



спортивная ПАНОРАМА

Ее величество гиря

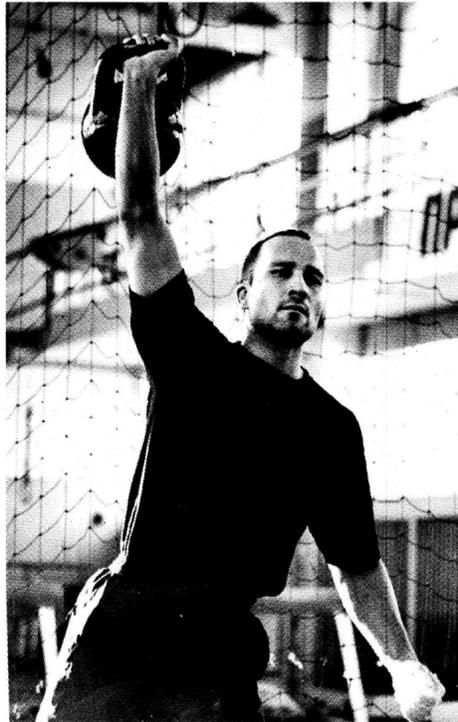
Она всегда была истинно русской «забавой»

В Магнитке гиревой спорт особо прижился на ММК. В цехах комбината всегда имелись гири, и в свободную минуту металлурги с удовольствием упражнялись. Первоклассными гиревиками славились мареновцы, доменщики, железнодорожники, в чемпионатах ММК они были лучшими. У многих начальников участков, цехов, производств в кабинетах имелись эти немудреные спортивные снаряды, а в интернатах молодых металлургов гиревой спорт был необычайно популярен. Спор: кто сильнее, кому на комнату, этаж на этаж, интернет на интернет, кажется, не прекращались ни на один день.

Девиз «Штангу — в каждый дом» невыполним

кого института физкультуры в начале шестидесятых. Работал в МГМИ, в 1979 году перешел на кафедру в МГПИ. В те годы в Магнитке был настоящий бум тяжелой атлетики, и гири использовали только как дополнительное средство в развитии силы. Тем не менее, гиревой спорт был популярен у металлургов и в горно-металлургическом институте. С металлургами все было ясно: чтобы плавить металл и выдавать прокат, надо быть сильным и здоровым. А в горном институте гири получили популярность благодаря преподавателям кафедры. Дело в том, что гиревой спорт был официальным и обязательным в армии, и это обстоятельство требовало культивировать среди студентов любовь к гирям, и существовали обязательные нормативы. Разрядников по этому виду спорта было очень много, а моему воспитаннику Шамилю Хабидуллину первому в городе удалось выполнить норматив кандидата в мастера спорта. В МаГУ сегодня тоже есть талантливые гиревики, но не много: как ни крути, а основной контингент у нас девушки, и гири их интересуют мало. Хотя для представительниц слабого пола существуют свои нормативы, вес гири у них меньше. Многие девочки предпочитают гиревой спорт фитнесу и с удовольствием выступают в турнирах. На последних соревнованиях по гиревому спорту, которые традиционно включают в программу городской летней спартакиады, наши парни победили во всех весовых категориях. К сожалению, совсем недавно узнал, что металлурги исключили гиревой спорт из соревнований в зачет зимней спартакиады, заменив их модным нынче жимом штанги лежа. Жаль, что гиревой спорт в Магнитке потихоньку умирает. А именно он по-настоящему русский спорт, соответствующий нашему характеру и менталитету.

Насколько велика ценность упражнений с гирями?
— На мой взгляд, они не имеют цены. С гирями различного веса можно выполнять десятки упражнений как для мужчин, так и для женщин на все группы мышц, плавно варьировать нагрузку без ущерба для здоровья, не допуская травм. Как-то прочитал в одном из спортивных изданий, где пропагандировали здоровый образ жизни, такие слова: «Штангу — в каждый дом». Считаю, это нереально. Купить сегодня полный комплект оборудования вместе со штангой или какой-нибудь другой навороченный тренажер — без проблем, но все это стоит немалых денег, да еще и место в квартире под их установку надо выкроить. Вот недавно показывали по центральному телевидению тренажерный зал Никиты Михалко-ва. Он может себе такую роскошь позволить, а вот для простого люда это уже несбыточно. Да и не всякий тренажерный зал сегодня по карману: слишком завышены цены на месячные абонементы. А гири дешевы и не занимают много места в квартире. Спортсмены, получившие хорошую гиревую подготовку, как правило, добиваются отличных результатов в других видах спорта. А нам, простым смертным, гири дадут отличный заряд здоровья, силы. С ними можно тренироваться с 13 лет до глубокой старости, не следу-



ет только лениться. Кстати, солдаты армий США, Германии, Италии, Китая и других стран регулярно стали подбрасывать вверх русскую гирю. Не драки, раскусили наш секрет крепости тела и духа.

Николай Николаевич, мой вес почти 80 килограммов. Что мне следует сделать, чтобы выполнить кандидатские нормативы?
— Сразу, думаю, у вас ничего не получится. Следует хотя бы пару месяцев потренироваться с 16-килограммовой гирей. Норматив кандидата в мастера спорта фиксируется только на соответствующих соревнованиях в упражнениях с гирями весом 24 кг, а мастерский норматив — только с двухпудовками. Но можете попробовать: следует толкнуть двумя руками 90 раз за десять минут и вырвать за это же время, обязательно левой и правой рукой раз по семидесяти.

килограммов он толкнул гири 110 раз и вырвал в общей сложности 157 раз. Потрясающий результат! А вот в вашей весовой категории прошлого год победитель первенства мира по гиревому спорту наш студент Алексей Гончаров выдал: 70 раз — толчок и 90 — рывок. Для него эти соревнования были «легкой прогулкой» даже для победы.

Николай Николаевич, так нечестно. Мы говорим о проблемах гиревого спорта в городе, а вы утаиваете от прессы победы участника первенства мира...

— Ничего я не утаиваю. Да, Гончаров — победитель первенства мира прошлого года. Но он не мой ученик. В ранге победителя он поступил в наш университет, приехал из Фершампенуаз. Именно в этом районном центре очень развит гиревой спорт, откуда и чемпионы. Кстати, в ноябре именно там пройдет чемпионат области по нашему виду спорта. И все мои воспитанники будут там стартовать. Если подтвердят свои кандидатские показатели, то это звание будет им присвоено. А чтобы в городе поднять гиревой спорт на высоту, нужен опытный, фанатичный, молодой энтузиаст с хорошей финансовой поддержкой. И результаты придут быстро. Смогли же в Челябинске возродить наш спорт. И, пожалуйста, есть уже и чемпионы мира, международные и заслуженные мастера спорта. Было бы желание развивать наш русский, доступный для всех спорт. Жаль, что я уже в возрасте и по здоровью мне эту работу не потянуть! А помочь — пожалуйста!

...В Греции еще со времен первых Олимпийских игр хранили камень с углублением, напоминающим ручку. Написанная на нем много столетий назад, гласит, что груз поднимали одной рукой. 146 килограммов! Вот вам и силашка гиревиков. А при такой силе и здоровье монолитнее. **Юрий А.ЛЕКСЕЕВ.**

Богатырская Россия

Гиревой спорт в России начали культивировать в конце XIX века. На тогдашних торговых ярмарках без этого развлечения не обходилось: купцы и корабельники принимались спорить, кто их сил сильнее? В 1885 году в Петербурге появился первый кружок любителей борьбы и гиревого спорта, созданный «отцом русской тяжелой атлетики», известным врачом В. Краевским. Лишь в 1962 году в СССР были разработаны правила для соревнований по гиревому спорту. Турниры «Богатырская Россия» прижились, особенно в сельских районах. Первый чемпионат СССР по гиревому спорту стартовал в 1985 году. Чуть позже, после развала Союза, созданы Федерация гиревого спорта России и Международная федерация гиревого спорта, стали регулярными чемпионаты России и мира.

ОДИН АБЗАЦЕМ

- Команды кислородно-конвертерного цеха ОАО «ММК» по мини-футболу разыграли кубок в честь 15-летия цеха. Восемь команд были разбиты на две подгруппы, в которых игры проводились по круговой системе. В итоге право играть в полуфинальной парке получили сборные отделения разливки стали, механослужбы, ковшевого и конвертерного отделений. В финал пробился разливщик и представители ковшевого отделений. Победил разливщик со счетом 4:0. Третье место досталось конвертерщикам.
- Завершился первый чемпионат ОАО «ММК» по армрестлингу. Победителями в своих возрастных группах стали Виктор Салютников (автотранспортное управление), Михаил Дегтярев (ЗАО «МРК»), Алексей Оращенко (цех КИП и А) и Владимир Горбунов (рудник).
- В Красноярске прошел матч юношеских сборных России и Кубы по боксу. Победили россияне со счетом — 8:3. В составе сборной страны выступил и магнитогорец Денис Асманов. Он своей бой уступил кубинцу — победителю первенства мира среди юниоров.
- В Киргизии завершился чемпионат Азии по летнему баян-тану, в котором принимал участие представитель СК «Металлург-Магнитогорск» мастер спорта международного класса Алексей Шепарев. На счету нашего земляка две серебряные медали за спринтерскую гонку и за гонку преследования. В мастер-старте Алексею досталась «бронза».
- В Зеленограде состоялся чемпионат страны по легкой атлетике среди спортсменов с нарушениями органов слуха. Здесь отличился представительница Магнитки Елена Друзина. На дистанции 4000 метров она заняла восьмое место.
- Сборная команда профессионального лига №13 стала лучшей в областном легкоатлетическом кроссе среди учащихся начального профессионального образования.
- Во Дворце спорта МГТУ прошел I Всероссийский турнир по баскетболу среди ветеранов памяти Константина Матвеевича. Участвовали команды Магнитогорска, Челябинска, Екатеринбург и Перми. Победа досталась магнитогорцам, пермяки — вторые, а третье место завоевали ветераны Екатеринбург.
- В Чебоксарах прошел Всероссийский турнир по боксу класса «А» на призы олимпийского чемпиона Валерия Соколова. В соревнованиях принимал участие воспитанник СК «Профит-Спорт», студент МГТУ Сергей Аленин (весовая категория 81 кг). Выиграв два боя, он занял первое место.
- Генеральный менеджер сборной России по хоккею Игорь Тулик озвучил окончательный список игроков национальной команды, которые будут готовиться к Кубку «Карьяла», второму этапу Евротура. В него вошли защитник «Металлурга» Виталий Атюшов. Но в расширенный список кандидатов руководителей сборной включили еще двух нападающих «Металлурга» — Станислава Чистова и Евгения Гладских. Их в любой момент могут вызвать в расположение национальной команды.
- В Челябинске прошел XVI Международный турнир по боксу памяти Олега Примакова и Александра Васина, в котором приняли участие свыше ста двадцати спортсменов 1988–89 годов рождения из России и Казахстана. На этих соревнованиях выступила и команда муниципальной учреждения «Ринг Магнитки-Кредо», завоевавшая два вторых и два третьих места. Серебряными призерами турнира стали Дмитрий Васильев (до 69 кг, тренер Александр Станкин, Михаил Романчук) и Сергей Демин (до 91 кг, тренер Андрей Прасолов). Третьи места заняли Максим Мараштанов (до 51 кг, тренер Романчук, Дмитрий Винокуров, Александр Полуниин) и Вячеслав Георгиев (до 69 кг, тренер Леонид Тюменев, Олег Карташов), уступивший дорогу в финал одноклубнику — Дмитрию Васильеву.

Прокладывать себе дорогу силой.

Цезарь Гай Юлий

Из Зеленограда с медалями

ДЗЮДО

Чемпионат России по дзюдо среди спортсменов с нарушениями органов слуха завершился в Зеленограде Московской области. Сборную Челябинской области составили борцы из Магнитогорска, воспитанники тренера СК «Металлург-Магнитогорск» Рауфа Валеева — Сергей Кот, Юлия Молодцова и мастер спорта международного класса Дмитрий Лавров. — Состав участников был весьма представительным, — сказал Валеев. — Абсолютно все сильнейшие борцы с нарушениями органов слуха включились в борьбу за награды и за путевку для участия в международном турнире по дзюдо, который пройдет в следующем году в Японии. Потому каждая схватка проходила в напряженной борьбе. Например, Сергей Кот на пути к финалу одолел призера чемпионата мира из Москвы и мастера спорта международного класса из Тамбова. А в финале на равных боролся с чемпионом мира прошлого года из Санкт-Петербурга, но уступил самую малость. Сергею вручена серебряная медаль. Лавров уверенно выиграл все свои пять схваток и завоевал золотую медаль. Порадовала Юлия Молодцова.

Она стала чемпионкой в своей и в абсолютной весовых категориях. В командном зачете сборная Челябинской области заняла третье место. — Еще пару лет назад в подобных соревнованиях выступал только один Лавров. Откуда у тебя набралась такая команда? — Благодаря тому же Лаврову. Он заразил друзей своим энтузиазмом и желанием бороться. Сергей Кот в свое время неплохо играл в хоккей с шайбой. Молодцова — неоднократная чемпионка области по легкой атлетике среди инвалидов. Оба были прекрасно физически подготовлены. Мне оставалось только обучить их навыкам дзюдо. На это ушло чуть больше двух лет. Есть еще крепкие и талантливые ребята — их победы еще впереди.



Алексей ГАЛИН.

Памяти Василия Скибы

ТРАДИЦИИ

В спортивном павильоне СК «Металлург-Магнитогорск» прошел традиционный турнир по греко-римской борьбе среди юниоров памяти старшего тренера Василия Яковлевича Скибы. Именно Василий Яковлевич за многие годы сумел построить монолитный плацдарм греко-римской борьбы на металлургическом комбинате и в городе. Сам боролся мастерски и, будучи тренером, воспитал немало мастеров спорта и чемпионов различного ран-

га. Его идеи и любовь к своему виду спорта теперь в руках его учеников, мастеров спорта, неоднократных чемпионов и призеров чемпионатов мира среди ветеранов Рауфа Валеева и Владимира Колесникова. — Еще задолго до начала нашего турнира, — сказал Колесников, — представители различных городов звонили домой и на работу, интересовались сроками проведения соревнования. Желающих приехать к нам было очень много. Собралось около 200 участников из различных городов нашей области.

Уфы, Тюмени, Белоречья, Казахстана, Оренбурга. Схватки проходили в течение двух дней. Мы очень тщательно готовились к домашнему турниру. Помимо напряженных тренировок, приняли участие во всероссийском турнире среди юнионов в Картахаях и достаточно успешно провели вроде как разведку боем. Вторые места заняли в своих весовых категориях Александр Агапов и Андрей Денисов, третье место досталось Михаилу Панченко. Дома, как говорят, и стены должны помогать. Может, это и так, но было видно, что воспи-

танники Валеева и Колесникова заметно волнуются на ковре. — В этом нет ничего удивительного, — подсказывает Колесников, — мальчишки молодые и дома на глазах родителей, друзей не хотят проигрывать, излишне стесняются. Соревновательного опыта у ребят очень мало, а кое у кого и совсем нет. Для нас, тренеров, выиграть деньги на юношеские соревнования — проблема из проблем. А когда варились в собственном соку, многого не достигнешь. Сейчас проходит предварительные поединки, но я уверен, что большинство наших воспитанников, попадут в финал и покажут настоящий магнитогорский характер, как этого требовал от нас Василий Яковлевич.

Колесников оказался прав: пять человек СК «Металлург-Магнитогорск» получили право бороться в финале своих весовых категорий. Великолепно провел свои схватки Александр Агапов, укладывав своих соперников на лопатки за считанные секунды. Настоящую русскую силушку и удачу показал в завершающей схватке турнира тяжеловес Егор Климов. Владимир Зотов даже и не представлял, как можно проиграть на

родном ковре. За поединком Михаила Панченко внимательно следил его отец, который в молодости освоил премудрости греко-римской борьбы у самого Скибы. И сын не подвел отца. Вторые места достались Адиате Мириеву, Кириллу Фролову, Андрею Косолапову, Дмитрию Михайлову, Александру Перестову, третьи — Александру Выровчикову, Андрею Денисову, Юрию Бородину, Артему Зиновьеву, Александру Новожилову, Александру Ивановскому, Александру Белому. **Кирилл КСЕНИН.**

Впереди — Европа

КРОСС

Воспитанница тренера Ирины Киселевой, студентка МаГУ Наталья Старкова, успешно выступила в первенстве России и стран СНГ по кроссу, где на дистанции 4000 метров завоевала две высокие награды: в первенстве России у нее «серебро», а в первенстве СНГ — «золото».

Благодаря этим высоким результатам Наталья включена в состав сборной страны для участия в чемпионате Европы по кроссу, который пройдет в декабре в Голландии.

В Оренбурге успешно выступила в российском чемпионате по кроссу лаборантка МаГУ Анна Матвеева (тренер Елена Васильева). В составе сборной области (двое мужчин и две женщины) она выиграла соревнования в эстафетном беге 4х1000 метров и тем самым выполнила норматив мастера спорта России.

Каковы перспективы выступления в европейском кроссе у Старковой?

— Предсказывать в спорте результат — дело неблагодарное, — сказала Ирина Киселева. — Но, как тренер, я все равно подожду какой-то итог выступления в сезоне, начекаю перспективы. По итогам нынешнего сезона в международном рейтинге на дистанции 5000 метров Наталья занимает пятое место в Европе. Это достаточно высокий показатель. И он, казалось бы, рассчитывает на хороший итоговый результат. Но не следует забывать, что бег на 5000 метров по дорожке стадиона и 4000 метров сложнейшего кросса — это далеко не одно и то же. Кросс сложнее. Но мы не падаем духом и уже, отдохнув, начали подготовку к этому важному старту. Пока тренируемся в городе, но в ближайшее время Наталья выезжает в южный регион, где продолжит подготовку в составе сборной страны.

Андрей ЗНАМЕНСКИЙ.

В шаге от лидеров

ЮНОШЕСКИЙ ХОККЕЙ

Магнитогорские хоккеисты 1988–1989 годов рождения, выступающие в старшей возрастной группе регионального турнира первенства России среди юниоров, выиграла два матча в Екатеринбурге у сверстников из местной школы «Спартак» — 1:0 и 12:1 и приблизились к лидерам.

«Металлург-89» делит третье-четвертое места с «Салаватом Юлаевым-89» — у обеих команд по 20 очков. Занимающие первое и второе места «Авангард-89» и «Трактор-89» набрали по 23 очка. Согласно регламенту, каждая команда может заявлять на матч несколько хоккеистов 1988 года рождения.

Наиболее результативную игру в составе «Металлурга-89» (тренер Олег Шумейко) демонстрирует нападающие Антон Главыцкий (сын Вадима Главыцкого, игравшего в Магнитке в 1995 — 2002 годах), Артем Некееров и Иван Кучин. Среди защитников лучший бомбардир — Алексей Ишимметьев.

«Зеркальный» финиш

ФУТБОЛ

На 13-м месте завершил выступление в зоне «Урал-Поволжье» второго дивизиона чемпионата России магнитогорский «Металлург-Метизник».

В заключительном матче на выезде наши футболисты встретились с челябинским «Зенитом», поединком с которым открывали сезон. Соперники поменялись не только полем, но и результатом. Весной со счетом 1:0 победили магнитогорцы, теперь — челябинцы. Гол, забитый уже на пятой минуте Евгением Ярославским, остался единственным.

Итоговые показатели «Металлурга-Метизника» таковы: 11 побед, 8 ничьих, 17 поражений, разность мячей 32–50. В десятку лучших бомбардиров дивизиона вошел нападающий магнитогорцев Андрей Князев, забивший 12 мячей.

В последних турах изменения происходили лишь в середине таблицы. С победителем и призерами все давно было ясно. «Содовник» из Стерлитамака давно завоевал путевку в первый дивизион, но продолжал крушить соперников. В итоге наколотил в чужие ворота 108 голов и набрал 101 очко. Второй финишировала тольяттинская «Лада» — 82 очка, третьей — новотроицкая «Носта» — 70 очков. Неудачник турнира, «Сатурн» из Набережных Челнов, тоже определился задолго до финиша. За весь сезон он набрал лишь 13 очков и занял последнее, 19-е место.

Олег ГРИШИН.

Шведская «бронза»

ОТКРЫТЫЙ ЧЕМПИОНАТ

Выиграв «бронзу» на открытом чемпионате Швеции, Анна Павлова увеличила свои шансы попасть на первенство Старого Света.

Престижный турнир состоялся в небольшом шведском городе Борсе в минувшие выходные. В состязаниях принимали участие борцы двадцати девяти стран. Для большинства из них этот старт был отборочным к первенству Европы среди спортсменов старшего до 57 лет, которые состоится в Киеве в конце ноября. В весовой категории лишь Анна Павлова из Магнитогорска. В решающей схватке за «бронзу» Павлова в овертайме разогнала принципиальную соперницу, соотечественницу Юлию Коваленко.

Таким образом, задуха-максимум на международном турнире Анна выполнила: попала в тройку призеров и еще раз доказала свое преимущество в спорте с так же претендующей на поездку на «Европу» Коваленко. Окончательный вопрос об участии Павловой в первенстве Старого Света решится на чемпионате страны, который состоится через неделю в Твери.

В минувшие выходные воспитанники Магнитогорской федерации дзюдо выиграли три медали на первенстве ФСО «Юность России» в Челябинске. Максимального результата добились 18-летний Дзамбалов Картоев: став победителем в весе до 73 кг, он заработал путевку на юношеское первенство страны. Бронзовыми призерами турнира стали Ольга Бережнова и Денис Жапонорко.

Спортсмены учатся в МаГУ, Ольга — в промышленном колледже.

Ольга ПЛАТОНОВА.