



**Данное издание оцифровано
в Воронежской областной
универсальной научной библиотеке
им. И.С. Никитина**

394018, г. Воронеж, пл. Ленина, 2 / ул. Орджоникидзе, 36

Понедельник– четверг 9.00-20.00

Суббота, воскресенье 12.00-20.00

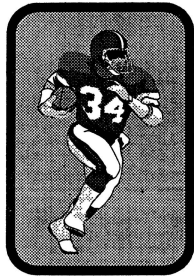
Пятница -выходной

<http://vrnlib.ru>

<http://vk.com/vounb>

e-mail: vounb@mail.ru

+7 (473) 255-05-91



ИГРОК

ВОРОНЕЖСКИЙ

СПОРТИВНЫЙ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

23 марта

№ 11 (21)

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

30 лет назад Сергей Сальников приехал в Воронеж. 10 лет назад его не стало. Очерк Владимира Преображенского.

"Факел" в Сочи кричит всех с крупным счетом. Информация по телефону нашего корреспондента Игоря Владимировича.

Лучшие матчи, голы, выдающиеся рекорды в традиционной рубрике "Sport-week"

"Старт" (Воронеж) - безоговорочный лидер воронежского областного хоккея - на страницах "Игрока".

Директор Таповской ДЮСШ Анатолий Елеков о себе и о своих воспитанниках.

Коротко об истоках развития тхэквондо, каратэ, у-шу рассказывают Виктор Безмага и Сергей Котов.

Игорь Ягников ушел из облспорткомитета. Попытка обернуться назад в эксклюзивном интервью для "Игрока".

Стать красивыми и привлекательными женщинам помогут советы Елены Оборотовой в рубрике "Здоровье".

С ХОККЕЕМ МЫ КОНЧАЕМ СЧЕТЫ, ГРЯДУТ ФУТБОЛЬНЫЕ ЗАБОТЫ.



Утекают ручьями обильные зимние сугробы, возбуждая реки и питая землю. Как трава сменяет белое снежное покрывало, так и футбол приходит на смену хоккею. Причем, два этих события происходят одновременно. Но...

Хоккей летом о себе нам особо не напоминает. Стоит лишь закончить Кубку Стэнли и чемпионату мира, как о хоккее и слова нет. Футбол же нам не дает перекурить ни дня. Зима на дворе, а мы то и дело слышим о "Милане" и "Баварии", "Пари Сен-Жермене" и "Манчестере Юнайтед". Это все интересно, но где-то далеко. Наш же футбол, за который мы привыкли болеть, приходит только с весной.

Так вот, 19 марта закончился чемпионат МХЛ по хоккею с тольяттинской "Ладой" во главе, а неделей раньше начался чемпионат России по футболу в высшей лиге. Закончил выступление в нынешнем сезоне "Буран" и совсем скоро в борьбу вступит "Факел". Нет времени расслабляться воронежским болельщикам. Это радует. Жаль только, что наши представители самых популярных видов спорта выступают не на том уровне, на каком могли бы и на каком хотелось бы нам. Но, как поется в известной песне, "знаешь, все еще будет" поэтому не будем переживать о неопределенно-подвисшем состоянии "Бурана" в хорошо организованном российском хоккейном хозяйстве; не будем сокрушаться по поводу второй лиги "Факела". Совершенно ясно, что при нынешнем финансовом положении команды полеты во Владивосток и Якутск дались бы с большим трудом. Давайте по доброму простимся с хоккеем и переключимся на "Факел". Ему сейчас очень необходима горячая поддержка болельщиков.

СПОРТ-NEWS

Нам удалось узнать подробности последнего выездного тура воронежского "Бурана". Как сообщил главный тренер команды А.А.Крысанов, в Москву "Буран" отправился на самолете авиационного завода в день игры. Из-за сильного бокового ветра самолет не смог приземлиться в Шереметьево, дважды делая заход на посадку. После очередной неудачной попытки самолет взял курс домой. Так, к моменту начала игры в Сетунь воронежские хоккеисты оказались вновь в Воронеже.

Именно из-за этих приключений с самолетом "Буран" отправился в Нижний Олес с большим опозданием. Команда приехала на место назначения в шесть часов утра в день игры. Усталость сказалась на действиях наших хоккеистов, и уже в начале поединка "Буран" пропустил две шайбы. Сливанов сократил разрыв в счете, но на большее у наших игроков просто не хватило сил. "Коминфет" одержал победу со счетом 2:1.

Когда номер уже находился в работе, из Хосты позвонил наш

ПОНЕМНОГУ ОБО ВСЕМ

корреспондент Игорь Владимиров, находящийся там на заключительных сборах воронежского "Факела", и сообщил, что запланированная встреча с арзамасским "Торпедо" 22 марта не состоится. Торпедовцы отказались играть с "Факелом". Причина отказа нам неизвестна, но есть подозрение, что арзамасские футболисты проанализировали выступление "Факела" в Сочи и решили не портить себе настроение накануне начала сезона.

Как нам стало известно, из-за финансовых трудностей кисловодский "Асмарал" сыглас с чемпионата России по футболу. В западной зоне второй лиги "Асмарал" заменит владикавказский "Ирстон". Напомним, что в прошлом году в рамках подготовки к сезону-93. "Факел" встречался с "Ирстоном" и победил - 4:0.

В Сыктывкаре прошел чемпионат России по лыжным гонкам. Воронеж на этих соревнова-

ниях должны были представлять две наши лыжницы: Марина Скориданова и Елена Важенич. Буквально накануне старта Елена заболела, а результат Марины оказался очень далеким от показателей призеров чемпионата.

На прошлой неделе должен был состояться чемпионат России по велоспорту в Майкопе, в котором собралось участвовать воронежские спортсмены. Но из-за тяжелых погодных условий в горах старты решено было перенести на апрель.

На весенних каникулах, 26-30 марта, в СК "Кристалл" пройдет Всероссийский турнир по волейболу среди юношей 1980-81 годов рождения, в котором примут участие команды Москвы, Обнинска, Белгорода, Старого Оскола и две команды, представляющие воронежскую ДСШ "Кристалл". Это будет хорошей подготовкой к зональным играм (Белгород, апрель) пре-

стижных всероссийских соревнований "Летающий мяч". В полуфинал из зоны попадают две команды, и оказаться в их числе непросто, поэтому очень важно в Воронеже победить белгородцев, чтобы получить над ними психологическое преимущество.

На проходящем в областном шахматном клубе первенстве города по шахам лидируют кандидаты в мастера Геннадий Сачков и Виктор Колозани.

21 марта в 5.50 утра у выдающегося воронежского боксера, председателя областной федерации кикбоксинга Валерия Абаджана родилась дочь. В телефонном разговоре с корреспондентом "Игрока" Валерий сказал, что готовились к появлению сына, поэтому еще неизвестно, как нарекут нового члена семьи Абаджан. Мы еще раз поздравляем Валеру и его супругу с рождением дочки, и желаем новому человеку расти здоровой, веселой и не огорчать родителей.

ВОЛЕЙБОЛ

Чемпионат России по волейболу среди мужских команд. Вторая лига. Турнир за 9-16 места. 8 тур. Воронеж. Спортивный комплекс "Кристалл".

В ролных стенах на финише чемпионата "Кристалл" выступил не столь успешно, как хотелось бы: в трех играх - два поражения. Однако, на турнирном положении это сказалось незначительно, среди 32-х команд второй лиги воронежцы еще до Нового года зарекомендовали для себя одно из мест во второй восьмерке. И хотя на втором этапе юные волейболисты "Кристалла" проигрывали чаще, чем побеждали, тем не менее приобретенный турнирный опыт в соперничестве с сильными командами - дело большое.

18 марта. "Кристалл" (Воронеж) - КАМАЗ (Набережные Челны). 1:3 (15:12, 1:15, 7:15, 10:15).

19 марта. "Кристалл" (Воронеж) - "Фортуна" (Волжский). 3:1 (15:13, 7:15, 15:5, 15:9).

КОНКУРС

С каждым разом увеличивается количество участников конкурса "Лига чемпионов". В четвертом туре мы получили три 324 варианта. И, судя по всему, это не предел. Близится финиш, и борьба за главные призы конкурса все обостряется. Растет и количество присылаемых участниками вариантов. Ведь самому азартному (приславшему наибольшее количество вариантов по итогам шести туров) полагается приз - полугодичная подписка на газету "СПОРТ-экспресс". Пока по этому показателю лидирует Александр Леув, заполнивший последний раз 60 (!) вариантов. В сумме его результат - 84 карточки. На втором месте идут Роман Вахметьев и Геннадий Поздняков (оба - Бугурлиновка) - по 65 вариантов. Напомним, если вам не хватает газет в киосках "Роспечати", вы можете приобрести их в редакции. Несмотря на то, что количество участников конкурса растет, никому еще не удалось разом угадать три (тем более четыре) результата. Поэтому мы объявляем дополнительный приз - полугодичную подписку на "СПОРТ-экспресс" - тому, кто первым угадает в одной карточке три (или четыре) результата. Если таковых окажется несколько человек, то счастливиčka выиграт жребий.

Теперь об итогах прошедшего тура. В 102 карточках были уга-

"КРИСТАЛЛ": ПОСЛЕДНИЕ ИГРЫ ЧЕМПИОНАТА

20 марта. "Кристалл" (Воронеж) - ИМИ (Ижевск). 2:3 (15:7, 15:8, 6:15, 13:15, 13:15).

"Кристалл" выступал в таком составе: Рыбин, Лопаев, Крылов, Козлов, Москалев, Полуэктов - стартовый состав. Назинцев, Сапронов, Цуканов.

Остальные игры тура принесли следующие результаты: ИМИ - "Фортуна" - 3:1, ИМИ - КАМАЗ - 3:1, "Фортуна" - КАМАЗ - 0:3.

Но сезон для большинства игроков "Кристалла" еще не закончился. 23-27 марта в Обнинске состоится полуфинал первенства России среди юношей 1976/77 года рождения, в котором примет участие состав "Кристалла" (за исключением Рыбина и Полуэктова), выехавший на площадку в 8-м туре. Воронежские волейболисты являются фаворитами в борьбе за выход в следующий круг.

ПОДПИСКА

Уважаемые любители спорта!

Всего какая-то неделя осталась до начала очередной подшивной кампании. И с первого же дня откроется подписка на ваши любимые, уникальные в своем роде издания: "СПОРТ-экспресс" и "Игрок-weekly".

Поэтому мы предлагаем вам не затягивать процедуру подписки до последнего дня. Жизнь коротка, и цены на необходимые вам газеты могут измениться в любой день.

Спешите на почту и скупайте "СПОРТ-экспресс" и "Игрок-weekly". Уверены, мы не прогадаем.

ЛИГА ЧЕМПИОНОВ

данные результаты. В 10 из них - по 25 очков. Еще 7 участников имеют по 20 очков. Среди них есть и одна женщина - Наталья Андрианова.

И еще одна новость для участников конкурса. Победители будут награждены призами "принадлежность" - 22 апреля в перерыве матча чемпионата России по футболу "Факел" - "Авангард".

Не будем вас больше откладывать. Пора заполнять талон и бежать к почтовому ящику. Удачи вам!

Пятый тур. 30 марта.

"Барселона" - "Галатасарай" _____

"Спартак" - "Монако" _____

"Милан" - "Андерлехт" _____

"Вердер" - "Порту" _____

Ф.И.О.: _____

Домашний адрес: _____

ХОККЕЙ

Вот и завершились соревнования в нашей зоне. Определены основные кандидатуры на участие в матчах плей-офф. Итоговая таблица свидетельствует о том, что наша команда оказалась за чертой лучших команд. Но, как говорят в таких случаях, "не верь глазам своим". Дело в том, что после последних поединков стало известно, что "Динамо-2" снимается с первенства. Причина - финансовые проблемы. Под вопросом также участие в матчах плей-офф гродненского "Немана", который нарушил регламент проведения чемпионата. Таким образом, "Буран" оказался-таки среди шести команд, которые будут представлять нашу зону в финальных матчах. Уже известен соперник наших хоккеистов - "Нефтехимик" Нижнекамск. Первый поединок этих соперников состоится 25 марта в Воронеже, ответные игры - 29-30 марта в Нижнекамске.

"БУРАН" В ПЛЕЙ-ОФФЕ. ОТКРЫТЫЙ ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. ЗОНА ЦЕНТР-СЕВЕРО-ЗАПАД. ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА.

		И	В	Н	П	Ш	О
1.	"Коминфет" Н.Одес	18	13	1	4	67-26	27
2.	"Горняк" Оленегорск	18	11	1	6	59-35	23
3.	"Химик" Новоолоцк	18	10	3	5	74-46	23
4.	"Динамо-2" Москва	18	10	1	7	71-56	21
5.	"Вятки" Рязань	18	10	1	7	60-44	21
6.	"Неман" Гродно	18	9	1	8	51-58	19
7.	"Буран" Воронеж	18	7	1	10	49-58	15
8.	"Кр.Советов-2" Москва	18	7	1	10	58-72	15
9.	"Марс" Тверь	18	5	0	13	30-71	10
10.	СКА-2 С.Петербург	18	3	0	15	40-93	6

ФУТБОЛ

ЖИЗНЬ И ФУТБОЛ СЕРГЕЯ САЛЬНИКОВА

Ровно 30 лет назад к руководству воронежским "Трудом" пришел один из самых известных мастеров отечественного футбола, в прямом смысле человек-легенда, Сергей Сергеевич Сальников.

Ни один тренер, ни до, ни после работавший с командой, не обладает таким авторитетом игрока и такой славой, и дело не в званиях, которые мы перечислим ниже. Сам всего 4 года назад закончивший выступления в большом футболе и считавшийся, пожалуй, самым техничным игроком, Сальников показал доселе в Воронеже не виданные приемы и трюки в обращении с мячом, многие из которых граничили просто с цирковыми номерами. Мы, в то время 10-12-летние пацаны, старались так же жонглировать мячом, останавливать и перебраться его через себя и, что вообще уже было для нас из области фантастики и удавалось далеко не каждому, ловить мяч на шею.

А команда мастеров переживала в то время не самый лучший период. Приход Сергея Сергеевича в "Труд" совпал со сменой поколений, неизбежной в любом коллективе и всегда очень болезненной. Ушли по разным причинам С.Андронников, В.Лавыгин, почти не появлялись на поле Л.Радян, В.Иванов, В.Шамин. И тем не менее, задача-минимум была выполнена, воронежский "Труд", набрав одинаковое количество очков с ереванским "Араратом" и заняв шестое место, вышел в финальную часть турнира. Условия для перехода в высшую лигу в 1964 году были идеальными: сразу 4 команды из 14 участвовавших в финале получали в ней прописку. Но, к сожалению, багаж очков воронежцев в предварительных играх шансов на борьбу уже не оставлял, и здесь, я считаю, проявилась мудрость Сальникова: не имея в команде ярких звезд, он оттачивал технику игроков и, вводя в основной состав молодых футболистов, по сути стремился создать новую команду.

Послушайте, что об этом говорил сам Сергей Сергеевич: "Сегодня, когда преодоление масштабной обороны стало всеобщим камнем преткновения, уже мало того, чем располагает в техническом аспекте наш средний футболист. В центре поля, где ощущается простор, - еще куда ни шло,

можно обойтись и тем, что есть. Но в штрафной площадке в условиях жесткого лимита времени, отсчитываемого подчас секундами, нужны другие, может быть, единственные в своем роде, а значит, неожиданные приемы. Речь идет не просто о том или ином элементарном приеме, пусть безотказно выполняемом, а о разновидностях этого приема".

Далее он поясняет свою мысль: "Сейчас недостаточно уметь просто остановить мяч, скажем грубо (всего насчитывается семь разновидностей такой остановки), а достаточно его надо с учетом многих факторов - скорости и высоты полета мяча, своего местонахождения, расположения противника и т.п. Причем, делаться это должно подсознательно, автоматически".

Эту уже не школа, это академия футбола. И именно Сергей Сергеевич Сальников пригласил в команду юных Евгения Шеголева и Владимира Прокуркина, впоследствии лучшего нашего защитника и лучшего нападающего.

За Прокуркиным Сальников следил особо. Вспоминается весенний номер еженедельника "Футбол" за 1969 год. Представлялись нападающие, дебютанты высшей лиги Б.Копейкин из Челябинска (которого, кстати, открыл знаковый воронежским болельщикам В.П.Белов) и наш В.Прокуркин, которому предстояло выступать за ростовский СКА. И повествование неожиданно оказалось слова Сальникова, предупреждавшего вратаря: "Пока играет Прокуркин, он будет забивать." (с 1965 по 1978 год Владимир ни разу не забил меньше 10 мячей за сезон, в том числе и в высшей лиге).

К сожалению, только один год проработал с воронежским "Трудом" Сергей Сальников. Может, кому-то место, занятое командой, - двенадцатое - показалось скромным, да и некоторые футболисты, пользуясь мягкостью старшего тренера, подводили последнего, позволяя себе то, что принято называть нарушением спортивного режима, а может, недостаток опыта тренерской, а именно административной практики сказался (в середине 60-х старший тренер автотехнически являлся начальником команды), но факт, в следующем 1965 году Сальников, после двух-

летнего перерыва, вернулся в Москву, в "Спартак".

До приезда в Воронеж, Сергей Сергеевич в 1963 году тренировал команду класса "Б" - "Шахтер" (Шахты).

И закрыть воронежскую страницу в биографии великого мастера хочется эпизодом, который рас-

ское пребывание в Воронеже даже не отмечено."

"Как же так?" - поинтересовался я у Валерия. "Так ведь Сергей Сергеевич попросил," - ответил он.

Вообще, давно отпавший от спорта, а в свое время поигравший и за московский "Спартак", и за

как о техничном футболисте, но и как о прекрасном человеке.

Кстати, подробности смерти Сергея Сальникова мне тоже сообщил Алабужев, но об этом чуть позже.

Я не ставил своей задачей написание биографического очерка о Сальникове. Моя тема - футбольная статистика. Цифры и факты, как говорится, упрямая вещь. Давайте посмотрим с этой стороны на показатели одной из ярчайших звезд нашего футбола.

Итак, Сальников Сергей Сергеевич, родился в 1925 году. С 1944 по 1960 год выступал в высшей лиге за "Зенит" (Ленинград), московские "Спартак" и "Динамо".

В 1955 удостоен звания "Заслуженный мастер спорта", Олимпийский чемпион 1956 года, чемпион 1 "Спартака" народов СССР, трехкратный чемпион Советского Союза - 1954, 1956 и 1958 годов, двухкратный серебряный и четырехкратный бронзовый призер чемпионатов СССР, 4 раза становился обладателем кубка СССР. В первенствах страны сыграл 334 матча, забил 101 гол, член клуба Григория Федотова, в списках "33 лучших": 1948 г. - N 2, 1950 г. - N 3, 1956 г. - N 1, 1957 г. - N 3. Игрок сборной СССР с 1954 года. Сыграл 23 игры, забил 11 мячей. Участник чемпионатов мира 1958 года, кавалер ордена "Знак Почета".

Ну, скажите, вот так, не задумываясь, много ли вы знаете футболистов с таким послужным списком?

А впервые воспитанник московского футбола Сергей Сальников появился в составе ленинградского "Зенита". В 1944 году еще не закончилась война, но было решено провести игры на Кубок СССР; и вот финал: "Зенит" - ЦСКА. Мало кто ожидал, что ленинградцы, в мастерстве явно уступавшие москвичам, выиграют. При счете 1:1, двенадцатилетний Сергей Сальников забил победный гол. Кстати, единственный мяч, решивший судьбу Кубка, Сальников забил и в 1953 году "Крыльям Советов" Куйбышев, но уже в составе московского "Динамо".

А всего в кубковых играх Сальников забил 22 мяча (на один больше только у Н.Симоняна и В.Николаева).

С 1945 года возобновляются игры первенства страны. Показатель С.Сальникова в "Зените" - сыграно двадцать матчей, забито 8 мячей - 20(8).

С 1946 года Сергей Сергеевич в московском "Спартаке", личные показатели по годам выглядят так: 1946 - 19(9), 1947 - 21(2), 1948 - 22(6), 1949 - 26(12).

Заслуженный тренер СССР М.И.Якушин в своей книге "Вечная тайна футбола" среди идеальных взаимодействующих тандемов, таких как: Бесков - Фетимов, Бобров - Федотов, Иванов - Стрельцов, называет и связку Симонян - Сальников.

В 1950 году залихорадило московское "Динамо", команда расталась с несколькими ветеранами, произошла смена тренера, но именитый клуб в те годы просто не имел права играть плохо, футбол всегда был больше, чем игра. Так Сергей Сергеевич на 5 лет связывает свою судьбу с "Динамо", где его личные показатели: 1950 - 35(8), 1951 - 27(9), 1952 - 13(4), 1953 - 18(2), 1954 - 20(6).

В 1955 году Сальников возвращается в родной "Спартак". Вот как описывают очевидцы линию нападения спартаковцев: "Вперед неудержимо несли ее, как два могучих крыла, два края - левый Анатолий Ильин и правый Борис Татушин. В центре атаки "Спартака" всегда на направлении главного удара шел Никита Симонян. На местах полурезервы выступали Сергей Сальников и Анатолий Исаев".

Изыскный, тонко понимающий каждую игровую ситуацию, Сальников нередко бывал автором всех острых сюжетов в том изумительном произведении, которое создавал "Спартак" на зеленом поле. И личные результаты: 1955 - 19(12), 1956 - 21(7), 1957 - 20(5), 1958 - 22(7), 1959 - 18(3), 1960 - 13(1). 1960 год был последним сезоном Сальникова.

Мало кто знает, что Сергей Сергеевич выступал и за ЦСКА. В 1947 году Б.А.Аркадьев пригласил его поехать в составе этой команды в Чехословакию, а ведь в армянском клубе в то время в нападения играли Г.Федотов, В.Бобров, А.Гринин, В.Николаев, В.Демин.

Николай Петрович Старостин до сих пор называет Сальникова лучшим левым крайним страны, а

уж "патриарх" отечественного футбола многих поведял на своем веку.

А как не упомянуть 1 Спартакиаду народов СССР 16 августа 1956 года. Финал. В "Лужниках" аншлаг - 103 тыс. зрителей - несмотря на сильный дождь. Играть сборные Москвы и Грузии. С.Сальников (капитан сборной столицы) с подачи А.Ильина открывает счет, на что грузинская команда отвечает голом Б.Хасая. Лишь в самом конце матча Ильин с подачи Сальникова забивает "золотой" гол.

Игра в сборной СССР - особый раздел.

Во всех справочных изданиях указывается, что свой первый матч наша сборная провела 15 июля 1952 года в городе Котка со сборной Болгарии во время Олимпийских игр. Оставим на совести спортивных чиновников затнувшиеся включение сборной в ФИФА.

На самом деле первый матч, на который, к сожалению, не распространяется официальная статистика, состоялся 11 мая 1952 года на столичном стадионе "Динамо" против сборной Польши. Позволил себе назвать состав нашей команды: В.Никаноров (ЦСКА), К.Крижевский (ВВС), А.Башакин, Ю.Нарков (оба - ЦДСА), И.Нетто ("Спартак"), А.Петров (ЦДСА), К.Бесков ("Динамо" Москва), А.Гогоберидзе ("Динамо" Тбилиси), С.Сальников ("Динамо" Москва). В ходе игры на замену выходил В.Бобров (ВВС) и А.Ильин ("Спартак"). Дебют прошел неудачно - 0:1. Спустила несколько раз советские футболисты видели рваный - 2:1.

Но на саму Олимпиаду в Хельсинки Сальников не поехал. Как знать; после оргвыводов, связанных с поражением от югославов, может, это было и к лучшему.

Только через полтора года, в 1954 году, главная команда страны собралась вновь, правда, чтобы провести лишь два матча. Сальников участвовал в обоих, забив три мяча.

Сезон 1955 года сборная СССР провела без поражений, сыграв 8 матчей и победив, в частности, тогдашнего чемпиона мира - команду ФРГ. Сальников выступал во всех играх и забил 4 мяча.

(Продолжение следует)



сказал Валерий Алабужев. Даже болельщики со стажем вряд ли знают его в составе "Труда", да это и не мудрено, всего два мяча сыграл он в Воронеже, но при каких обстоятельствах!

Впрочем, ему слово: "В 1964 году был момент, когда сразу два вратаря получили травмы. Звонят мне Сальников: "Срочно приезжай." Я тогда играл за дубль московского "Спартака", приехал сразу. Интересно, но у нас я нигде не числился и в трудовой книжке

"Арарат", и за "Динамо" Махачкала, Валерий Алабужев в оценках очень строг, чего хотя бы стоит его высказывание: "Я ведь поиграл со многими известными футболистами, начинал с Э.Малочеевым, был дублером у В.Маслаченко, но если бы мне тогда сказали, что через несколько лет первый станет тренером сборной СССР, а второй - известным спортивным комментатором, а бы это воспринял, как шутку". Но о Сальникове я услышал массу теплых слов и не только

наши вчерашние игроки, так ощущаешь себя простором, - еще куда ни шло,

1980 году Саввиным, Иваном Косаревым, Игорем Владимировым, Игорем Владимировым, Игорем Владимировым, Игорем Владимировым,

ораву, Мухоморову, но у меня в жизни не числился и в трудовой книжке

Фокел". Но о Саввине в нашей жизни мало теплых слов и не только

Фокел" только у И.Саввина и у В.Николаева).

до сих пор вспоминаю Саввина, лучшего левого крайнего стражника

Саввинами смелее)

ФУТБОЛ

ИГРА ИДЕТ ПО-КРУПНОМУ

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ В ВОРОНЕЖЕ

Сочи - город, хорошо знакомый воронежской команде. Похоже, таким он уже стал и для газеты "Игра". Второй раз за два месяца наши журналисты выезжают на предсезонные сборы, которые "Факел" проводит на юге. По сравнению с Воронежем, столицей наполненной в воде, в Сочи довольно теплая погода - +14 С. Но солнце здесь можно увидеть не часто. Город-курорт залили дожди, что существенно влияет на подготовку команды к сезону: очень сложно найти поле хорошего качества. Но тем не менее до очередного чемпионата осталось всего две недели, а это значит, что сейчас время терять нельзя.

Едва мы спустились с трапа самолета АН-24, который благополучно доставил нас к месту назначения, как сразу же увидели улыбающегося Бородой за рулем. Море было где-то слева, а мы следовали в Хосту, где жила команда. Поселиться в гостиницу сразу не удалось, так как до контрольного матча с "Балтикой" оставалось всего около сорока минут. Но перед тем, как вы узнаете подробности этой встречи, мы предлагаем вам отчет о состоявшейся ранее игре с ереванским "Арагатом". "Факел" - "Арагат" (Ереван) 4:1 (2:1).

"Факел": Макасарашвили (Аблаев, 46), Дымов (Пшвин, 46), Горбач, Щеголев, Мхитарян, Борзыкин, Макаров (Зайцев, 46), Семин, Шпилюв, Степин, Исаев (Крештопов, 46).

"Арагат": Петросян, Мгрян, Гасян, Арутюнян, Степанян, Назарян, Шахгельдян, Григорян, Айвазян, Мхитарян, Ягмурян.

Голы: Степин (2), Шпилюв (35), Семин (48), Шпилюв (88).

По нашей просьбе матч комментирует второй тренер воронежцев Валерий Ченцов:

- В этой игре преимущество было полностью на стороне "Факела". Сначала после фланговой передачи Макарова Степин забил первый мяч. Спустя 20 минут он же отличился во второй раз. При счете 2:0 "Арагат" отыграл один гол. Но когда Семин завершил очередную комбинацию нашей команды, игра пошла в один ворота. В конце матча Шпилюв обогнал трех ереванских футболистов и забил четвертый мяч. У соперников был еще один опасный момент, но хорошо действовал в этом эпизоде вратарь Макасарашвили. "Арагат" пытался атаковать усиленным двух быстрых нападающих Шахгельдяна и Ягмуряна, но наши защитники пресекали все подобные попытки. Конечно, ереванская команда сейчас не та, что была ран-

ше, когда она выступала в сезонном первенстве.

Так проходил первый матч заключительных сборов "Факела", а теперь перейдем к игре с "Балтикой".

"Факел" - "Балтика" (Калининград) 4:1 (3:1).

"Факел": Макасарашвили (Аблаев, 36), Саввин, Горбач, Щеголев, Зайцев (Крештопов, 54), Борзыкин (Власенко, 65), Семин, Коптильев (Мхитарян, 46),



Макаров, Шпилюв, Степин.

"Балтика": Морин, Малай, Перминов, Булгаков (Близнюк, 47), Гетиков, Бирюков (Осипов, 46), Андреев, Роткович (Скляров, 46), Силин, Б.Аджинджал, Коновалов (Р.Аджинджал, 46).

Голы: Степин (2), Шпилюв (5), Роткович (14), Макаров (45, 85).

Это была сложная вязкая игра для обеих команд. Иного, впрочем, и не могло быть, так как поле оказалось очень мокрым и тягучим. Чтобы получить полное представление о том, как выглядит "Балтика" на сегодняшний день, я поинтересовался у второго тренера калининградцев Болдырева о результатах уже проведенных встреч. Вот какими они оказались: "Крылья Советов" (Самара) - 1:1, "Жемчужина" (Сочи) - 1:1, "Торпедо" (Миасс) - 2:2, "Лада" (Тольятти) - 1:2.

Матч начался бурными атаками "Факела". Уже на второй минуте Степин убежал от защитников "Балтики" и направил мяч в ворота между ног голкипера. Воронежцам этого показалось явно не достаточно, и спустя три минуты великолепную комбинацию с участием Семина и Шпилюва последний завершил результативным ударом головой. Соперник

никак не ожидал такого начала. Обескураженные калининградцы с трудом приходили к себе, и в этом во многом им помог гол, забитый после розыгрыша штрафного их лучшим игроком Ротковичем. После этого игра немного выровнялась, и свое мастерство пришлось показывать голкиперу "Факела" Георгию Макасарашвили. В некоторых эпизодах он был просто безупречен, спасая свою команду от неминуемых голов. К сожалению,

за этот матч от главного тренера "Факела" Сергея Савченкова получили Макасарашвили, Шпилюв, Степин, Семин и Щеголев. Из-за небольшого отравления не смог в должной степени проявить себя Эдуард Коптильев. Как вы уже, вероятно, заметили, в прошедшей встрече впервые принял участие новый футболист - Олег Власенко. Он находится в "Факеле" всего три дня. Ранее выступал за украинские команды "Ворскла" (Полтава) и "Кремень" (Кременчуг). Пока какие-либо выводы о его игре делать сложно.

А между тем в Сочи предстоял интересный матч. Местная "Жемчужина" принимала московское "Динамо". К моему удивлению, совсем небольшой стадион не был заполнен до отказа. Сложно сказать, с чем это связано, но то, что Сочи - нефутбольный город, и повсюду там вроде бы кричат, слышат, шумят болельщики, да все равно им чего-то не хватает. Наверно, опыта, футбольных традиций. Вот если бы "Динамо" в Воронеж приехало... Но такое может случиться при самом удачном раскладе только через два года. А пока приходится смотреть из пропасти на вершину. Смотреть и искать тот путь, который окажется правильным. Правда, сначала не обойтись посетить базу для более скорого покаяния этой дороги. Вот создадим когда-нибудь, и уж тогда...

А в Сочи шла равная борьба. Выковыривая мяч из рук, футболисты показывали все, что можно показать на начало сезона. Нападающие умудрились не забывать из невероятного удобных положений. Ничья в этом матче - справедливого исход. Но быть она должна только не нулевой. Местные ребята, постоянно дразируемые Добровольского "Сникерсом", видимо, очень "хорошо" воспитаны. Иначе, чем оголоде-безумным, их поведение не назовешь. Создавалось такое впечатление, что они сами пришли на матч чемпионата в высшей лиге посмотреть, а поспорить в конкурсе совершенства матерного языка.

После матча воронежский "Факел" вернулся в гостиницу и думал уже о завтрашнем дне и о своей очередной жертве - владимирском "Торпедо".

"Факел" - "Торпедо" (Владимир) 3:0 (0:0).

"Факел": Аблаев, Саввин (Власенко, 76), Горбач, Щеголев, Макаров (Зайцев, 59), Борзыкин, Мхитарян, Семин, Шпилюв, Степин, Исаев (Крештопов, 63).

"Торпедо": Мочалов, Большаков, Козлов, Анд. Шпилюв, Сафаев, К.Трофимов, Жуковский (Семаков, 80), Сулейманов, Перминов (А.Трофимов, 82), Тараканов, Криволапов (Амаду Коне, 46).

Голы: Семин (60), Мхитарян (78), Степин (83).

"Торпедо" до этого матча сыграло вничью с вологодским "Динамо" - 2:2. И выиграть владимирцам, конечно, хотелось. Но "Факел", побеждающий здесь только с крупным счетом, был настроен на продолжение своей результативной серии. Нынешний соперник нашей команды перед сезоном потерял четырех ведущих футболистов: Сукова, Скворца, Исаева и Никанорова, уехавших в Хорватию. Но зато в составе владимирцев появился теменокский малец Амаду Коне, что, впрочем, не спасло их от поражения в этом матче.

Весь первый тайм на поле шла равная жесткая игра. Стопроцентные возможности для взятия ворот имели и те, и другие, хотя можно было заметить, что воронежцы играют с определенным запасом сил, а их соперники - на пределе. Так получилось, что на поле на этот раз было больше внутренней борьбы, единоборств в центральной круге и около него. Но так не могло продолжаться на протяжении всего матча. Кто-то должен был дрогнуть. К счастью, хладнокровие оказалось больше у воронежцев. После перерыва они уже четко контролировали мяч и были полными хозяевами на поле. На 60-й минуте торпедовцы попытались создать искусственное положение "вне игры" и оплатились за это. Шпилюв ушел от своего опекуна по левому флангу, выдал точный пас в центр. Семину оставалось только попасть в ворота. Второй мяч был забит после великолепной передачи того же Семина на правый край штрафной площади. Набравший Мхитарян на оставил голкипера владимирцев никаких шансов. А окончательную точку в матче поставил Александр Степин, умело прибавивший издалека в угол. Пока он не уходит с поля без забитого мяча. Всего на его счету их четыре. Соперник на этот раз уступил, как говорится, без протеста.

Итак, "Факел" продолжает подготовку к сезону на своих последних сборах. Впереди матчи с арзамасским "Торпедо" и саратовским "Соколом". Подробности этих встреч в следующем номере "Игрока".

Игорь ВЛАДИМИРОВ
из Сочи.



Пока "Факел" расправляется со своими соперниками на полях Сочи, Кудепсты и Хосты, в Воронеже во всю кипит работа по подготовке стадиона к первому матчу чемпионата России по футболу 2 апреля между "Факелом" и вологодским "Динамо". даже правильное будет сказать не работа, а борьба со стихией. В этом году погода не дает расслабиться коммунальным службам, шедро орошая землю снегом. Только успеют вывезти со стадиона несколько грузовиков со снегом, как за ночь выпадает еще столько же. Ежедневно на главной футбольной арене города работает снегоочистительная техника. Но даже она не может помочь освободить от снежного покрывала футбольное поле. Стоит только тяжелой машине проехать по газону, сразу остаются колея на весь сезон в память от этого события.

Но директор стадиона Иван Косарев не теряет оптимизма. На трибунах снег частично растаял, частично его сдул сильный ветер

последних дней. Да и на поле снежный покров с каждым днем все уменьшается, уходит вглубь в землю. До второго апреля весь матч, что поле вряд ли успеет просохнуть, а это скажется и на игре футболистов, и что самое страшное, на последующем состоянии поля. Его можно так взрыллить, что ни одного ровного метра на нем не останется.

Ну, да ладно. Не будем гадать. О том, какая работа ведется и какая еще предстоит вы можете судить по фотографиям. А плоды этой работы мы увидим 2 апреля, когда откроется футбольный сезон - 94 в западной зоне второй лиги.

Фоторепортаж
Андрея ЛЕПЕНДИНА
(текст) и
Романа ШКЛОВСКОГО
(фото)



SPORT-WEEK

ВПЕЧАТЛЕНИЯ НЕДЕЛИ

Событие недели

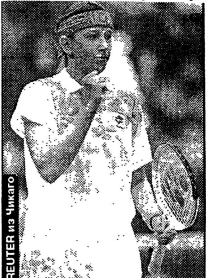
Основным событием прошедшей недели были, несомненно, матчи футбольных европейских кубков. Кому-то они принесли много положительных эмоций, кому-то - разочарование. К сожалению, многомиллионная армия российских болельщиков относится ко второй категории. Неприличное поражение московского "Спартака" в достаточно равном поединке на "Ной Камп" повергло нас в уныние и лишило "Спартак" всех шансов продолжить борьбу за самый престижный европейский Кубок. Но матчи Лиги чемпионов еще не закончились. "Спартак" должен хлопнуть дверью. Будем надеяться, что это произойдет 30 марта на лужниковском газоне в матче с "Монако".

Победа недели

Семь месяцев продолжалась борьба 22-х команд за чемпионское звание МХЛ. В субботу эта борьба завершилась победой тольятинской "Лады". Мы поздравляем хоккеистов небольшого поволжского города и желаем им успехов в Кубке МХЛ. Серебряными призерами стали московские динамовцы, бронзовым - челябинский "Трактор".

Сенсация недели

Иначе, как сенсацией, не назовешь выступление на крупном теннисном турнире LIPTON CHAMPIONSHIP с призовым фондом 1 миллион долларов белорусской теннисистки Натальи Зверевой. Уверенно дойдя до финала, Наташа в решающем матче выиграла первый сет у самой Штеффи Граф, вселив надежду в сердца



REUTERS/PH. CHIKHO

своих болельщиков и любителей сенсаций. Но Граф не дала себя обыграть. Второй и третий сет она без проблем выиграла - 6:1 и 6:2, завоевав главный приз турнира.

Трагедия недели

16 марта в автомобильной катастрофе погиб бывший нападающий днепропетровского "Днепра" Николай Кудрицкий, выступавший с 1991 года за израильский клуб "Бней-Иегуда". Трагедия произошла в среду рано утром, когда Кудрицкий возвращался со встречи с игроками сборной Украины, которая проводила накануне товарищеский матч с израильянами. Футболист ехал на машине домой. Обгоняя на повороте грузовик, он не справился с управлением и на скорости 100 км/ч врезался в ограждение шоссе. Автомобиль перевернулся, а водитель выбросило через лобовое стекло. При падении он ударился виском о камень и скончался на месте. Николай Кудрицкий был 31 год, и он считался одним из самых ценных иностранцев в израильском чемпионате.

Разочарование недели

Во вторник вечером, в 19.00 по парижскому времени, в студии телекомпания TF-1 четырехкратный



чемпион мира в "Формуле-1" Ален Прост заявил, что не примет участия в чемпионате мира-94. - Я не поеду, - этими простыми словами он поставил точку на своей карьере пилота и лишил всех надежд своих многочисленных болельщиков.

Рекорд недели

В словенском городе Планина состоялся 13-й чемпионат мира по

полетам на лыжах. Уже в первый день официальных тренировок 18-летний финн Тони Ниеминен стал первым человеком, пролетевшим в воздухе более двухсот метров, - он преземлился на отметке 203 м. Но уже на следующий день олимпийского чемпионов Альбервилля переплюнул победитель норвежской Олимпиады Эспен Бердсен. Его результат - 209 м. О нем-то мы и хотели вам поведать.

Курьез недели

То, что произошло на стадионе "Ной Камп" во время матча "Барселона" - "Атлетико", может попасть в копилку лучших курьезов мира. Болгарина Христо Стойчкова удалили с поля за то, что он наступил на ...зайца. Правда, после того, как ушастый нарушитель спокойствия прервал атаку "Барсы", Христо грезно выругался. Тут-то перед ним и появился красивый зайчик. Но, как пишет "Спорт-экспресс", "можно представить себе состояние футболиста, бегущего забивать третий гол в такой игре и наступающего на зайца."

Матч недели

Матчем недели мы со своей субъективной колокольни признали встречу Лесеркузен между "Байером" и "Бенфикой" в рамках розыгрыша Кубка кубков. Удалялся не только счет, резко встречающаяся в футболе, - 4:4. В первую очередь восхищает динамика и драматичность этой встречи. Судите сами. После первого тайма 1:0 в пользу хозяев, и ничего не предвещает будущего развития событий. Но затем, 58-я минута - 2:0, 59-я - 2:1, 60-я - 2:2, 78-я - 2:3, 80-я - 3:3, 82-я - 4:3, 86-я - 4:4. Два гола Василия Кулькова вывели его команду в полуфинал Кубка кубков, доставив болельщикам "Бенфики", кроме эстетического удовольствия от самой игры, радость победы любимой команды.

Гол недели

Гол Даниэля Массаро на 26-й минуте матча "Милан" - "Сампдория" практически снял вопрос о победителе очередного чемпионата Италии по футболу. За семь туров до финиша "Милан" имеет восемь очков запаса, и вряд ли позволит кому-либо усомниться в своей победе.

ИНТЕРВЬЮ

Давно известно, что спорт высших достижений не может существовать без широкой сети детско-юношеских спортивных школ, где и воспитываются будущие чемпионы. Однако, здесь пока больше пустых разговоров, а держаться же на энтузиастах-одиночках, которые, несмотря ни на что, продолжают делать свою работу.

С таким человеком я хочу сегодня познакомить читателей "Игрока". Это - тренер по борьбе, директор Таловской ДЮСШ Анатолий Викторович Елеков.

Закончив Воронежский институт физкультуры, он работал в школе "Самбо-79". А в 1983 году судьба забросила его в Таловку, где всего за несколько лет было создано отделение дзюдо и самбо.

- В начале 80-х, когда все начиналось, в местной ДЮСШ не было никаких условий для занятий борьбой. Помогали поддержка родителей и папаши: от желающих заниматься просто отбоя не было.

- Недавно ваша школа отметила 10-летний юбилей. За это время...

- За это время я добился неплохих результатов. Думаю, что могу гордиться своими учениками. Среди них 10 кандидатов 2 мастера спорта - Евгений Вурдатов и Игорь Державин. Женя в 92-м году выиграл чемпионат Европы среди юношей, Игорь имеет победы на российской арене.

Последние слова Анатолий Викторович говорил с горечью - после первых же крупных успехов его ребята отдали другим тренерам.

- Вам не обидно, что, когда говорят о победах наших бывших учеников, никогда не упоминают имени их первого наставника.

- Не знаю... Что уж. Конечно же, очень тяжело терять тех, в кого так веришь и кому отдаешь свои силы и время.

После этого случая я выхожу напрямую на Российский спорткомитет, минуя область, чтобы наши папаны выступили за Таловку. Сейчас у нас растут озеры многообещающие, талантливые ребята. Думаю, что они многого смогут достичь. Запомните их имена:

ПЕРЕСИЛИ СПОРТ

Р.Жуков, А.Адешиников, В.Бобкин, А.Петренко.

То, чем я занимался десять лет, скорее, был эксперимент. Новое поколение борцов тренируется по новой методике. Мы стараемся дать мальчикам всестороннее воспитание. И получают они не только технику борьбы, но и какие-то нравственные ценности. Ведь в основе единоборств изначально заложены уважение к страсти, мужество, честность.

А мы не боимся, что когда-нибудь наши ученики применят свои навыки на улице?

- Я не могу сомневаться в своих ребятах. Да и практика это подтверждает: за десять лет не было случаев, чтобы мне было за них стыдно.

- Предполагаю, что, постоянно отдавая лучших борцов Воронежю, вы получите поддержку областного спортобщества.

- Моральному - да. Об остальном лучше не спрашивать. Школе кое-как удается удержаться на плаву лишь благодаря помощи Таловской администрации.

Наконец-то мы получили средства, чтобы достроить борцовский зал. С его вводом в строй наша школа сможет принимать различные соревнования, что, не сомневаюсь, скажется на общем уровне ДЮСШ.

Наш разговор постепенно превратился, в дверь заглядывали какие-то люди. Анатолий Викторович, на минутку... Мой собеседник уходил минут на десять, возвращался, извинялся, снова уходил, возвращался и снова говорил: "Извините, пожалуйста, им нужна была моя помощь..."

- Неужели не надоедает вам эта сумасшедшая жизнь? Не хочется ли все забросить и пожить спокойно?

- Два года назад, после этой истории в Бурдюковом и Державинском все оставил и организовал акционерное общество, открыл магазин. Но долго продержаться не смог - соскучился, спорт перестали.

ЮЛИЯ БОРОДАЕНКО



СПОРТ-АФИША

22-28 марта. Баскетбол. Белгород. Первенство России среди юношей 81 года рождения. Участвует воронежская команда.

24-27 марта. Бокс. Воронеж. Первенство области.

24-27 марта. Гандбол. Воронеж. Матчи очередного тура среди команд первой лиги. Участвует "Энергия".

25-27 марта. Воронеж. Соревнования по второму виду Спартакиады среди команд городов и районов областного тенниса. С/К "Буран".

25-27 марта. Волейбол. Воронеж. Областные соревнования.

26-27 марта. Борьба вольная. Зональные соревнования Универсиады-94. Воронежская государственная архитектурно-строительная академия.

26 марта. Зональные соревнования Универсиады-94. Греко-римская борьба. Самбо. Гиревой спорт. Воронежский государственный агроуниверситет.

23-27 марта. Хоккей. Областной финал турнира "Золотая шайба". Каток "Юность".

20-27 марта. Пыльные гонки. Мурманск. Международные соревнования "Праздник Севера". Участвует воронежская команда.

25-27 марта. У-шу сань-да. Чемпионат области. Воронежский монтажный техникум.

25-27 марта. Тхэквондо. Первенство области. Бассейн "Буран".

25-27 марта. Рукопашный бой. Россошь. Командное первенство области.

22-27 марта. Прыжки в воду. Пенза. Первенство России. Участвует Д.Саутин.

23-28 марта. Самбо. Торжок (Тверская область). Первенство России. Участвуют воронежские борцы.

В слободском городе Иванове состоялся 13-й чемпионат мира по хоккею

показавшему уникальную победу.

ХОККЕЙ

ЛИДЕР ОБЛАСТНОГО ХОККЕЯ

Вот и подошел к концу хоккейный сезон в нашей области. В минувшее воскресенье состоялся финал Кубка города. Противоборство старых соперников - "Старта" и "Бурана" завершилось в пользу представителей механического завода. "Старт" одержал убедительную победу со счетом 6:4.

Хоккей в нашей области переживает не лучшие времена. Представительные и увлекательные в прошлом первенства города и области сейчас постепенно теряют свой быллой уровень. Это в первую очередь связано с тяжелой экономической ситуацией. Но нельзя не отметить и снижение заинтересованности руководителей спортивных клубов в развитии хоккея. Тревожная тенденция, которая с каждым годом все усиливается. Всплывают о płatивном состоянии дел с хоккеем в нашей области. И все же положительные примеры у нас есть. Здесь, в первую очередь, надо сказать о хоккейном клубе механического завода. Команда "Старт", представляющая цвета этого клуба, победила во всех хоккейных соревнованиях: Приз открытия сезона, первенство города, первенство области, и, как было уже сказано, кубок города. Имея вполне приличные условия для развития хоккея, в клубе работают целенаправленно, с высокой долей ответственности. Главным заводской всех дел в клубе является его директор Виктор Петрович Иванов - большой любитель и энтузиаст хоккея. При активной и доброжелательной поддержке руководства механического завода команда "Старт" добилась заметных успехов. Каток "Юность", на котором проводит матчи "Старт", имеет единственный в Воронежской области искусственный лед. На поддержание его в рабочем состоянии требуются большие финансовые затраты. Руководители механического завода с пониманием относятся к этой проблеме, обеспечивая жизнедеятельность и функционирование хоккейного клуба. Такое отношение к вопросам спорта заслуживает большого уважения. Вот так бы везде. К сожалению, это единственный случай, и на других крупных предприятиях хоккей находится в плачевном состоянии. Сильно сдали свои позиции бессменные лидеры прошлых лет - хоккеисты "Бурана".

"Наша команда на протяжении всего сезона показывала зрелищный добротный хоккей, - рассказывает тренер "Старта" В.П.Иванов. - У нас сложился сплоченный и дружный коллектив. Особенно приятен тот факт, что в составе команды выходят на лед молодые и опытные хоккеисты. Слыва опы-

та и молодость приносит свои плоды, плюс - ветераны передают свой опыт и мастерство подрастающему поколению. Так что, в будущем смотрим с оптимизмом. Уверенность в завтрашнем дне приходят и отношения с главным нашим спонсором - Воронежским механическим заводом. Огромное им спасибо за поддержку. Но сказать, что победы в этом сезоне доставались нам легко, я не могу. Сolidную конкуренцию составили нам хоккеисты "Бурана", Ольховатки. Победы над этими сильными соперниками говорят о большой возможности наших команд."

В заключение приводим состав команды "Старт", победителя всех соревнований по хоккею областного масштаба.

"Старт" (Воронеж): Р.Иванович, В.Шаев, О.Белоголов, Е.Хвостиков, В.Белосусов, С.Печурин, С.Перельгин, И.Трещанин, А.Шамеев, А.Михалев, А.Павлов, А.Сериков, И.Кузнецов, М.Лушин, Б.Римашевский, Д.Хлопов, С.Лукшин, С.Фетисов, М.Гречишкин, А.Бобров. Тренер - В.П.Иванов.

Хоккей. Первенство области. Финальный турнир.

- 1 подгруппа.
- 1 место. "Авангард" Ольховатка: 4 очка, разность шайб 13-0 ("Локомотив" - 6:0, "Родина" - 7:0).
 - 2 место. "Локомотив" Лиски: 2, 8-8 ("Родина" - 8:2).
 - 3 место. "Родина" Россошь: 0, 2-15.

- 2 подгруппа.
- 1 место. "Старт" Воронеж: 4, 12-2 (г.Калач - 4:0, "Кристалл" - 8:2).
 - 2 место. Команда г.Калача: 2, 5-4 ("Кристалл" - 5:0).
 - 3 место. "Кристалл" Ольховатка: 0, 2-13.

- Стыковые матчи:
- за 5-6 место: "Кристалл" - "Родина" 5:5 (6:5 - овертайм)
 - за 3-4 место: г.Калач - "Локомотив" 4:6
 - за 1-2 место "Старт" - "Авангард" 13:5.

Юрий ХОЛОДОВ

ЕДИНОБОРСТВА

Это началось лет 12-15 назад. Заголовки газет застережили сообщением о том, что в СССР разрешено карата. Целая армия реториков писала статьи с красивыми заголовками: "Каратэ - пустая рука", "Спорт бессилен" и т.д., опарашивая читателям японскими словами и терминками. Появились названия школ: Шатакан, Куинсиккайкан, Валорео и другие. Открылось множество секций, которые вели бог весть откуда взявшиеся учителя. Но это быстро прошло, каратистов обвинили во всех смертных грехах, и в феврале 1983 каратэ было запрещено. Многие инструкторы, не желавшие соглашаться с запретом, посадили на скамью подсудимых, другие стали вести группы в МВД, КГБ и армии. Это был своеобразный бунт на выживание. Остались наиболее стойкие, верные в будущем и любящие свое дело люди. Стало довольно сложно попасть к подобному инструктору, и на несколько лет возник своеобразный дефицит.

Такое положение просуществовало недолго. В 1985 году появились первые статьи о С.В.Магомее, преподавателе Тайкуэндо из Среднего Поволжья, журнал "Юность" появились статьи о китайском У-ШУ. Новый поток терминов, слов, названий стилей и имен инструкторов. Каждое уважающее себя предприятие, завод, катангиды и другие устроили курсы каратэ. Появились первые самостоятельные издания по различным стилям и школам. В настоящее время количество таких изданий перевалило за четырехзначное число, кроме того существует несколько периодических изданий, посвященных восточным единоборствам.

Но и это еще не все. Первым о русских стилях рукопашного боя стал писателем журнал "Фит", а потом "Комсомольская правда", "Техника молодежи" и т.д. И эта тема не осталась без внимания. Сейчас уже мало тех, кто не слышал о боевой механике А.А.Калочникова или о славяногорской борьбе, даже издаются периодические журналы "Русский стиль, боевые единоборства". Но в чем же различие между, например, японским дзю-джитсу и славяногорской борьбой, или каратэ и боевой механикой Калочникова, и что эффективнее? Такие вопросы все чаще и чаще можно услышать не только от подростков, но и от людей вполне зрелого возраста.

Вопрос сложный, тяжелый и ответить на него можно по-разному. Давайте действовать с точки зрения простейшей логики. На двух рингах, друг против друга, выступают каратисты, и скажем, кибоксеры. На первом ринге побеждает каратист, на втором - кибоксер. Справедливо, чем метод лучше и чем система эффективнее?

Не будем мучить наших читателей и доводить дело до прямого экспериментального сравнения. В бою отсутствуют не стили или системы, а техники или школы, бой ведут реальные живые люди. И тот, кто имеет лучшую физическую подготовку,

реакцию, скорость и, в конце концов, просто удачу, тот и побеждает. Можно подойти к этому вопросу и иначе. Но ответ в этом случае

ТХЭКВОНДО, КАРАТЭ, У-ШУ И ДРУГИЕ

будет более расплывчат и сложен. Этот ответ нельзя сформулировать так же коротко, как предыдущий. И находится он в нескольких километрах. Этот ответ, каждый занимающийся тем или иным видом единоборств, дает себе сам.

Дело в том, что каждый вид боя - это не только приемы, удары или блоки, это довольно сложная, как правило, очень разносторонняя система взглядов на себя, противника и окружающий мир. Это своя философия, диктующая человеку определенные нормы поведения в различных ситуациях, в том числе и экстремальных.

Русская пословица гласит: "На вкус и цвет товарищей нет." Поскольку каждый человек строго индивидуален по характеру, привычкам, а разные народы различны по культуре, месту проживания и образу жизни, различия и создаваемые народными системами боя, носителями которых являются конкретные люди. И как трудно, порой невозможно, попытаться переусловиями, так же сложно порой понять представления и традиции, например, китайцев, чтобы освоить в глубоком смысле слова тот или иной стиль У-ШУ.

Не будем, как это ныне модно, обращаться к иностранным источникам и иллюстрировать свои взгляды примерами из Библии, Корана или Корешей. Посмотрите, насколько различия между методами ведения боя у нас на Руси.

В незапамятные времена, еще до появления на Руси княжества и создания единого русского государства, каждый князь имел дружинку, состоящую из профессиональных воинов. Но численность этой дружины, хорошо вооруженной и обученной, в лучшем случае составляла две-три сотни человек. Татарин же рос в семье, на поле. И в татарских ордах, вполне накачавшихся на Русь, порой насчитывалось по тысяче и больше человек.

Отсюда и понятие ополчения. Мечом и копьем в то бурное время умел владеть каждый. Ясно, что приемы, которыми пользовались воины, вооруженный щитом и мечом, опираясь в кольчугу и шлем и скрывающийся в конях, отличались от тех, которыми пользовались ополченцы, крестьяне, не имевшие защиты, кроме копыта дилетантского щита.

Шло время, изменилось оружие и методы ведения войны, росли армии. Но приведенная выше традиция сохранилась до начала нашего века в казачьем войске. Один казак, победив, шел воевать в конный казачий полк, отряченный владеть приемами сабельного боя и шашки. Другой, по беднее, шел служить в влантунский полк, знаменитую казачью пехоту, зная приемы рукопашного боя и мастера владения шашкой.

Кроме тактики, скажем, социальных причин, стилистику боя определял и образ жизни людей. Так, например, жители японских островов и гористого севера Китая предпочитали пользоваться в бою ногами, в то время, как китайцы с юга, так же, как и славяне, жители лесостепей, предпочитают руки.

Это ясно иллюстрирует абсурдность ныне модного утверждения о том, что у японцев и корейцев тазобедренные суставы устроены иначе,

чем у европейцев - откройте учебник анатомии.

Что же у нас получилось? Выходит, японцы и корейцы ведут бой руками, а, например, русский дзю-джитсу? И почему тогда в каратэ и в тхэквондо предпочитают удары ногами в отличие от японских же дзю-джитсу и дзюдо?

Как мы уже говорили, методы и средства боя, определяются многими факторами, в том числе и характерами, и физической силой людей, их создателями.

Один мастер делает ставку на мощный, все сметающий удар, другой предпочитает захват или залом, третий полагается на знание анатомии болевых зон человеческого тела.

При таких исходных создается впечатление, что каждый стиль или метод боя имеет свои, только ему присущие особенности. Но и такое заявление неверно. Да, каждая система индивидуальна, многообразна. Тем не менее, большинство приемов, способов, техник, физических систем, одинаковы даже на взгляд непосвященного. Разница только в названиях и мелких технических деталях.

Но есть вещи, объединяющие которые почти все стили. Это техника и взгляд исполнителя на окружающий его мир. Попробуем разобраться, что это за взгляд.

Начнем с восточных систем. В лоне древской философии развились так называемые внутренние школы. В основу этих школ легло представление о внутренней энергии человека, близкое к представлению восточной медицины. В основе лежащий трактат даосизма "Дао де дзин" сказано:

"Сильный воин умрет от ран, рухнет перо-ветеран, негодяйство будет а податливую пыль".

Отсюда внешняя мягкость и легкость перемещения, без всякого напряжения на трубую физическую силу. Широкие круговые, кажущиеся неспешными, движения.

Буддисты же с их философией высшей справедливости жизни и непротивления злу, вообще считали боевые искусства только методом совершенствования тела и духа, позволяющим достичь просветления. Поэтому техника монастыря Шаолинь была жесткая, скупая.

То же можно сказать о техниках японского карата.

О многих системах боя трудно судить по любым образкам, картинкам, например, скрытый под слухом легенд и мало известные европейские боевые искусства формировались на каустовой основе.

Русские же работавшие вообще отличались высокой пластичностью движений. Движения и методы воина-труженика продолжали жить, тогда как жесткие приемы средневекового ринга умерли в мере совершенствования огнестрельного оружия.

Итак, заданный в начале статьи вопрос так и остался без ответа. Что лучше, что эффективнее? Давайте поступим так. Мы на страницах газеты попытаемся рассказать вам, по возможности, то немногое, что мы знаем о боевых искусствах разных народов. А вы сами найдете ответ на этот вопрос.

Виктор БЕЗМАГА
Сергей КОТОВ

РЕКЛАМА

Бесплатные объявления

- Бригада выполнит внутренний ремонт помещения. Тел. 31-55-39
- Друзья всех возрастов и увлечений за рубежом! Информ. для вступл. в Международ. клуб переписки в Ваш конв.: 396810, г. Семилуки, а/я 14 "И".
- Домашний бизнес. Заработок не ограничен. Заявка + 2 конверта с марками по адресу: 397140, Воронежская обл., г.Борисоглебск-3, а/я 30.
- Продаю гаражные стандартные ворота. Тел. 55-83-00.

Хороший заработок! Работа без проблем!

Газета "Спорт-экспресс" и еженедельник "Игрки" приглашают к сотрудничеству частных распространителей: работа не ограничена во времени, свободный график, неплохие деньги. Телефон для справок: 27-31-29

Самый лучший отдых - на воде!

Плавательный бассейн подводного спорта приглашает вас укрепить свое здоровье на голубых дорожках. В будние дни бассейн к вашим услугам с 17.30 до 20.30. В субботу и воскресенье - с 8.30 до 19.00. Один час, проведенный в бассейне, обходится всего в 1000 рублей. Кроме того в бассейне действуют тренажерный зал, сауна, "лагунашник". Любители могут "размяться" у опытных массажистов. Наш адрес: ул. Набережная, 15 (ост. "Димитрова"), телефон: 22-24-27.

ВАШЕ БЕСПЛАТНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ



Максимум 25 слов, написанных печатными буквами. Начните с названия раздела (меняю, продаю, куплю, разное).

Текст: _____

Ф.И.О. _____

Подпись _____

Дата _____

Сведения, указанные здесь, не публикуются.

ИНТЕРВЬЮ



Интервью с этим человеком я хотел сделать давно. Подальше от большинства ведущих воронежских тренеров и спортсменов при каждом удобном случае благодарят его, отсылаясь на нем очень тепло. По должности он - чиновник, по сути - человек, болеющий за областную спорт и делающий для него чрезвычайно много. До 16 марта сего года Игорь Яковлевич Яковлев работал начальником отдела развития видов спорта и подготовки резерва областного спорткомитета. Что случилось после этого дня, вы узнаете из нашего интервью. Но прежде, чтобы вы имели полное представление о его судьбе, Игорь Яковлевич рассказал, как он попал в Воронеж.

В Воронеж мы переехали с семьей в 85-м году из Брянской области. Здесь во многом сыграло роль то обстоятельство, что дочери хотелось учиться в ВУЗе. До этого я играл в футбол за команду мастеров "Старт" (Анагаск) во второй лиге и в хоккей с мячом за команды Шелехова, Иркутска и Братска. То есть спортом занимался летом и зимой. Затем начал работать в области физкультуры и спорта. До приезда в Воронеж, впечатления об этом городе у меня были связаны с "Факелом", который выступал тогда в высшей лиге, с именем Валерия Абджаня. И первая моя должность здесь была - инструктор областного совета ДПОС "Трун". Проработав на ней десять месяцев, я понял, что мне в полной степени могу себя реализовать и обратился в СК "Буран", где председателем клуба был Юрий Викторович Маваников. Он предложил мне работу в качестве директора хоккейной школы. Для меня это было новым. Когда я пришел, там работало 8 тренеров, когда уходил - 12. ДПОС стал

ИГОРЬ ЯКОВЛЕВ: О ТРЕНЕРАХ, СПОРТСМЕНАХ, ЧИНОВНИКАХ И ПРОФЕССИОНАЛИЗМЕ

СДЮШОР. Были и очень хорошие тренеры. Такие, как, например, Карий, получивший звание "заслуженного" за подготовку Михаила Волкова. В общем-то школа эта была, я бы сказал, неуправляемой, и у меня сложилось впечатление, что меня туда отправляли на проверку. Сначала я присматривался, анализировал ситуацию и потом решил, что нужны решительные действия. Их необходимо было применять, потому что часто были случаи, когда тренеры опаздывали на работу проводили тренировки спустя рукава. То есть проследживалось отсутствие дисциплины и профессионального отношения к делу.

Через определенное время тот же Маваников предложил мне поработать начальником хоккейной команды "Буран". Я долго отказывался, так как понимал, что это очень тяжелая работа. Но он приехал настаивать, и в конце концов я согласился, а тому времени в команде главным тренером был замечательный, на мой взгляд, тренер и педагог Валерий Павлович Чекалин. Очень умный, тонкий, человек с огромным опытом. В команде сама по себе работа была значительно ответственнее, потому что приходилось решать очень много материальных вопросов. Материально складывалось очень красивые слова: "Твоя задача как начальника команды в том, чтобы у главного тренера голова болела об одном: как подготовить "Буран" к игре. Остальные все проблемы - твои". Они пригодились мне и впоследствии. Не знаю, насколько это у меня получилось, но я не ощущал того, что делаю что-то не так. Считаю, что эти четыре года я проработал не зря, так как познакомился в течение этого времени со многими очень хорошими людьми.

Но тем не менее вы перешли работать в облспорткомитет? - Команду я покинул, потому что мне хотелось получать от работы какое-то моральное удовлетворение. В "Буране", несмотря на все, я получал его в полной мере. Мне в комитете предлагал работу Фирстов, еще когда я был директором спортивной школы. Я тогда отказался. Но в 1992 году, когда уже председателем облспорткомитета был В.В.Шинкин, всякая судьба привела меня в эту организацию. Причем, там я был готов на любую работу, и мне предлагали целый ряд видов спорта и подготовки резерва. На первом этапе мне тогда очень помогал Станислав Дмитриевич Осминин.

Но когда я разоблачился в ситуации, то был огорчен, потому что эта работа оказалась запущенной. Достаточно сказать, что областная

Спартакиада городов и районов не проводилась семь лет. Я считал, что необходимо возобновить ее проведение, и мы это сделали. Как раз к нам в отделе пришли новые люди: Е.В.Карий, О.А.Анциска, и мы вместе разработали Положение, утвердили и провели Спартакиаду.

92-й год был очень бурным, так как в Воронеже проводились кандидаты на участие в Олимпиаде. Государственная стипендия, которую они получали, была очень маленькой. В частности, Елена Рузина, ставшая позже олимпийской чемпионкой, получала 950 рублей. Мне пришлось познакомиться со множеством тренеров и спортсменов, общение с которыми доставляло огромное удовольствие. Хорошо помню одно из заседаний легкоатлетической федерации. Борис Рузин, с которым мы впоследствии стали в очень хороших отношениях, меня спросил: "Будут ли решаться материальные вопросы для этих спортсменов?" Ведь тогда никто не верил, что Елена попадет на Олимпиаду. Верил только тренер вуза Борис Яковлев, тогдашний директор вуза зарплатой, но вы гарантируете то, что Елена будет участвовать в Олимпиаде?"

Он сказал, что гарантирует. Я Маваникову сказал мнение и директор коммерческого банка "Энергия" Владимир Иванович Костюченко, и дело пошло. Позже мне удалось решить вопрос с АКБ "Воронеж". Областным управлением связи и практическим все 12 кандидатов на участие в Олимпиаде (кроме Кольванова) стали получать зарплату. Было оговорено так, что если кто-то в Барселоне достигнет какого-то результата, то будет еще и вознаграждение. Обещание свое банкиры выполнили.

Вам удалось познакомиться со многими тренерами и спортсменами. Каким вы увидели тогда воронежский спорт?

- Я увидел, что здесь дела идут очень хорошо, талантливых спортсменов не так сказать много, что это - "штучный товар", граничные алмазы. Среди них: Саутин, Горобий, Рузина, Кольванов, Гришин, Бакметьев и другие. Другое дело, какими были к этому отношению. Могу прямо сказать - никаким. Никого это не интересовало. В моем понимании, дело должно быть поставлено так: олимпийский спорт - это вопрос к специалистам, тренеры и тренеры должны быть оговорены в специальной постановлении. В администрации никакого постановления не было. Поэтому надо было подготовить نامه. Ведь тренеры, спортсмены должны заботиться в первую очередь о результатах. В

итоге получилось так, что область впервые делегировала на Олимпиаду 5 человек. Этот рекорд может остаться и в будущем.

Вообще я сопоставляю спорт в Иркутске, на Бритнии, в Воронеже... То, что я увидел и ощутил здесь, меня покорило. Насколько тут богатые резервы, настолько богатые россыпи и тренеров, и спортсменов. Они приняли открыться к делу так, что будут работать в подвалах, подворотнях, на улицах. Такая преданность своему делу, такое отношение к делу, я даже сейчас поразила меня.

Какое непосредственное влияние оказывает облспорткомитет на спорт?

- Мне сложно сказать, как это было раньше. Но, наверное, комитет приложил достаточно усилий, чтобы спорт развивался. Здесь он в принципе на правильном пути, но, учитывая финансовые сложности, это привело к определенному оттоку средств. Будут созданы выезда спортсменов на соревнования.

- Почему в таком случае вы покидаете комитет? Ведь об этом сейчас говорит каждый второй тренер.

- Должен сказать, что я ушел сам. Хотя какое-то несогласие с позицией этой структуры у меня было, возможно, я ощущал даже определенное давление сверху. Главная причина моего ухода - я почувствовал от руководства комитета, что, то, чем я занимаюсь, никому не нужно. Мало того, я даже услышал. Мне было крайне неприятно, когда руководитель комитета сказал мне в присутствии двух заместителей: "Почему, именно вокруг тебя крутятся спортсмены и тренеры?" Я даже не нашел, что ответить сразу, и мне было очень тяжело.

Возвращаясь к сказанному ранее, хочу отметить, что отношение к спорту у нас далеко не профессиональное. Не хочу плохо говорить о председателе облспорткомитета, и я ему даже благодарен, что он нашел в себе силы в 92-м году послать меня в Барселону. Тогда он еще понимал, что я для воронежского спорта могу кое-что сделать. Но особого желания биться, спорить, доказывать у него нет. Многие считают вас жестким человеком.

- Думаю, что это мнение небезосновательно. Я - не ангел, но лучше, наверное, быть жестким и требовательным, чем улыбаться и притворяться дураком, сидя в кресле. Я знаю, что жесткость с моей стороны была. Но добиваться спортивного результата без этого нельзя.

- Мне кажется, что вы с тяжелым камнем на сердце покидаете эту работу? Все-таки она вам доставляла массу удовольствия?

- Да, эта работа доставляла мне удовлетворение. Я не кривлю душой, когда говорю об этом. И я чувствовал, что еще нужен тренер и спортсменам и всегда ощущал их благодарность. Где угодно с гордостью могу сказать, что я знаком с Саутиным, Рузиным, Гришиным, Горобием и многими другими. Я благодарю судьбу за то, что она была со мной. Ведь даже сейчас при встрече вижу как-то грусть в их глазах. У меня был месяц на раздумье, но я знал уже, что иду из спорткомитета, правда, не знал еще куда. По сути своей я человек не коммерческий. У меня сейчас есть несколько предложений спортивного порядка, но пока хочу тщательно все обдумать, проанализировать. Я никогда не чувствовал себя чиновником, и поэтому ухожу без сожаления. Все-таки физкультурой и спортом должны руководить профессионалы. Это не значит, что для этого нужно иметь диплом физкультурного вуза. Профессионализм заключается в отношении к своей работе, в ее понимании. И мне очень грустно, что люди на работу часто подпадают из идеологическим качествам, а по каким-то другим критериям.

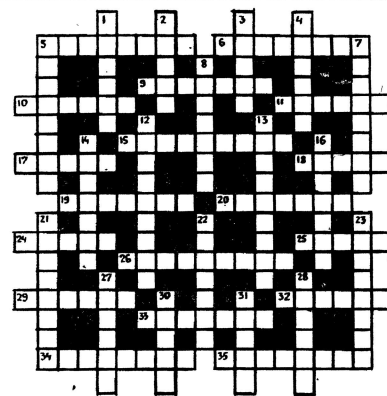
- И последний вопрос, Игорь Яковлевич, как вы считаете, что в ближайшее время сможет выделиться воронежский спортсмен?

- Думаю, что к 96-му году у нас должно быть не меньше кандидатов на поездку в Атланту, чем в 92-м. Безусловно, появятся новые фамилии. Мы изучили практически весь резерв. Среди них возможно появление брэнда Олишерашилы (тренер Е.Уабери), брэнда Сергея Верилана (тренер А.Жданов), прыгуня в воду Александра Варламова (тренеры Татьяна и Геннадий Стародубовцев), легкоатлетов Руслана и Людмилы Мачедо, Сергея Подреса (тренеры Н.Старыкина и Т.Пикунда), штангиста Валдиса Стасенко (тренер В.Морозов). Есть маленькая, но очень одаренная гимнастка Катя Камыникова. Повторяю, потенциал в области в этом плане просто огромный.

Игорь ВЛАДИМИРОВ
Фото
Романа ШКЛОВКОГО.

P.S. Редакция спортивного еженедельника "Игрок-weekly" искренне благодарит Игоря Яковлевича Яковлева за совместную работу в области спорта и конструктивную помощь, которую он оказал изданию в стадии его становления.

КРОССВОРД



По горизонтали: 5. Ташкентская футбольная команда. 6. Неоднократная чемпионка СССР по теннису. 9. Советский легкоатлет, чемпион XXII Олимпиады в эстафете 4x100 м. 10. Двухместный велосипед. 11. Зимний спортивный инвентарь. 15. Спортивное состязание на первенство. 17. Человек крепкого телосложения, силач, спортсмен. 18. Участник соревнования, идущий впереди. 19. Выдающийся баянист, четырехкратный олимпийский чемпион. 20. Первый чемпион мира по шахматам. 24. Шведский спортсмен, чемпион Олимпиады 1980 г. в плавании на спине на дистанции 100 м. 25. Смоленская футбольная команда. 26. Абсолютный чемпион XXI Олимпийских игр по спортивной гимнастике. 29. Фехтовальное оружие. 32. Площадка для соревнований штангистов. 33. Способ прыжка в высоту. 34. Спортивное общество Украины. 35. Положение в шахматах, когда необходимость сделать ход ведет к ухудшению позиции.

По вертикали: 1. Бегун на длинные дистанции. 2. Город, в котором проходили XVIII летние Олимпийские игры. 3. Хоккеист, чемпион мира и Европы, олимпийский чемпион 1968 года. 4. Известный спортивный комментатор. 5. Одинадцатиметровый штрафной удар в футболе. 7. Советский штангист, чемпион XX и XXI Олимпиад. 8. Выдающаяся фигуристка, трехкратная олимпийская чемпионка. 12. Помощник боксера на ринге. 13. Спортивная игра. 14. Чемпион Олимпиады-80 по классической борьбе. 16. Итальянский спортсмен, чемпион XIX и XX Олимпийских игр по прыжкам в воду с вышки. 21. Спортивная лодка. 22. Гонки по горячей дорожке. 23. Одна из наиболее активных форм защиты в некоторых спортивных играх. 27. Гимнастический снаряд. 28. Столица XXII летних Олимпийских игр. 30. Предмет экипировки футболиста. 31. Сетка для акробатических соревнований в тренировке в прыжках.

Составил Юрий ЛОГИНОВ.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД В N 10.

По горизонтали: 7. Каратист. 8. Алексеев. 9. Аклин. 11. Ткачук. 13. Полгар. 14. Безглянов. 17. Санг. 18. Вава. 19. "Минь". 20. Алпа. 21. Очко. 23. Часы. 25. Клейменов. 27. Ленгли. 28. Вибгер. 29. "Игрок". 32. Готманов. 33. "Самолет".

По вертикали: 1. Маракана. 2. Штраф. 3. Стек. 4. Пани. 5. Якубов. 6. Шербаков. 10. Лиллехаммер. 12. Кетапшвили. 13. Подзаков. 15. "Симод". 16. Аваца. 22. Черенков. 24. Сафронов. 25. Клопас. 26. "Виктор". 30. Гива. 31. Орск.

ЗДОРОВЬЕ

Милые женщины, вот и прошел наш праздник, наверное, все мы постарались быть в эти первые весенние дни неотразимыми, во всяком случае - лучше, чем всегда. В этом-то и наша беда. Ведь мы должны быть такими хотя бы 365 дней в году. Оглянитесь вокруг - пусть зима еще сопротивляется, но весна уже вступает в свои права, и это значит, что мы должны побороться со своим уставшем за зиму организмом, встряхнуть его от "спячки". В этом нам помогут наши вечные друзья: витамины, правильное питание и движение.

Организм ослаблен, и нужно ему помочь - побольше ешьте яблок, свежих овощей (порого, но необходимо) и употребляйте аскорбиновую кислоту в таблетках и порошках. Многие женщины считают, что привести в порядок свое тело - это проблематично, сложно, накладно и т.д. и т.п. Но это не так. Правда, для успешного результата необходимо одно важнейшее условие - ваше огромное желание и все!

Женщинам, желающим похудеть, нужно питаться (по возможности) не реже 4-5 раз в день небольшими порциями. Учеными подсчитано, что накопление в организме 4-5 кг излишнего жира создает тот опасный сдвиг в обмене веществ, который уже достаточно для начала развития сахарного диабета, гипертонической болезни, повышенного содержания в крови холестерина, снижения иммунитета и т.п. Так что, чем быстрее начать борьбу с лишним весом, тем приятнее результат.

Основу рациона должна составлять растительная пища, так как в ней содержатся так называемые неперевариваемые грубые растительные волокна. Высоко их содержание в капусте, моркови, луке, яблоках, грушах.

Предлагаем пример недельной диеты:

День первый.

Первый завтрак: овощной салат, масло сливочное - 10 г, молоко - 100 г, хлеб ржаной - 1 кусок.

Второй завтрак: творог нежирный - 100 г, хлеб ржаной - 1 кусок. Обед: салат овощной - 140 г, борщ вегетарианский, хлеб ржаной - 1 кусок.

Полдник: рыба отварная, хлеб ржаной.

Ужин: каша (кроме манной), молоко - 100 г, масло сливочное - 10 г, 1 кусок ржаного хлеба.

День второй.

Первый завтрак: овощной салат - 135 г, яйцо - 1, кусок ржаного хлеба.

"КОГДА ЖЕНЩИНА СЛЕДИТ ЗА СОБОЙ, ЕЙ НЕ ПРИХОДИТСЯ ВЫСЛЕЖИВАТЬ МУЖА"

Второй завтрак: молоко - 200 г, 1 кусок ржаного хлеба.

Обед: овощной салат, суп овощной вегетарианский, мясо отварное - 100 г, ржаной хлеб - 1 кусок.

Полдник: Творог нежирный - 100 г.

Ужин: овощной салат, молоко - 200 г, 1 кусок ржаного хлеба.

День третий.

Первый завтрак: овощной салат, сыр - 15 г, масло сливочное - 10 г, мед - 10 г, кусок ржаного хлеба.

Второй завтрак: молоко - 100 г, 1 кусок ржаного хлеба. Обед: овощной салат, борщ вегетарианский, мясо отварное - 100 г, 1 кусок ржаного хлеба.

Полдник: творог полужирный. Ужин: овощной салат, масло сливочное - 10 г, 1 кусок ржаного хлеба, чай без сахара.

Четвертый, пятый, шестой дни повторяются соответственно первому, второму и третьему.

Седьмой день недели - разгрузочный, рекомендуется съесть 3-4 салата из сырых или отварных овощей, фрукты (исключая виноград, бананы, хурму).

Но помните, что диета имеет успех лишь в сочетании с комплексом физических упражнений, которые помогут коже остаться упругой и эластичной, и превратят ваши жиры в мышцы.

Вот несколько гимнастических упражнений. (Ничего сложного в них нет. Только не ленитесь и выполняйте их хотя бы раз в день.)

1. Для точеных плеч и высокой груди.

Лежа на животе, опора на ладони об пол. Ноги согните в коленях и скрестите. Сгибайте и разгибайте руки 20 раз.

2. Для тонкой талии.

Широко расставьте ноги и слегка согните их в коленях. Руки сцепите на затылке. Наклоняйте корпус вправо и влево 20 раз.

3. Для плоского живота.

Лежа на спине, поднимите правые ноги вверх, и резко поднимайте корпус, хлопая в ладони за ногами - 10-15 раз.

4. Для стройных бедер.

Лежа на спине, обоперитесь на локти, ноги прямые. Вытягивая носки, попеременно поднимайте и опускайте правую и левую ноги. Каждой ногой - 20 раз.

5. Для ног и бедер.

Встаньте на "четвереньки". Делайте махи каждой ногой назад-вбок-назад. Повторяйте 20 раз.

6. Для подтянутых ягодиц.

Лежа на спине, раскиньте руки в стороны, ступни поставьте на пол, колени согните. Поднимайте и опускайте среднюю часть корпуса 20 раз.

7. Для упругих ног.

Шаги на полусогнутых ногах - 40 шагов.

Да! И еще - почаще посещайте бассейны и сауны!

Ну, а для обладательниц крупных сум и особо ленивых дам есть иная нить. Приобретите "Тербалайд", "Body-like" - и вы в полном порядке.

Старинная легенда гласит о том, как афинские власти призвали к суду гетеры по имени Фрига за ее грехи. Возбужденная толпа требовала сурового наказания.

Судьи были готовы вынести приговор, но в последнюю минуту защитник Фриги, не найдя убедительных доказательств виновности своей подзащитной, спорил с ее плеч пурпурной жемчужины. Все присутствовавшие словно околели, очарованные красотой обнаженной женщины. И судьи решили, что человек, обладающий таким физическим совершенством, не может быть преступником, так как гармония форм, которая ассоциировалась у древних греков с духовной красотой, несовместима с понятием зла. Женщину оправдали, и возбужденная толпа понесла ее к храму богини Афродиты.

Да! Мы, к сожалению, не в Греция, но и наши дорогие мужчины рады носить нас на руках. (Но только если это позволяют его физические возможности.) Но для этого нужно повнимательнее посмотреть на себя в зеркало и, наконец, решиться на что-то. Все в наших силах!

Елена ОБОРОВА

ФУТУРОЛОГИЯ

Не беда, что вы не успели поучаствовать в Олимпийских играх в Лиллехаммере. Это можно наверстать, не покидая Воронежа. В нашем же городе есть возможность подготовиться и к грядущим летним Олимпийским играм в Атланте.

Судите сами. Буквально до последних дней функционировала на улице Степана Разина санно-бобслейная трасса, конфигурация которой и качеству ледового покрытия могли бы позавидовать устроители самых престижных международных соревнований. Причем у пешеходов, которым необходимо было добраться до ул. Саака и Вацетти, Манежной, а также до набережной, выбора не было: транспорт именно на этом участке городских магистралей из рук вон горюх, и вынужден человек идти только его ноги, руки и эта как е... в общем, седальце. Конечно, время прохождения трассы в зависимости от квалификации пешеходов, у всех разное - у кого-то уходит не преодоление минут пятнадцать-двадцать (в этом случае цена одежды и обуви) - Но если ничего не жаль, кроме времени, то спуск займет считанные секунды, для этого достаточно, чтобы просто подкасились ноги, а остальное сделает лед, земное притяжение и удачно приключившийся коэффициент трения скольжения.

Собственно говоря, к городским службам у нас нет никаких претензий, ведь спорт - это здорово. Есть всего, лишь одна только просьба: оборудовать улицу Степана Разина функтулером-подъемником для тех спортсменов, которые следуют от водохранилища к проспекту Революции.

Что касается летних видов спорта, то здесь наиболее заманчивые перспективы открываются перед спортсменами-конниками.

ВОСХОДЯЩАЯ ЗВЕЗДА

Конкур и стиль-чез - вот дисциплины, для которых наиболее приспособлены улицы нашего города, представляющие собой идеальный полигон для смелых и решительных спортсменов. Тротуары проспекта Революции - это уникальное чередование выбоин и барьеров, грязевых и водных ванн, ровных и слегка всхолмленных участков. От вида этого великоколения в душе редкого любителя единоборств не вспыхивает пожар бурной радости.

Судя по всему, у Воронежа грандиозное спортивное будущее. Уже сейчас есть смысл городским властям выйти на международный уровень с предложением об организации каких-нибудь ралли. Надо думать, автогонки по улицам колумбийского флота навард ли уступят по степени сложности ралли "Париж-Дакар-Париж" или "Samel Trophy", а выгода от подобных соревнований очевидна. А именно: спортсмены будут платить за участие в гонках, туристы и болельщики останутся в кассе города сотни тысяч долларов. Средства, накопленные таким способом, в конце концов можно будет пустить на обустройство тех же самых дорог. И ничего, что придет конец традиционному ралли: к тому времени можно будет перейти на другой профиль, к примеру, опробовать скоростной спуск по городской канализации или освоить гонки смертников на троллейбусах по Чернявскому мосту.

Да, у нас все еще впереди. Наверняка, Воронеж станет еще одним драгоценым камнем в блестящем ожерелье мирового спорта, еще одной звездой на небосклоне, еще одним городом самоубийц.

Серафим ИГРОКОВ



ПРЕСС-НАРЕЗ

ПЫТАЛСЯ СЫГРАТЬ ЗА ЧЕТЫРЕ КОМАНДЫ СРАЗУ.

Нападающий футбольной команды "Сокол" (Саратов) Олег Терехин известен тем, что в межсезонье успел поиграть аж в четырех клубах: столичном "Спартаке", волгоградском "Роторе", тольяттинской "Ладе" и, естественно, в родном "Соколе". До добра такое количество переходов его не довело - контрольно-дисциплинарная комиссия Профессиональной футбольной лиги (ПФЛ) приняла решение о дисквалификации Терехина до конца первого круга чемпионата России.

Как говорится, за двумя зайцами погоняться... Терехин же погнался сразу за тремя. По окончании прошлого сезона Олег твердо решил попробовать свои силы в высшей лиге. Благо недостатка в приглашениях не было. И, несмотря на то что контракт с "Соколом" у него заканчивается только 1 декабря 1994 года, покинул Саратова.

Махнул сначала в Волгоград, провел пару тренировок, но, видимо, там это что-то не устроило. И поехал он в Москву к Романову прямо в роторовском тренировочном костюме. Сыграл за спартаковцев два матча на Кубке Содружества, отметился голом и так же внезапно, как появился, исчез. Всплыл он в тольяттинской "Ладе", команде-рекордсмену по приглашениям в межсезонье футболистам. Оттуда выехал в Гольяты, Терехин покинул с мятрагетом 6 февраля подписал с командой Александра Ирхина контракт. С этого самого момента он и попал под статью устава ПФЛ, которая запрещает игроку принадлежать одновременно нескольким клубам.

В результате "Лада" оштрафована на 5 млн. рублей, президент "Сокола" Сергей Богданов выведен из состава ПФЛ, а Терехин дисквалифицирован до конца первого круга. Но и это еще не все.

Ситуация крайне запутанная, рассказывает генеральный секретарь ПФЛ Юрий Кабан. - И несправедливо винить во всем только Терехина. Виноваты руководители "Сокола" и лично президент Богданов, просивший нас закрепить Терехина за "Соколом", но тем не менее подписавший Олегу трансфер. Виноваты и клубы, приглашавшие к себе Терехина, не имея предварительного договоренности с саратовской командой.

Почему же тогда оштрафована "Лада", но не наказан "Спартак"?

Руководство московской представило нам справку, свидетельствующую о том, что Терехин оказался на Кубке Содружества с согласия "Сокола".

"Известия"



Главный редактор - Андрей Лепетин
Редакционная коллегия:
Игорь Владимиров (заместитель главного редактора),
Вячеслав Запорожеч (ответственный секретарь),
Александр Сильвестров (коммерческий директор),
Юрий Холодов (редактор отдела хоккея),
Игорь Яглицов. Генеральный директор - Максим Гончаров

Учредители:
ИЧП Чарохова "Ирок",
Комитет по физической культуре и спорту администрации Воронежской области,
ХФК "ФАКЕЛ",
Фирма "Футбол ЭНВО"
Наш адрес: 394007, Воронеж, ул. Ильича-75, к.77. Телефон: 27-31-29

Регистрационное свидетельство В-391. Газета зарегистрирована региональной инспекцией г. Воронежа.

Нормер отпечатан в издательско-полиграфической фирме "Воронеж", 394000, Воронеж, пр. Революции, 39.

Нормер подписан в печать: по графику - 14.00 фактически - 13.58.

Заказ № 730

Тираж - 9600
Перепечатка материалов только с разрешения редакции. Мнение авторов публикаций не всегда совпадает с точкой зрения редколлегии.

М 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10