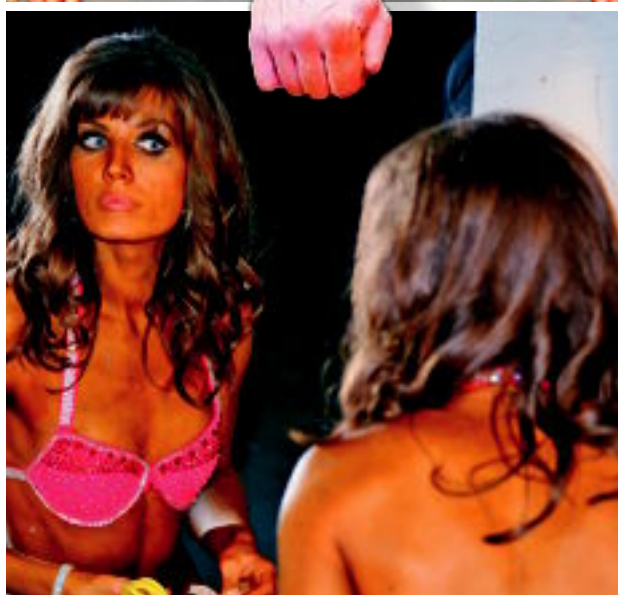


КУБОК ОАО «ММК» | Разыгран очередной комплект наград по бодибилдингу и фитнесу

Блистательная архитектура тела и ума



ФОТО: ЕВГЕНИЙ РУМЯНОВ



РИТА ДАВЛЕТШИНА

Пару лет назад эти соревнования собирали не больше сотни зрителей. Но вот стереотип о «качках» поменялся, и в тренажерные залы устремился поток преуспевающих людей. Наравне с изучением иностранного языка «кидать железо» среди студентов институтов, бизнесменов и даже крупных руководителей стало делом престижным.

Посмотрите на занимающихся в зале и сами убедитесь в этом, — улыбается председатель городской федерации бодибилдинга и фитнеса Лариса Денисова. — У нас в клубе, к примеру, занимается полковник милиции, глава УВД Орджоникидзевского района Сергей Попов, пригласивший к тренажерному залу и супругу, и детей, и даже друзей. Посетив Америку, где красота тела возведена на такой же уровень, как

и мощь интеллекта, в тренажерном зале начал активно заниматься один из лучших докторов города Александр Синегубко. А посмотрите на руководителей комбината, взявших за норму здоровый образ жизни: за несколько лет все постройнели, приобрели достойную мышечную массу — разве это не здорово? Могу сказать однозначно: ни разу еще не слышала от стройного и подтянутого человека о том, что заниматься бодибилдингом — несерьезно. Об этом говорят лишь, скажем так, «мешковатые» люди, которым лень заняться собой.

Итак, ДКМ имени Серго Орджоникидзе почти полон, и за собственные лишние килограммы, «наеденные» во время декретного отпуска, становится непереносимо стыдно — почти все девочки идеально стройны, а юноши атлетичны. Что уж говорить о тех, кто на сцене! Манящим блеском сверкают многочисленные золотые кубки, расставленные на столике. Еще одно новшество, подчеркивающее высокий ранг соревнований, — самый статусный ведущий города Олег Сад-

кеев — или, как называют его в городе, Петрович.

Для Ларисы Денисовой подготовка к каждому такому соревнованию — а они проходят в Магнитогорске уже десять лет — не простая работа. Титульные состязания по красоте тела дорого обходятся — призовой фонд, кубки, аренда зала. Еще дороже — подготовка для самих участников, оплачивающих самостоятельно предсоревновательную «сушку», специальное питание и услуги индивидуального тренера. Потому-то самые искренние слова благодарности и были высказаны в адрес металлургического комбината и лично директора по корпоративным вопросам и социальным программам Ивана Сеничева за постоянную поддержку этого вида спорта.

— Заранее хочу поздравить всех участников с победой, — напутствует председатель федерации своих последователей перед стартом. — И тех, кто займет первые места, и тех, кто станет последним. Хотя последних в этом виде спорта не бывает — последние лежат дома на диване перед

телевизором с бутылкой пива и тазиком белья.

— Лариса так жестко сказала о последних местах и так посмотрела на меня, — шутливо «огрызнулся» Олег Садкеев, отличающийся статью. — Хотя пиво я не пью и белья не ел уже лет сто.

За сценой обычная суэта подготовки. Одни девочки на высоченных шпильках и в малюсеньких купальниках делятся волнением с ребятами, по фигурам которых видно, что они тоже посещают тренажерный зал. Другие — вносят последние коррективы в макияж перед крохотным зеркальцем в пудренице. Парни усердно заливаются спреем, окрашивающим тело в цвет интенсивного загара, а потом начинают отчаянно отжиматься от пола или «качать руки» эспандером. Инструкторы шутливо хлопают их по плечу: «Да ладно — перед смертью не надышешься».

Моя коллега — журналист телекомпании «ТВ-ИН» Елена Ткач попала на соревнования по бодибилдингу впервые. Она снимает очередную

серию проекта «Лица Магнитки», героем которой стал работник ММК Андрей Шевченко, участвующий в чемпионате. Зато Лена много раз бывала на классических конкурсах красоты. Потому ее немного пренебрежительное настроение понятно — мол, сейчас начнутся зависть, подколки соперников, выискивание недоброжелателей, которые «сгладили». Но уже через несколько минут она удивленно поворачивается ко мне:

— Знаешь, такой теплой и дружеской атмосферы я никогда не встречала.

Разумеется, охотнее всего зрители рукоплескали тем, за кого болели — своим одноклубникам. Каждый раз, когда, подчиняясь командам невидимого судьи, спортсмены напрягали ту или иную группу мышц, из разных концов зала летело: «Давай, Леха, держись, собрался!», «Макс, работаем, работаем — улыбку!», «Давай, Ромыч, это твоя любимая позиция!» В какой-то момент ведущий не выдержал и обратился к залу:

➤ То, что нравится тебе в других, понравится и другим в тебе. Филипп Честерфилд