III дивизион
Стадион «Геолог»



ФК «ТЮМЕНЬ-2» — ФК «ИРТЫШ-2» (Омск)
14:00

21 ИЮНЯ
ФУТБОЛ
ЮФЛ-Сибирь среди ребят 2008 г.р.
Стадион «Геолог»



ФК «ТЮМЕНЬ» — ФК «НОВОСИБИРСК»
12:00

ФУТБОЛ
ЮФЛ-Сибирь среди ребят 2007 г.р.
Стадион «Геолог»



ФК «ТЮМЕНЬ» — ФК «НОВОСИБИРСК»
15:00

Следующий номер
«Спортивного меридиана»
выйдет 21 июня 2023 года.

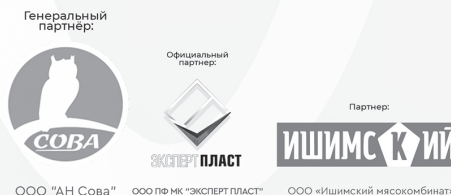
>>> Объявление

слушай dipol fm
radio

И ВЫИГРЫВАЙ
ПРИЗЫ

ДАЧНЫЙ
ДЕСАНТ

ПРИЗЫ
МЕСЯЦА



*Срок акции с 1 по 30 июня 2023 года. Подробности об организаторе, правилах проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения в группе Диполь ФМ Вконтакте <https://vk.com/dipolfm>

СПОРТИВНЫЙ
МЕРИДИАН

Периодическое печатное издание, газета «Спортивный меридиан» зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Тюменской области, Ханты-Мансийскому автономному округу — Югре и Ямало-Ненецкому автономному округу. Рег.номер: ПИ № ТУ72-01622 от 16.03.2021 года.

УЧРЕДИТЕЛЬ — АНО «ТРК «Тюменское время»
Россия, г. Тюмень, проезд Геологоразведчиков, 28а

Главный редактор В.В. МАРТЫНОВ
Выпускающий редактор П.П. КУНЦЕВИЧ
Верстка А.Н. ЕГОРОВ

АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:
г.Тюмень, пр. Геологоразведчиков, 28а.
E-mail: tum-arena@mail.ru

Отпечатано в типографии
АНО «ИИЦ «Красное знамя»
(г.Тюмень, ул.Шихова, 6).
Тел. (3452) 25-85-06.
Заказ №1348. Тираж 8000.

Дата выхода в свет —
7 июня 2023 года.
Цена свободная