

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

Меридиан

6+

№9 (1111) 22-28 марта 2023 года

СОКОЛИНАЯ ОХОТА



Андрей Соколов — бомбардир. Удивительные метаморфозы защитника МФК «Тюмень» на домашней площадке. Футзальные рефлексии игрока чёрно-белых уберегли его команду от неприятностей в поединке с «Новой генерацией»

Подробности читайте на стр. 5

Фото Виктории ЮЩЕНКО

СОВСЕМ НЕ ПРЯНИК



Тулская задачка для ХК «Рубин»

с. 2

БОЛЬШУНОВ В ТЮМЕНИ



Сан Саныч привычно побеждает

с. 6-7

ЗОЛОТАЯ ЛУИЗА



Звёздный час карьеры Носковой

с. 10

13-й УДИВИТЕЛЬНЫЙ ПЛЕЙ-ОФФ

Нынешний, тринадцатый по счёту плей-офф ВХЛ продолжает удивлять. Достаточно вспомнить, что впервые за время проведения турнира с 2011 года победитель регулярного чемпионата «сломался» в 1/8 финала. Но стартовый раунд Кубка Петрова 2023 года интересен ещё и рекордным количеством сыгранных матчей — 48.

Если взять пять предыдущих плей-офф, то, как ни странно, очень насыщенным получился 2020-й год. Тогда в первом раунде команды провели 47 встреч.

Урожайная весна

Увы, мы так никогда и не узнаем, сколько клубы подарили бы в ту весну болельщикам четвертьфинальных матчей, поскольку сезон прервался из-за пандемии. Зато нынешний второй раунд бьёт рекорды. По состоянию на вечер 19 марта состоялись 19 матчей, однако ни один полуфиналист не был выявлен.

Для сравнения, год назад все восемь команд-участниц четвертьфинала завершили свои серии за 20

встреч. В 2021-м году уложились в 19. Теоретически во втором раунде может быть сыграно 28 матчей, но практически это маловероятно. Тем не менее их точно будет больше двадцати — выравнивание команд налицо.

Знакомые всё лица

Чем это вызвано? Повышением среднего уровня мастерства или, напротив, его снижением, сказать сложно. Видимо, параллельно происходит и то, и другое. У одних чуть убыло, у других — прибавило. Если взять «ТОП» лучших бомбардиров плей-офф, то там «знакомые всё лица»: Константин Майоров, Максим Кицын и Алексей Князев. Следом за которым расположил-



ся 23-летний Егор Филин. Пожалуй, это единственное «свежее лицо», да и то относительно.

Что касается «Рубина», то список лучших хоккеистов тюменской команды по системе «гол+пас»

возглавляет 28-летний Денис Горбунов, обладающий приличным опытом игры в КХЛ. По факту молодёжь в Кубке Петрова не «выстреливает». Дай Бог, чтобы только пока.

КОЛИЧЕСТВО МАТЧЕЙ В 1/8 И 1/4 ПЛЕЙ-ОФФ ВХЛ

2022-2023 (на 21.03)		2021-2022		2020-2021		2017-2018	
1/8 финала	1/4 финала	1/8 финала	1/4 финала	1/8 финала	1/4 финала	1/8 финала	1/4 финала
48	21	43	20	41	19	40	20

ТУЛЬСКОЕ ГОСТЕПРИИМСТВО

Когда игроки тюменского «Рубина» приехали в Тулу на третий и четвёртый матчи второго раунда Кубка Петрова ВХЛ, то у гостиницы увидели болельщиков с критическими плакатами в свой адрес.

А, если точнее, негатив был направлен на защитника Владислава Сёмина. Якобы в третьем периоде второго поединка в Тюмени он излишне грубо сыграл против нападающего АКМ — Владислава Рыбакова.

Давать морально — этическую оценку этой акции не хочется. А вот за Рыбакова обидно.

Похвала за «двоекку»

На плакатах было написано, что он — «маленький». А ведь молодому человеку 23 года, и рост у него, девушки, думаю, согласятся, вполне себе ничего — 176 сантиметров. Свою оценку дали арбитры, определив Сёмину наказание. Вполне адекватное нарушению правил — малый штраф. Если кого и можно было «наградить» лаврами самого злого нарушителя хоккейных законов, так

это туляка Савелия Ольшанского. В каждом из матчей 11 и 12 марта он «отхватил» по 4 минуты и к слову, в следующих трёх играх в составе АКМ не появлялся.

К слову, в пяти кубковых матчах с тульской «Академией имени Бориса Михайлова» Сёмин набрал 12 штрафных минут. Ни разу его не наказали за «грубость». Дважды — за атаку соперника, не владеющего шайбой. Вполне себе рядовой фол, но, конечно же, отнюдь не рядовая игра Владислава в Кубке Петрова. Чего только стоит эффектный силовой приём Сёмина в середине первого периода пятого матча серии, которым он отделил от шайбы Дмитрия Цыганова. После чего Алексей Дробин был остановлен у ворот АКМ ценой буллитов и защитник Иван Сушинский мастерски его реализовал. Главному тренеру Олегу Горбенко только и

оставалось, что развести руками. Впрочем, не совсем понятно, в чей адрес этот жест был адресован. Вполне вероятно, наставник укорял своих подопечных за излишнюю мягкотелость. Уверен, что от Сёмина в своём составе Горбенко бы сейчас не отказался.

Интересно, что в третьем периоде всё того же пятого матча, Сёмина в штрафном боксе сменил Дмитрий Лютов. Уступая место на скамейке, Владислав сказал Дмитрию что-то одобряющее. Действительно, «двоекка» в исполнении ассистента капитана «Рубина» была на загляденье. Правда, визави Лютова — нападающий Егор Яковлев — начал падать на лёд еще до второго удара. Как говорится, с кем не бывает.

С Манукяном по жизни

Четыре года назад харизматичный защитник Станислав Тунхузин, играя за «Рубин», рассказывал, что его детство прошло в самом дерзком и беспокойном районе Перми — Мотовилихе. Сёмин

начинал свой хоккейный путь в родном для него Нижнем Тагиле, а позже оказался в «Тюменском Легионе». В дальнейшем, подписав контракт с питерским СКА, в интервью он признавался, что вообще не понял, как туда попал. Свойство талантливых людей — себя недооценивать.

В четвертьфинальном матче молодёжного чемпионата мира 2018 года с американцами Сёмин получил штраф «5+20». Столкновение с соперником случилось в концовке первого периода. За пять минут меньшинства сборная России не пропустила ни одной шайбы. В одном из интервью Владислав рассказывал, что очень переживал в тот момент и не уходил в раздевалку.

Но вот уж превратности судьбы. Знаете, кто отсиживал в штрафном боксе эти несчастные пять минут? Артём Манукян, в то время очень перспективный форвард из системы омского «Авангарда», а ныне — нападающий АКМ. Так что хоккейные пути-дороги неисповедимы...

Четвертьфинал Кубка Петрова Всероссийской хоккейной лиги		
«МЕТАЛЛУРГ» (Новокузнецк) — «ГОРНЯК-УГМК» (Верхняя Пышма) — 3:2 (ОТ); 5:3; 1:0 ОТ; 3:4 ОТ; 3:4 ОТ. <i>Счет в серии: 3-2</i>		
«РУБИН» (Тюмень) — АКМ (Тула) — 3:1; 2:1; 2:4; 2:3; 3:0. <i>Счет в серии: 3-2</i>		
«СОКОЛ» (Красноярск) — «ТОРОС» (Нефтекамск) — 1:2; 4:2; 3:4; 4:3; 4:3 ОТ. <i>Счет в серии: 3-2</i>		
«ХИМИК» (Воскресенск) — «ЗАУРАЛЬЕ» (Курган) — 8:0; 3:4; 3:2 ОТ; 4:2; 2:1 ОТ. <i>Счет в серии: 4-1</i>		

PARI-Всероссийская хоккейная лига. «Кубок Петрова». 1/4 финала		15 марта (матч №3)
4:2		
АКМ (Тула) — «Рубин» (Тюмень) — 4:2 (0:1, 0:1, 4:0)		
«Рубин»: Щетилин; Колганов — Осипов, Лютов — Сёмин, Зайцев — Федотов, Сушинский; Мокин — Нестеров — Попугаев, Кошурников — Дробин — Дюрягин, Брютов — Чемерикин — Егоров, Берестенников — Горбунов — Давыдов, Насретдинов.		
Шайбы забросили: 0:1 — Егоров (Брютов) — 12:31, 0:2 — Осипов — 35:56, 1:2 — Шайхулов (Петров, Цыганов, бол.) — 42:33, 2:2 — Воронков (Рыбаков) — 54:33, 3:2 — Рымарев (Цыганов, Петров, бол.) — 57:47, 4:2 — Рымарев (Шайхулов, ПВ) — 59:59.		
Статистика матча Броски: 55-70, броски в створ: 32-36, вбрасывания: 22-38, штраф: 10-12.		
3:2		
АКМ (Тула) — «Рубин» (Тюмень) — 3:2 (1:0, 2:0, 0:2)		
«Рубин»: Щетилин (39, Назаров); Колганов — Осипов, Лютов — Сёмин, Зайцев — Федотов, Сушинский; Мокин — Нестеров — Попугаев, Кошурников — Дробин — Дюрягин, Рожковский — Чемерикин — Егоров, Берестенников — Горбунов — Давыдов, Насретдинов.		
Шайбы забросили: 1:0 — Петров — 13:29, 2:0 — Петраков (Кулагин, Анол) — 25:28, 3:0 — Петраков (Виноградов, Кулагин) — 36:29, 1:3 — Попугаев (Горбунов, Сёмин, бол.+2) — 50:51, 2:3 — Давыдов (Берестенников, Горбунов, бол.+2) — 51:47.		
Статистика матча Броски: 63-70, броски в створ: 36-38, вбрасывания: 33-32, штраф: 14-10.		
3:0		
«Рубин» (Тюмень) — АКМ (Тула) — 3:0 (1:0, 1:0, 1:0)		
«Рубин»: Назаров; Сушинский — Осипов (К), Лютов — Сёмин, Колганов — Федотов, Зайцев; Мокин — Нестеров — Попугаев, Кошурников — Дробин — Дюрягин, Егоров — Чемерикин — Брютов, Берестенников — Горбунов — Давыдов, Насретдинов.		
Шайбы забросили: 1:0 — Сушинский (бол.) — 8:28, 2:0 — Мокин (Попугаев, Нестеров) — 35:59, 3:0 — Нестеров (Попугаев) — 48:43.		
Статистика матча Броски: 42-46, броски в створ: 31-24, вбрасывания: 32-33, штраф: 14-8.		

ЛИДЕРЫ ПО ШТРАФАМ В СЕРИИ «РУБИН» — АКМ

СЁМИН Владислав	12 минут	ВИНОГРАДОВ Андрей	8 минут
14 минут Всего за плей-офф		18 минут Всего за плей-офф	
ФЕДОТОВ Александр	10 минут	ОЛЬШАНСКИЙ Савелий	8 минут
15 минут Всего за плей-офф		8 минут Всего за плей-офф	
ЛЮТОВ Дмитрий	6 минут	ЛИСОВ Никита	6 минут
10 минут Всего за плей-офф		18 минут Всего за плей-офф	
ДЮРЯГИН Денис	6 минут	КУЛАГИН Александр	2 минуты
10 минут Всего за плей-офф		12 минут Всего за плей-офф	

Николай КОРНОУХОВ:

САМ АНАТОЛИЙ ТАРАСОВ ГОВОРИЛ: В ХОККЕЕ ВАЖНА СПРАВЕДЛИВОСТЬ

Плей-офф РАР-Всероссийской хоккейной лиги в самом разгаре. Тюменский «Рубин» раньше всех завершил серию 1/8 финала против «Челмета» и теперь сражается с АМК из Тулы. Этот розыгрыш Кубка Петрова для сибиряков особенный, ведь им предстоит защитить чемпионский титул. А пока есть время, вспомним кто уже стал значимыми фигурами для команд. Это — «История «Рубина» в лицах».

Николай Евгеньевич Корноухов, без преувеличения, не последний человек в тюменском хоккее. В 70–80-х годах, на протяжении пяти лет, он выступал за тюменский «Рубин», а после завершения карьеры ещё столько же был его тренером. Сейчас он является президентом Тюменской городской любительской хоккейной лиги, а его воспитанники славят местную школу в командах мастеров.

Дорога к звёздам

— Николай Евгеньевич, вы родились в Омске — хоккейном городе. Выходит, другого пути, кроме как стать хоккеистом, у вас не было?

— Всё так. В Омске мы жили на берегу Иртыша, напротив стадиона «Динамо» — центральной арены, где раньше играли хоккейная и футбольная команды. А ещё рядом был институт физкультуры.

Хоккеем я стал заниматься лет в десять и окончил детскую спортивную школу «Спартак». Всё нам выдавали бесплатно — форму, клюшки, коньки. Наша семья жила небогато, мама одна воспитывала четверых детей. Бывало, мы ели котлеты из чебаков, которых сами наловили. Я мог мести пляж, чтобы заработать на одежду в школу. В четыре утра встаю всё лето, работаю — 46 рублей получил, пошёл на учёбу...

— В «Рубин» вы попали в 1972 году, будучи чемпионом РСФСР?

— Именно. До «Рубина» я играл в омском «Локомотиве». Окончил школу «Спартак» в 1966 году и поступил в институт физкультуры. Студенты ИФК и выступали за «Локомотив». Команду создал начальник омской железной дороги Юрий Сергеевич Лелеков. Там были и Александр Кузьмин, и Юрий Коновалов, и Леонид Чернов, и Юрий Сомоваров, позже прославившиеся в Тюмени. В 1969 году в Ухте мы выиграли первенство РСФСР.

В 1970-м меня призвали в армию, и я стал играть за новосибирский СКА. Дембель должен был быть осенью. Близится демобилизация, и начальник команды Юрий Александрович Пасынков мне гово-

рит: давай договоримся, если я наберу до декабря команду, то я тебя отпущу в Омск. Если нет — вернётся и доиграешь сезон до весны. А чего не договориться? Условия в спортроде были хорошие, играли на «вооружёнке» — Всесоюзном турнире.

Но СКА оказался укомплектован, и я демобилизовался. А в Омске к тому времени клуб расформировали: Лелеков уехал, никто его дело продолжать не захотел. А я в 72-м женился, нам нужно было жильё. В Тюмени как раз предлагали квартиру. Так и оказался в «Рубине».

— Как получилось, что некоторое время вы выходили в паре с Юрием Сомоваровым на непривычной для себя позиции защитника?

— Да, я всегда был нападающим. В Омске у нас приличная тройка сложилась: я, Лёня Киселёв, известный будущий тренер «Авангарда», и Володя Шевченко. Очень прилично забивали, под сотню голов.

А в Тюмень приехал — в обороне играть некому. Даже хорошего вратаря не было, Кузьмина ждали (улыбается). И главный тренер Евгений Владимирович Субботин предложил мне попробовать себя в защите. Я согласился, но только с Юрой. Мы с ним неплохо действовали вместе. Потом из Омска пригласили хороших оборонцев — Витю Якуценю и Володю Грищенко, и я вернулся к привычному амплуа.

— Какой эпизод был для вас самым запоминающимся за время, проведённое в «Рубине»?

— Помню, например, такой замечательный турнир — «Каменный цветок». Он проходил в 1974 году в Свердловске. Там был местный «Автомобилист», «Локомотив» из Москвы. И нам удалось обыграть столичную команду!

И, конечно, выделяю сезоны 1973–1975 годов, когда сперва мы заняли третье место в лиге, а на будущий год — второе. Команда у нас была очень сплочённая. И Субботин нашу работу организовал правильно, и ребята подобрались мастеровитые. Играть в своё удовольствие! Я вообще был приятно удивлён, когда оказался в Тюмени. Коллектив созда-



Корноухов.

ли дружный, клуб располагал собственной базой на Андреевском озере. Мы показывали результаты, и стадион «Спартак» всегда был забит зрителями.

Основа основ

— В какой момент вы сами стали тренером?

— Я закончил с хоккеем в 1976 году и устроился в ТВВКУ преподавателем. Работал с командой «Сибжилстроя», которую организовал Игорь Александрович Шаповалов — начальник организации. Мы много раз становились чемпионами области.

С 1981-го я был вторым наставником «Рубина». Помогал Юрию Ивановичу Коновалову, пока Александр Константинович Кузьмин учился в ВШТ. Потом Кузьмин вернулся, а тут — развал. Появились проблемы на заводе, Шаповалову тоже стало труднее содействовать. Игроки разъехались, потому что условия стали не те — денег нет. А ещё начали реконструировать стадион, и долгое время домашние матчи мы проводили в разных городах. Перед Кузьминым поставили задачу — не растерять команду, пока арена строится, и не вылететь из класса «А». И мы с ним эту задачу решали. И выполнили.

— Расскажите об учёбе в Высшей школе тренеров в Москве.

— В столицу я уехал в 1982 году. И на тот момент уже шесть лет работал наставником и прекрасно понимал специфику профессии.

В ВШТ нас учили фундаментально! Это был уникальный проект. За счёт подготовленных там резервов отечественный хоккей жил ещё двадцать лет. И в этом, конечно, заслуга

Анатолия Владимировича Тарасова и Виктора Васильевича Тихонова. Взять Тарасова. У него был такой подход: даю тренировку, если вечером команда идёт на танцы, значит, мало нагрузил и надо прибавлять. А Тихонов перевёл тренировочный процесс на научную основу.

Нас учили даже философии. Вот за чем она мне по большому счёту? А это база! На ней развивается всё остальное. Я хорошо запомнил, что главное — социальная справедливость. Место в команде купить нельзя, это уже несправедливо. Или сейчас обсуждают, может ли тренер говорить с ребёнком матом? Конечно, нет! Я никогда не слышал, чтобы Анатолий Владимирович или Виктор Васильевич употребляли ненормативную лексику. Да, все мы люди, и ситуации бывают разные. Но всё же вести себя так нельзя.

— Изменили ли полученные знания вашу работу? Вы могли применить их на практике, будучи директором и тренером детской спортивной школы «Рубин».

— А как же. Приведу пример из своего опыта. В 1999-м я набрал ребят 1994–1995 годов рождения. У меня всегда было две команды. Вот мы едем на турнир, и я везу с собой пять пятёрок. Вечером игра, я ставлю три звена,

а два отдыхают. Утром на лёд выходит вторая команда: вчерашняя третья пятёрка становится первой, и играют остальные. Получается, что практики набираются все.

А сейчас кто содержит два состава? А это очень важно, потому что ребёнок должен играть в первых двух пятёрках. Отдавать его в команду старше — ерунда. Он тянуться за взрослыми не будет. Он сядет на лавку в последнем звене, а должен быть на поле. Выходить в большинстве, в меньшинстве, чувствовать хоккей. Это же психология. Если практики нет — труба.

— В числе ваших воспитанников немало прославившихся хоккеистов. Это и Кирилл Адамчук, и Андрей Никитенко, и Александр Тимирёв. Поддерживаете ли вы с ними связь?

— Не без этого, конечно. Некоторые меня с 75-летием поздравляли, и родители их. Кирилл Адамчук, например, подарил на юбилей спортивный костюм.

Я помню, как мы с ними начинали. Взять Адамчука. В семье работала одна мать, денег нет. Мама привела его в секцию в 1999 году. А если бы он начал сейчас, не получилось бы из него хоккеиста. Пришлось бы искать средства на дорогую форму... Кирилл всё время старался, и карьера у него хорошо сложилась. Он здорово проявил себя в «Рубине», потом в Ханты-Мансийске. А сейчас выступает в КХЛ, за казанский «Ак Барс».

У Саши Тимирёва мама работала воспитателем в детском саду. Опять же — откуда деньги? Но он прекрасно понимал, что хоккей — его шанс проявить себя в жизни. И я не сомневался, что он тоже зак-

репится в команде мастеров.

Андрею Никитенко природа дала золотые руки и светлую голову. Нужно только найти эти качества и развивать их. Вот как в Финляндии: там проводят тесты среди детей, определяют, какой вид спорта им больше подходит. Ошибаться финнам нельзя, у них пять миллионов населения, поэтому им нужны хорошие спортсмены. А у нас в одной Москве народу больше, чем во всей Финляндии. Да мы должны их завалить хоккеистами!

Непоколебимые принципы

— Расскажите о Тюменской городской любительской хоккейной лиге, президентом которой вы сейчас являетесь.

— Лига появилась в 2005 году. Это уникальный, на мой взгляд, проект. Мы создали его совместными усилиями с Владиславом Павловичем Чураковым, Олегом Николаевичем Антипиным и Юлией Владимировной Ушаковой. Целая лига без копеечки бюджетных средств.

— Как удаётся придерживаться чётких принципов в работе?

— Потому что в этом залог успеха, основа. За годы развития отечественного хоккея накоплено много полезного опыта. И всё, что я в своей работе использую, не я придумал. О той же справедливости сам Тарасов говорил, а он ведь не дурак. К нему на семинары в ВШТ приезжали чехи, финны, словаки. Сидят, рты раскроют от удивления и каждое слово за ним записывают! А сейчас они нас учат играть в хоккей. Ну разве это правильно?



Кирилл АДАМЧУК и Николай КОРНОУХОВ

Ольга Назарова посетила финал Кубка Содружества в Центре зимних видов спорта «Жемчужина Сибири». Спустя 10 лет белорусская биатлонистка российского происхождения снова в Тюмени...

Родина, трасса, на которой почти 30 лет назад были сделаны шаги к большим победам, рядом — дорогие друзья... Каково это — окунуться в молодость и, глядя на сегодняшних биатлонистов, вспомнить свой путь длиной в жизнь?

Впервые на лыжи Ольга встала уже в два года, а всё потому, что родилась в спортивной семье: её мама — тренер по лыжным гонкам, папа — по биатлону. В 15 лет на семейном совете было принято решение о переходе дочери в дисциплину отца. Взяла винтовку, попробовала закрыть габариты, поняла, что этот вид спорта ближе сердцу. Динамика, сочетание двух дисциплин, всё это заставило Ольгу перебраться из родного Омска в Тюмень, чтобы иметь возможность тренироваться среди лучших. Здесь она несколько лет выступала за наш регион, став чемпионкой мира среди юниоров в командной гонке и бронзовым призёром в спринте, а в летнем биатлоне — двукратной чемпионкой планеты.

(Не)последняя гонка

— Наверняка одна из самых запоминающихся гонок — первая. И это было, когда вы выступали за сборную России?

— Да, самым ярким и неожиданным стал юниорский чемпионат мира. С ним связаны воспоминания о моей первой медали. Тогда были большие проблемы со стрельбой, многое не получалось. Перед той гонкой чувствовала себя расстроенной, потому что уже в течение нескольких лет не могла себя проявить. Решила отпустить все мысли и на старт выходила с тем убеждением, что пробегу в последний раз и закончу. Эта мысль меня успокоила... Приехала на первый рубеж, сказала про себя: «Ну что? Сколько я сейчас промажу?» Стреляю — стопроцентное попадание. Думаю: «Ну хорошо, сейчас посмотрим, что будет на стойке...» Первый выстрел, второй... пятый — закрываю все мишени. Финишировала с воодушевлением. Меня встретила Ольга Зайцева, обняла, поздравила и показала на табло. Не может быть, я первая! Это стало тем переломным моментом, после

которого я поняла, что нужно идти дальше и никогда нельзя опускать руки. Впервые за три года, после того как я перешла в биатлон, у меня был первый ноль в спринте.

Второе дыхание

— Обычно в жизни спортсменов чёрная полоса сменяется белой, и наоборот. После неожиданной яркой победы случилось затишье?

— Наступил сложный переход из юниорок в женский спорт: начались проблемы со здоровьем, были сомнения в собственных силах. К тому же очень плохо проявляла себя на отборочных соревнованиях, не хватало физических сил. Меня это очень сильно выжигало изнутри. Тогда, взвесив все за и против, уехала в Белоруссию, вышла замуж, родила ребёнка, решила все свои проблемы со здоровьем. И муж предложил попробовать возобновить карьеру, а я ведь очень хотела бегать! В 23 года появилось второе дыхание. Уже в Белоруссии начала готовиться к главным стартам — чемпионату мира и Олимпийским играм.

Ольга НАЗАРОВА:

БИАТЛОН — БОЛЬШОЕ ПОЛЕ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА

— Олимпиада — мечта каждого спортсмена. Воспоминания о них греют душу?

— Игры были тем заповедным стартом, о котором я мечтала. Это ещё одна причина, из-за которой я уехала в Белоруссию. Ведь понимала, что в России мне будет сложно пробиться через череду отборов. В 2002 году в Солт-Лейк-Сити дебютировала на Олимпиадах. Как сейчас помню обидный габарит в индивидуальной гонке, где не закрыла мишень. Второй огневой рубеж... второй выстрел. С одной штрафной минутой заняла шестое место, без неё была бы в тройке призёров!

И, конечно, эстафетная гонка, где меня постави-

ли на первый этап, я с ним достаточно уверенно справилась. Передала эстафету, по-моему, второй, вслед за российской биатлонисткой Ольгой Пылёвой. Для меня, молодой спортсменки, конкурировать на Олимпиаде с такими мэтрами было небываемо! Недавно нашла видеозапись этой гонки, пересмотрела, приятно вспомнить те ощущения!

— В последний раз вы приезжали в Тюмень в 2012-м. Спустя 10 лет вы снова здесь, ваша жизнь по-прежнему связана с биатлоном?

— Я не потеряла страсть к лыжне. Во время Кубка Содружества в Раубичах проходила Гонка легенд, в которой я принимала уча-

стие. Сейчас занимаюсь фотографией и веду социальные сети сборной Белоруссии по биатлону. А моя профессия — специалист учебно-спортивного отдела, больше работаю с тренерским составом и занимаюсь подготовкой резерва.

Первым делом — техника, потом — психология

— Сейчас у многих российских спортсменов наблюдается крен в сторону психологии, особенно когда дело касается последних

выстрелов. Эта наука действительно может помочь атлетам?

— Необходимо найти баланс между психологией и техникой, в которую можно включить и физическую подготовку. Когда приходят спортсмены и делают технические ошибки, например, спуск у ружья неправильно обработали или не проконтролировали изготовку, то начинается такая история: «У меня психология, я не в состоянии!» Подождите, психология — 20%, техника — 80%. Нужно сделать точно каждый выстрел, тогда мы уже посмотрим, психология это или нет. Если биатлонист технически всё умеет правильно делать, то он может стрелять 10 из 10 на каждой тренировке. Но вдруг начинаются нюансы на рубеже, тогда мы уже можем рассуждать о психике. При этом мы не копаемся в прошлом, в детстве, а понимаем, что у человека есть какой-то определённый ресурс в настоящем. Соответственно, нужно помочь ему в приёмах саморегуляции, чтобы чётко выстроить перед ним шаги к цели, с ориентирами на будущее.

— В вашей карьере случались моменты, когда без психологии было не обойтись?

— Когда бегала по юниоркам, не очень хорошо стреляла. Почему-то вбила себе в голову, что если я сегодня отстреляла ноль, то на следующей гонке мне не удастся отработать без ошибок. Вот это убеждение можно было разобрать с точки зрения психологии. Уже потом, в белорусской команде, когда я приобрела ту самую уверенность, поняла, что стрелять чисто можно всегда, если технически готов. Ты не ожидаешь от себя чего-то нереального, а выходишь, чтобы выполнять свою работу. Насколько качественно сделал своё дело, настолько выше будешь в итоговом протоколе. Простая закономерность.

Спорт — это искусство?

— У вас трое детей. Они пошли по вашим стопам?

— Сын занимался биатлоном, закончил училище олимпийского резерва, но, к сожалению, с биатлоном не задалось. Наверное, потому что был больше предрасположен к лёгкой атлетике. Сейчас он остался в спорте, но уже не тренируется. Дочери выбрали творчество, хотя поначалу шли по моим стопам. Два года занимались фигурным катанием, потом научились кататься на лыжах. Я, как спортивная мама, понимала, что мне стоило создать для них физическую базу, а если они захотели бы остаться в спорте, то стали бы развиваться в этом направлении и дальше. Но так случилось, что средняя дочь, прозанимавшаяся спортом до 14 лет, поступила в художественную гимназию и очень ярко себя там проявила. Младшей — 9 лет, есть определённые нюансы со здоровьем, поэтому в биатлон её не стала отдавать, но она хорошо поёт.

— Можно сказать, что дочери тоже продолжили ваш путь, ведь биатлон — тоже искусство?

— Пожалуй, да. В нём нужно совместить два вида: лыжно и стрельбу. Во-первых, лыжная гонка — это очень красиво. Это целое искусство — научиться красиво и технически грамотно владеть коньковым ходом, показывать себя на трассе, быть хладнокровным на огневых рубежах. А ещё искусство — выстроить правильную ментальную работу: настроить себя на гонку, научиться договариваться с самим собой. Биатлон — большое поле для творчества.

— Что для вас спорт? Норма жизни? Философия?

— Постоянно убеждаюсь в том, что профессиональные спортсмены — разносторонние люди. Они могут найти себя в совершенно разных областях... Спорт воспитывает дисциплину, силу воли, даёт мотивацию, чтобы идти дальше и делать что-то на другом уровне... Спорт — другое качество жизни. Здорово, что у меня за спиной есть такой путь, он не простой, но это действительно то, ради чего стоило и стоит жить!



Медали Ольги Назаровой

Чемпионат мира по биатлону

Бронза (2) — 2002 (масс-старт), 2005 (эстафета)
Итого: 2 медали

Чемпионат Европы по биатлону

Золото (1) — 2006 (эстафета)
Серебро (1) — 2004 (эстафета)
Бронза (2) — 2001 (спринт), 2003 (эстафета)
Итого: 4 медали

Универсиада по биатлону

Золото (1) — 2003 (спринт)
Серебро (2) — 2001 (эстафета), 2003 (индивидуальная гонка)
Бронза (2) — 2001 (индивидуальная гонка), 2003 (эстафета)
Итого: 5 медалей

Чемпионат мира по летнему биатлону

Золото (10) — 2002 (спринт), 2002 (преследование), 2003 (преследование), 2003 (эстафета), 2004 (спринт), 2004 (преследование), 2004 (масс-старт), 2004 (эстафета), 2005 (эстафета)
Серебро (5) — 2000 (преследование), 2001 (эстафета), 2002 (эстафета), 2009 (спринт), 2009 (преследование)
Бронза (4) — 2000 (спринт), 2001 (спринт), 2001 (преследование), 2005 (масс-старт)
Итого: 19 медалей

Андрей СОКОЛОВ:

МЕНЯ УЖЕ ЛЕТ ПЯТЬ НАЗЫВАЮТ ВETERАНОМ

Первая игра 15-го тура PARI-Суперлиги получилась обескураживающей для МФК «Тюмень». Чёрно-белые после стартовой половины встречи «горели» дома «Новой генерацией» из Сыктывкара — 0:3. Но команда Максима Горбунова после перерыва переломила ситуацию во многом благодаря Андрею Соколову.

Защитник оформил дубль, чего с ним не происходило с ноября 2018 года. Один из этих голов оказался ещё и спасительным. Его Андрей провёл в роли пятого полевого за 44 секунды до конца поединка.

— Ты удивительным образом из-за дисквалификаций или травм пропустил три последних матча «Тюмени», где были зафиксированы поражения с двузначным счётом. Про «Ухту» напоминать лишний раз не хочется, но подобные неудачи случались ещё дважды в гостевых встречах с екатеринбургской «Синарой» (5:10 и 3:10).

— Мы с пацанами это заметили. Они сказали, что я отскочил. Не знаю, есть ли в этом взаимосвязь или нет. Всё-таки я защитник. Это бы вошло в мои прямые обязанности: не допустить какие-то голы и сократить количество моментов у наших ворот. Возможно, это связано, возможно, нет. Но, в любом случае, я не тот игрок, от которого глобально зависит результат команды. Да, могу спасти в каком-то моменте, но обычно исходы матчей решают футболисты другого уровня и другого амплуа. Я лишь просто выполняю свою работу и стараюсь быть помощником для нападающих.

— Что чувствуешь, когда не принимаешь участия в таких неудачных встречах?

— Для любого спортсмена — это огромная неприятность и проблема, когда такое случается. Поэтому я переживал также. Конечно, хотелось выйти на площадку и помочь одноклубникам. Я видел ситуации, где мог быть полезен, мог что-то исправить. С трибуны тем более всегда лучше видно, чем, когда находишься на площадке. В этом плане много мыслей возникает. Например, что получаешь

карточки не самые нужные. Я в таких ситуациях с себя прежде всего начинаю спрашивать. Что если бы не получил жёлтую в предыдущем матче, то мог бы помочь и выручить сейчас.

— Не возникло в голове флешбэков встречи против «Ухты», когда «Новая генерация» выиграла первый тайм 3:0?

— Нет. Мне просто неприятно уступать. Я видел, что мы могли играть намного лучше. Надо было просто себя заставить. Я попросил ребят в раздевалке добавить активности и давления. И по итогу, не знаю, это произошло из-за моих слов или нет, но мы вообще не давали сопернику работать с мячом. У сыктывкарцев не получалось сделать больше трёх передач. Во многом поэтому смогли отыграться.

Но на самом деле я не понимал, что произошло в первом тайме. Мы должны были выигрывать в 2-3 мяча, а в итоге уступали — 0:3. Ладно бы ещё забили, но и этого сделать не удалось. Поэтому ощущалось напряжение. Лично я ждал и стремился к тому, чтобы забить первый гол. После этого всегда психологически что-то меняется. Этот матч не стал исключением — мы сравнивали счёт. Я убеждён, могли и должны были вырывать матч. Потому что преимущество было колоссальное и по статистике, и по энергетике, и по голевым моментам. В первой игре мы превзошли соперника даже возможно больше, чем во второй встрече.

— Ты с годами стал чаще брать на себя инициативу обращаться ко всей команде в раздевалке?

— Не скажу, что много что-то говорю при всех. Но раньше свои мысли

оставлял при себе. Однако последние сезоны три-четыре об этом не думал. Просто сейчас, если есть что сказать, всегда делаю в разных формах, как посчитаю нужным. Мне кажется, что всё-таки заслужил это право — высказывать своё мнение и доносить его до ребят. Но опять же я не уверен, что

всегда нужно это мнение говорить вслух. Далеко не всегда человек бывает прав. Есть другие люди, которые должны за это отвечать. Тренерский штаб. Я же должен делать свою работу. Не распылять энергию, не тратить её на какие-то другие вещи, а сконцентрироваться на себе.

— После ухода Ивана Милованова в московский клуб КИРФ к тебе от него перешла новая роль — действовать пятым полевым...



PARI-чемпионат России по мини-футболу
среди клубов суперлиги.
15-й тур

17 марта



3:3



МФК «Тюмень» — «Новая генерация» — 3:3 (0:3)

Тюмень, СК «Центральный».

«Тюмень»: Субботин; Емельянов — Антошкин (К) — Махмадаминов — Батырев; Упалёв — Гавтадзе — Герейханов — Вилела; Анд. Соколов, Ёров, Неведров, Сорокин.

Голы: 0:1 — Кузьминых, 5; 0:2 — Ковтун, 24; 0:3 — Иванин, 25; 1:3 — Упалёв, 30; 2:3 — Анд. Соколов, 36; 3:3 — Анд. Соколов, 50.

Предупреждения: Сорокин — Ковтун, Кригер.



18 марта

5:2



МФК «Тюмень» — «Новая генерация» — 5:2 (1:0)

«Тюмень»: Субботин; Анд. Соколов — Гавтадзе — Антошкин (К) — Неведров; Упалёв — Махмадаминов — Герейханов — Вилела; Батырев, Емельянов, Ёров.

Голы: 1:0 — Вилела, 11; 2:0 — Гавтадзе, 26; 2:1 — Букаткин, 28; 3:1 — Антошкин, 33 (6 м.); 4:1 — Емельянов, 42; 5:1 — Батырев, 48; 5:2 — Леготин, 50.

Предупреждения: Мнацаканян, Букаткин (оба — «Новая генерация»).



МИНИ-ФУТБОЛ. PARI-СУПЕРЛИГА.
ПОЛОЖЕНИЕ НА 22 МАРТА

	И	В	Н	П	Мячи	О
1 КИРФ (Москва)	30	19	7	4	142-83	64
2 «НОРИЛЬСКИЙ НИКЕЛЬ»	30	16	5	9	129-101	53
3 «ГАЗПРОМ-ЮГРА» (Югорск)	30	13	12	5	112-92	51
4 «СИНАРА» (Екатеринбург)	30	15	6	9	142-116	51
5 «ТОРПЕДО» (Нижний Новгород)	30	14	6	10	140-117	48
6 МФК «УХТА»	30	12	11	7	137-118	47
7 МФК «ТЮМЕНЬ»	30	10	8	12	99-115	38
8 «НОВАЯ ГЕНЕРАЦИЯ» (Сыктывкар)	30	10	6	14	108-128	36
9 «КРИСТАЛЛ» (Санкт-Петербург)	30	5	5	20	86-152	20
10 «СИБИРЯК» (Новосибирск)	30	1	4	25	79-152	7

— Я до этого с Евгением Николаевичем Осинцевым выходил в качестве вратаря-гонялы. Сейчас поначалу чувствовал себя немного не в своей тарелке. Но особых проблем из-за этого не ощущал. Я много играю в формате «4 на 5» и, как защитник, анализирую, какие вещи эффективны, а какие нет. Мне кажется, обладаю какой-никакой передачей и могу быть полезен в этом компоненте футзала. Я всегда, когда на площадке, стараюсь просить партнёров действовать быстро с мячом. Постоянно всем об этом повторяю. Такое моё желание принесло пользу в игре с «Новой генерацией».

— В феврале тебе исполнилось 29 лет. Чувствуешь приближение страшного для многих спортсменов слова «ветеран»?

— Да меня уже лет пять так называют. Потому что я какой-то медленный и корявый, так меня характеризуют. Я на это не обращаю внимания. Какая разница, что говорят. Я люблю играть в футбол. Просто выхожу, делаю свою работу как могу. Порой возникает в голове цифра 29. Внутренне

удивляешься, что миллион лет назад переехал в Тюмень. Это даже немного волнительно. Но подобное состояние больше пяти секунд, как мне кажется, не держится. Я сильно на этом не заморачиваюсь. Считаю, что всё впереди. Стараюсь жить настоящим.

— У тебя нет возрастной планки, до сколько хотел бы играть? У того же Андрея Батырева, например, есть желание дотянуть до 40, чтобы выйти на площадку вместе с сыновьями...

— Да, очень прикольная цель. Но я так не размышляю. Никогда не знаешь, что будет через неделю, тем более через год. Живу сегодня. Планировать, конечно, надо, но всё может измениться: пойти наперекосяк или не так, как ты предполагал. Поэтому вообще никаких иллюзий не питаю. У меня в конце нынешнего сезона заканчивается контракт. Я стараюсь не думать о будущем, так как не знаю, что произойдёт. Мне ещё никто ничего не предлагал и не говорил. Когда приходят в голову такие мысли, я просто концентрируюсь на следующем матче...

ЛУЧШИЕ БОМБАРДИРЫ МФК «ТЮМЕНЬ» В PARI-СУПЕРЛИГЕ СЕЗОНА 2022/2023

Андрей БАТЫРЕВ
#12
19 голов

Артём АНТОШКИН
#14
17 голов

Георги ГАВТАДЗЕ
#5
10 голов

Максим ЕМЕЛЬЯНОВ
#84
9 голов

Рафаэл ВИЛЕЛА
#93
7 голов

Камиль ГЕРЕЙХАНОВ
#11
7 голов

Александр Большунов и все остальные у мужчин, Наталья Непряева и все остальные — у женщин. В России, что показывает и чемпионат страны, проходящий в эти дни в Тюмени, ситуацию в лыжных гонках можно охарактеризовать именно так.

НЕДОСЯГАЕМЫЕ

Да, конкуренция в нашей стране высокая, соперники Большунова и Непряевой могут побеждать их в каких-то отдельных дисциплинах, но в общем зачёте и чемпионате, и Кубка страны оба представителя Архангельской области дадут фору всем остальным. Они недосыгаемы, или с ними всё же можно конкурировать?

У Натальи всегда всё получается

— У нас явный лидер — Наташа Непряева, — говорит перспективная тюменская лыжница **Анна Грехвина**. — Она показывает и доказывает это в каждом прологе, привозя нам вагон и маленькую тележку отрыва. Но бороться с ней, думаю, можно. Мы каждый раз пытаемся это сделать. Рецепт один — тренироваться. Вот мы и тренируемся, растём. Может быть, когда-нибудь и составим ей достойную конкуренцию.

— Почему Непряева явно сильнее остальных?

— Наташа сама по себе сильный человек. У неё всегда всё получается.

— Чтобы победить Непряеву, надо много тренироваться, — высказывает своё мнение, открытие нынешнего чемпионата России **Елизавета Пантрина**. 21-летняя спортсменка завоевала три медали в трёх гонках турнира (серебро и две бронзы), то ли ещё будет. — Противостоять Наташе страшно. Все боремся, все в равных условиях. Надо делать выводы, анализировать каждую гонку и работать дальше.

Непряева Непряевой не соперница... пока

Пожалуй, больше всего сместить Непряеву с трона жаждет её младшая сестра — Дарья. Интересно, довлеет ли над ней то обстоятельство, что старшая сестра — сильнейшая лыжница страны, что априори Дарью сравнивают с Натальей. И пока сравнения не в пользу младшей.

— Конечно, есть определённое давление, но я его особо не ощущаю, — уверяет **Дарья Непряева**. — Иду своей дорогой, у меня всё впереди. Да у нас одни корни, мы родственницы, но при этом мы совершенно разные. Поэтому сравнивать нас немного не резонно.

— То есть соперничества между вами нет?

— У меня с ней — есть, у Наташи со мной — нет, но это пока.

— Почему вы представляете разные регионы, вы же семья?

— Так получилось. Мы же не обязаны вместе с ней выступать за одну команду. Ей нравится своё, мне — своё.

Интересно, а ощущает ли сама олимпийская чемпионка соперничество со стороны близкого и родного человека.

— Да, Даша прибавляет с каждым годом, — констатирует **Наталья Непряева**. — Чуть-чуть не пошло у неё в начале сезона. Болела, перебрала с тренировками, многое не получалось. Но сейчас она выходит на тот уровень, на котором должна быть.

Спор за золото в скиатлоне между Александром Большуновым и Сергеем Устюговым



— У нас всё очень непредсказуемо, — делится впечатлениями 21-летняя представительница сборной Тюменской области **Анна Хоботова**. — Здесь в Тюмени, в спринте, например, себя хорошо проявили те, кто спринт даже особо не бегал. Спринтерский круг сделан таким

образом, что это больше подходит для дистанционщиков. По сравнению с трассой в Малиновке (центр лыжного спорта в Архангельской области. — К.Л.) этот круг намного тяжелее. А если смотреть длинные дистанции, то в Тюмени трасса — полегче. Явный фаворит, конечно, Наталья Непряева. Но и ей непросто приходится в каждой гонке.

— Большунов тоже неоспоримый лидер у мужчин?

— Бороться с ним можно, непобедимых людей нет. Каждый пытается себя проявить. Результат всегда приходит, правда, в разное время, к тем, кто ставит перед собой конкретные цели. В лыжных гонках так: сначала нужно заложить базу, потом ждать успехов.

— Что касается Большунова, то с ним ведь никто не может конкурировать, имею в виду не в конкретной гонке, а в сезоне?

— Алексей Червоткин составляет достойную конкуренцию. Например, на «Чемпионских высотах» он наступал на пятки Большунову. Так что соперничать с Александром можно, что ни говорите.

Конкуренция, чтобы не толстеть

— Спасибо Господу Богу, что у нас рождаются такие люди, — говорит мастер спринта, трёхкратный призёр чемпионатов мира **Глеб Ретивых**. — В каждой стране, в каждом поколении есть супергаланты. Вот у нас появился Большунов. До этого были Максим Вылегжанин, Александр Легков. Тем не менее Большунову сейчас создают конкуренцию ребята в течение всего сезона. Я бы не сказал, что он так явно доминирует и что ему всегда легко.

— Ему оказывают достойную конкуренцию, — не соглашается с нашим

постулатом ещё один тюменец, бронзовый призёр чемпионата мира 2013 года **Евгений Белов**. — Боремся с ним по мере сил и возможностей. Конечно, если он готов на сто процентов, то Большунов невероятно силен. Да и вообще Александр — одарённый спортсмен, но в течение сезона ему необходимо навязывать борьбу, а то он расслабится и растолстеет.

— Всё просто. Необходимы стабильные выступления его соперников на протяжении всех гонок, — говорит олимпийский чемпион, партнёр Большунова по сборной России **Алексей Червоткин**. — А также не пропускать старты вообще. Когда нет стабильности, в одной гонке ты в топ-3, в топ-5, а в другой за пределами двадцатки, это не есть хорошо. А Большунов, кстати, почти всегда в тройке лучших. Отсюда и результат, он теряет меньше очков.

Елизавета ПАНТРИНА выигрывает серебро в скиатлоне



ЧЕМПИОНАТ РОССИИ ПО ЛЫЖ

СПРИНТ. Женщины (1,7 км)

TMN'23



1. Наталья Непряева (Архангельская область) — 4:53,51
2. Алёна Баранова (Томская область — Якутия) +6,16
3. Елизавета Пантрина (Тюменская область) +6,8

СПРИНТ. Мужчины (1,7 км)

TMN'23



1. Сергей Устюгов (ХМАО-Югра) — 4:04,24
2. Александр Терентьев (Архангельская обл. — Ненецкий АО) +3,47
3. Александр Большунов (Архангельская область) +4,56

СКИАТЛОН. Женщины (15 км)

TMN'23



1. Наталья Непряева (Архангельская область) — 39:36,8
2. Елизавета Пантрина (Тюменская область) +5,6
3. Анастасия Кулешова (Нижегородская обл. — Мордовия) +6,8

АЛЕКСАНДР БОЛЬШУНОВ И НАТАЛЬЯ НЕПРЯЕВА?

РЕЗУЛЬТАТЫ АЛЕКСАНДРА БОЛЬШУНОВА В СЕЗОНЕ 2022/2023

Чемпионат России

Спринт — 3 место
Скиатлон — 1 место

Кубок России

I этап

Спринт — 6 место
Скиатлон — 4 место

II этап

Спринт, свободный стиль — 3 место
Индивидуальная гонка, 15 км, классический стиль — 1 место
Спринт, классический стиль — 3 место
Индивидуальная гонка, 15 км, свободный стиль — 1 место

III этап

Спринт — 2 место
Индивидуальная гонка — 1 место
Гонка преследования — 1 место

IV этап

Спринт — 1 место
Индивидуальная гонка, 15 км — 1 место
Индивидуальная гонка, 30 км — 3 место

V этап

Спринт, классический стиль — 2 место
Спринт, свободный стиль — 11 место

VI этап

Спринт — 2 место
Индивидуальная гонка — 1 место
Скиатлон — 1 место

Всероссийские соревнования «Чемпионские высоты»

Спринт — 3 место
Скиатлон — 1 место
Командный спринт — 1 место (в паре с Александром Терентьевым)
Индивидуальная гонка — 1 место
Масс-старт — 1 место



РЕЗУЛЬТАТЫ НАТАЛЬИ НЕПРЯЕВОЙ В СЕЗОНЕ 2022/2023

Чемпионат России

Спринт — 1 место
Скиатлон — 1 место

Кубок России

I этап

Спринт — 1 место
Индивидуальная гонка, 5 км — 2 место

II этап

Спринт, классический стиль — 4 место
Спринт, свободный стиль — 2 место
Индивидуальная гонка, классический стиль — 1 место

IV этап

Спринт — 1 место
Индивидуальная гонка, 10 км — 3 место
Индивидуальная гонка, 15 км — 1 место

V этап

Спринт, свободный стиль — 1 место
Спринт, классический стиль — 1 место
Индивидуальная гонка, 10 км — 1 место

VI этап

Спринт — 1 место
Индивидуальная гонка — 1 место
Скиатлон — 1 место

Всероссийские соревнования «Чемпионские высоты»

Спринт — 1 место
Скиатлон — 1 место
Командный спринт — 2 место
Индивидуальная гонка — 2 место
Масс-старт — 1 место



Молодые папы:
Иван Якимущин
и Александр БОЛЬШУНОВ

ОБЩИЙ ЗАЧЁТ КУБКА МИРА ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ 2021/2022*

Мужчины

- Йоханнес Клебо (Норвегия)
- Александр Большунов (Россия)**
- Ииво Нисканен (Финляндия)

Женщины

- Наталья Непряева (Россия)**
- Джессика Диггинс (США)
- Эбба Андерссон (Швеция)

* Последние три этапа соревнований российские лыжники и лыжницы пропускали из-за отстранений от международных соревнований.

Даже лыжи — за Большунова

— Всё зависит от дистанции, — высказывает свою точку зрения представитель Тюменской области **Илья Санников**. — Я мог бороться с Большуно-

вым в прошлом году на 70-километровом марафоне. Но сложно конкурировать с человеком, который тебя сильнее, а ещё и инвентарь у него намного лучше. Большунов — в приоритете, ему поставляют самые топовые лыжи. Он может выбирать из огромного количества пар. Конечно, Александр этого заслуживает. Ему вообще от природы дано, это видно.

— Способен ли кто-то конкурировать с Большуновым за победу в общем зачёте на российских соревнованиях? — такой вопрос я задал и президенту федерации лыжных гонок нашей страны **Елене Вьяльбе**.

— Если говорить в целом, то пока, в нашей стране, наверное, никто. Серёга Устюгов готовится точноно к отдельным гонкам. Могут, что называется, «покусать» Большуно-

ва Александр Терентьев, Алексей Червоткин, да и Денис Спицов, если в очень хорошей форме. Но, в целом, на длинном турнирном пути у Саши Большунова пока нет конкурентов.

— А кто тогда способен его победить, нужен такой же уникум и сверхталант, как он сам?

— Тренироваться надо. У нас есть молодые ребята, достойные, 20-21 года, наши надежды, которые покажут в будущем, глядя на Сашу и тренируясь рядом с ним, великие результаты. У нас развита преемственность поколений, это очень важно. И всё благодаря тому, что в командах есть лидеры. Да и вообще элита мирового лыжного спорта сейчас находится в Тюмени. Кто там у них бегаёт в Кубке мира, я вообще не знаю и знать не хочу.

ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ В ТЮМЕНИ

СКИАТЛОН. Мужчины (30 км)



- Александр Большунов (Архангельская область) — 1:11:00,02
- Сергей Устюгов (ХМАО-Югра) +5,3
- Иван Якимущин (Тюменская область) +29,3**

РАЗДЕЛЬНЫЙ СТАРТ. Женщины (10 км)



- Екатерина Смирнова (Тюменская область) — 26:09,9**
- Алина Пеклецова (Вологодская область) +2,1
- Елизавета Пантрина (Тюменская область) +11,5

РАЗДЕЛЬНЫЙ СТАРТ. Мужчины (15 км)



- Александр Большунов (Архангельская область) — 34:51,1
- Антон Тимашов (Татарстан) +12,8
- Алексей Червоткин (Москва) +27,9

Доброго времени суток, любопытный читатель. Сегодня речь пойдет о поддержке. Нет, к услугам психолога я не обращался. Конечно, творческие люди склонны к перепадам настроения, но этот материал посвятим не абстрактному или духовному определению слова «поддержка», а самому что ни на есть физическому.

Рассказ будет о девушках из группы Dance Team НС Rubin. Они отвечают за энергетические танцы и пируэты на матчах главных спортивных команд области.

Что скрывается за ширмой грациозной хореографии и улыбками девушек? Надо ли быть фанатом не только своего дела, но и спорта? В каких нарядах нельзя выходить на трибуны? И каким ростом нужно обладать, чтобы дорасти до основного состава?

Ответы на эти вопросы я пошёл искать у человека, который сам прошёл все иерархии О.Г.П. (организованной группы поддержки). Ольга Ключкина свою карьеру начала в 2013-м с матчей МХК «Тюменский Легион». Сейчас же она руководит постановкой номеров, которые болельщики могут лицезреть на поединках ХК «Рубин» и МФК «Тюмень».

Когда сантиметры важны

— У нас занимается порядка 30 человек. В юниорскую команду идёт набор девушек в возрасте от 15 лет, — рассказывает Ольга. — В основную мы принимаем с момента совершеннолетия. Как правило, кастинги проходят летом, перед началом сезона. Найти нас можно через группу во «ВКонтакте». Конечно, хореографический опыт и красивая фигура приветствуются. Но ещё важен рост. Предпочтительные параметры — от 165 сантиметров.

— А ты какими должна обладать качествами как наставник?

— Необходима методика кнута и пряника. Нужна строгость в коллективе. Девочки должны понимать, что я тренер. Но нельзя забывать и про дружескую ноту в общении с ними.

— По какому принципу

выбираете одежду на матчи?

— Костюмы стараемся подбирать в зависимости от цветовой гаммы наших команд. Ещё важно, какие к нам соперники приезжают. Если они в синей форме, то, естественно, в синем мы не выступаем. Дизайн нарядов в основном придумываю я, а шьют их на заказ. На играх используем обычно два комплекта. Чтобы девочки выглядели разнообразно.

— Они должны разбираться в спорте?

— Обязательно! Нельзя допускать таких ситуаций, как, например, нам забивают гол, а мы этому радуемся. Тем более сейчас у ХК «Рубин» — плей-офф. Надеемся, клуб выйдет в финал и повторит прошлогодний результат. Атмосфера на тех матчах была незабываемой. Желанием успеха и МФК «Тюмень»!

— Как часто у вас проходят тренировки?

— От трёх до пяти занятий в неделю в вечернее время на стадионе «Геолог». Обычно тратим на это полтора-два часа. Делаем растяжку, ОФП, готовим номера, учим связки. Вырабатываем выносливость. На том же хоккее на прямых ногах нужно провести почти два с половиной часа. Время на небольшую передышку есть лишь в перерывах между периодами, а потом снова надо идти танцевать.

О.Г.П. ДЛЯ ДЕВУШЕК



Правда или ложь?

Что ж... Теперь давай тебе расскажем, как мы, соответствующим образом для эксперимента стала Анастасия Кабакова. По сути, я задавал ей аналогичные вопросы, что и Ольге. Но, как отвечала на них Ключкина, Настя не знала. И вот что получилось.

— Настя, расскажи, как ты «попала в танцы»?

— Я выступаю около полугодика. Как-то была на матче «Рубина» и увидела девчонок. Сначала они танцевали «открывашку», потом «зажгли» на пьедестале. Мне это очень понравилось. В общем, нашла в соцсетях их группу. Увидела, что шёл набор, пришла к ним, и вот теперь я здесь. До этого 10 лет занималась различными направлениями танцев: народными и классическими, в том числе вальсом. Много всего было.

— А к хоккею у тебя какое отношение?

— Ой, мы, когда танцуем, следим за матчем, считаем, какими-то игровыми моментами! Даже собираемся и смотрим трансляции с выездных встреч «Рубина».

Кстати, интервью с Анастасией я записывал во время биатлонных гонок Кубка содружества. Там чирлидерши работа-

ли двумя шестёрками. Сначала одна группа появлялась перед публикой. По окончании забега спортсменов — следующая. С линейкой я, конечно, не стоял, но визуально девчонки и правда как на подбор. От упомянутых 165 сантиметров и выше. Единственное, что меня смутило, это позиция для выступления. Не покидало чувство, что наши героини находятся слишком низко (у основания трибун), и их передвижения заметны далеко не каждому. За правильностью этой мысли или её опровержением я вновь обратился к Насте.

— Нас прекрасно видно, как и нам — болельщикам, — отвечает девушка. — Часто ловим с кем-то зрительный контакт. Это ещё больше заряжает! Успеваем поддерживать и биатлонистов. Иногда получается танцевать и следить, попал кто-то в мишень или нет. Поэтому лишь кажется, что мы «утоплены» на арене.

На самом деле, очень хорошо заметны.

— Обратная связь с фанатами важна? И как пытаетесь обратить на себя внимание?

— Стараемся завлекать эмоциями, улыбками. Смотрим на людей и ловим их взгляды. Не прячем глаза куда-то в пол. Приятно, когда танцуешь на сцене, и зрители снимают тебя на телефон. Кто-то подтанцовывает. Бывает, что в первых рядах болельщики могут что-то ободряющее прокричать или сказать. Раз мужчина подходил, встал рядом со мной и начал повторять движения. То есть вниманием не обделены. Это необходимо и, конечно, важно.

— Страшно в тот момент от присутствия мужчины не стало?

— Наоборот! Это прикольно! Солнечный день, соревнования, играет музыка, все весёлое. Классно же, что мы людям поднимаем настроение настолько, что им хочется танцевать вместе с нами.

— Улыбаться обязательно?

В этот момент моя собеседница делает лицо кирпичиком и спрашивает:

— Вам будет приятно вот так? ☺ — А через секунду на её лице вновь появляется голливудская улыбка, и девушка добавляет. — Думаю, так лучше ☺.

Этот аргумент, безусловно, из разряда неоспоримых. Кстати, дарить улыбки тюменские девушки будут в «Жемчужине Сибири» вплоть до конца недели, но уже на чемпионате России по лыжным гонкам. О нём мы вам ещё непременно расскажем. А пока ненадолго прощаемся, до встречи в следующем номере СМ.

«ИВАН КУПАЛА» В МАРТЕ

«Кострома, Кострома, государыня моя, Кострома...
А у Костромушки кисель с молоком, молоком
А у Костромушки блины с творогом»

Группа «Иван Купала»

Казалось бы, финальный раунд за 1-8-е места в российской волейбольной высшей лиге «А» начался совсем недавно. А смотришь в таблицу — позади уже пять туров. Это означает, что всё самое интересное впереди. И борьба за 1-2-ую строчки обострена до предела.

Очередной тур «Тюмень» проводила в Костроме. Сразу в голове всплывают слова главного хита группы «Иван Купала», который и сейчас попадает в ротацию многих радиостанций.

«Волжанин» из Костромы — команда крепкая, с которой в её зале всем приходится очень непросто. Вот и тюменцы это ощутили на себе. Первая встреча осталась за подопечными Сергея Шульги. А вот во второй хозяева взяли реванш. При равной в целом игре именно им улыбнулась удача.



Дмитрий КОЗЛОВ

Чемпионат России по волейболу.
Высшая лига «А».
Финал за 1-8-е места. 5-й тур.
Кострома



18 марта

1:3



«Волжанин» (Кострома) — ВК «Тюмень» — 1:3 (23:25, 25:22, 19:25, 18:25)

«Тюмень»: Радченко — 28, Чивель — 16, Мороз — 13, Кочнев — 11, Волков — 7, Козлов — 3, Гулак, Болелов, Лазуко (л).

Набранные очки: 85-97 (атака 47-56, блок 8-18, подача 1-4, ошибки соперника 29-19).



19 марта

3:1



«Волжанин» — ВК «Тюмень» — 3:1 (20:25, 25:19, 25:23, 27:25)

«Тюмень»: Чивель — 18, Радченко — 14, Кочнев — 12, Мороз — 10, Волков — 10, Некипелов — 2, Козлов — 1, Болелов, Гулак, Лазуко (л).

Набранные очки: 97-92 (атака 58-57, блок 6-7, подача 7-3, ошибки соперника 26-25).

Денис КОЧНЕВ:

ПОСЛЕ «БЕЛОГОРЬЯ» ОТПРАВИЛСЯ В «ТЮМЕНЬ»



В составе «Тюмени» на площадку в Костроме выходил Денис Кочнев. Доигровщик выступает в суперлиге за нижегородскую «Югру-Самотлор». Как известно, между клубами существует договор о сотрудничестве.

— Предложение съездить и сыграть за «Тюмень» стало, конечно, в немалой мере неожиданным. Но я сразу согласился. Получилось так, что в минувшую среду сыграл в суперлиге против «Белогорья». После чего отправился уже в «Тюмень».

— Удалось быстро влиться в команду?

— Да, никаких проблем. Почти со всеми ребятами заочно был

знаком. Так или иначе, пересекались на площадке.

— В плане сыгравания важным был момент, что связующим «Тюмени» Дмитрием Козловым в прошлом сезоне вместе выступали за «Ярославич»?

— Конечно. Мы с Дмитрием вообще хорошо общаемся и вне площадки. А что касается игры, то и мне, и ему было легко в плане передач. Так

что вообще никаких проблем не возникло.

— Как оцените итоги тура для команды?

— Понятно, что настаивались на две победы. Не получилось. Думаю, во второй встрече

мы чуть просели, и соперник этим воспользовался. «Волжанин» очень здорово провёл второй матч. Много мячей хозяйка потащила в защите. И в концовках сетов им повезло.

ВОЛЕЙБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. МУЖЧИНЫ. ВЫСШАЯ ЛИГА «А».
ФИНАЛ ЗА 1-8-е МЕСТА. ПОЛОЖЕНИЕ ПОСЛЕ 5-го ТУРА

	В	П	Партии	О
1 «ЛОКОМОТИВ-ИЗУМРУД» (Екатеринбург)	17	5	58:29	51
2 ВК «ТЮМЕНЬ»	17	5	55:27	48
3 «ЯРОСЛАВИЧ» (Ярославль)	16	6	56:32	49
4 «АКАДЕМИЯ-КАЗАНЬ»	12	10	44:41	34
5 ЦСКА (Московская обл.)	8	14	36:51	25
6 «ВОЛЖАНИН» (Кострома)	7	15	35:50	23
7 «ДИНАМО» (Челябинск)	6	16	31:54	19
8 «МАГНИТКА» (Магнитогорск)	5	17	25:56	15

» Вести с арен

ЗОЛОТАЯ ВЕСНА С СЕРЕБРЯНЫМ И БРОНЗОВЫМ ОТЛИВОМ

Сборная Тюменской области показала отличный результат на первенстве России по скалолазанию, проходящем сейчас в Перми. Соревнования провели сразу в нескольких возрастных категориях.



Дмитрий
ОКСОВ.
Фото
федерации
скалолазания
России



Евгения
ЛЫСЕНКО

У нашей команды — пять медалей (три золота, серебро и бронза). Две награды высшей пробы взяли «скоростники» Георгий Степанов (10-13 лет) и Евгения Лысенко (14-15 лет). Женя впервые стала чемпионкой страны в своей возрастной категории, в прошлом году она была бронзовым призёром. Золото на счету Дмитрия Оксова, он лучший в другой дисциплине — в трудности среди юношей 10-13 лет.

Александр Касимов выиграл серебро в скорости (16-17 лет). Бороться за первое место было архисложно. Явный лидер в этой категории — Кирилл Колдомов из Свердловской области. Уралец стал вторым на недавнем взрослом чемпионате страны в Тюмени.

И ещё одна хорошая новость из трудности. Аяз Тимшанов (Тюменская область) выиграл бронзовую медаль в категории атлетов 14-15 лет.



ЛУЧШЕ ВСЕХ, НО ЧУТЬ ХУЖЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Сборная Тюменской области заняла второе место в неофициальном командном зачёте первенства России по дзюдо среди спортсменов до 23 лет.

Наша команда поделила вторую и третью строчки со сборной Чеченской Республики (два золота и серебро).

Турнир завершился в минувшее воскресенье в Екатеринбурге.

Чемпионами страны в своём возрасте стали Шамсутдин Умаев (весовая категория до 60 кг) и

Любовь Орлова (до 78 кг). Любовь Тимофеева (до 57 кг) взяла серебро.

Сильнее тюменцев выступили лишь дзюдоисты из Краснодарского края (3 золота, 3 бронзы).

Больше всех медалей завоевали представители Свердловской области (10), но среди них всего одна награда высшей пробы.

Всего же медали в 14 весовых категориях (по 7 у мужчин и женщин) взяли спортсмены из 22 регионов России.

Фото
федерации
дзюдо
России

«Сняв лыжные шапочки и яркие гоночные комбинезоны, эти молодые женщины преобразуются неузнаваемо... Вот и сейчас к нам вышла почти незнакомка с изящной короткой стрижкой, в белой блузке, на которую было брошено белое пальто от Юдашкина с олимпийской символикой на рукаве».

Такой мы увидели биатлонистку Луизу Носкову в ее «альма-матер» — сельхозинституте* на следующий день после ее возвращения с Белой Олимпиады. И первые строки репортажа (вы их только что прочли) родились почти мгновенно.

Та медаль, о которой мечтала

В тот особенный день ранней весны — 2 марта 1994 года — ваш корреспондент был по-хорошему взвинчен и нацелен на творческую победу. Потому что знающие люди упредили, куда и в какой час придут триумфаторы Игр в норвежском Лиллехаммере — Луиза и её наставник Леонид Гурьев. Только что вернувшиеся в Тюмень с олимпийским золотом.

И вот они, под аплодисменты (все присутствующие дружно встают), появляются в актовом зале. Ректор вуза Игорь Комиссаров вручает Луизе цветы, взволнованно говорит о её замечательном спортивном достижении. Начинается импровизированная пресс-конференция. Спешу с вопросами, зная, что встреча станет сжатой по времени: Луизе скоро лететь домой, в Лабитнанги.

...И снова собравшиеся дружно отбивают ладоши — когда она коротко рассказывает, как на своём, третьем этапе эстафетной гонки выдержала битву нервов на стрельбище. Там всё и решилось. Там сгорело, казалось бы, комфортное преимущество лидера — немецкой команды в одну минуту и 11 секунд. И Луиза «привезла» подруге по сборной Анфисе Резцовой без малого три минуты отрыва. Феноменально!

Леонид Гурьев, не скрывая радости в голосе, говорил о «сумасшедшем

объёме работы», который проделали в предшествующие Играм месяцы. И это после тяжелейшей травмы, казалось бы, поставившей крест на мечте попасть на Олимпиаду и завоевать драгоценную медаль! Они верили, трудились неистово и самозабвенно — и всё срослось, в прямом и переносном смысле... И ведь как подгадали со своим подарком всей Тюменской области в год её 50-летия!

И снова Гурьев: «Она — командный боец. Когда её ставят в команду, она преобразуется, она словно расправляет плечи».

«Теперь это исторический факт — золотая олимпийская медаль, — сказал, в свою очередь, заместитель председателя облспорткомитета Михаил Либерман. — Впервые представительница нашей области на Белой Олимпиаде — и она чемпионка».

...Во время чествования наших героев 1 марта, в день их возвращения, я перелистал выпущенный к Играм красивый буклет с фотографиями олимпийцев. И не нашёл Луизы... Она «не значилась в списках» — и сама же их блестяще дополнила своим именем. Успела на последнее место самолёта, улетающего в Лиллехаммер.

От печали до радости

Золото Игр она завоеует ровно через год после того как ломает ногу — 25 февраля. В 1993-м то был злополучный день печали и боли.

— Случилось это на чемпионате России в Санкт-Петербурге, — вспоминает сейчас Луиза Николаевна. — Бежала в тройке лидеров. И на скорости не смогла вытащить ногу из глубокой колеи — она застряла, пошла на излом. Упала, в шоке пыталась встать. И поняла, что



XVII зимние
Олимпийские игры 1994 года
Норвегия, Лиллехаммер

25 февраля

Эстафета 4 по 7,5 км среди женщин

1. Россия (Надежда Таланова, Наталья Снытина, Луиза Носкова, Анфиса Резцова) — 1:47:19.5
2. Германия (Уши Дизель, Антье Мизерски, Симона Грайнер-Петтер-Мемм, Петра Шааф) +3:57.0
3. Франция (Коринн Ниогре, Вероник Клодель, Дельфин Хайман, Анн Бриан) +5:08.8

Lillehammer '94



Луиза НОСКОВА, Анфиса РЕЗЦОВА, Надежда ТАЛАНОВА и Наталья СНЫТИНА

не могу. Боль адская, слёзы на глазах...

Хорошо, что в Питере попала к хорошему травматологу. Пришлось потерпеть — обезболивающего он не предложил, сказал: «Мне надо чувствовать твои ощущения, чтобы правильно выправить ногу». Главное — операция не потребовалась.

Дальше — полтора месяца в гипсе. Услышала ещё от одного доктора: «Тебе не о гонках надо мечтать, а о том, чтобы ходить не хромая». Во мне словно рухнуло всё... Леонид Александрович, видя моё состояние, предложил поехать в Лабитнанги — к родителям, к сыну Жене... Так и сделала. Это, дей-

ствительно, было самое правильное решение.

Повезло, что встретила там ещё одного грамотного хирурга (жаль, его имя не сохранилось в памяти). Посмотрел мою ногу, спросил, сколько времени в гипсе. «Хочешь бегать?» — «Хочу!» — «Тогда гипс снимем сегодня». Я — в панике, он — спокоен. «Если ты мне веришь, доверяешь — поставлю тебя на ноги. Ты ещё олимпийской чемпионкой станешь!». Вот прямо так и сказал, словно будущее видел...

Очень помогла и Татьяна Вениаминовна Ахатова. Ходили с ней в баню, разрабатывали ногу. Своими методами, через боль и слёзы, — реабилитационных центров тогда не было. Ничего, всё перетерпела!

В июне возвратилась в Тюмень, похудевшая... Начали с Леонидом Александровичем потихоньку тренироваться, со смещением акцента на лыжероллеры. Вернулась к работе, и всё плохое стало стремительно забываться.

Первые летние старты дали эмоциональный толчок: поняла, что могу набрать хорошую форму и пробиться в состав сборной России. Так и вышло: на отборочных стартах набрала достаточно очков. Окончательно оформила олимпийскую путевку на втором отборе...

По-моему, от нас с Гурьевым такого просто не ждали. Мы были по-хорошему расслаблены, психологически не закрепощены. И это тоже дало результат... Вернулась в сборную России и потому,

что её тренеры знали меня как бойца, который может «закуситься» и выступить хорошо.

Кто-то дрогнет, но не ты!

...А ещё секретным оружием биатлонистки Носковой на снежной трассе Лиллехаммера стали... прочитанные книги! Из её любимого магазина в Лабитнангах («искала всё, что имело отношение к психологии, и читала взахлёб»). Так она училась владеть собой. И в критические моменты олимпийской эстафеты, на вошедшем в историю третьем этапе, разнервничалась не она, а лидер гонки, бывшая лыжница Симона Грайнер-Петтер-Мемм.

— Настигла немку на огневом рубеже, стала рядом, на соседнем коврике, спиной к ней, — рассказывает Луиза Николаевна. — Чтобы видела, отвлекалась на меня... Хотела подавить её психологически. Действительно, она начала «дергаться», мазала раз за разом, ушла на штрафные круги. А я без них обошлась! И, на выросших крыльях, полетела к нашему финишёру Анфисе Резцовой...

Наверное, то был самый удачный эстафетный этап в моей жизни, с личным рекордом. Всё сложилось — и стрельба, и ход (при передаче эстафеты преимущество россиянок над ближайшими соперницами вылилось в поистине изумительные цифры — 2 минуты и 32 секунды. — В.Т.).

Что потом? Ушла переодеваться, вернулась к девчонкам. По большому табло следили, как идёт Анфиса. Сердце ёкало, когда она заходила на огневой рубеж. Даже глаза закрывала... Резцова справилась, тренеры в ней не ошиблись. Золото — наше!

...И там же, на Играх (точнее, в «Русском доме» Лиллехаммера), Луизе вручили новенькое удостоверение заслуженного мастера спорта России. С порядковым номером 18.

После Игр. Окончание

Пришло время вашему корреспонденту признать свою давнюю ошибку. Не «Жигули» подарили олимпийской чемпионке Носковой, а «Волгу» (как и её наставнику). «Немного поездила, а затем отдала папе — ему нужнее».

А сынишке привезла из Норвегии, в числе прочих игрушек, редкостный по тем временам набор «лего». То-то было радости!

...В апреле того же 1994-го в Москве Луиза получила государственную награду — орден Дружбы народов. Увы, не обошлось без казуса — таинственным образом её имя исчезло из Указа президента страны, напечатанного накануне в «Советском спорте». Ошибку заметили, и главный редактор газеты лично принёс сибирячке свои извинения.

* По разным причинам моя героиня была студенткой экономического факультета ТСХИ девять лет, окончив вуз в 1994 году.

Луиза НОСКОВА и Леонид ГУРЬЕВ, март 1994 года



Арина ДОЛГИХ:

ДРУЗЬЯ ПОМОГАЮТ ЛЕТАТЬ, А НЕ ПАДАТЬ

Арина Долгих — студентка, спортсменка и просто красавица. Она выступает за баскетбольную команду «Гвардия-ТИУ». Девушка учится на 4-м курсе Тюменского индустриального университета на инженера по технологической безопасности. И это ещё не всё. Арина работает медиаменеджером в мультицентре «Моя территория», любит рисовать и пешие прогулки.

Лука — красавчик!

— Арина, как вы попали в баскетбол?

— У меня спортивная семья. Папа — футболист, мама — баскетболистка. Она в своё время стала кандидатом в мастера спорта. В детстве я увлеклась рисованием. О спорте особо не думала. Мама предложила сходить на баскетбол к тренеру, который воспитывал её — Александру Леонидовичу Ефремову из Ишима. Так я и связала свою жизнь с этой игрой. Занимаюсь ей уже 13 лет. Интересно, что к тому же тренеру пошёл и мой младший брат. Сейчас он переехал в Краснодар и играет за «Локомотив-Кубань». У меня подрастает маленькая сестра, и мне кажется, что она тоже станет баскетболисткой. Я же за свою карьеру сменила несколько команд. Сейчас выступаю за БК «Гвардия-ТИУ». Там я, к тому же, ещё второй год выполняю обязанности менеджера.

— Вы следите за НБА? Кто ваш любимый игрок?

— Мне не интересно смотреть целые матчи этой лиги. Иногда включаю только хайлайты. Внешне нравится Лука Дончич (игрок сборной Словении и клуба НБА «Даллас Маверикс». — М.А.), он красавчик. Больше люблю российский классический баскетбол и его уличную версию — 3х3.

— Родители привели вас в спорт в детстве, а в каком возрасте вы его полюбили? Своих будущих детей тоже отдадите в баскетбол?

— Это любовь с первого взгляда, с первой тренировки. Дети решат сами. На путь истинный направлю, но настаивать не буду.

Технарь на творчестве

— Работа медиаменеджером достаточно ответственная и требует много сил. Почему такой выбор, ведь вы получаете техническую специ-

альность в вузе?

— Увлёклась «менеджерством» в октябре 2022 года при прохождении онлайн-школы «Университет АСБ». С того момента поняла, что хочу углубиться в эту сферу. В «Моей территории» я генерирую идеи и создаю разный контент. Занимаюсь продвижением проектов, ищу подрядчиков, отвечаю за полное сопровождение: фото- и видеоконтент, заявочные кампании и т.д. Мне очень нравится эта деятельность. Изначально хотела работать и учиться в творческом направлении, но послушала родителей и пошла на «технаря».

— Не думали сменить направление учёбы?

— К сожалению, раньше не было возможности учиться в одном вузе, а играть — за другой. Поэтому вариант был только один — технический университет.

— Вам прекрасно удаётся совмещать учёбу, работу и профессиональный спорт. Сталкивались с выгоранием, не было желания бросить что-то одно? И как вы всё успеваете?

— Ко-

нечно, сложно совмещать всё вместе. Поначалу было очень трудно, я сильно уставала. Но рано или поздно привыкаешь. И выгорание наступало, да и бросить хотела, и не что-то одно, а всё сразу! Но это проходит. Мне помогают маленький отпуск, хобби, встречи с родными и друзьями. Как всё успеть? Жертвую сном. Но всё же стараюсь спать по 6-7 часов, когда получается...

Таков путь

— Кстати, о хобби. Чем увлекаетесь?

— Очень люблю фотографировать. Ещё нравится снимать и монтировать видео. Недавно увлеклась кастомизацией одежды. Пока только учусь. Но мне по душе это увлечение.

На бумаге тоже часто рисую, особенно по ночам. Меня это отвлекает и расслабляет. Люблю прогулки в парках и в историческом центре. При загруженном графике стараюсь погулять хотя бы 10-20 минут. Ходьба вдохновляет. Я рассматриваю

всё вокруг и вижу красоту.

— Сейчас у вас очень хорошо получается найти баланс между всеми сферами деятельности. Как вы к этому пришли?

— У меня есть близкие друзья. Они помогают летать, а не падать. Эти люди всегда выручат и поддержат. Я им очень благодарна. Также опираюсь на свои ощущения. Если где-то мне плохо, значит, это не моё место и наоборот. С годами начинаю понимать, что стоит быть там, где ты хо-

чешь, и с тем, с кем хочешь.

— А если на вашем пути встречается негатив?

— Все жизненные уроки даются для чего-то. В основном для того, чтобы легче жилось в будущем. Поэтому каждый день просто принимайте с благодарностью. Это ваш путь. Сложнее, чем ты можешь вынести, — тебе не дана.

— Какая у вас жизненная цель? Может быть, их несколько?

— Жизнь одна — кайфуйте! Я хочу обеспечить родным и близким беззаботные будни, чтобы они были здоровы и счастливы.



Рисунок Арины

ТОП-5 КРАСИВЫХ СПОРТСМЕНОВ ПО ВЕРСИИ АРИНЫ ДОЛГИХ



Лука
ДОНЧИЧ

Баскетбол



Марат
САФИН

Теннис



Шелдон
СУРЕЙ

Хоккей



Дэвид
БЕКХЭМ

Футбол



Макс
ПАРРО

Сноуборд

СПОРТИВНАЯ
АФИША >>>ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ
Чемпионат России

22 МАРТА

КОМАНДНЫЙ СПРИНТ

ОЦЗВС «Жемчужина Сибири»

Женщины (1,7 км) и мужчины (1,7 км)

11:00

24 МАРТА

ЭСТАФЕТЫ

ОЦЗВС «Жемчужина Сибири»

Женщины (4x5 км) Мужчины (4x10 км)

11:00

12:30

25 МАРТА

МАСС-СТАРТ

ОЦЗВС «Жемчужина Сибири»

Женщины (30 км)

11:00

26 МАРТА

МАСС-СТАРТ

ОЦЗВС «Жемчужина Сибири»

Мужчины (50 км)

11:00

ИГОРЬ ПЛОТНИКОВ —
ЧЕМПИОН
БЕЛОРУССИИ

Тюмонец Игорь Плотников стал победителем открытого чемпионата Белоруссии по плаванию в Бресте среди спортсменов-паралимпийцев.

Многочисленный чемпион и призёр Паралимпийских игр под руководством заслуженного тренера России Дениса Кайгородова завоевал золото на дистанции 50 метров на спине. Его результат 40.51 секунды.

ОТ ВОЛЕЙБОЛА ДО МЕТАНИЯ
ЯМБА ТЫНЗЯНА НА ХОРЕЙ

В ЯНАО в рамках федерального проекта «Спорт — норма жизни» продолжают II Всероссийские арктические игры.

До 24 марта за победу в турнире волейболисток в СК «Полярный» (Лабитнанги) будут бороться девушки из четырёх регионов (ЯНАО, Республики Карелии, Республики Коми и Красноярского края). Это третий вид программы, всего их семь.

На данный момент завершились состязания в

двух дисциплинах (фигурном катании и северном многоборье). Последняя включает в себя пять видов программы: метание топора на дальность, бег с палкой по пересечённой местности, тройной национальный прыжок, метание тынзьяна на хорей и прыжки через нарты.

В общем зачёте из девяти субъектов федерации (ЯНАО, НАО, Мурманская область, Архангельская область, Красноярский край, Республика Карелия, Республика Коми, Республика Саха (Якутия) и Чукотский автономный округ) пока лидируют красноярцы, на их счету — 10 золотых медалей. У сборной ЯНАО больше всех наград — 26, но меньше золота — восемь медалей.

КУБОК СОДРУЖЕСТВА,
ЧЕМПИОНАТ РОССИИ...
ОБЛАСТНОЙ ФЕСТИВАЛЬ ГТО

В Центре зимних видов спорта «Жемчужина Сибири» организуют не только соревнования высокого уровня с участием топ-спортсменов, будь то Кубок Содружества по биатлону или чемпионат России по лыжным гонкам.

Не так давно арена стала местом проведения областного зимнего фестиваля всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Участники соревновались в лыжных гонках, боролись за победу как в личном, так и в командном зачёте.

Победителей и призёров наградила посол ГТО в регионе, депутат Тюменской городской Думы Наталья Проскурякова. Выиграли в общем зачёте физкультурники из Тюмени, серебро взял Тюменский район, бронза — у Викуловского района.



ДЕРБИ ОДНОКЛАСНИЦ

В Тюмени состоялся третий этап школьной «Дартс Лиги».

Серия турниров для юных метателей дротики проходит впервые. Соревнования принимает местный колледж производственных и социальных технологий. К мишеням за три этапа вышли 47 участников.

Среди юношей третий этап покорился ученику 43-й школы Ахмадшаху Салихову. Со счётом 3:0 в финале он был сильнее Аветика Мовсисяна. Третье место на счету Дмитрия Маршева и Владислава Мингалёва. Серебряный и бронзовые призёры учатся в школе № 69.

У девушек финал превратился в дерби девочек из 7-й школы. Титул разыграли одноклассницы.

Золото досталось Варваре Трубиной. Вице-чемпионкой стала Ольга Снегирёва. Олеся Долгополова из 92-й школы и Виктория Роднаева (школа №41) взяли бронзу.

Дюжина лучших юношей и девушек встретятся в финале тюменской школьной «Дартс Лиги» 9 апреля. Лидерами в своих зачётах остаются Снегирёва и Александр Матаев (41-я школа).

СПОРТИВНАЯ
АФИША >>>

22-23 МАРТА

ВОЛЕЙБОЛ

Мужчины. Высшая лига «Б»

СК «Академия спорта»

ВК «ТЮМЕНЬ-ТЮМГУ» — «ДИНАМО-МГТУ»
(Майкоп)

18:00

24 МАРТА

ВОЛЕЙБОЛ

Мужчины. Высшая лига «Б»

СК «Академия спорта»

ВК «ТЮМЕНЬ-ТЮМГУ» — РЦСП
(Краснодарский край)

18:00

25 МАРТА

МИНИ-ФУТБОЛ

PARI-Высшая лига. 1/8 финала

СК «Атлант» (Ялutorовск)



МФК «ТЮМЕНЬ-Д» — «ФАКЕЛ» (Сургут)

15:00

ВОЛЕЙБОЛ

Мужчины. Высшая лига «А»

СК «Академия спорта»



ВК «ТЮМЕНЬ» — ЦСКА (Московская область)

15:30

ВОЛЕЙБОЛ

Мужчины. Высшая лига «Б»

СК «Академия спорта»

ВК «ТЮМЕНЬ-ТЮМГУ» — РЦСП
(Краснодарский край)

18:00

26 МАРТА

ВОЛЕЙБОЛ

Мужчины. Высшая лига «А»

СК «Академия спорта»



ВК «ТЮМЕНЬ» — ЦСКА (Московская область)

15:30

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 №458. Тираж 8000.

22 марта 2023 года.
Цена свободная