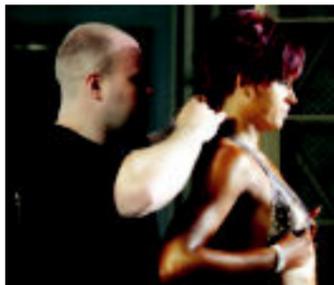
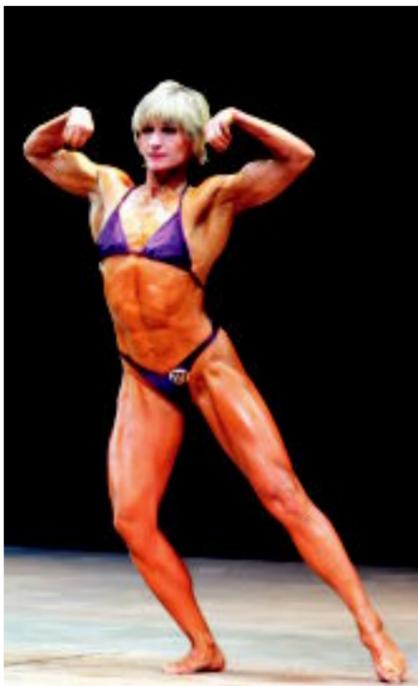
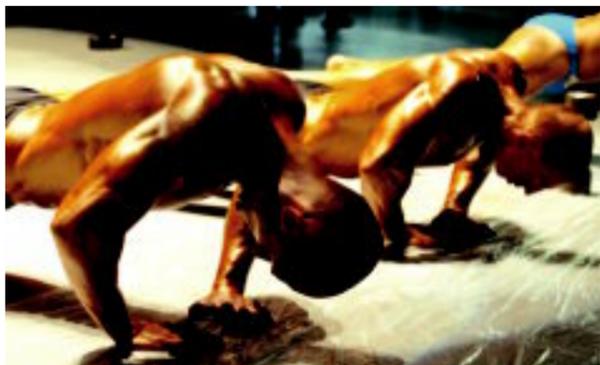


# Мое тело – мое дело!

➤ Шоу бодибилдеров – тоже своего рода конкурс красоты



**ДУМАЮ, вряд ли найдется кто-то, кто не знает, что такое конкурс «Мистер Вселенная»: это когда десятки лучших в мире блестящих атлетов соревнуются в размере бицепсов, трицепсов и других групп мышц – умничать не буду.**

С одного из таких конкурсов в большую карьеру «ушел» Арнольд Шварценеггер, из наших соотечественников могу назвать Александра Невского. А начинали они одинаково: в небольших тренажерных залах «качали мышцы», «кидали железо» и мечтали даже не о том, чтобы стать лучшими в мире, – в своем городе бы одержать верх над другими фанатами мышечной массы.

В минувшие выходные во Дворце культуры металлургов имени Серго Орджоникидзе состоялся такой конкурс: Кубок Магнитогорска по бодибилдингу и фитнесу. Организаторы – одноименная городская федерация. Из помощников – Магнитогорский металлургический комбинат (отдел социальных программ и управление по кадрам и общественным связям предприятия), аквапарк «Водопад чудес», магазин спортивного питания «Орбита плюс» и меценаты клуба «Самсон» УСК «Металлург-Магнитогорск». В ожидании большого красивого шоу переступаем порог зрительного зала...

...И сразу же подавляем разочарованный вздох: зал заполнен не более чем на треть, и понятно, что это друзья и поклонники самих выступающих, коих и самих-то всего около 20 человек. Из элементов шоу – лишь рекламные растяжки над сценой да столик в углу, щедро уставленный блестящими кубками и медалями. Судя по количеству участников, понимаем, что каждому может достаться по два, а то и три сосуда, шутим между собой: «Ну вот, по сервису для шампанского ребята заработают». Программа проходит вяло и даже скучновато: невидимый голос ведущего – он же член судейской комиссии – называет имена участников, которые то по одному, то сразу по несколько человек выходят на сцену, становятся в позу и под руководство того же голоса: «направо – направо – направо» разворачиваются на 90 градусов, демонстрируя результаты подготовки к соревнованиям. Единственное, что приятно тешит глаз, так это обилие эстетически безупречных зрителей в зале, будь то накачанные высокие парни в облегающих футболках и джинсах, или тоненькие девушки с идеальными формами. Да еще вносит оживление так называемая произвольная программа, в которой каждый из участников напрягает те или иные группы мышц под мощную музыку, включив в выступление не только тело, но и артистизм, – это было гораздо интереснее.

За кулисами соперники превращаются в друзей – зачастую это представители одного и того же фитнес-центра, коих в городе всего-то 47: массируют друг друга, натирают маслом, забрызгивают каким-то спреем, окрашивающим тела в бронзовый цвет. Кто-то отжимается, кто-то спокойно стоит, наблюдая за действием на сцене и перекачивая под кожей весьма внушительные мышцы.

– Подготовка к соревнованиям любого уровня, а в Магнитогорске они, между прочим, являются титульными, очень сложна, поскольку требует большой отдачи, траты времени и, кстати говоря, немалых средств, – комментирует председатель городской федерации бодибилдинга и фитнеса, именитая в

Европе спортсменка Лариса Денисова. – Потому что это постоянные тренировки под руководством индивидуального тренера, специальное питание... По большому счету, каждый, кто занимается в фитнес-центрах и тренажерных залах, может принять участие в соревнованиях на уровне города, а здоровым образом жизни в Магнитке с каждым годом увлекаются все больше горожан. Но не каждый, учитывая вышеперечисленные факторы, на это идет. А настоящие фанаты идут – и это достойно всяческого восхищения и поддержки. Машенька Гумерова в прошлом году родила близнецов – и уже через пару месяцев вышла на сцену в открытом чемпионате города – в отличной форме. В этом году она также принимает участие в кубке. Алексей Гавричков занимается бодибилдингом уже двадцать лет и в процессе подготовки к городскому турниру он «сушится» со 125 до 100 килограммов! Причем не всегда федерация бодибилдинга и фитнеса может предоставить участникам соревнований денежные призы, тем более крупные

## За кулисами соперники превращаются в друзей

– из-за этого отсеивается еще часть спортсменов, желающих уж если не обогатиться на участии в турнире, то хотя бы восполнить затраты на его подготовку. Остаются самые верные.

– Это здорово, действительно. Но, согласитесь, зрителям все-таки хочется шоу, учитывая зрелищность самого вида спорта...

– Наверное, соглашусь с вами: сегодня среди зрителей – родственники и друзья участников, которым интересен сам вид спорта, ведь зачастую и они увлечены им. Поэтому и зрителей так мало. Мы – федерация бодибилдинга и заинтересованы прежде всего в профессиональных соревнованиях. Финансовой поддержки у городской администрации мы не находим, поэтому стеснены в средствах. А шоу – задача, которую должны решать ответственные за это люди. Если они захотят, мы совсем не против возвести в Магнитогорске бодибилдинг на новый уровень.

Все правильно – ничего не добавишь и не противопоставишь. Пока бодибилдингом в Магнитогорске по-настоящему не заинтересуются чиновники, ничего не выйдет – на то они и спортсмены, чтобы заниматься исключительно спортом. И все же надежда остается: помнится, конкурсы красоты у нас тоже не были никому нужны. Теперь же их проходит сразу несколько – и среди молодых красавиц, и среди уже счастливо обремененных мужьями и детьми. Может, и до бодибилдинга дело дойдет – тем более, если учесть, что это тоже своего рода конкурс красоты.

Что же касается итогов самого кубка, то председатель Магнитогорской федерации бодибилдинга и фитнеса Лариса Денисова одержала убедительную победу в категории «Женский бодибилдинг».

Среди юношей победу одержал Илья Крамор, в категории «Классический бодибилдинг» пальма первенства досталась Александру Пелевину, в весовой категории до 80 килограммов победил Роман Попцуй, свыше 80 килограммов – Алексей Гавричков. В номинации «Бодифитнес» первой стала Мария Гумерова. В категории «Фитнес» была представлена всего одна участница – Мария Малышева, поэтому ее выступление было расценено как показательное, но и она была удостоена кубка. Абсолютным же чемпионом стал Алексей Гавричков ☺

**ФОТОРЕПОРТАЖ**  
смотрите на нашем сайте  
[www.magmetall.ru](http://www.magmetall.ru)

РИТА ДАВЛЕТШИНА  
ФОТО > ЕВГЕНИЙ РУХМАЛЕВ

➤ Оставаться по-настоящему женственной способна лишь воистину мужественная женщина. **Алексей ГРИШАНКОВ**