

Мир Фигурного Катания

Официальное
издание
Федерации
фигурного
катания
на коньках
России

Татьяна Волосожар
Максим Траньков

Свадьба на небесах

новый

КОНКУРС

внутри

На старт! Контрольные прокаты
Зал славы. Татьяна Тарасова
Лето, ах лето... Фотогалерея
Пермская школа. «Орлята» учатся летать!



Дорогие любители фигурного катания!

Я думаю, что предстоящий сезон будет очень интересным и ярким. В этом сезоне мы после перерыва вновь увидим на льду наших олимпийских чемпионов Татьяну Волосожар и Максима Транькова, Аделину Сотникову.

Уверен, соперничество на российском и международном уровне никого не оставит равнодушным. Тем более, что второй год после Олимпиады всегда является очень важным. Наши соперники это хорошо понимают и также не дремлют. Нам, в свою очередь, нужно соответствовать ожиданиям и собранно пройти весь сезон.

Всем нашим фигуристам желаю здоровья, отсутствия травм, а также настойчивости, смелости и твердости характера.

От всей души желаю журналу «Мир фигурного катания» побед наших спортсменов, поскольку во многом его успех зависит именно от них. Могу сказать, что журнал состоялся. Он не только популяризирует фигурное катание, но в определенной степени уже успел стать и методическим инструментом для всех, кто живет этим видом спорта. Желаю изданию сохранять высокую планку, объективность и солидность. И, конечно, побольше благодарных читателей.

Заместитель министра спорта
Российской Федерации
Ю.Д.Нагорных



Passion that leaves a sign



Royal



Dance



RF2 Super

реклама

www.risport.com

RISPORT
SKATES



Дорогие друзья, любители фигурного катания на коньках!
Редакция журнала «Мир фигурного катания» и Федерация
фигурного катания на коньках России поздравляют всех
вас с началом нового спортивного сезона 2015-2016 гг.!

Уже завершены соревнования юниорской серии ИСУ Гран-При, ждут своей очереди участники этапов ИСУ Гран-При среди взрослых. Наши юные спортсмены добились больших успехов, некоторые из них уже прошли в финал ИСУ Гран-При, и мы, конечно, ждем таких же удачных выступлений спортсменов основного состава сборной команды России.

Эти успехи стали закономерным результатом напряженной летней подготовки и сборов, о деталях и особенностях которых читатели данного номера журнала узнают из первых уст. Мнения ведущих тренеров, советы опытного врача сборной команды России и селфи спортсменов расскажут много любопытного на тему «Как я провел лето».

Итог летней подготовки был продемонстрирован спортсменами на контрольных прокатах, которые прошли в Новогорске – для юниорского состава, и в Сочи – для основного состава сборной команды страны. Эти прокаты, пожалуй, впервые прошли в «полноформатном режиме». Фигуристы представляли целиковые прокаты своих коротких и произвольных программ, что сопровождалось подробнейшим «разбором полетов» ведущими специалистами. Контрольные прокаты в Сочи прошли в необычном формате, когда новые программы спортсменов одновременно со специалистами оценивали зрители, пришедшие в олимпийский ледовый дворец «Шайба».

Наступивший спортивный сезон обещает быть интересным. На карте российского фигурного катания появились новые города, новые турниры, в том числе международные. В этом сезоне в России помимо традиционного этапа ИСУ Гран-При «Кубок Ростелеком», который ежегодно проходит в Москве, также состоялись соревнования новой серии ИСУ «Челленджер», которые получили название «Мордовский орнамент» и были организованы совместно с руководством Республики Мордовия в городе Саранске.

Главные всероссийские соревнования сезона – чемпионат России и первенство страны среди юниоров в этом году принимают крупнейшие города Урала – Екатеринбург и Челябинск. И мы надеемся, что такое расширение географии турниров позволит зрителям и любителям нашего вида спорта из разных регионов Российской Федерации увидеть выступления ведущих фигуристов не только по телевидению.

В этом сезоне нас ждет много нового, а значит, мы не стоим на месте, развиваемся и движемся вперед. Желаем всем спортсменам успешных стартов, а зрителям и читателям журнала «Мир фигурного катания» – радостных эмоций и захватывающего спортивного сезона.



**САМЫЕ ЛУЧШИЕ ФИГУРИСТЫ
ВЫБИРАЮТ САМЫЕ ЛУЧШИЕ ЛЕЗВИЯ**

реклама



John Wilson



**six week
EXCHANGE**

johnwilsonskates.com
mkblades.com

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ



20



14



32



50



52

- 6 **пресс-центр**
Контрольные прокаты. Юниоры
Смотровая площадка
- 14 **Контрольные прокаты. Взрослые**
Контрольный старт
- 20 **лицо с обложки**
Татьяна Волосожар – Максим Траньков
Свадьба на небесах
- 32 **зап. славы**
Татьяна Тарасова
Татьянин лед
- 38 **блиц-интервью**
Екатерина Боброва – Дмитрий Соловьев:
«Все в наших силах»
- 39 **Сергей Воронов:**
«Главное – получить удовольствие
от проделанной работы»
- 40 **hi-tech от Ростелеком**
Межгород за 0 рублей
- 42 **авторитетное мнение**
Виктор Аниканов:
«Спортсмены не могут и не должны
работать на износ»
- 44 **Александр Жулин:**
«Посвящать весь летний сбор
одному ОФП сейчас нельзя»
- 46 **Нина Мозер:**
«За последние годы летняя подготовка фигуристов
существенно поменялась»
- 50 **фотогалерея**
Абонент находится вне зоны действия... льда
- 52 **прошкóлу**
Пермская школа
«Орлята» учатся летать!

новый
КОНКУРС
внутри

37

СМОТРОВАЯ ПЛОЩАДКА



В начале августа в Новогорске прошли контрольные прокаты юниорской сборной России, организованные на высоком профессиональном уровне. Короткую и произвольную программы фигуристы катали в два дня, что позволило техническим специалистам и судьям внимательно просмотреть всех участников, сделать анализ, дать рекомендации каждому спортсмену по каждой программе. Кроме того, фигуристы представили новые постановки целиком, и это дало возможность объективно оценить готовность юниоров в преддверии нового сезона и этапов Гран-При. О своих впечатлениях от прокатов МФК рассказали технические специалисты и тренеры.



Ольга ЕРМОЛИНА



Ольга ТИМОХОВА, Михаил ШАРОВ



«Мы стали одной командой»

Александр Кузнецов,

технический специалист ИСУ по одиночному и парному катанию

« — Главный вывод, который напрашивается сам собой после увиденного в Новогорске, — тренеры и спортсмены понимают, над чем нужно работать, и прислушиваются к замечаниям специалистов. Следовательно, федерации удалось наладить процесс конструктивного сотрудничества. Проще говоря, мы стали одной командой.

Впервые в этом году, в мае здесь же, в Новогорске, был организован сбор для юниорских пар. Необходимость такого сбора была продиктована изменением ситуации в российском юниорском парном катании. С переходом призеров чемпионатов мира Лины Федоровой и Максима Мирошкина во взрослую категорию (очень жаль, что из-за травмы партнера ребята вынуждены пропустить предстоящий сезон) и распадом дуэта Мария Выгалова – Егор Закроев на данный момент у нас нет явного лидера. Поэтому на майском сборе стояла задача просмотреть тот состав, которым мы располагаем, высказать замечания, подсказать пути и способы исправления имеющихся недостатков. Понятно, что особое внимание было сосредоточено на негативных моментах, которые в будущем помешали бы нашим молодым парам при переходе во взрослый спорт чувствовать себя уверенно. Должен отметить, что за два с половиной месяца с момента сбора и до контрольных прокатов тренеры и спортсмены проделали качественную работу над исправлением ошибок.

Например, на протяжении последних сезонов всеми специалистами отмечалось, что пермские пары сильны в парных элементах, но уступают в индивидуальном исполнении, проблемными остаются прыжки. На этих прокатах мы увидели, что дуэты Екатерина Борисова – Дмитрий Сопот и Анастасия Полуянова – Сте-

пан Коротков значительно прибавили во владении коньком, их катание стало ярче, увереннее, и хотя пока не все хорошо с прыжками, но и в этом вопросе замечен прогресс.

Полагаю, что существенную роль сыграла помощь консультанта нашей сборной, опытного тренера Виктора Николаевича Кудрявцева. Я видел, как он занимался в Новогорске со всеми ребятами, приехавшими на контрольные прокаты. Буквально разжевывал им детали, поправлял, объяснял, начиная с шагов, поворотов, элементарных прыжков с перекидного, троек... Кудрявцев давал ребятам те необходимые знания, которых по разным причинам они не имели в начале спортивной карьеры. Думаю, что если такое сотрудничество продолжится (а я уверен, что в этом заинтересованы обе стороны), то со временем придет и результат, к которому стремимся.

Хорошее впечатление произвели пары из Санкт-Петербурга, тренирующиеся у Людмилы и Николая Великовых и Алексея Соколова. Например, в паре Анастасия Мишина – Владислав Мирзоев я увидел, что молодые ребята четко осознают, что им необходимо для реализации планов. Приятно удивили и москов-



Екатерина Борисова-Дмитрий Сопот



Анастасия Губанова-Алексей Синцов



Анастасия Полуянова-Степан Коротков



Анастасия Мишина-Владислав Мирзоев

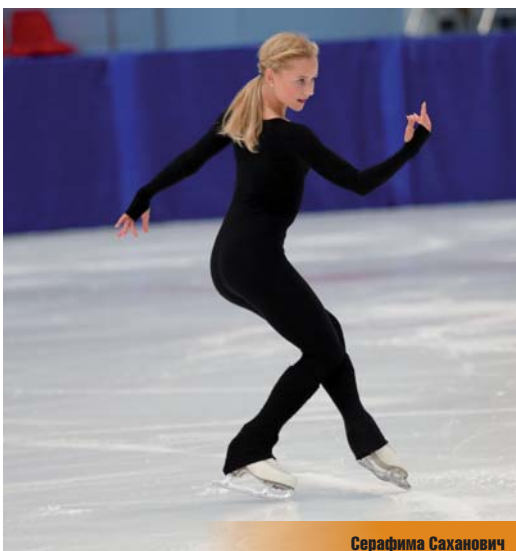
ские дуэты, с которыми работают Арина Ушакова, Сергей Росляков и Юрий Ларионов, который потихоньку начинает новую страницу в спортивной карьере, а также ученики Натальи Павловой и Александра Зайцева... Все пары, участвовавшие



Мария Сотскова



Владислав Тарасенко



Серафима Саханович

в прокатах, со временем обещают стать классными дуэтами.

Второй момент, который я бы отметил, – это интересные постановки программ не только парников, но и одиночников. Рад, что у нас появились тренеры «новой формации», которые не боятся обращаться за помощью и консультациями к зарубежным хореографам-постановщикам, с легкостью посылают учеников за границу к другим специалистам или едут вместе с ними за новыми знаниями. В результате совместной работы появляются зрелищные постановки, растет мастерство. В этой связи я бы отметил программы пермских юниорских пар, поставленные совместно с Ольгой Воложинской, или программы Марии Сотсковой, которая летом тренировалась в группе Рафаэла Арутюняна.

Отмечу также нестандартный выбор музыки у некоторых юниоров. Наглядный пример тому музыка Дмитрия Шостаковича в произвольной программе Серафимы Саханович на военную тему. Лично я и подумать не мог, что такой выбор возможен, ведь ранее никто не пробовал реализовать нечто подобное.

В целом, если рассуждать о нашем юниорском парном катании, то общий уровень российских дуэтов выровнялся. Но это вовсе не означает безликость и однообразность. Напротив, наши юниорские пары стараются найти свое лицо, поднимается их технический уровень. Элементы, которые год назад делали только наши лидеры, сейчас исполняют 5-6 пар. И, на мой взгляд, тенденция такова, что из 12 представленных в Новогорске дуэтов порядка 8-9 могут быть призерами или располагаться близко к первой тройке на этапах юниорской серии Гран-При. Но в любом случае надо продолжать работать, двигаться дальше.

В этом плане меня поражает работоспособность наших фигуристок, поэтому их программы интереснее всего смотреть. С чем связан такой подъем в нашем женском катании? На мой взгляд, с более ранним взрослением девочек по жизни, с тем, что в фигурное катание их приходит на порядок больше, чем мальчиков. Из-за этого конкуренция в женском одиночном катании выше в разы. Спортсменки поставлены в такие условия, что вынуждены выделяться на фоне других конкуренток, кото-

рые владеют тем же набором элементов.

Мальчики же пребывают в тепличных условиях – их холят, лелеют, берегут, поэтому они могут позволить себе слабинку, где-то недоработать, недотренироваться. Мне кажется, одна из проблем нашего юниорского мужского катания состоит в том, что мальчики воспринимают фигурное катание не как работу, не как многоборье, связанное с художественной реализацией образа, а как набор отдельных легкоатлетических элементов – чаще, прыжков. В мужском одиночном катании нет верхней границы сложности. Сегодня три четверных в произвольной программе, завтра кто-то сделает больше. Вот фигуристы и прыгают в ущерб остальным элементам и целостности программы, не понимая, что помимо 6-7 прыжковых элементов есть еще три вращения, дорожка шагов, оценка за компоненты, артистизм...

Могу, конечно, ошибаться, но мне кажется, что к каким-то вещам наши юноши относятся с прохладцей. Сказал тренер сделать то-то, прыгнуть столько-то – выполнил, плохо ли, хорошо, и свободен. Ни о какой самоподготовке, стремлении индивидуально поработать над тем, что не получается, постоять у зеркала, посмотреть, в какой позиции должна быть нога в либеле, отработать жесты, руки... – не идет и речи. В итоге получается, что музыка и образ отдельно, все внимание сосредоточено только на прыжках. Но такая программа не смотрится, не захватывает зрителей.

В женском катании подобные вещи по определению невозможны. Девочки не просто должны выделяться, но и владеть более виртуозной техникой исполнения элементов, особенно прыжков. Девочки изначально физически менее сильные, и когда они допускают ошибки на заходе и отталкивании, то у них нет шансов сделать приземление без падения с докрутом, поэтому и фазы подготовки к элементу девочки прорабатывают более тщательно. В последнее время особенно заметно, что каждая спортсменка пытается найти свой стиль, чего, еще раз повторяю, нельзя сказать о парнях. Самое обидное, что все эти замечания озвучиваются не в первый раз. В конце концов, к ним надо прислушаться.



«Планируем провести весной установочный сбор для юниоров-одиночников»

Виктор Кудрявцев,
тренер, консультант сборной России

— Сразу озвучу несколько общих выводов по контрольным прокатам. Готовность наших юниоров к началу сезона в этом году выше, чем в прошлом. Молодые пары и девочки-одиночницы показали интересные программы, над постановками которых работали уже не только тренеры, но и привлеченные специалисты. У многих спортсменов улучшились скольжение, качество исполнения элементов, добавилось выразительности. Но вместе с тем остаются проблемы, о которых мы толкуем из года в год.

Начну с приятного – с прокатов наших юниорок. В этот раз все спортсменки произвели хорошее впечатление, показали сложные в техническом плане и интересные с точки зрения хореографии и подбора музыки программы, которые ни в чем не уступают программам взрослых одиночниц. Практически все участницы просмотра процентов на 80 были готовы к новому сезону, и результаты первых этапов серии Гран-При это подтвердили.

Чего нельзя сказать о мальчиках. Готовность многих участников прокатов к сезону вызывала вопросы. Я присутствовал на всех тренировках в Новогорске, и особенно бросалось в глаза, что мальчики не работают в полную силу. Что я имею в виду? Ноги не дотягивают, катаются очень шаблонно, нет ни скорости, ни рисунка, ни чистых поворотов, ни поиска оригинальных подходов к прыжкам и вращениям. Фигуристы не тренируют прыжки в связке по 2-3-4 элемента. О контакте с публикой, то есть о выразительности программ, артистизме, и вовсе не приходится говорить.

Складывалось впечатление, что спортсмены и тренеры заиклены только на прыжках, считая, что сначала надо чисто прыгнуть все прыжки, а затем начинать программу дру-

гими элементами и компонентами. По-моему, это обманчивый путь. Спортивная карьера не может продолжаться вечно, поэтому важные моменты надо делать сразу, не откладывая на потом. Лидеров мирового мужского катания уже на юниорском уровне отличало не только и не столько стабильное исполнение прыжков, но и все, о чем я говорю.

Даже если следовать мнению, что в мужском катании важнее всего прыжковые элементы, возникает законный вопрос: почему все прыжки надо делать в одном и том же месте, не разводить их по разные стороны катка? Прыгать где-то у бортика, в углу, чтобы никому и ничего не было видно? Почему выезды из прыжков такие неуверенные и сомканные? Ведь если хочешь что-то продать, то покажи товар лицом, а не прячь его за прилавок.

В общей массе программы наших юношей меня не задели. И дело не только в неправильной, заведомо проигрышной расстановке элементов. Программы мальчиков не раскрывают музыкального сопровождения, а хореография и вовсе оставляет желать лучшего. То ли хореографическая подготовка у юношей отсутствует, то ли ей не уделяется должного внимания? Не знаю. Но то, что мы увидели на прокатах, в основном сводилось к беготне за прыжками. Но ведь у нас не легкая атлетика, а фигурное катание. И тут надо не бегать, не просто исполнять набор элементов под музыку, а кататься, скользить, создавать выразительные образы, которые бы проникали в душу зрителям, запоминались.

Каждый год на прокатах специалисты говорят об одном и том же. Но, похоже, надо не говорить, а переходить к практическим действиям. И в этом плане было решено, что будущей весной для наших юношей бу-

дет организован установочный сбор в Новогорске, как это было сделано для юниорских пар.

Напомню, что в мае на сбор в Новогорск были приглашены практически все наши молодые пары с тем, чтобы посмотреть, какой дуэт чем силен, выявить недочеты и задать направление на последующий период подготовки. Результаты превзошли ожидания. В конце августа пары представили довольно интересные программы, выучили новые парные элементы – подкрутки, выбросы, подъемы... В этом отношении пусть и небольшой, но сдвиг есть.

Да, по-прежнему слабым местом наших юниорских пар остается прыжковый раздел. В техническом смысле прыжки очень слабые, в основном двойные – аксель, сальхов, тулуп... И если мальчики-партнеры учат и пробуют тройные, то партнерши сильно отстают. Выход из этой ситуации мне видится один: сосредоточить внимание на индивидуальной работе с каждым партнером. Если танцоры индивидуально работают над скольжением, элементами, что мешает проделывать это же парникам?

Хотя справедливости ради нужно отметить, что по сравнению с прошлогодними прокатами и даже майским сбором положительные подвижки в исполнении прыжков есть. Подъезды и выезды стали более синхронными, но само исполнение прыжков хромает. Некоторые фигуристы прыгают по принципу: лишь бы как. Отсюда неуверенность, нестабильность, и, как следствие, такой прыжок не будет оценен на плюсы. Так что как бы тренеры ни кивали на недостаток времени, но без индивидуальной работы со спортсменами не обойтись. И если в этом деле нужны мои рекомендации, то, как консультант сборной, я всегда готов помочь.

«Сейчас прыгают все, и этим никого не удивишь»

Наталья Лебедева,
технический специалист ИСУ



— На контрольных прокатах в Новогорске я присутствовала только на показе программ одиночников. Общее впечатление – обнадеживающее. Команда у нас хорошая. Единственный вопрос, который возник у меня сразу, почему так мало мальчиков участвовало в этом мероприятии? Девочек пригласили с запасом, а мальчиков каталось не так много. А между тем даже на юниорском уровне программы мальчиков очень сложны, и при срыве одного элемента можно «улететь» далеко вниз, после чего довольно тяжело выбраться на призовое место. Хотя я считаю, что руки никогда не надо опускать, и в любой ситуации нужно до конца бороться.

Комментарий специалиста после прокатов подразумевает практическую помощь, поэтому остановлюсь на недочетах, которые нуждаются в исправлении. К ним бы я отнесла слишком простые программы у мальчиков. Не беру техническую сторону, в данном случае веду речь о разнообразии программы – «транзишн», переходах, интересных шагах, заходах, использовании необычных шпагатов, подскоков... Вот таких «фишечек» в программах оказалось мало, потому что все мальчики основной упор делали исключительно

на прыжки. Но сейчас прыгают все, и этим никого не удивишь. Значит, удивлять надо чем-то еще.

У девочек в этом плане дела обстоят намного лучше. Кроме того, практически все одиночницы прыгают каскад из двух тройных. И пусть на прокатах не все удалось, но в целом наша женская юниорская команда сильная, и, несомненно, спортсменки будут выступать на очень высоком уровне.

Что меня еще немного смутило в программах одиночников, и в большей степени это относится к мальчикам, очень простые вращения. Без затей, находок, оригинальности. Делает спортсмен вращения 4-го уровня – и ладно. А старания выполнить элемент еще на плюсы, сделать его «коронным», нет. Хотя в прокатах участвовали члены юниорской сборной России, от которых вправе ждать стопроцентной готовности и отдачи. Катание членов сборной команды должно быть сильным, уверенным, красивым, а главное – с запасом, чтобы на соревнованиях ничто не смогло выбить спортсмена из колеи.

Оправдание тренеров и спортсменов, что, мол, либела со сменой ноги для мальчиков – это очень сложно, мне кажется несколько странным. Почему? Фигуристы же с детства занимаются хореографией и растяжкой и вышли на уровень сборной команды страны!

Многие новые программы мне понравились. Единственное, что любопытно, почему вдруг наши тренеры решили ставить их за границей? Неужели в стране не осталось талантливых специалистов? А как же раньше выходили из положения, делали программы, с которыми побеждали?

Не так давно проходил семинар для судей и технических специалистов, где глава технического комитета ИСУ по одиночному и парному ката-

нию Александр Лакерник иллюстрировал свой доклад показом записей программ 20-летней, 30-летней давности... И, знаете, увиденное потрясло! Какую программу Екатерины Гордеевой – Сергея Гринькова ни возьми – супер! А выступление Александра Фадеева! Сложнейшие «транзишн», практически нет перебежек, все с шагов, все прыжки многооборотные, исполненные легко... Да, возможно, несколько примитивная в современном понимании хореография, но по шагам, по набору элементов, по сложности – это ультра-си. Так почему же сейчас мы вдруг забыли, как делать интересные программы? Думаю, что дело не в «потере памяти», а совсем в ином. Просто советы со стороны воспринимаются как руководство к действию, а рекомендации своих специалистов попросту игнорируются.

Когда я сама ставила программы, то всегда становилась на место, где сидят судьи, чтобы понять правильность расположения того или иного элемента на площадке. И когда я говорила спортсмену, что, допустим, прыжок здесь не будет просматриваться судьями, то мне приводились доводы, что в этом месте удобно прыгать, и, значит, элемент будет сделан надежно. Но случалось так, что этот же спортсмен ехал за границу, ставил программы там, и прыжки были перенесены. «Как это удалось?» – интересовалась я. И слышала ответ: «А мне сказали, что с этой точки судьям лучше видно». Понимаете, о чем я?

Замечания по прокатам хочу закончить тем, с чего начала. В одиночном катании у нас подобралась достаточно сильная команда. Спортсменам надо просто больше уверенности, но опыт со временем придет. Первые этапы Гран-При показали, что, конечно, проблемы есть. Но все эти проблемы решаемы.



Александр Самарин



«Не стоит паниковать, надо спокойно оценивать ситуацию»

Геннадий Карпонос,

старший тренер-консультант сборной России по танцам на льду

«Честно говоря, мне сложно припомнить, когда я в последний раз присутствовал на контрольных прокатах фигуристов юниорской сборной России, поэтому тем интереснее было увидеть новые программы наших молодых танцевальных дуэтов. Их выступления вызвали у меня двойные чувства. С одной стороны, чувство радости, с другой – разочарования. Радости, что ситуация в наших танцах на льду потихоньку меняется к лучшему. Разочарования, что не все тренеры и группы смогли быстро приспособиться к изменившейся ситуации, когда наши танцоры уже не диктуют моду на международной арене.

Сейчас в наших юниорских танцевальных парах прослеживается четкое деление на две группы. Первая – это лидеры, проверенные спортсмены, которые уже участвовали в юниорских этапах Гран-При, чемпионатах мира. Вторая – совсем молодые дуэты, которые только набирают обороты. В прошлом году, когда меня назначили старшим тренером сборной страны по танцам на льду, я сразу сказал, что нам нужно время, чтобы вернуться на ведущие позиции, утраченные в этом виде. Так что не надо паниковать, кричать, что у нас нет будущего в танцах на льду, что конкурентов не догнать, они, мол, гораздо сильнее! Это много шума из ничего. А надо не шуметь, а спокойно оценивать ситуацию.

Вспомните, на Олимпиаде-2010 в Ванкувере наше парное катание осталось без наград. А ведь это всегда был наш исконный вид, где кроме первого места для наших фигуристов другого не существовало. И что? Тренеры сделали выводы, засучили рукава и наладили работу. Через четыре года на Олимпиаде в Сочи Татьяна Волосожар – Максим Траньков вернули утраченные позиции, стали олимпийскими чемпионами в личных соревнованиях и командных. Более того, и вторая

российская пара Ксения Столбова – Федор Климов выиграла «золото» в команде и «серебро» в личном турнире.

Да, сейчас наши танцы переживают спад. Почему? Потому что одна группа тренеров борется за чистоту предписанных элементов. Другая хочет, чтобы танцы оставались танцами. Мне больше импонирует такой подход, потому что программа не должна превращаться в механическое исполнение набора элементов с акцентами на ки-пойнтах. Танец должен отличаться яркой постановкой и быть технически выкатанным.

Мне кажется, что на контрольных прокатах наши юниорские танцевальные дуэты потихоньку стали отходить от «холодного душа». Интересные и сложные программы показали ведущие пары: Алла Лобода – Павел Дрозд, Бетина Попова – Юрий Власенко. Мне вообще очень нравится, как работает группа тренера Ксении Румянцевой. Они пытаются найти новые формы, не боятся экспериментировать. Отважиться на «Мастера и Маргариту» или поставить танец с современной хореографией на музыку к фильму «Пятьдесят оттенков серого» – на такое не каждый пойдет.

К молодым московским парам подтягиваются самарские. Жаль только, что география российских танцев на льду ограничивается фактически двумя городами. Даже в Санкт-Петербурге у танцоров есть проблемы, хотя в северной столице фигурное катание всегда было очень популярным видом спорта. Но из-за нехватки льда танцевальные группы не успевают сделать то, что нужно. На ледовую тренировку необходимо минимум 4 часа в день. В Питере на это отводится час с небольшим, и не каждый день. Да и на льду одновременно катаются слишком много спортсменов. В таких условиях о серьезной подготовке не может быть и речи.

Тем не менее, я уверен, что в танцах на льду у нас есть резервы, каких нет ни в одной стране. Надо только грамотно выстроить системную работу. Поддерживать молодых тренеров, не бить по рукам, давать возможность попробовать что-то новое.

Да, в данный период мы немного отстаем. Но на прокатах я уже увидел позитивные сдвиги. Кстати, для того, чтобы наладить работу, сейчас самый подходящий момент, поскольку в этом году технический комитет ИСУ по танцам на льду сделал очень легкие ки-пойнты. Когда я сказал, что это уровень новисов, то наш представитель в техкоме ИСУ Алла Шеховцова пояснила, что сделано это намеренно, чтобы пары сосредоточили внимание на танцевальности, интересных, гармонично поставленных программах.

Так что не стоит упускать момент. И это не попытка вернуться вспять, а некое развитие вида по спирали. Новый виток будет качественнее, выше предыдущего, и наши тренеры и юниорские пары должны это понимать. Одна из главных задач – готовить танцевальные дуэты с запасом, чтобы они могли органично вписаться и уверенно чувствовать себя на взрослом уровне.



Бетина Попова-Юрий Власенко



«Наших фигуристов подводит стрессустойчивость»

Алла Шеховцова,

член технического комитета ИСУ по танцам на льду



Амина Атаханова
Илья Спиридонов

– Относительно прокатов наших юниорских танцевальных дуэтов я бы воздержалась от восторженных отзывов. Не могу сказать, что мы на сто процентов готовы заявить о своих претензиях на лидерство в этом виде. В прошлом сезоне в юниорской команде выделялись явные фавориты – Анна Яновская – Сергей Мозгов. Да и в целом уровень юниорских прокатов, на мой взгляд, был несколько выше. Сейчас сложилась ситуация, что однозначных лидеров среди юниорских танцевальных дуэтов пока у нас нет. Есть много мо-

лодых талантливых пар, но всем им предстоит большой объем работы, чтобы составить серьезную конкуренцию соперникам.

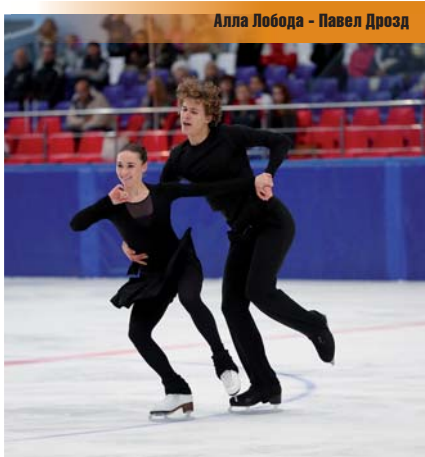
Если говорить о том, кто порадовал на прокатах, то мне понравилась группа Ксении Румянцевой. Ее танцевальные пары продемонстрировали достаточно интересные композиции. Не все, конечно, идеально, были недочеты, но над их исправлением спортсмены работают. Например, у дуэта Алла Лобода – Павел Дрозд были некоторые проблемы с интерпретацией ритма «марш». Характер марша не был отражен в движениях и жестах спортсменов, поэтому на прокатах были внесены некоторые корректировки. И то, что я видела в катании пары на этапах Гран-При, уже не вызвало вопросов. Спортсмены проделали большую работу, и их короткий танец получился ярким и запоминающимся.

Интересные молодые пары представили в Новогорске тренеры Алексей Горшков, Ирина Жук и Александр Свинин. Танцорам этих групп предстоит много работы, но уже сейчас можно с уверенностью сказать, что в недалеком будущем эти пары могут составить серьезную конку-

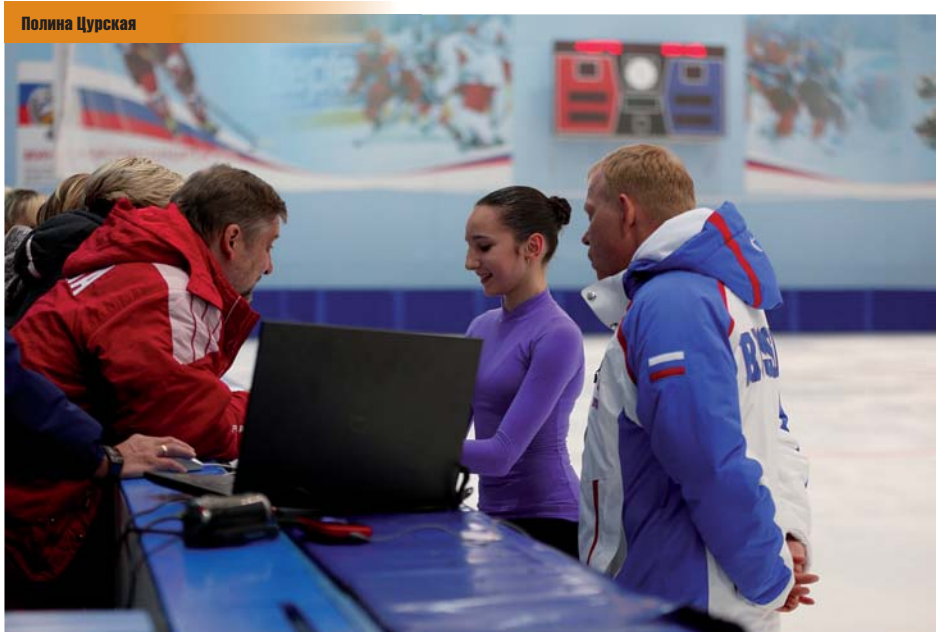
ренцию в борьбе за место в юношеской сборной.

Я уже не раз говорила, что мы до сих пор отстаем в уровне владения коньком. Если посмотреть и проанализировать прошедшие этапы юниорской серии Гран-При, можно заметить, что американские ведущие дуэты получают третьи уровни за дорожки шагов и даже четвертые, как на турнире в Колорадо-Спрингс, а мы – максимум вторые. К сожалению, наши молодые пары не могут похвастаться стабильностью исполнения сложных шагов и поворотов в дорожках шагов. И только когда ребята катают программы небольшими фрагментами, появляется картина очень близкая к тому, что хочется видеть. Во время прокатов программ на соревнованиях сказывается волнение или чрезмерное желание бороться и обыгрывать соперников, что зачастую приводит к ошибкам.

Вообще, в юниорском катании разница между нашими ведущими парами и американскими в части психологической устойчивости достаточно ощутима. Если те катаются на соревнованиях в свое удовольствие, то мы продолжаем бороться и работать. С одной стороны, это



Алла Лобода - Павел Дрозд



Полина Цуркая



Петр Гуменик

правильно, работать надо. Но с другой – если ослабить желание наших спортсменов и тренеров доказать и показать все сегодня и сейчас, то, возможно, ребятам будет психологически легче справляться с поставленными задачами...

Безусловно, существует большая разница в менталитете между нашими и иностранными спортсменами, в подходах и системе отбора. В Америке родители платят за удовольствие детей, которое им приносят тренировки по фигурному катанию. Таким образом, уже на начальном этапе там отсеиваются спортсмены, которые не любят и не умеют соревноваться, испытывают от этого стресс. Станут ли родители оплачивать стресс собственного ребенка? Нет. Поэтому в спорте остаются те, кому соревнование приносит удовольствие. Отсюда их психологическая устойчивость, которой в большинстве случаев нашим фигуристам как раз и не хватает.

В качестве примера приведу пару из Тольятти – Софью Евдокимову – Егора Базина. Это очень сильные по коньку фигуристы с хорошими постановками. Но уже прошло два этапа Гран-При с участием спортсменов,

и если посмотреть на полученные уровни за элементы, то они могли бы быть и выше, если бы спортсмены не нервничали на старте.

На мой взгляд, проблема, связанная с психологической устойчивостью, – одна из основных для наших фигуристов. Причем, не только юниоров. Вторая – это работа над коньком. Если спортсмен недостаточно хорошо владеет балансом на коньке и базовой техникой, то создать шедевр на этом коньке, когда спортсмен не совсем комфортно себя чувствует, практически невозможно. Отсюда пожелание тренерам: продолжать уделять больше внимания технике скольжения.

Еще один момент, на котором хотелось остановиться: на данный момент разрыв между нашими юниорами и взрослыми парами значителен. Не каждый юниорский дуэт легко и сразу может вписаться во «взрослую компанию». Как пример такого достойного перехода из юниорского во взрослый спорт могу привести пару Александра Степанова – Иван Букин, которая быстро и довольно уверенно ворвалась в мировую элиту. В этом сезоне на уровень масте-



Софья Евдокимова
Егор Базин

ров перешли Анна Яновская – Сергей Мозгов. Посмотрим, как проявят себя спортсмены.

Переход из юниорского спорта на уровень мастеров – это всегда очень сложный процесс и достаточно болезненный. Как-то я говорила, что каждая эмоция должна созреть, любую ситуацию нужно самому прожить, чтобы понять, какой будет реакция. Это опыт и еще раз опыт. Это период взросления. И только немногим спортсменам удастся пройти его спокойно. Для того, чтобы количество превратилось в качество, необходимо большой объем работы, жизненные и профессиональные знания. Само по себе ниоткуда это не появится. Надо обладать гениальным талантом и способностями, незаурядными актерскими качествами, чтобы, не имея еще жизненного опыта, остро и пронзительно чувствовать какие-то вещи и уметь передавать все эмоции на льду. Кстати, над актерским мастерством многим нашим танцевальным дуэтам также не мешало бы поработать.

Главный вывод из того, что я увидела на предсезонных прокатах в Сочи у взрослых: есть много интересных программ, все пары без исключения добавили в уровне мастерства, но реализовать себя полностью во время выступлений ни у одной из них пока не получилось. Кому-то удалось проявить себя в большей степени, кому-то – в меньшей. Но стопроцентную готовность ни один из дуэтов не продемонстрировал. На тренировках катание выглядело более ярко, серьезно и весомо. Надеюсь, что в сезоне наши спортсмены порадуют любителей фигурного катания яркими и запоминающимися выступлениями. ■



Дмитрий Алиев



В столице Олимпиады-2014 прошли предсезонные прокаты сборной России

КОНТРОЛЬНЫЙ СТАРТ



В Сочи, в ледовом дворце «Шайба», прошли контрольные прокаты сборной России по фигурному катанию. До выступлений в течение недели фигуристы находились на сборе, где технические специалисты и судьи могли оценить новые программы спортсменов - даже тех, кто по состоянию здоровья не смог прокататься на публике. МФК попросил специалистов ФФККР поделиться впечатлениями от просмотра программ, рассказать, в какой форме находятся члены сборной страны и каких результатов ждут в новом сезоне.

На фото (слева-направо):
Юко Кавагучи-Александр Смирнов
Татьяна Волосожар-Максим Траньков
Ксения Столбова-Федор Климов



Александр ЛАКЕРНИК,
председатель технического комитета ИСУ
по одиночному и парному катанию

«Жизнь даст ответы на все вопросы в ближайшее время»



– Александр Рафаилович, как прошли контрольные прокаты нашей сборной?

– В этом сезоне Федерация фигурного катания на коньках России организовала прокаты не совсем традиционным образом. В отличие от прошлых лет они проходили не в «закрытом режиме», а

были открыты и для широкой публики. На контрольные прокаты мы собираем всю сборную страны, чтобы оценить готовность наших фигуристов к сезону. И если по состоянию здоровья какие-то спортсмены, тот же Максим Ковтун, не показали свои программы зрителям, то мы видели их на тренировках.

Безусловно, все понимают, что прокаты перед специалистами и публикой – дополнительный стресс для спортсменов, которым приходится показывать свою готовность достаточно рано. Недаром ребята сравнивали нынешние контрольные прокаты с чемпионатом России. Однако любые соревнования – это тоже стресс, а значит, начинать готовиться к ним надо как можно раньше.

Все специалисты федерации отметили, что прокаты программ на зрителях получились у спортсменов лучше, чем на закрытых тренировках. Иными словами, спортсмены старались произвести впечатление и на специалистов, и на зрителей, и друг на друга. Порадовало, что спортсмены и тренеры учли замечания специалистов, высказанные им на тренировках до прокатов, и сразу же начали исправлять ошибки.

– Если говорить детально, то какова у нас ситуация по отдельным видам?

– В парном катании уровень мастерства всех наших 6 пар – Волосожен – Транькова, Кавагути – Смирнова, Столбовой – Климова, Тарасовой – Морозова, Астаховой – Рогонова, Базаровой – Депутата – очень высокий. Мы очень надеемся на все эти дуэты, как и на Забияко – Энберта, не принявших участие в прокатах из-за травмы партнерши.

На мой взгляд, ключевым мо-

ментом прокатов стало возвращение в большой спорт олимпийских чемпионов Татьяны Волосожен – Максима Транькова, которых мы впервые увидели на льду после Олимпийских игр в Сочи. Ребята и их тренер Нина Мозер заметно волновались перед прокатами, поскольку это был фактически первый старт спустя полтора года. Но, несмотря на это обстоятельство, олимпийские чемпионы продемонстрировали интересные программы, которые они еще доведут до блеска.

В короткой они усилили свой «контент» за счет выброса: вместо риттбергера делают флип, что дает преимущество в полбалла. В произвольной программе появится более сложный каскад из трех тулупов – 3-2-2. Я, честно говоря, не уверен, что ребятам стоит идти дальше по пути усложнения программ.

Во-первых, потому, что их главные козыри – это унисон парного катания, чистота элементов и высочайший класс их исполнения. Во-вторых, разучивание элементов запредельной сложности может привести к серьезным травмам.

В то же время наш вид спорта так устроен, что как бы прекрасно фигурист не катался, но если в программе нет достаточной сложности, то она не смотрится, а компоненты не звучат. Программа должна быть сбалансированной по сложности и красоте. Как, например, короткая программа «Болливуд» Тани и Максима, которой по компонентам равных нет. Но зазвонит эта программа только в том случае, если все элементы будут сложными и выполненными чисто.



На фото (слева-направо):
Вера Базарова-Андрей Депутат
Кристина Астахова-Алексей Рогонов
Евгения Тарасова-Владимир Морозов

Канадские и китайские пары пошли по пути усложнения «контента» где-то в ущерб самому катанию и презентации программы. Что делать нам в такой ситуации, до конца не ясно. То ли тоже усиливать сложность, что чревато травмами, и можно просто потерять спортсменов, то ли брать чистотой и качеством. Но хватит ли этого для победы? Думаю, что в ближайшее время жизнь даст ответы на все вопросы.

Ксения Столбова и Федор Климов продолжают работать над усилением сложности программ за счет четверного выброса. Однако за подготовительный период осуществить эту задачу до конца они не смогли.

ли из-за проблем с инвентарем. Для выброса в четыре оборота Ксении нужны ботинки с запасом прочности и удобной колодкой. Такую пару обуви нашли с большим трудом буквально на днях.

Тамара Москвина с учениками в этом сезоне пошла дальше по пути усиления сложности: Юко Кавагути и Александр Смирнов решили к четверному выбросу сальхов добавить в произвольной программе еще один четверной выброс – риттбергер. Те попытки, которые я видел, были очень впечатляющи и близки к чистому исполнению.

Евгения Тарасова и Владимир Морозов прорабатывают идею четверной подкрутки, которая, к слову сказать, не исключена и для Татьяны Волосожа с Максимом Траньковым. Однако сначала им надо добиться чистого исполнения уже имеющихся элементов.

Не знаю, будет ли какая-нибудь из наших пар задумываться над параллельным тройным лутцем, поскольку этот прыжок сложен в исполнении – при заходе на него из-за задней наружной дуги партнеры друг друга

не видят. Но я не исключаю рабочего варианта и с этим элементом. В любом случае тренеры и спортсмены ставят перед собой задачи усиления

технической части. Как это будет решаться – увидим.

– Какие перспективы в одиночном катании?

– Продолжает радовать женское катание. Мы увидели семь фигуристок, каждая из которых украсила бы любое международное соревнование. Я уже предлагал, правда, в виде шутки, провести международный матч по женскому катанию: сборная России – сборная мира, и уверен, что с теми спортсменками, которых видели в Сочи, мы выиграли бы этот матч. Но за рубежом тоже есть конкурентки,

способные качественно выполнять самые сложные элементы, так что расслабляться нам не стоит.

В сочинских прокатах участвовала олимпийская чемпионка Аделина Сотникова, которая из-за травмы пропустила большую часть прошлого сезона. Фигуристка показала прекрасные программы, необыкновенное катание. Что касается элементов, то она их успешно восстанавливает. Главное, что Аделина очень хочет кататься, соревноваться и бороться.

Действующая чемпионка мира Елизавета Туктамышева постепенно набирает форму. Никто не ставил перед ней задачу быть готовой на все 100% в сентябре, но конкуренты того, чем она будет радовать в сезоне, в программах уже просматриваются. И скоро, думаю, вернется и тройной аксель.

Елена Радионова прекрасно выглядела на прокатах, показав, что вполне готова к любым соревнованиям. Хороша и стабильна была Евгения Медведева. Есть определенные проблемы у Юлии Липницкой, хотя на прокатах мы увидели гораздо больше элементов, чем их было в предыдущем сезоне. Юлия сейчас более собрана, настроена на борьбу, и это радует. Серьезно подходит к сезону и Анна Погорилая.



Елизавета Туктамышева



Юлия Липницкая



Анна Погорилая



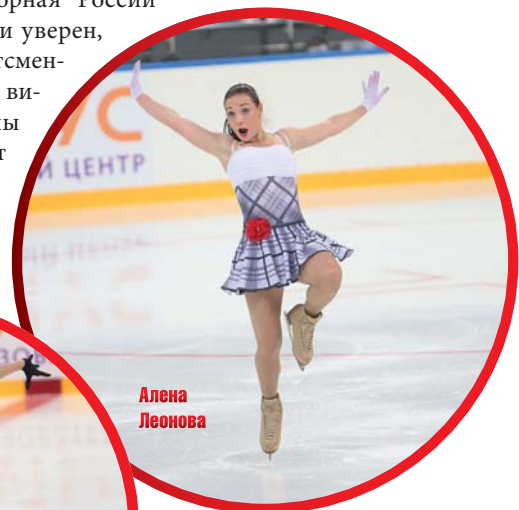
Аделина Сотникова



Евгения Медведева



Елена Радионова



Алена Леонова

Алена Леонова продолжает готовиться к стартам, хотя ей сложно бороться с молодыми фигуристками. Дело в том, что технически они умеют делать больше, чем она. Однако, даже уступая, Алена не бросает кататься, держит форму, готова конкурировать. Напомню, что, не попав в прошлом сезоне на основные международные соревнования, Леонова выиграла Всемирную Универсиаду.

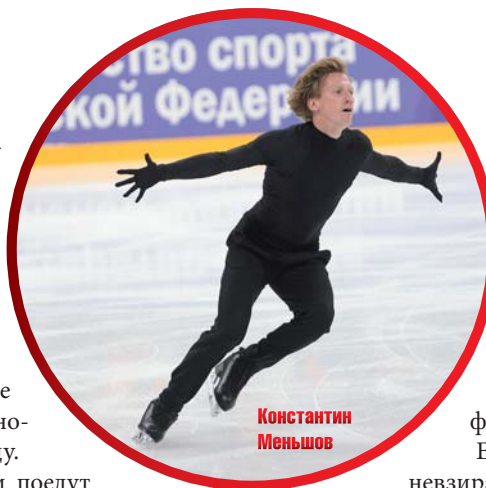
Понятно, что не все фигуристки поедут на чемпионаты Европы и мира, однако они ни в какой мере не должны переставать работать. Именно жесткая конкуренция внутри страны позволяет нам держать планку на высоте и соревноваться с кем угодно. Не открою большого секрета, если скажу, что чемпионат России 2016 года будет очень сложным отборочным турниром, потому что все девушки имеют примерно равные шансы.

В отличие от женского, в мужском одиночном катании ситуация сложилась непростая. Она сложна потому, что наши мужчины не обладают способностью Евгения Плющенко показывать на соревнованиях все, что умеют. Безусловно, лед скользкий, но должен же быть хоть какой-то процент надежности! Пока что наши ребята показывают на соревнованиях значительно меньше того, чему обучены.

Нет стабильности – то очень хорошие результаты, то откровенно провальные. И кого мы можем включить в состав на командные олимпийские соревнования, чтобы быть абсолютно уверенными, что этот спортсмен сделает все для общей победы?

В карьере Плющенко провалов вообще не было. Он мог болеть и не кататься, но, если выходил на лед, всегда добивался успешного результата. Я не помню ни одной «бабочки», потому что Плющенко всегда шел на прыжок, даже если дуга захода не была идеальной. Без него на сегодняшний день в нашей команде нет лидера, способного повести за собой. Хочется надеяться, что рано или поздно такой спортсмен появится.

Возвращаясь к прокатам в Сочи, хочу сказать, что неплохо выглядел Адыан Питкеев. Он сумел показать почти все достоинства своего катания. Адыану нужно научиться преодолевать свои внутренние сомнения, которые мешают ему побеждать. Ведь если человек не очень верит в себя – это плохо. Если Адыан сумеет этот недостаток



Константин
Меньшов

преодолеть, мы получим интересного, сильного спортсмена.

Порадовал прокатами программ Морис Квителашвили, очень способный, с техничными прыжками в четыре оборота. Ему, как и другим нашим парням, не хватает стабильности на стартах, но в остальном он прекрасно выученный фигурист.

Есть в сборной и спортсмены, которые, невзирая на неудачи, возраст и травмы, продолжают выкладываться на тренировках, борясь. Говорю о бронзовом призере чемпионата Европы-2015 Сергее Воронове и бронзовом призере чемпионата Европы-2014 Константине Меньшове. Они продолжают быть в форме, не сходят с дистанции, и это надо ценить.

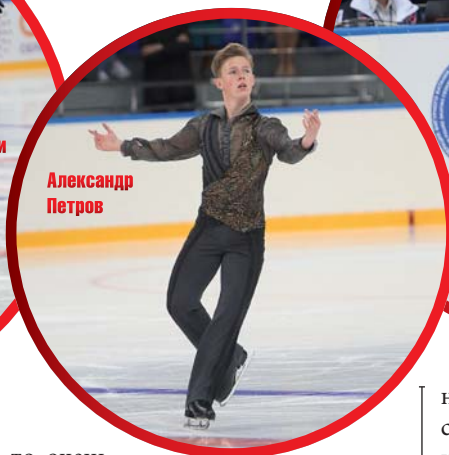
Мы по-прежнему надеемся и на Максима Ковтуна, постепенно входящего в форму после травмы.

– Какие общие недочеты у наших мужчин-одиночников?

– Как технический специалист, я не очень доволен качеством исполнения вращений нашими мужчи-



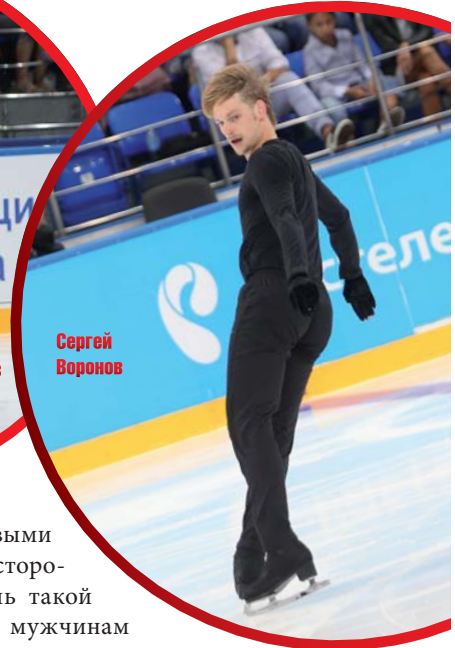
Морис
Квителашвили



Александр
Петров



Адыан
Питкеев



Сергей
Воронов

нами в сравнении с мировыми стандартами. С одной стороны, понятно, что достичь такой гибкости, как у женщин, мужчинам сложно. Но держать центровку и уметь ускориться, на мой взгляд, вполне доступно. Просто этим надо заниматься, и все получится.

Заслуживает критики качество исполнения шагов перед прыжком. Это общее слабое место и для лидеров мирового фигурного катания, так как, если выполняется сложный прыжок, то разнообразные шаги перед ним затрудняют его исполнение. Это координационно сложно. Но если на четверных прыжках такая скупость еще оправдана, то на тройных и двойных прыжках задача вполне решаема.

– В целом, вы довольны увиденным в Сочи?

– Как преподаватель вуза, по пятибалльной шкале я бы оценил организацию прокатов на «отлично», а качество прокатов спортсменов – на «четверку». Но это та «четверка», с которой можно подтянуться до «пятерки», а можно скатиться на «тройку». Результат будет зависеть от усердия.



Геннадий КАРПОНОСОВ,
старший тренер-консультант
сборной России по танцам на льду

«Не пойте ноты, а пойте музыку»

– Геннадий Михайлович, в прошлом году наши специалисты оценивали ситуацию в танцах на льду как критическую. Что изменилось за это время?

– Я приступил к работе в сборной в тот момент, когда две ведущие пары – Боброва – Соловьев и Ильиных – Кацалапов – по разным причинам прекратили выступления. Дмитрий Соловьев серьезно травмировался и пропустил сезон. Пара Ильиных – Кацалапов распалась. Но не это было главным. Мне важно было понять, почему наша страна, столько лет доминирующая в танцах на льду, вдруг оказалась догоняющей? Почему российские тренеры, работающие в Америке, обыгрывают наших специалистов, хотя в России созданы гораздо лучшие условия? После детального анализа ситуации пришел к выводу, что все проблемы связаны со стереотипами, которые сложились у тренеров и спортсменов в связи с введением обязательных элементов и ки-пойнтов.

Если раньше нашей сильной стороной были именно танцы, цельные постановки, которые объединяла хореография, композиция, идея, то, начав делать упор на отдельные элементы, мы потеряли свое лицо. Я считал и считаю, что надо возрождать дух российского танца, питаться идеями русского классиче-

ского балета, современной хореографии, и на эти идеи накладывать и элементы, и ки-пойнты, а не наоборот. Хочу напомнить гениальные слова Елены Образцовой, обращенные к ученикам: «Не пойте ноты, а пойте музыку».

Я был очень рад увидеть на контрольных прокатах начало такого поворота. Очень позитивные впечатления остались от короткого и произвольного танца всех без исключения дуэтов.

– Расскажите, пожалуйста, подробнее о каждом дуэте.

– Буду перечислять в алфавитном порядке. Вернулся на лед дуэт Екатерина Боброва – Дмитрий Соловьев, причем в прекрасной форме. Катя провела сложный прошлый сезон в ожидании возвращения партнера. Глядя на нее, я вспоминал, как Оксана Домнина точно так же работала на льду одна, пока Максим Шабалин не мог кататься. На прокатах все заметили, с каким воодушевлением Катя выходила на лед, как их произвольная программа «Анна Каренина», поставленная еще в прошлом сезоне, засверкала новыми красками. Программа получилась интересной и органичной. В ней есть душа, настроение, сложные шаговые связки, вращательные комбинации и поддержки. Все это в целом произвело благоприятное впечатление на специалистов.

Елена Ильиных и Руслан Жиганшин были как всегда хороши. Их произвольный танец «Фрида» в постановке гениального хореографа Антонио Нахарро претендует на новое слово в танцах. Было видно, что программа ребятам в радость. За год совместной работы Лена и Руслан очень прибавили в технике, в пластике катания. Теперь они равнозначные по классу партнеры. А за этим стоит колоссальная работа тренеров и спортсменов.

Ксения Монько и Кирилл Халявин – эта пара мне



близка по духу, потому что примерно в таком же стиле катались мы с Натальей Линичук. Ксению и Кирилла отличает хорошая техника, но специалисты часто критикуют пару за недостаток артистизма. При подготовке к сезону ребята очень много работали над созданием образов, над передачей характера музыки, и прогресс налицо. Если Кирилл обычно катается несколько сдержанно, то сейчас мы увидели, что он может быть и эмоциональным.

К сожалению, у ребят не всегда получилось правильно настроить себя на старте. В прошлом сезоне перед чемпионатом Европы они были в такой прекрасной форме, что, казалось, станут чемпионами. И вдруг срыв. Не справились с волнением. Очень надеюсь, что в этом году такого не будет.

Виктория Синицина и Никита Кацалапов не приняли участия в прокатах, но, по приглашению тренера Марины Зуевой и решению руководства федерации, я ездил к ним на тренировки. Ребята мне понравились. Виктория и Никита очень повзрослели, осознали задачи, которые стоят перед ними, провели большую работу, что позволило сделать не просто большой шаг – скачок вперед. Зуева поставила ребятам утонченные программы, сбалансированные и красивые, что, наверняка, отметят и другие специалисты.

Александра Степанова и Иван Букин также прибавили в катании. Год назад их много критиковали за отсутствие мощи и напора. Тренеры прислушались к замечаниям, вместе со спортсменами много работали над проблемой. В Сочи фигуристы показали прекрасную произвольную программу на музыку Фредди Меркьюри, которая подчеркивает красоту Саши и эмоциональность Ивана. Все элементы были исполнены на высоком уровне, особенно впечатляют их уникальные твиззлы. Радует, что программу им поставили тренеры Ирина Жук и Александр Свицин, которые совершенствуются как постановщики программ.

Вчерашние юниоры Анна Яновская и Сергей Мозгов, на мой взгляд, органично влились во взрослое катание. Они показали новые программы и новый стиль, которого от них не ожидали, поскольку оба

фигуриста – довольно высокие. Ребята отдали предпочтение современной хореографии, темповым движениям, что может стать трендом в танцах на льду в ближайшее время.

В этом году короткий танец включает Равенбургский вальс



как обязательную часть. В чем его особенность?

– Равенбургский вальс был придуман, если мне не изменяет память, в 1969 году для немецкой пары Ангелина и Эрик Бук, которую тренировала известнейший английский тренер Бетти Каллауэй. Ангелина Бук умела очень хорошо делать твиззлы, поэтому танец был поставлен на нее: четыре твиззла по разным углам площадки, соединенные между собой вальсовыми шагами. Танец очень понравился техкому ИСУ и был включен в список обязательных. За 45 лет этот вальс не претерпел никаких изменений. В нем нет ничего сложного. Танцорам не нужно лезть из кожи вон, чтобы его выкатать.

Когда Равенбургский вальс был выбран для сезона 2015-2016 в качестве обязательного, техком ИСУ назначил ки-пойнты не на твиззлах, а на шагах, чтобы спортсмены могли выдать больше эмоций и показать сам танец. Самой большой ошибкой будет катание не в музыку, потому что это смажет общее впечатление. Вальс должен выглядеть легко и непринужденно.

– Какие общие выводы можно сделать по итогам прокатов наших танцоров?

– Прежде всего, радует, что наши тренеры и фигуристы стали понимать, как в перспективе должны развиваться танцы на льду. И это было заметно уже на прокатах на примере новых программ. Большой акцент стал делаться на выразительность, образность, а не только на техническую сторону программ, ведь оценки за «артистизм» никто не отмечал. Второе, приятно, что наши танцевальные дуэты стараются развивать свою индивидуальность, они не похожи друг на друга, каждый имеет свое лицо. Мне кажется, что за прошедший год в нашем танцевальном мире произошли пусть небольшие, но положительные сдвиги. И, судя по тому, что я увидел в Сочи, полагаю, что при условии готовности наши танцоры смогут побороться за высокие места. ■



На фото (слева-направо):
Екатерина Боброва-Дмитрий Соловьев
Елена Ильиних-Руслан Жиганшин
Анна Яновская-Сергей Мозгов
Ксения Монько-Кирилл Халявин
Александра Степанова-Иван Букин

Поржественное бракосочетание Татьяны Волосожар и Максима Транныкова состоялось на крыше отеля в центре Москвы

Свадьба




НА НЕБЕСАХ



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней



 Мария СТАРОВЕРОВА

С молодоженами Татьяной Волосожар и Максимом Траньковым мы встретились на катке «Вдохновение» ровно через неделю после свадьбы. Ребята рассказали о свадебном торжестве и о планах возвращения на лед после годового перерыва.

В день свадьбы БЫЛИ НА НОГАХ С 6 УТРА



ФОТО Lids Eventhouse

– Говорят, что браки совершаются на небесах, и ваша торжественная церемония прошла на верхнем этаже гостиницы с видом на Красную площадь. Сами выбрали это место?

Максим: Как только мы определились с точной датой свадьбы, наш друг и руководитель «Больше Чем Агентства» Петро Шекшеев вызвался помочь с организацией свадебных торжеств и собрал команду специалистов, которые и согласились нам все сделать.

Татьяна: Было много разных предложений, где устроить выездную церемонию. Предлагались красивые места за городом, но нам не хотелось ехать куда-то.

Максим: Поэтому сразу понравилась идея с верхним, открытым этажом отеля «The Ritz-Carlton» и свадьбой с видом на Кремлевские башни. Это место очень редко отдают под свадебные церемонии, и нам говорили, что заполучить площадку практически невозможно. Но руководство отеля пошло нам навстречу.

Татьяна: Но при этом мы не хотели праздновать в самом отеле, в обычном банкетном зале, где гости

– Какой момент вашей свадьбы запомнился больше всего?

Максим: Когда на выездной регистрации Таня вышла ко мне под руку с папой. Это был самый эмоциональный момент. А еще запомнилось, когда на свадьбе я, наконец, присел, и было это около часа ночи. Мы ведь в тот день были на ногах с 6 утра.

– Почему так рано поехали в ЗАГС? К 7 утра, если не ошибаюсь.

Максим: Для Тани было важно, чтобы празднование и регистрация прошли в один день, поэтому пришлось пораньше быть в ЗАГСе.

Татьяна: Мы хотели сделать все официально, чтобы именно в этот день – 18 августа – стоял штамп в паспорте, и состоялось само торжество. Хотелось, чтобы все было по-настоящему, ведь выездная регистрация – это лишь красивая церемония. А у нас к этому моменту на руках было свидетельство о браке. Все по правде. Поэтому график свадебного дня получился очень плотным.



ФОТО Lids Eventhouse

сидели бы за круглыми столами, произносили тосты. Нам представлялось, что торжество должно проходить в более демократичном месте, подходящем для молодежной тусовки, чтобы все могли спокойно передвигаться по залу, общаться.

Максим: Да, мы очень не хотели зала, обтянутого шелками, потому что традиционных банкетов в нашей жизни и так много. И все получилось, как и задумывали. Взрослая часть гостей осталась довольна. Мы их рассадили в зале, а молодежь расположилась на открытой террасе. Правда, погода немного подпортила планы. Было довольно холодно, но и тут нашелся выход из положения. На террасу вынесли большие газовые горелки, стало тепло. В итоге места всем хватило. Но главное, что и молодежь, и взрослые остались довольны.

– Много было гостей?

Максим: Ожидалось 120.

Татьяна: Но не всем удалось приехать. Около ста гостей собралось.



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней

– Большинство фигуристы?

Максим: Фигуристов было не так много. Аделина Сотникова и Федор Климов исполняли функции друзей жениха и невесты. Пришли Евгения Тарасова, Владимир Морозов, Юрий Ларионов, Лина Федорова, Ваня Бариев. Были те, которые уже закончили кататься – Денис Леушин, Леша Васильев. Аня Загороднюк с Ромой Серовым прилетели из Америки. На самом деле гости на нашей свадьбе представляли обширную географию. Из Украины, Японии, Швейцарии, Америки. Из моего родного города Перми приехали друзья. Из Сочи. Целый стол был армянский.

– Сюрпризы, неожиданности?

Татьяна: Под конец вечера появился Дед Мороз. Один из гостей решил так пошутить. Сказал, что на свадьбах не бывает Деда Мороза, и он стал первым. А в остальном все шло по плану. Да, еще поклонники преподнесли приятный сюрприз, подарили 10-минутный фильм – нарезку наших выступлений за пять лет, озвученную известными цитатами из разных советских фильмов. В этом ролике поучаствовали Александр Георгиевич Горшков, Валентин Николаевич Писеев, наш тренер Нина Михайловна Мозер, Татьяна Анатольевна Тарасова, Федя Климов... Получилось очень здорово. Всем гостям понравилось, все смеялись.



ФОТО Лиза Карпушкина 7Дней



ФОТО Лиза Карпушкина 7Дней



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней

Без друзей БЫ НЕ СПРАВИЛИСЬ

– Вы сами довольны, как все прошло?

Максим: Если честно, мы ждали худшего, потому что было очень мало времени на подготовку. Со сборов в Италии вернулись за неделю до торжества. Нужно было все успеть доделать. Всю неделю катались по две тренировки в день. В 10 утра первая, в час – вторая. Заканчивали в 3 дня и начинали заниматься подготовкой к свадьбе. Сильно переживали, особенно Таня, что что-то не получится.

Тане нужно было платье дошить, она вставала рано утром, ехала на примерку, оттуда на тренировки, после мчалась по делам какие-то вещи утверждать. Даже наш свадебный танец делали в последний момент, меньше, чем за сутки до бракосочетания. Федя колдовал над музыкой. Да и другие ребята помогали, как могли.

Татьяна: Наша подруга скелетонистка Оля Потылицына ездила в аэропорт, встречала иностранных гостей, развозила по отелям. Она даже отпросилась у тренера со сборов на день раньше, ради нас. Настя Задорожная помогала с организацией «девичника». Петро и его команда отвечали за все остальное. Без друзей мы бы не справились. Времени впритык, а дел столько, что пар из ушей начинал валить.

– Однако свадебный танец получился невероятным, с передеванием. Как же вы его за сутки успели поставить?

Максим: Все ждали, что мы будем танцевать вальс Хачатуряна. Кстати, его всегда просят исполнить на показательных выступлениях, но мы никогда не делаем. И не потому, что он для нас святой (короткая программа на Олимпийских играх-2014

– прим.МФК). Просто эту программу невозможно катать на маленькой площадке, это будет выглядеть ужасно, и кроме костюмов ничего не останется. В этом вальсе все движения рассчитаны под размер большого катка. Элементы четко расставлены по всей площадке. К тому же счет вальса – раз – два – три, раз – два – три – очень неудобный для парного катания. У парников все движения под раз – два – три – четыре. Чтобы исполнить на Олимпиаде вальс Хачатуряна, мы с Таней долго перекраивали все элементы под новый счет, технику меняли, процесс был сложным, но это стоило того.

Мы понимали, что на свадьбе все тоже буду ждать от нас этого вальса. Я даже китель, в котором катался, хотел с собой прихватить, но передумал. А когда Таня открыла секрет, что юбка на свадебном платье будет отстегиваться, тогда и



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней

решили сделать свадебный танец из двух частей.

Незадолго до этого мы снимались на Первом канале в передаче «Парк», где танцевали под музыку из кинофильма «Грязные танцы». Вот мы и соединили – вальс с современным танцем. Сделали практически все, как в фильме. Разучивали в хореографическом зале на нашем катке. Маленькие дети, у которых в то время была разминка, никак не могли понять, чем мы занимаемся, и почему вдруг топчемся на полу.

Татьяна: Нам очень хотелось, чтобы с нами свадебный танец разделили гости, поэтому и не стали обрезать музыку, оставили, как в кино. В конце танца Максим вытащил Нину Михайловну, всех подружек невесты, а я – друзей жениха. В итоге все гости с нами танцевали. Получилось здорово!



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней



ФОТО Сергей Берменьев



Лоферы с гербами – ЭТО КРУТО!

ФОТО Филипп Гончаров 7Дней

– Максим, свадебный выход Тани стал самым эмоциональным моментом для вас, так поразил сногшибательный образ невесты?

Максим: Конечно! Причем, Таня думает, что я видел до свадьбы ее платье у нее в телефоне, но на самом деле я его тогда даже не разглядел. Она показывала фото свадебных нарядов и случайно «пролистнула» свое. Но что можно увидеть в телефоне? Что-то белое и все. А когда Таня вышла на торжественной церемонии, это было классно! Еще и музыку она выбрала соответствующую. Я был потрясен!

Таня с папой под руку. И он так бодро и уверенно шел передавать мне свою дочь! Меня это тронуло. Таня такая красивая, прическа, макияж, зеркальная дорожка, по которой она шествовала как по льду. Невероятно красивая картина!

А ведь утром в тот день было пасмурно, даже снег мокрый шел. Мы немного расстроились, потому что торжественная церемония должна была проходить на улице. Но к началу бракосочетания дождик стих, а когда мы кольцами обменивались, то все гости как-то разом вздохнули. Мы подумали, обрадовались, а, оказалось, из-за туч вышло солнце. Мы, правда, сами этого не заметили, нам потом рассказали.

– Максим, все модные журналы отметили ваши потрясающие лоферы с гербами. Специальный заказ?

Максим: Такую обувь действительно шьют на заказ. И у меня даже возникла идея одеть всех ребят нашей сборной в такие лоферы, чтобы на банкеты или официальные мероприятия ходить. Лоферы с гербами – это круто! Делают такую классную обувь у нас в России. Мои друзья. У них в Москве два шоу-рума. Кстати, они шьют и отличные костюмы, сидят как влитые. По моей наводке Макс Ковтун себе костюм заказал, Федя Климов хочет.

А со свадебными лоферами получилась интересная история. Когда мы определились с костюмом жениха, я спросил, какую обувь лучше подобрать под смокинг? Мне ответили, что лето, жарко, можно мокасины, лучше лоферы. Пошли смотреть и остановились на этих, с гербами. Сначала, правда, все посмеялись, мол, неужели и вправду на свадьбу в них пойдешь? Но раз я желтыми штанами взорвал интернет, то пора возвращаться и дальше взрывать. Так и получилось.



ФОТО Филипп Гончаров 7Дней



ФОТО Лиза Карпушкина 7Дней

Весь прошлый сезон КОММЕНТИРОВАЛ СОРЕВНОВАНИЯ НА ТЕЛЕВИДЕНИИ

– Во время пресс-конференции после открытой тренировки вы сказали, что если бы знали, что пропустите год, то уже были бы родителями. Не думали, что перерыв в соревнованиях настолько затянется?

Максим: Когда мне сообщили, что восстановление после операции займет восемь месяцев, я сказал, что справлюсь за шесть, на мне, как на собаке все заживает. Кинулся руку разрабатывать, но она ни в какую, нужно было время. Но и когда восемь месяцев прошло, ничего не изменилось. Мы хотели выступить на командном чемпионате мира в конце сезона. В итоге и на него не смогли поехать.

Если бы я начал Тяню поднимать, то не накачал бы форму. У меня уже был лишний вес. Я же полноценно не тренировался. Нужно было полностью восстанавливать прыжки, парные элементы. Подкрутки к концу сезона еще не было. Мы ее только летом начали делать. В итоге так и получилось, что пропустили больше года.

Татьяна: Да и Нина Михайловна посоветовала, что если возвращаться, то лучше полноценно провести летнюю подготовку, постепенно наработать, восстановить все, и уже затем выходить на прежний уровень.

– Что переживали, о чем думали, когда смотрели выступления других фигуристов? Или предпочитали не смотреть?

Максим: Весь прошлый сезон я комментировал все крупные турниры на «Евроспорте» и ВГТРК, поэтому был в курсе происходящего. Признаюсь сразу, мне лично было неинтересно смотреть парное катание. Хотя были четверные выбросы, сложнокоординационные элементы, но я не увидел новых идей. Современное парное катание – очень сбалансированный вид, в котором присутствуют элементы одиночного, парного катания, танцев на льду. Оно объединяет в себе все эти виды. Это самая универсальная и самая сложная техническая дисциплина фигурного катания. Но чтобы все выглядело гармонично, должен быть некий баланс, а сейчас я наблюдаю перекокс в сторону одиночного. Нет разнообразия поддержек. Все ведущие пары делают не очень сложные и не особо интересные поддержки. Нет баланса между координационными и силовыми элементами. Нет хорошего катания. Единственная пара, которая его показывала в прошлом сезоне, китайцы Панг – Тон (китайская пара Пан Цин – Тун Цзянь, но в мире фигурного катания многие называют их по-своему – прим. МФК). Я знаю этих фигуристов с тех времен, когда сам под стол пешком ходил, потом стал с ними соревноваться. Чуть-чуть приблизилась к тому, что я люблю в парном

катании, молодая китайская пара, ставшая второй на чемпионате мира (Суй Вэньцзин – Хань Цун – прим. МФК). Я ни в коей мере не умаляю заслуг наших соотечественников, канадцев, других пар. Высказываю свое сугубо личное мнение.

– Год назад вы поставили новые программы. С учетом пропущенного сезона и всего увиденного, насколько изменились они сейчас?

Максим: Мы до сих пор их меняем. У нас не бывает так, что поставили программу и в течение сезона катаем одно и то же. Максимально сделанной и понятной зрителям и судьям программа становится к концу сезона – к чемпионату мира, поэтому сейчас будем чистить музыку в произвольной программе, дорабатывать какие-то моменты.

Программа получается интересная – «Дракула», со сменой сюжетов – ночь, день, ночь, темная сторона... Чтобы было понятно, нужно очень правильно музыкально и хореографически все моменты прописать. Оттенить колоколами – наступает утро, затем отбой – ночь. Сейчас колокола звучат не так ярко, начало надо подправить. Работы много.

Татьяна: Короткая программа «Болливуд» также изменилась практически полностью, только три первых элемента осталось. Доработали начало программы, дорожку полностью поменяли, тодесы, потому что стали несколько другими требованиями.



– Не страшно выходить на лед после долгого перерыва?

Татьяна: Где-то внутри я лично готова, что могут быть ошибки. Многое предстоит вспомнить, начиная с простых вещей, как выходить на старт, морально настраиваться. Но через это нужно пройти.

Максим: Сейчас мы философски относимся ко многим вещам. Хотим вернуться, кататься, а там пусть решают судьи. Панг и Тон в прошлом сезоне катались и бились за парное катание, а не за четверные выбросы. Сомневаюсь, что с такими данными партнерши она бы не смогла сделать этот элемент или четверной подкрут. Но они не стали, потому что им было важнее показать именно парное катание. И после чемпионата мира я разговаривал на эту тему со многими специалистами, тренерами, судьями, спортсменами, и все сходились во мнении, что именно эта пара показывала в Шанхае то, что называется парным катанием. Хотя они и заняли только третье место.

Для меня в прошлом сезоне Панг – Тон олицетворяли собой парное катание, поэтому мы с Таней решили не заикливаться пока на тройных лутцах, флипах, риттбергерах, четверных выбросах, потому что хотим показать людям то, что им интереснее смотреть. Я в этом уверен.

– А если эта красота не будет выражаться в оценках?

Максим: Посмотрим. Наше преимущество в том, что мы уже добились многого. У нас есть армия болельщиков, все медали, которые только можно завоевать в парном катании. Если придет время молодых – значит, придет. Но сейчас мы можем позволить себе кататься в удовольствие. Мы готовы к тому, что, возможно, не все получится, хотя у нас в кармане есть своеобразный козырь – четверной подкрут. Если будет нужно, сделаем его, причем четвертого уровня, который никто не делает.



Положим на полочку медали И ЗАБЫЛИ, НЕ НАДО С ТАКИМ ГРУЗОМ КАТАТЬСЯ

– Думаю, что возвращаться в ранге двукратных олимпийских чемпионов вдвойне сложнее, потому что от титулованных спортсменов все ждут какого-то «вау-эффекта».

Максим: Они и увидят то, что ждут. Если мы что-то делаем, то делаем так, чтобы все воскликнули: «Вау!». А если выходит плохо, то выбрасываем программу в мусорное ведро и ставим новую. Сейчас перед нами не стоит задача подтвердить наши звания и титулы. Наша цель – попасть в команду и идти шаг за шагом потихоньку вперед. Попадём в команду – будем думать, как вернуть звание чемпионов Европы. Вернем – хорошо, двигаемся дальше.

Татьяна: Как говорит Нина Михайловна, положили на полочку медали и забыли, не надо с этим грузом кататься. Он только тянет вниз.

Максим: Олимпиада в Сочи была в 2014 году. Мы почти два года не стартовали. За это время появились новые чемпионы мира, новые-старые чемпионы Европы Юко и Саша. Так и у нас все начинается, как когда-то, в 2011 году. Только тогда в сборной были мы и Кавагучи – Смирнов, а сейчас есть много молодых хороших пар. Тарасова с Морозовым такое на тренировках творят, произвольную программу целиком чисто катают! У Артура Дмитриева хорошая пара Астахова – Рогонов. Те же Столбова – Климов тренируются, а от этих ребят никогда не знаешь чего ждать.

– Что является для вас главной мотивацией?

Татьяна: Мы еще не насытились. Всего четыре года катаемся вместе, да и то в первый сезон только на чемпионате мира выступали. Не

успели насладиться соревнованиями. Тем более, что желание и силы есть.

Максим: Хотим попробовать. Это вызов для нас, для Нины Михайловны, которой постоянно твердят, что мы – выскочки, появились на три года и исчезли. Мол, обещали вернуться и не возвращаются, просто на зарплате сидят.

Татьяна: Многие до сих пор на 100 процентов не верят, что мы вернемся и выйдем на соревнования. Говорят, что даже на контрольные прокаты не поедем.

Максим: Поэтому сейчас наша основная задача – это выйти на лед. Вряд ли мы получим удовольствие от своего катания, скорее сухотку спинного мозга, потому что испытываем большее давление, чем перед Олимпиадой. Но с этим надо справиться – попробуем. Много новых элементов вставили в произвольную программу, сделали три новых поддержки. Наверное, было проще кататься со старыми, но это неинтересно. Поменяли комбинации прыжков, выучили новый выброс. Ломались, рисковали, получали микротравмы, но мы знаем, для чего это делаем.

– Первый старт для вас – турнир в Оберstdорфе.

Максим: Один из наших тренеров Стас Морозов предложил, что поскольку там не очень сильный состав участников в парном катании, немного облегчить наши программы, сделать поддержки проще. Но я ему ответил, что так не могу, что нужно делать все по максимуму. Планку, которую мы сами себе задали, не хочется опускать. Да, у нас не будет четверных выбросов, но ведь можно что-то новое показать

в образах, попытаться взять чем-то другим.

Правда, сейчас с решением ИСУ разрешить музыку со словами мы пришли к «эпохе французского шансона», как я это называю. В прошлом сезоне все катались под французские душераздирающие песни, выглядело это как гала-представление. Тем не менее выбор музыки, особенно с вокалом, очень сильно влияет на восприятие судей. Можно быть не суперкатальщиком, но если сильная музыка, то она вытащит.

– А вы против такого новшества?

Максим: Сначала я был обеспокоен «за». Но когда увидел, что из этого вышло, то понял, что ошибался. Мне вообще кажется, что короткую программу в парном катании надо сделать как короткий танец у танцоров, на заданную тему. Чтобы программы всех пар были приведены к какому-то общему знаменателю, иначе не видно качество катания. Музыкальное сопровождение, в особенности с вокалом, сейчас играет ключевую роль. И может так стать, что очень скоро инструментальные композиции, классика уйдут из фигурного катания, их просто перестанут использовать для постановок, потому что они не дают «преимуществ».

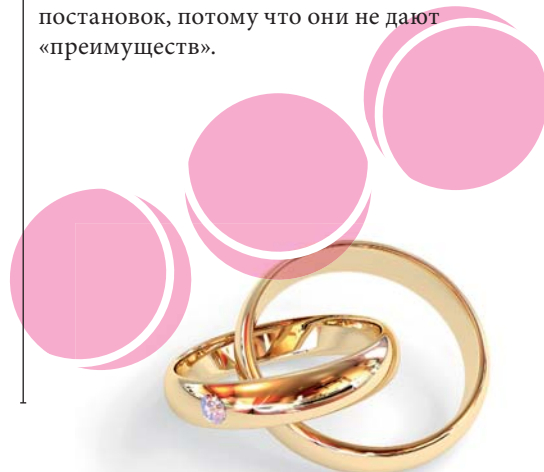




ФОТО Филипп Гончаров 7Дней

На катке нас стали ПО-ДРУГОМУ НАЗЫВАТЬ

– Вы стали мужем и женой, это как-то отразилось на ваших тренировках?

Максим: На катке нас стали по-другому называть. Если раньше спрашивали: «Где Таня?», то сейчас: «Где твоя жена? Как твоя жена поживает?». Теперь говорят не Таня и Максим, а жена и муж. К сожалению, кольца приходится снимать на тренировке. Я клей специальный для рук использую, чтобы они не скользили, да и Таня кольцом за коньки может зацепиться.

– В самом первом интервью, когда вы только встали в пару, вы, Максим, рассказывали, что вас поразило, как Таня после тренировки предложила что-то зашить – заботливая партнерша.

Максим: Так и должно быть в паре. Просто с предыдущей партнершей ничего подобного я и представить не мог. Хотя со своей стороны был таким же, как сейчас: и сумку помогал нести, прикручивал расшатавшееся лезвие... Для меня это нормально. Так должен себя вести каждый партнер.

Татьяна: А меня так первый тренер приучил, быть заботливой и хозяйственной.

– С первого момента бросалось в глаза, что вы очень дополняете друг друга: Максим – эмоциональный, Таня – спокойная и рассудительная.

Максим: Да мы вообще по жизни спокойные. Дома никаких споров не возникает. А что касается первого впечатления о нас как о партнерах, то сначала мы ведь друг другу не очень подходили. Всего добились работой. Вспоминаю первые прокаты – это был тихий ужас. Кроме параллельных прыжков ничего не

получалось. Мы долго скатывались, выбросы учили. Приходилось ко многому приноравливаться. Я многое подсказывал Тане. Но ведь добились своего!

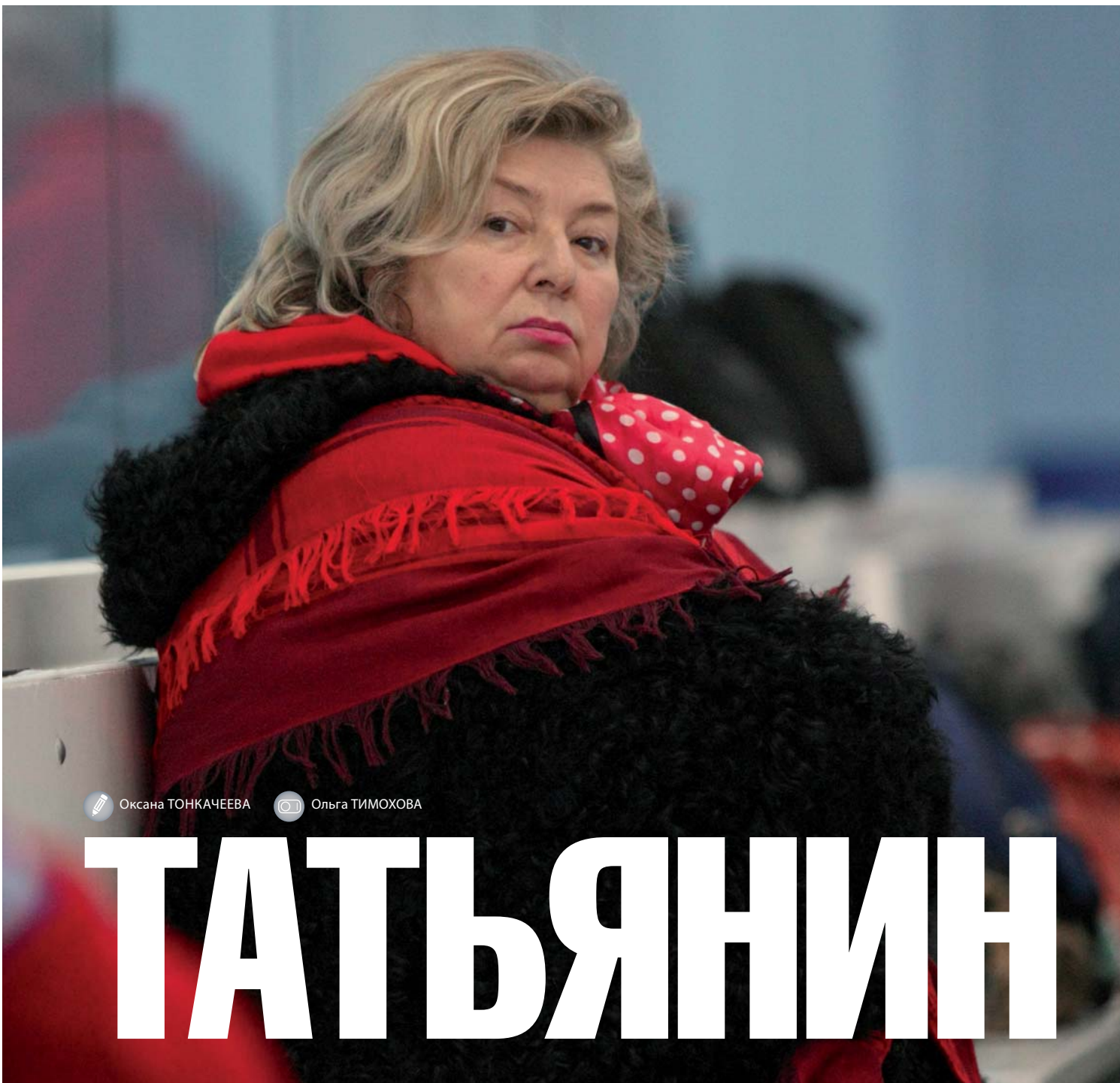
А вот в плане общения сразу сошлись. Подружились быстро. Стали настоящими друзьями. Поначалу я и не смотрел на Таню иначе.

– А когда взглянули по-другому?

Максим: Все получилось через борщ. Попробовал, не устоял и «пал смертью храбрых». ■



ФОТО Юрий Фелистов 7Дней



Оксана ТОНКАЧЕЕВА



Ольга ТИМОХОВА

ТАТЬЯНИН

ЛЕД

Самый успешный тренер в мировом фигурном катании Татьяна Тарасова:
«Надо отдавать спортсменам всю свою жизнь»

...Позвонила ей как-то вечером – договориться об интервью, а в ответ услышала: «Марину Черкасову с катка выгоняют. Завтра еду на «Умку». Надо помочь. Это ведь очень важно: тренера, который столько лет с детьми работал, не бросить, не дать поломать ему карьеру...» Наверное, это дар от Бога – пропустить все через себя.

Татьяна Анатольевна Тарасова – самый успешный тренер за всю историю отечественного и мирового фигурного катания. Сильный человек. Прирожденный лидер. Авторитет. Но помимо тренерских знаний есть у нее какое-то особое свойство, присущее уникальным личностям – вселять в людей уверенность, даже если все оборачивается против них. Иначе как объяснить, что ее спортсмены в нужное время

в нужное месте выходили и делали максимальный результат (история с Черкасовой, к слову, тоже завершилась благополучно).

Дар Тарасовой – редкий эксклюзив. Откуда она сама берет силы – быть всегда уверенной в себе, жить и работать на разрыв аорты (кто сегодня не знает эту знаменитую тарасовскую фразу?) – загадка. Думаю, что черпает она их внутри себя – в любви к фигурному катанию, к своему делу, к профессии, к ученикам. Без любви ничего бы этого не получилось, это абсолютно точно.

Порой ловишь себя на мысли: придумать что-то новое уже невозможно! Кажется, в ее жизни уже было все: и искрило, и горело, и взрывалось! Откуда брать вдохновение? Свежие идеи и лица? Но каждый раз она все это находит (или находят ее),

складывает воедино. И получается что-то новое и интересное.

Она уже много раз «грозила» уйти из спорта. Но сегодня у Татьяны Анатольевны все, как всегда. Есть ученики, есть одержимость работой. Поймать ТАТ, как зовут ее болельщики, сидящей в кресле – надо изловчиться. Договориться заранее об интервью – лучше врасплох застать, иначе в ее календарь ты со своими вопросами никак не впишешься.

А начнешь общаться, увидишь огонек в глазах. Стремление сохранять оптимизм, доброжелательное отношение ко всему в жизни. Умение находить крупинцы счастья в любом деле, в любом мероприятии, в любой встрече...

Только так. А не иначе.



Дочка,
беги быстрее!

... – Я училась у отца. Всему. Терпению. Самоотверженности, выдержке. Папа – самый большой учитель, каждое слово у него золотым было. Великий тренер, педагог и человек.

Воспитывал он нас с сестрой в строгости. Все, что для других считалось «хорошо», у нас оценивалось как «нормально». Каждое утро в любую погоду папа заставлял выбегать на улицу – делать зарядку. Кроссовок тогда не было, и я шлепала по лужам в матерчатых кедах. И, не дай Бог, было плохо пробежать. Отец смотрел с балкона, если что-то не нравилось, выгонял обратно. Однажды я сказала: «Пап, там холодно». Но он был непреклонен: «А ты беги быстрее!»

Мы с Галей с детства были очень самостоятельными. Когда в 19 лет я стала работать тренером, умение самой принимать решения в любых ситуациях мне очень пригодилось. Тем более я никогда не тренировала совсем маленьких детей. В моей первой группе катались фигуристы, которым было 12-16 лет: Лена Жаркова с Геней Карпоновым, Таня Войтюк с Вячеславом Жигалиным, Сергей Волгушев и маленькие Моисеева – Миненков. В 20 лет я уже самостоятельно организовывала и проводила сборы на льду, по общефизической подготовке и не боялась брать на себя ответственность за подбор музыки, постановку программ, выбор костюмов...

Мы учились, но не кланялись ни перед кем

Тренерский дар – очень редкая вещь. Хорошими тренерами становятся гораздо реже, чем хорошими спортсменами. Спортом ты занимаешься какой-то промежуток времени, а тренер – это на всю жизнь.

В чем заключается профессионализм тренера? В знании своего предмета, в умении общаться с учеником, показывать, убеждать, заставлять, превращать тяжелую работу в удовольствие. В умении работать 24 часа в сутки 365 дней в году и постоянно совершенствоваться в своих знаниях. Быстро учиться чему-то новому, если это может помочь в твоём виде спорта...

Еще нужно любить спортсменов без памяти, без остатка отдавать им свою жизнь. Любить талант и понимать свою ответственность за него. Быть для спортсмена другом, отцом, наставником. Строгим, но справедливым человеком, умеющим в одну секунду ответить на любой его вопрос. Нужно уметь переживать победы и неудачи, и винить в неудачах только себя.

Как-то меня спросили: почему в свое время появилась целая плеяда талантливых тренеров – Чайковская, Москвин, Жук, Москвина, Кудрявцев, Тарасова, Мишин, Дубова... А ведь не случайно появились. Начиналось что-то новое в мировом фигурном катании. И в нашем тоже. Если говорить про танцы, то здесь Лена (Чайковская – прим.МФК) задавала тон, потом я. Мы развивались в совершенно разных направлениях, нам об этом было, наверное, что сказать. Мы хотели придумать этот вид фигурного катания. Придумать его по-своему. Поэтому и боролись какие-то стили, направления...

Каждый из нас шел своим путем, открывал новые возможности и создавал танцы свои собственные, не подражая никому. Мы учились у англичан, но не кланялись ни перед кем, не заимствовали ни у кого ничего, развивались по-своему. Вот это уже тренерская черта.

И каждый из нас придумал свое направление в танцах. Когда танцевала Мила Пахомова, и ей делала потрясающие программы Чайковская, я не могла ночами заснуть, не сдерживалась и звонила, чтобы поздравить с их, например, могучей румбой. Я очень вообще благодарна Лене Чайковской за то, что она привила мне большую любовь к искусству. Это были и большие слезы, и соперничество настоящее. Выигрывал то один, то другой. Но в итоге мы воспитывали великие пары, которые в памяти до сих пор. Навсегда.

Сейчас тоже интересное время, новые правила требуют от тренеров другого отношения к танцам. И можно сделать новый виток, придумав, например, что-то с точки зрения художественной, чтобы программы представляли художественную ценность, а не просто были подсчетом уровней сложности. Вот в этом я вижу сейчас задачу тренерскую: и правилам угодить, и не потерять композицию. Чтобы, например, единой нитью проходила какая-то сюжетная линия от начала программы до конца, чтобы мы понимали, что эти люди хотели нам сказать.

Когда работаешь, то и хандра проходит

Мои спортсмены всегда знали, что если хотят быть первыми, то, прежде всего, должны быть на две головы лучше. А еще в них должно чувствоваться желание победы. Нужно заставить судей всего мира увидеть, что именно ты – самый лучший, ты – тот человек, который будет двигать этот вид фигурного катания. Ты должен показать, что в твоих программах есть что-то такое, что заставляет весь зал не дышать, а элементы, которым присвоена разная группа сложности, уходят на второй план и являются только языком выражения эмоций и смысла танца. Я помню случай, когда на соревнованиях мы с Наташей Бестемьяновой и Андреем Букиным почувствовали, что можем проиграть. Наташа пришла ко мне вечером, накануне старта, и спрашивает: «Что делать?» Тогда я сказала, что бывают моменты, когда надо выходить и кататься так, как никогда в жизни, чего бы это ни стоило. Так, как, может быть, ты и не умел никогда. И, знаете, что самое интересное? Они именно так и откатались. Это была «Рапсодия на тему Паганини» Рахманинова, которую специально для них исполнял мой муж Владимир Крайнев. Это было уникальное исполнение и уникальное в тот вечер катание Наташи с Андреем. Никогда – ни до, ни после – они не катались так здорово. Если посмотреть сегодня этот танец в их исполнении, то мы увидим, что он абсолютно не устарел.

Профессионал – не только тот, кто хорошо учит элементам и умеет выстроить программу. Он учит выигрывать, учит готовиться к старту. А когда спортсмен выходит на старт, он должен бороться только с самим собой. Он должен уметь все делать один, без меня. Должен иметь мотивацию, целиком и полностью направленную только на себя. Это и есть совершенство.

И, конечно, очень важно научить человека работать. Когда ты в действии, за работой, то и хандра проходит. Только труд должен быть большим, чтобы заполнял все-го тебя без остатка, чтобы уставать смертельно. Нужно полюбить этот процесс. Когда объединятся большой талант и настоящий труд, обязательно будет успех.

Им со мной было интересно

Для меня не принципиально с кем работать: с парой, одиночками, танцорами. Главное – люди. Надо помочь им раскрыться, выбрать для них правильный путь развития. И я не представляю, как можно работать без любви. Вернее, понимаю, как можно, но я так не работаю. Влюбленность в ученика – обязательное условие. А самое страшное, когда пропадает взаимное доверие.

Может, я излишне заботилась о своих учениках, но не могла по-другому. Да и как? Многие ко мне попадали в том возрасте, когда их «колбасило». А они только с тобой, без родителей, далеко от дома. И ты за них всегда в ответе. Я помню, как однажды Андрюшка Букин не пришел ночевать. Он так натренировался, так устал, сомневался, что он это вынесет... И абсолютно обессиленный куда-то пропал. Я просидела, прождала его в гостинице, на подоконнике, свесив ножки, до восьми утра. Хотела только его увидеть – убедиться, что живой. Хотя, конечно, я из тех счастливых тренеров, которых любили ученики. И с каждым из них у меня есть фотография, где видно, что мы счастливы. Втроем или вдвоем. С каждым. Причем, это не постановочные снимки. Я знаю, что меня любили. Я это чувствовала. Думаю, что мои ученики будут помнить меня всю жизнь. Я знаю, им со мной было интересно.



Талант может появиться в любой стране

Люблю талант как таковой. Он может появиться в любой стране. И если меня просят соприкоснуться с этим талантом, я это делаю. Это не значит, что я игнорирую российских фигуристов. А кто не хочет поработать с талантливым человеком? Для нас, тренеров, это такое же «вливание» в кровь, как и для них. Когда, например, я помогала Мишель Кван, мне казалось, что я летала. Мне казалось, что мне тридцать. У меня были быстрые ноги, потому что я испытывала счастье...

А разве не счастье – находить в талантливом спортсмене что-то такое, что до тебя никто не видел? Паскуале Камерленго, Барбара Фузар-Поли и Маурицио Маргальо, Дайсуке Такахаси, Саша Коэн, Эван Лайсачек, Мао Асада, Изабель Делобель – Оливье Шонфельдер, Галя Хайт и Сергей Сахновский... Каждому из них я помогала стать лучше.

Нашему поколению тренеров повезло. Мы можем ездить по миру и работать с ярчайшими талантами. Всегда, кстати, выхожу на лед в куртке с надписью «Россия». Пусть все видят, что с американскими, канадскими, японскими, французскими, итальянскими фигуристами работает РОССИЙСКИЙ тренер.



Новое поколение тренеров радует

Времена специалистов-одиночек уходят в прошлое. Сейчас требуется целая команда профессионалов, работающих по 24 часа в сутки, чтобы придумать что-то новое и в плане элементов, и в плане хореографии, и в плане акробатической работы. Но меня радует, что сегодня появились новые тренеры, среди которых есть мои ученики. Не могу не оценить талант Коли Морозова, Иры Жук и Саши Свирина, Лены Кустаровой, Жени Платова, Гали Хайт... Профессия наша очень глубокая, и я счастлива, что кто-то еще вступил на этот путь.

Мне нравится, что у нас появился результат, которого раньше не было. Нравится, что еще работает старое тренерское поколение, но при этом уже набрало силу новое. Возродилась преемственность, которая в стране одно время была разорвана. Прекрасно работает Лена Буянова, подготовившая нашу первую олимпийскую чемпионку Аделину Сотникову, Этери Тутберидзе, Инна Гончаренко, Нина Мозер, которая не просто стала тренером сразу двух чемпионов Олимпиады в Сочи – Волосожар – Транькова и Столбовой – Климова, но и создала замечательную команду профессионалов. В ее группе парного катания не только спортсмены совершенствуют свое мастерство, но и молодые тренеры растут, набираются опыта. У них перед глазами прекрасный пример. Сейчас в Сочи на прокатах смотрела на Таню с Максимом, и после их выступления готова была «выброситься» на лед в качестве сувенира. Настолько их катание меня потрясло.

За Ягудина благодарят до сих пор

Народная любовь – это правда. Меня любят. Я это чувствую. Незнакомые люди желают здоровья, благодарят за Лешу Ягудина, за работу в «Ледниковом периоде»... Популярность фигурного катания в стране благодаря этому проекту, безусловно, увеличилась. Я это вижу по тому, сколько родителей приводят детей на катки, как много людей любого возраста стало приходить на ледовые площадки.

Обожаю наших спортсменов, которые просто чудеса делают. Мне нравится наблюдать, чем берет та или иная пара, каким образом она старается скрыть недостатки, нравятся работы постановщиков, их идеи, умение обыграть сильные стороны каждого из партнеров. В том числе с помощью костюмов, грима. Как профессионалу мне это очень интересно. В шоу ведь реализуется множество идей, которые можно позаимствовать и развить в большом спорте. Это касается и музыкального сопровождения, и стиля. И мне кажется, что я в этом проекте была



на своем месте. Я очень старалась. Сначала готовилась к каждой тренировке в своей жизни, потом – к каждой передаче.

Такие передачи – они ведь воспитывают зрителя. Если родители с детьми сидят перед телевизорами и с интересом смотрят музыкально-спортивные программы, а не боевики, разве это плохо? И я не понимаю, почему страна, «зараженная» фигурным катанием на Олимпиаде в Сочи и так активно развивающая спорт в целом, в прошлом году не видела в прямой трансляции ни этапы Гран-При, ни национальный чемпионат? Раньше интерес к фигуристам поддерживался НТВ+ и «Ледниковым периодом», но его больше не будет. Мы с утра до ночи смотрим лишь хоккей, футбол и бокс, что лично я считаю государственной ошибкой.

Счастливый человек

Мне всегда папа говорил: ищи плохое в себе. Это формулировка, с которой я живу всю жизнь. Когда не получается, смотрю, что я не сделала. У меня есть площадка тридцать на шестьдесят. И пока я чувствую в себе силы, я буду на этой площадке доказывать свое понимание фигурного катания.

Сегодня мое дело – помогать спортсменам и тренерам, которые ко мне обращаются. Даже если я старше, что-то там уже не делаю (не встаю на коньки, к сожалению, это плохо), я еще не выпускаю профессию как бы из рук. Очень жаль, что у меня нет своего катка, на котором я могла бы организовать свою школу. Благодарна, что в ЦСКА мне дали возможность работать, хотя я в силу семейных обстоятельств не могла заниматься тренерской работой постоянно. Я – счастливый человек: реализовала себя в своих учениках, принесла много побед своей Родине, а сейчас радуюсь тому, что могу помогать тем, кому это нужно.

Пока живу, хочу служить своему отечеству. Как писал наш великий Федор Михайлович Достоевский: «Кто хочет приносить пользу, тот даже со связанными руками и ногами может сделать много добра».

ТАТЬЯНА ТАРАСОВА

**Родилась 13 февраля 1947 года в Москве.
Заслуженный тренер СССР (1975) и РСФСР (1972).
Заслуженный деятель искусств Российской Федерации.**

Победительница Всемирной зимней Универсиады (1966) в паре с Георгием Проскуриным. Мастер спорта СССР международного класса. Из-за травмы в 18 лет досрочно завершила карьеру спортсменки. Окончила Государственный институт физической культуры (1969).

С 1967 года занимается тренерской деятельностью.

Самый титулованный тренер мирового фигурного катания в истории. Ее ученики выиграли семь золотых медалей на Олимпийских играх – в трех дисциплинах из четырех. Дважды побеждали парники Ирина Роднина и Александр Зайцев (1976, 1980), по разу танцоры – Наталья Бестемьянова и Андрей Букин (1988), Марина Климова и Сергей Пономаренко (1992), Оксана (Паша) Грищук и Евгений Платов (1998), одиночники Илья Кулик (1998), Алексей Ягудин (2002).

Среди других учеников Тарасовой: олимпийская чемпионка в женском одиночном катании Шизука Аракава (2006), серебряные призеры Игр Саша Коэн (2006), Мао Асада (2010), чемпионы мира в танцах на льду Барбара Фюзар-Поли и Маурицио Маргальо, Ше-Линн Бурн и Виктор Краатц, двукратный чемпион России Максим Ковтун. Консультировала многих известных российских фигуристов, в том числе первую отечественную олимпийскую чемпионку в женском одиночном катании Аделину Сотникову.

Включена в Зал славы мирового фигурного катания (2008) в Колорадо-Спрингс.

Награждена двумя орденами Трудового Красного Знамени, орденами Дружбы народов, «Знак почета», «За заслуги перед Отечеством» III степени, орденом Почета.

УГАДАЙ

ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ ЧЕМПИОНАТА РОССИИ-2016



ПРИШЛИ

свои варианты призовых троек в каждом из видов – мужском и женском одиночном катании, парном катании, танцах на льду – до 23 декабря 2015 на редакционный адрес – magazine@icesport.ru.

Тот, чей прогноз полностью оправдается или будет близок к реальным результатам, получит экземпляр журнала «Мир фигурного катания» с автографами чемпионов.

ИТОГИ ПРЕДЫДУЩЕГО КОНКУРСА

По результатам двух туров конкурса МФК выявил победителя и призеров.

2 билета на все дни этапа Гран-При «Rostelecom Cup»
получает от редакции **Александра Василькова**

2 билета на все дни соревнований этапа Гран-При
«Rostelecom Cup» – **Екатерина Тимофеева**

По 2 билета на показательные выступления этапа
Гран-При «Rostelecom Cup» –
Саша Сычева и Владимир Морозов





Мария СТАРОВОРОВА



Ольга ТИМОХОВА

Олимпийские чемпионы в командном турнире танцевальный дуэт Екатерина Боброва – Дмитрий Соловьев, пропустившие предыдущий сезон из-за травмы колена у партнера, вернулись на лед. На прошедших в Сочи контрольных прокатах сборной России спортсмены показали новые программы.

Екатерина Боброва Дмитрий Соловьев: «Все в наших силах»

– В этом сезоне вы не в первый раз выходите на лед перед публикой, до прокатов успели откатать произвольную программу на соревнованиях в Москве. Наверстываете упущенное?

Екатерина: Действительно, для нас сейчас очень важно больше выходить на лед. Если посчитать, то мы полтора года вообще нигде не выступали. Это достаточно долго. И хотя вместе с Димой мы катаемся в паре уже 15 лет, не первый сезон выступаем на высоком уровне, но все равно без соревновательной практики теряются ощущения, многое забывается. Например, за сколько до старта надо начинать готовиться, краситься мне, за сколько выезжать на арену, чтобы успеть размяться, как разминаться. Эти, казалось бы, мелочи для спортсменов играют немаловажную роль. В общем, надо вспомнить все, ведь не за горами соревнования.

– Можете описать первые ощущения от выступления на зрителях после перерыва?

Дмитрий: Ощущения совершенно новые, будто мы пропустили не год, не сезон, а гораздо больше времени. Арена, зрители, адреналин, волнения, о которых мы уже немного подзабыли, все это казалось новым. Мы ведь не уча-

ствовали ни в каких шоу. Целенаправленно готовились к этому сезону. И атмосфера, которая царила на прокатах в Сочи и больше напоминала соревнования, чем контрольный показ, заставила порядком поволноваться, чем и объясняются наши помарки в коротком танце. В произвольной программе все было гораздо лучше, увереннее и спокойнее.

– Короткий танец на музыку Хачатуряна и Прокофьева вы делали в межсезонье, а произвольную программу «Анна Каренина» поставили в прошлом году. Претерпела ли она изменения?

Дмитрий: Многие считают, что если программа была поставлена в прошлом сезоне, то мы ее накачивали целый год. На самом деле это совершенно не так. Год назад мы успели только поставить программу, немного обкатать, и прокатов целиком было даже меньше, чем в этом году, поэтому нельзя сказать, что она на сто процентов готова и накатана.

В связи с новыми правилами многое в программе пришлось менять. Например, дорожку шагов. Так что в сравнении с первоначальным вариантом наша произвольная программа изменилась процентов на 40.

– Дмитрий, как вы чувствуете себя

сейчас, читала, что до сих пор катаетесь через боль. Это сильно мешает?

Дмитрий: Не скажу, что это мне мешает кататься. Боль я уже практически не ощущаю, в 95 процентах на нее просто не обращаю внимания – привык. Врачи сразу предупредили, что если собираюсь выступать еще три года, то нужно терпеть. С этим ничего не поделаешь. Но сейчас все терпимо, могу кататься и тренироваться в полную силу, выдерживаю нагрузки. Думаю, мы подошли к тому соревновательному ритму, когда о боли просто не думаешь, забываешь.

– Какие цели и задачи ставите на этот сезон?

Екатерина: Заранее спланировать все очень сложно. Мы ведь и прошлый сезон не думали пропускать. Опыт показывает, что ничего загадывать нельзя. Это жизнь, это спорт, поэтому мы, в первую очередь, рады вернуться на лед, кататься, показывать свой максимум – 100-120 процентов и получать от этого удовольствие. А как нас будут судить в этом сезоне? Решать судьям.

Дмитрий: По нашим ощущениям все в наших силах. Теперь нет сомнений, что мы вернулись.

Екатерина: Мы снова вышли на лед, и это самое главное. ■



Вероника СОВЕТОВА



Ольга ТИМОХОВА

В межсезонье призер чемпионата Европы и финала Гран-При Сергей Воронов осуществил давнюю мечту – поработать с постановщиком Джеффри Баттлом. Итогом пребывания Воронова за океаном стали две новые программы, поставленные канадским фигуристом. О работе с новым хореографом и о новых программах Сергей Воронов рассказал МФК.



Сергей Воронов:

«Главное – получить удовольствие от проделанной работы»

– Почему вы обратились к зарубежному постановщику?

– Начнем с того, что нет фигуриста, который не хотел бы меняться, в каждой новой программе выглядеть по-новому. Именно в этом и состояла цель моей поездки к Баттлу, так как на протяжении спортивной карьеры у него это получалось. Я по-хорошему завидовал этому талантливому парню. Джеффри – очень творческий человек. Работать с ним легко, потому что он сам загорается идеей, постановкой, постоянно придумывает, подсказывает, показывает.

До этого мне ставили программы и Илья Авербух, и Александр Жулин, с которыми было очень интересно работать. Но мне хотелось получить и опыт сотрудничества с иностранным специалистом. В плане дальнейшего развития для меня это было важно. Так что не жалею, что отправился в Канаду.

– Как вы оцениваете сотрудничество с Баттлом?

– Мы плодотворно поработали, и мне кажется, что предстоящий сезон это покажет. Во всяком случае, я получил много хороших отзывов о том, что успел сделать. Работа с Джеффри была моей идеей, которую я вынашивал не

первый год. Осуществить ее помог мой прежний тренер Рафаэл Владимирович Арутюнян, который в свое время работал с Баттлом. Мне всегда импонировали катание канадца, его стиль, его программы и его восприятие фигурного катания. От всей души желаю Джеффри успеха в новой работе. Уверен, что в ближайшие годы он станет самым востребованным постановщиком.

– В чем разница в подходе наших и зарубежных постановщиков?

– Разница не в подходе, а в менталитете, в условиях. В Канаде лед и работу тренера, постановщика оплачивают сами спортсмены, поэтому стараются из 45-минутной тренировки, или, как они называют, сессии, выжать максимум. Я не стал исключением. Хотя не могу сказать, что с момента перехода к тренеру Этери Георгиевне Тутберидзе на тренировках позволяю себе работать в полсилы.

– Новые программы до контрольных прокатов в Сочи вы показали специалистам в августе в Новогорске. Это было принципиально?

– Да, потому что я позже всех начал эту работу. Пока мне нравится то, что успел сделать к новому сезону. Мы поставили короткую программу на музы-

ку группы «Muse», которая стала уже популярной в мире фигурного катания. А произвольная, может это и покажется кому-то банальным, будет на саундтрек к фильму «Однажды в Америке». В ней есть что-то ностальгическое, воспоминания о счастливых моментах жизни. Да и Роберт де Ниро, который играет главную роль в фильме, один из моих любимых актеров. Он гениален тем, что умеет передать своей игрой чуть больше, чем просто роль в фильме.

– После сезона удалось отдохнуть?

– Успел совершить путешествие в Бразилию. Мне очень понравилось – вроде бы и далеко от России, но у нас, как оказалось, много общего. А вообще, подготовка к этому сезону получилась довольно напряженной, потому что мы поздно поставили новые программы, нужно было сразу включаться в работу, накачивать их. Но это тоже опыт.

– Что думаете о новом сезоне?

– Думаю, сезон будет очень интересным. Могу сказать, что вопрос лидерства в сборной меня не особо волнует. Желаю всем нашим ребятам успеха. А моей главной задачей станет получить удовольствие от проделанной работы. ■

МЕЖГОРОД ЗА 0 РУБЛЕЙ

Наверное, у жизни в большой стране есть только один минус – большие расстояния. И, кажется, с этим минусом ничего уже не сделать, но, оказывается, даже эта проблема решаема – сегодня появилась возможность говорить по межгороду за 0 рублей. И это то предложение, упустить которое просто нельзя.

Это предложение называется «Ноль внутри сети», и, что приятно, делает его «Ростелеком». Приятно, потому что в данном случае речь идет о самой большой сети в стране, объединяющей 23,5 миллиона стационарных телефонов, то есть 69% рынка (по данным аналитического агентства iKS Consulting), а значит, воспользоваться опцией могут почти все. Родители, дети, родственники, друзья – теперь можно позвонить каждому, и это никоим образом не ударит по семейному бюджету.

Мы все уже настолько привыкли к межгороду как к удобному, но достаточно дорогому способу связи, что, читая условия опции «Ноль внутри сети», становится сложно поверить, что такое вообще возможно. При подключении опции стоимость звонков с домашнего телефона Ростелеком на домашние телефоны Ростелеком больше не зависит от расстояний, а цена 0 руб/мин распространяется на все звонки внутри страны, то есть за соединения с абонентами стационарных телефонов.

В чем же тогда подвох? Может быть, в дорогом подключении? Тоже нет: стоимость подключения опции «Ноль внутри сети» для всех абонентов – 100 рублей одновременно. Тогда, наверное, в ежемесячных платежах? Тоже нет: для обладателей домашних телефонов, которые выбрали абонентскую систему оплаты (безлимитный тарифный план), опция предоставляется вообще без ежемесячной дополнительной платы во всех регионах. Что же касается других тарифных планов, то там ежемесячная плата за опцию зависит от региона. Что ж, похоже, звонки по домашним телефонам скоро снова войдут в моду.

Есть для этого и другие причины. Во-первых, качество приема домашнего телефона, в отличие от мобильного, всегда стабильно хорошее, а значит, разговор не прервется, а собеседник не перестанет вдруг слышать, что вы ему говорите. Во-вторых, в ходе долгого разговора у стационарного телефона не сядет батарея (если это проводной аппарат, конечно). И, наконец, излучение от такой трубки куда ниже, чем от мобильной, которая должна передавать сигнал на несравнимо большие расстояния. И это только те плюсы, которые лежат на поверхности. Если же задуматься, то стационарный телефон по целому ряду параметров превосходит мобильный. К примеру, позвонив на домашний, вы точно узнаете, дома ли ребенок-подросток, а вот с мобильным о стопроцентной уверенности в данном случае говорить не приходится.

Эти и другие преимущества стационарной связи можно оценить только сейчас, когда восторги от первых мобильных телефонов уже давно в прошлом, и люди начинают рассуждать куда рациональнее. Так, скажем, кому придет в голову отключать стационарный телефон, у которого с каждым днем возможностей становится все больше и больше.

НАОБОРОТ, СТАЦИОНАРНЫЙ ТЕЛЕФОН ПОРА ПОДКЛЮЧАТЬ, А СДЕЛАТЬ ЭТО, КАК И ПОДКЛЮЧИТЬ ОПЦИЮ «НОЛЬ ВНУТРИ СЕТИ», ОЧЕНЬ ПРОСТО: ДОСТАТОЧНО ПОЗВОНИТЬ НА НОМЕР 8-800-100-0-800 (КРУГЛОСУТОЧНО, ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ) ИЛИ ЗАЙТИ В БЛИЖАЙШИЙ ЦЕНТР ПРОДАЖ И ОБСЛУЖИВАНИЯ «РОСТЕЛЕКОМА».



Ростелеком

АНОНС

20-22 ноября
**V этап ИСУ Гран-При
«Rostelecom Cup»**
Москва

23-27 декабря
**Чемпионат России –
Ростелеком 2016**
Екатеринбург

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ: WWW.FSRUSSIA.RU

Приходите поддержать своих любимцев!

**ЦЕНТР ЭКИПИРОВКИ
СБОРНЫХ КОМАНД**

Конек.ru

WWW.KONEK.RU



Ольга КОМАРОВА

Ольга ТИМОХОВА

Летнее межсезонье – это не только время отпусков, но и период сборов, когда ставятся и накатываются новые программы, проводятся сборы по ОФП, на льду. Как правильно провести летние месяцы и грамотно подвести себя к новому сезону, рекомендует опытнейший спортивный врач, который много лет работает с фигуристами сборной России, Виктор Иванович АНИКАНОВ.

ВИКТОР АНИКАНОВ:

«Спортсмены не могут и не должны работать на износ»

«Рекомендациями врачей не стоит пренебрегать»

Чтобы с пользой провести летние месяцы, начать необходимо с диспансеризации. В конце сезона все спортсмены сборной проходят углубленное медицинское обследование, в ходе которого выявляется, каково функциональное состояние фигуриста, насколько сложным для него оказался прошедший сезон, какие были заболевания, травмы, проблемы. На основании врачебного заключения даются рекомендации, что необходимо предпринять. И если говорят, что надо залечить и устранить последствия травм, то следует долечиваться. Если предписано санаторно-курортное лечение, то не стоит этим пренебрегать. Надеться на авось, что все пройдет само собой, глупо и бессмысленно, тем более, если речь идет о спорте высших достижений. Зачастую несерьезное отношение к собственному здоровью приводит к возникновению травм в самый неподходящий момент, из-за чего порой приходится отказываться от участия в важнейших стартах сезона.

Особо хочу заострить внимание на такой процедуре, как санация полости рта. Многие почему-то считают, что кариес или хронические проблемы с миндалинами, горлом (что немудрено, поскольку фигуристы проводят много времени в холодном помещении) – это пустяки. В действительности же плохие зубы – плохой помощник в спорте. Ротовая полость – «входные ворота» для инфекции.

Если кто не в курсе, то подобные проблемы очень сильно сказываются на опорно-двигательном аппарате и могут привести к серьезным негативным последствиям. Приведу только один пример. Прежде чем лечить ахиллобурсит, не-

обходимо выяснить, есть ли у пациента кариес. Если есть, то бурсит очень долго не пройдет, потому что из-за проблем с зубами кровь будет постоянно «подпитываться» различной инфекцией. А с этим шутить не надо.

Не стоит игнорировать и санаторно-курортное лечение, если его рекомендуют врачи. Дело в том, что опорно-двигательный аппарат утомляется сам по себе, отдельно от функционального состояния. И для того, чтобы предотвратить появление травм, его нужно восстановить, «погладить», залечить все недуги в коленях, голеностопах, позвоночнике...

Раньше, когда тренировочные нагрузки и соревновательные условия были намного слабее, да и проводились старты реже, спортсмены восстанавливались месяц, а то и два. Спортивные результаты после этого только возрастали.

«Летний отдых должен быть активным»

При любом усиленном тренировочном процессе необходимо делать «растренировку», то есть приводить организм в порядок, в нормальное состояние. Безусловно, тут большую роль играют педагоги, тренеры, которые могут проанализировать какие-то недочеты прошлых сезонов и на основании этого дать свои рекомендации. Но то, что полноценный отдых обязателен, не обсуждается. Хотя, конечно, тренеру удобно, когда между тренировками нет большого перерыва. Но в этом и кроется ошибка. Получается, что спортсмены не отдыхают и пребывают в тренировочном режиме круглый год, что зачастую оборачивается не только физической, но и психологической усталостью. Ждать после этого высоких результатов в новом сезоне проблематично. Сезон продолжается довольно долго, и этот фактор надо учитывать.

Спортсмены не могут и не должны работать на износ. В противном случае такой интенсивный график не будет способствовать спортивному долголетию.

Однако не нужно понимать мои слова об отдыхе буквально, в том смысле, что отдых должен быть пассивным. Ни в коем случае. Приехать на юг и все дни проваляться на пляже под палящим солнцем – только печень посадить. Отдых должен быть активным – плавание, легкие пробежки, походы, обязательная ежедневная зарядка... Полагаю, что профессионалам такие вещи объяснять не надо.

«После отпуска не следует бросаться в омут с головой»

После отпуска правильнее провести полноценный сбор по общефизической подготовке. Правда, в последнее время такие сборы все чаще совмещают с ледовыми тренировками, что, на мой взгляд, не совсем верно. Когда спортсмен на протяжении длительного времени занимается фигурным катанием, то ему необходимо не так много, чтобы нагрузить те же связки, определенные группы мышц. Поэтому сбор по ОФП следует использовать не для «накачки», а чтобы подвести опорно-двигательный аппарат к работе на льду. Летний сбор по ОФП должен быть подводящим. В ходе такого сбора нужно развивать всю мышечную систему, что станет своеобразным резервным фондом для спортсмена. Речь в данном случае идет о специальных упражнениях, но не на льду, а на полу, в тренажерном зале, в бассейне – упражнениях, которые способствуют восстановлению организма.

Некоторые тренеры наивно полагают, что если сбор по ОФП проведен, его хватит на весь сезон. Это несколько одностороннее мнение. Тренеры фигуристов должны использовать этот сбор для того, чтобы специалисты по ОФП (а зачастую это специалисты из других видов спорта) научили, подсказали, показали им и ученикам те упражнения, которые необходимо выполнять фигуристу на разминке, после тренировки. Ведь не секрет, с чем спортсмен ушел после тренировки, с тем он и вернется на следующий день.

Специальным упражнениям надо учиться летом, чтобы не тратить на них время в течение сезона. Спортсмен должен знать, что тренировке предшествует хорошая разминка, а после тренировки 15-20 минут надо потратить на заминку, «раскачать» суставы, привести в порядок мышцы. Казалось бы, это прописные истины, но сколько раз приходилось наблюдать, как фигуристы, пренебрегая всем этим, сразу бегут на лед, а после льда тут же забывают обо всем.

«О пользе и коварстве гор»

Тренеры и специалисты из циклических видов спорта не понаслышке знают, какими коварными могут быть горы, поэтому и к подготовке в горах относятся с большой осторожностью. Очень многое тут зависит и от высоты гор.

В последнее время фигуристы также стали активно прибегать к тренировкам в горах. Многим это нравится, поскольку после такого сбора просто «летаешь». Однако по опыту спортивного врача знаю, что такое состояние длится недолго. И если уж делать сбор в горах, то цели его должны быть иными: насыщаться кислородом, побыть на свежем воздухе, походить, погулять. Это то, что доктор прописал.

Тренироваться в жару, да еще на высоте – двойная нагрузка на организм, тем более, что с такими условиями фигуристы в течение сезона больше не столкнутся. Все-таки у нас зимний вид спорта.

Если же в горах спортсмену предстоит сдавать нормативы, то надо понимать, что в течение двух последующих месяцев фигурист просто не сможет с полной отдачей работать на льду. Ставить программы – еще куда ни шло, а тренироваться на все сто будет сложно, потому что организм выхолощен. Так что улучшать функциональное состояние я бы рекомендовал в Средней полосе. В этом нет никакого риска.

«Обувь должна соответствовать стопе»

В конце разговора хотел бы обратить внимание на еще один момент. Все чаще приходится слышать жалобы от фигуристов, что из-за новых ботинок у них случаются травмы. Совет простой: обувь должна соответствовать стопе. Не подгонять ноги к ботинкам, а либо ставить специальные стельки, либо шить ботинки по ногам. Если спортсмен выступает на высоком уровне, то должен об этом заботиться.

К сожалению, большинство наших детей (я не говорю о членах сборной) катаются на «ширпотреб». Более того, кто-то покупает коньки, уже бывшие в употреблении, и в этом случае о подгонке ботинок по ноге вообще не стоит говорить.

В советское время существовали специальные научные институты, учреждения такие, как ВИСТИ, которые занимались проблемой спортивного инвентаря, были классные обувщики, делавшие обувь по стопе. Сейчас все это кануло в Лету.

А между тем, на раннем этапе, когда не у всех наших спортсменов есть возможность шить ботинки на заказ у профессиональных мастеров, мы теряем очень много начинающих фигуристов. Это проблема стоит не первый год. Надеюсь, что рано или поздно она решится.

Если же подытожить все, о чем я рассказал, то, наверное, Америки не открыл. Но в любом случае, повторенье – мать ученья, да и сани надо готовить летом, а не зимой. В наших разговорах опробованный годами опыт. Жаль, что только не все к ним прислушиваются. ■

Рекомендации спортивного врача:

ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ЛЕТОМ

После сезона в обязательном порядке необходимо пройти углубленное медицинское обследование.

Перед новым сезоном следует залечить все травмы и болячки, провести санацию ротовой полости.

Отдых после сезона обязателен.

Летний отпуск должен быть активным.

Приступать к работе после отпуска надо постепенно.

Летний сбор по общефизической подготовке должен быть подводящим.

Во время сбора по ОФП тренеры и спортсмены должны усвоить специальные упражнения, которые необходимо выполнять в течение сезона в качестве разминки и заминки.

К сборам в горах надо относиться с осторожностью. Поднимать функциональное состояние спортсмена лучше в Средней полосе.

Чтобы избежать проблем с новыми коньками, ботинки надо шить по ногам, а не подгонять ноги под ботинки.



✎ Екатерина КУЛИНИЧЕВА
 📷 Ольга ТИМОХОВА
 Инстаграм Дмитрия СОЛОВЬЕВА

АЛЕКСАНДР ЖУЛИН:

«Посвящать весь летний сбор одному ОФП сейчас нельзя»

Знаменитый тренер Александр Жулин рассказал, как растущие с каждым годом требования к танцам на льду изменили подход к летней подготовке фигуристов, чем выездные сборы лучше домашних и в чем польза от участия в летних шоу.

– Какие основные задачи фигуристам нужно решать летом?

– У всех по-разному. У нас в группе есть ОФП. Но неправильно думать, что «физикой» занимаются только летом. Екатерина Боброва и Дмитрий Соловьев, например, делают это круглый год. Не каждый день, понятно, но тем не менее.

Что касается летнего сбора, в этом году мы сразу сделали его ледовым и на высокогорье. Применяем такую практику первый раз, посмотрим, каким будет результат. В остальном программа тренировок была обычной: бег, прыжки, ускорения. Я обычно даю ученикам много ОФП на льду в первый месяц подготовки: на выносливость, на скорость, на взрывные качества и т. д.

В целом все делают примерно то же самое, вопрос только в том, кому что больше нравится и подходит, какие стоят приоритеты.

– Что касается общефизической подготовки, представители многих видов спорта летом, что называется, закладывают фундамент, базу на сезон – поскольку в период частых соревнований перейти вновь к серьезным нагрузкам и большим тренировочным блокам, не пропуская стартов, невозможно. Насколько это применимо к фигуристам?

– Лично мне кажется, что сбор по ОФП очень важен. Но применительно к танцам на льду проблема в том, что мы больше не можем себе позволить посвящать весь сбор одному только ОФП. Огромного количества времени требует работа над современными поддержками. Иначе ничего не успеть. Очень много стало технических нюансов: все крюки, выкрюки, скочки.

Похожая ситуация с показательными номерами. Как правило, у тре-

неров просто не остается времени их подготовить как следует, и все катают, что успели поставить.

Ки-пойнты требует серьезной, кропотливой работы. С каждым сезоном требования все усложняются и усложняются. Поэтому если проводить еще и отдельный сбор по ОФП, придется работать вообще без отпуска. А это плохо, так можно получить травму.

– Какого размера отпуск в вашей группе?

– 20 дней. В этом году мы попробовали раньше начать сезон, поскольку соревнования стоят раньше в календаре. Из-за этого пришлось немного форсировать подготовку.

– Заниматься постановочной работой вы предпочитаете до отпуска или после?

– Однозначно до! Объясню почему. В конце сезона, сразу после чем-

пионата мира, все спортсмены еще в форме. И сразу видно, пойдет или не пойдет тот или иной элемент или программа. А после отпуска они в таком состоянии, что вообще ничего понять нельзя. Есть и еще один плюс: если в начале сезона вижу, что что-то не получается, могу показать спортсменам запись на камере. Раз делили месяц назад, значит – можете.

Не всегда, конечно, все успеваешь сделать в конце сезона. Многие зависят от состава группы, у меня катается достаточно много пар. Но в этом году я доволен тем, как все прошло. Практически все программы мы подготовили до отпуска.

– Во многих видах спорта сейчас практикуют приглашение специалистов из других дисциплин, способных подтянуть какие-то конкретные навыки.

– Думаю, всех секретов и нюансов вам не расскажет ни один специалист. В целом скажу, что мы тоже привлекаем разных специалистов. Чем они там занимаются, я не знаю. Но верю, что результат будет.

– У вас был разный опыт, где проводить сборы: в России, за границей и т.д. Какой вариант кажется оптимальным?

– В прошлом году мы вообще никуда не выезжали, остались в Москве. Собирались ехать в Латвию, но по ряду причин от этого в итоге отказались. В принципе, то, как прошла подготовка, меня устроило. Но положила руку на сердце, оставаться дома не очень хорошо – смена обстановки все-таки нужна. Смена ритма идет спортсменам на пользу, помогает настроить голову и т. д.

В этом году мы поехали в Турцию, в Эрзурум. В прошлом году подготовку в горах использовала Елизавета Туктамышева, и у нее были прекрасные результаты. Этим летом они снова туда поехали. Что касается влияния гор на моих спортсменов, пока мне все нравится – по возвращении, уже в Москве, ребята выглядят и доезжают программы гораздо лучше. Это факт. Посмотрим, что будет по ходу сезона.

– Вы упомянули Латвию, которую любят многие российские фигуристы. В чем прелесть этой страны для летних сборов?

– У нас хорошие дружеские отношения с владельцем катка, мы много лет туда ездили. Очень близко гостиница, приемлемые цены. Просто сей-

час, в связи с санкциями и курсом, сложно загадывать, что будет дальше.

В Турции очень понравился отель, каток там роскошный и расположен достаточно близко. Плюс, как я уже говорил, высота. Конечно, бывает немножко скучно. Но это практически про любую базу можно сказать. Если будут хорошие результаты, вполне возможно, что поедет туда снова.

– У вас был опыт подготовки в Америке. В чем там специфика?

– В Америке я сам вел сборы еще по схеме Леонида Моисеевича Райцина. Условия там, конечно, прекрасные. Но тогда была немного другая подготовка, когда мы целенаправленно выстраивали «физику». Сейчас, если так делать, может не хватить времени на специальную подготовку. А важность технической оценки в танцах на льду сегодня очень велика.

– Многие фигуристы любят Нью-Йорк, совмещая подготовку и решение каких-то рабочих вопросов, например, занятия у хореографов на Бродвее и т. д. Вас такой вариант привлекает?

– Это очень хорошо. Но довольно дорого, поэтому просто так потанцевать на Бродвее никто не пошлет. С другой стороны, можно провести сбор в Америке – в том же Лейк-Плэсиде, в горах.

Оттуда до Бродвея три часа езды. Тогда можно совместить.

На самом деле, каждый тренер прикипает к какому-то своему месту. А если есть возможность совмещать приятное с полезным, вообще хорошо. Каждому свое. Мне случалось также проводить сбор во Франции, например. Хорошо, но было далеко вато добираться до катка. В идеале все должно совпасть.

Прекрасные условия есть в Сочи. Правда, летом там жарковато, но, с другой стороны, на льду тебе нет разницы, какая температура на улице.

– Сейчас летом проводится довольно много ледовых шоу по всему миру – и многие фигуристы с удовольствием туда ездят, несмотря на то, что часто это довольно далеко от тех мест, где они постоянно тренируются. Как вы относитесь к такой практике?

– В целом, это скорее плюс. Работа на зрителя очень отличается от обычной рутинной работы.

Просто нужно дозировать, смотреть по срокам, тщательно все взвешивать. Если я раньше мог себе позволить три с половиной месяца быть в туре у Тома Коллинза, в сентябре только начать готовиться, да еще и летний отпуск брать, то сейчас это невозможно.

Приведу пример: когда были такие турне, мы со знаменитым хореографом Джузеппе Арена как-то начали ставить программу 10 октября, а закончили 20-го. Раньше он не мог, а я не хотел ставить ни с кем другим. За две недели накатали программу, и 15 ноября я уже выступал в Японии.

Но сейчас, повторяю, такое не-воз-мож-но.



Дмитрий Соловьев



Александра ВЛАДИМИРОВА



Наталья ПОНАРИНА,
Ольга ТИМОХОВА

НИНА МОЗЕР:

«За последние годы летняя подготовка фигуристов существенно поменялась»

Какой должна быть схема летней подготовки фигуристов, изменилась ли методика за последнее время, с чем это связано, и с какими основными проблемами сталкиваются российские тренеры и спортсмены в межсезонье, об этом рассуждает тренер по парному катанию, подготовившая чемпионов и призеров Олимпийских игр, Нина МОЗЕР.

– Нина Михайловна, за время олимпийского цикла вы разработали и апробировали на практике программу подготовки спортсменов, которая привела к медальным результатам. Изменилась ли эта работа сейчас, если брать период межсезонья?

– Ответить на вопрос я могу применительно к парному катанию, поскольку плотно занимаюсь этой дисциплиной. Сегодняшняя ситуация такова, что чуть не в каждую тренировку мы вынуждены вносить коррективы, пересматривать заранее составленные планы работы. Связано это как с субъективными моментами (травмами, болезнями, проблемами с новыми ботинками, коньками), так и объективными причинами. Изменился календарь соревнований. Сезон стал более насыщенным и продолжительным. Сдвинулись

сроки первых стартов. Юниорские Гран-При начинаются уже в конце августа, взрослые турниры серии «Челленджер» еще раньше – в июле. Кардинально изменилось само парное катание, даже если сравнивать не со столь отдаленными временами. Соответственно, стали другими и методики подготовки спортсменов.

– Как строится сейчас летняя подготовка фигуристов вашей группы?

– Есть общепринятые схемы и методики подготовки, описанные в учебниках. Но каждый тренер ищет, пробует, применяет на практике что-то свое, чтобы добиться результата. Словосочетание «летняя подготовка» – общее понятие. В действительности, весь летний период делится на макро и микроциклы тренировочной работы, которая заранее продумывается и расписывается конкретно для каждой пары, каждого спортсмена.

С учетом высоких требований, которые предъявляются к фигуристам-парникам, мы вынуждены сдвигать и сокращать сроки летних отпусков. Сегодня спортсменам невозможно отключиться от тренировок на длительный период, и это вам скажет любой тренер по фигурному катанию. Именно летом спортсмены разучивают новые элементы, совершенствуют катание, различные навыки. Зачастую мы вынуждены совмещать летние сборы по общефизической подготовке с ледовыми тренировками. Но это веление времени. Если нужно выполнить всю запланированную работу в полном объеме, то другого варианта нет.

Специфика парного катания, да и фигурного катания вообще, на сегодняшний день такова, что даже в отпуске спортсмен должен оставаться активным и мобильным, чтобы по-

сле отдыха было легче выходить на лед и быстро включаться в работу.

Как правило, после сезона ребята отправляются отдыхать в первой половине мая. Затем начинается постановочная работа. В июне сбор по ОФП, который, как я сказала, мы совмещаем с тренировками на льду, поскольку многие фигуристы в это время раскатывают новые коньки. Небольшой перерыв в работе. И в конце июля – в начале августа едем на три недели в среднегорье. Там, помимо сбора по ОФП, начинается вкатка, и это самый сложный для спортсменов период. После отдыха эмоции уже схлынули, а работоспособность еще не пришла, поэтому все время надо себя заставлять, преодолевать, но это необходимость. Очень важно в июле начать делать ту работу, которая даст результат в декабре.

– Для чего нужны тренировки в среднегорье?

– На этот вопрос я бы ответила так: они желательны, но не обязательны. Сбор в среднегорье используют для повышения функциональных возможностей организма. Никаких тестов в горах мы не сдаем, не устраиваем на льду контрольных прокатов. Во время сбора никто никуда не спе-

шит. В этот период нужна и важна работа иного характера. Спортсмены дышат горным воздухом, повышают выносливость, катают макеты программ... Нет сложнокоординационной работы, поскольку это подводящий сбор, цель которого постепенно подвести фигуриста к основным тренировкам.

Такую работу можно проводить и не в горах. Но, учитывая многолетнюю практику, так быстрее ввести спортсмена в состояние готовности. Когда ребята спускаются с гор, то в первое время «летают», поскольку в горах повышается гемоглобин и, как следствие, растет выносливость. Длится это состояние недолго, затем

наступает спад. Однако через какое-то время наработанное возвращается хорошим объемом и запасом физических сил, который позволяет спортсменам к сентябрю чувствовать себя очень комфортно, а значит, уверенно. Так что среднегорье – хорошая подпитка, чтобы легче войти в новый сезон.

– В чем особенности, различия летней подготовки юниоров и взрослых спортсменов?

– Разные сроки начала сезона, поэтому, зная даты первого старта, применительно к каждой паре мы составляем индивидуальный план подготовки и начинаем обратный отсчет.

Фигуристы группы Нины Мозер. Татьяна Волосожар, Евгения Тарасова, Владимир Морозов, Максим Траньков с тренером Виталием Москаленко





В последние годы в связи с усложнением парного катания как с юниорами, так и со взрослыми спортсменами приходится проделывать больше функциональной работы на льду. И тут ключевую роль играют интервалы между отдыхом и нагрузкой, направленность, объем работы... Составляющих много, все зависит от особенностей каждого спортсмена.

В этой работе важно придерживаться четкого расписания, следить за количеством людей на льду, чтобы оперативно что-то менять, решать и

никому не мешать, потому что в нашей группе работает много тренеров.

Если рассуждать о специфике подготовки юниоров и взрослых, то с молодыми выстраивать работу намного проще, поскольку она ведется целенаправленно с момента создания пары. Взрослые фигуристы приходят сформировавшимися, со своим опытом, наработанным багажом, устоявшимися тренировочными схемами. Спортсмены уже достигли определенных результатов, и любое вмешательство в их подготовку должно быть точным и ювелирным,

дабы не навредить. Когда организм привык к определенным нагрузкам и определенной работе, то даже минимальный «перебор» или «недобор» может привести к проблемам, травмам и болезням.

– Чем вы объясняете такое количество травм у наших фигуристов?

– Это действительно серьезная проблема не только фигурного катания, а всего отечественного спорта. И причины уходят корнями в перестроечные 90-е, когда распался Советский Союз, страна переживала тяжелые времена, полки магазинов были полупустыми, а продукты зачастую не на что было купить, людям месяцами не платили зарплату. Жизнь в постоянном стрессе наложила отпечаток и на поколения, рожденные в эти годы.

Я много разговаривала на эту тему с тренерами из других видов спорта, и ситуация везде похожая. В спортивной гимнастике сетуют, что если мамы сегодняшних спортсменов, в прошлом тоже гимнастки, тренировались на жестком помосте и не испытывали никаких проблем, то их дети тренируются на матах и при этом постоянно травмируются. Рвутся связки, мышцы, ломаются кости... Та же картина и в фигурном катании. Взять Никиту Кацалапова, который тренируется у Марины Зуевой в Америке так же, как американцы. Но у тех все о'кей, а у Никиты не выдерживает нагрузок стопа. Или Наташа Забияко упала на тренировке на кауфмане, ударилась пяткой левой ноги, перелом, потеряла два месяца подготовки, и только сейчас мы начинаем наверстывать упущенное.

Порой я захожу в тренировочный зал и вижу не спортсменов, а «новогодние елки». Все затейпированы разноцветными пластырями. У одного – плечо, у другой – голеностоп, у третьего – проблемы с шеей... Это настолько выбивает из колеи, потому что в таких условиях практически невозможно выстроить планомерную подготовку. Три шага вперед, два – назад. Самое неприятное, что даже при грамотной, четко спланированной работе, в силу сложившихся обстоятельств, травм не удастся избежать. И эта объективная реальность.

– Один из тренеров сборной рассказывал, как, будучи юниором, был на летнем сборе в Армении, описывал, как работали тогда спортсмены,



какие нагрузки «переваривали». После спросил: «Знаешь, кто был у нас тогда тренером по ОФП? Нина Михайловна Мозер».

– В те годы я только начинала работать тренером юниорской сборной СССР. Подготовка тогда была совсем другой, за последнее время все кардинально изменилось. Мне очень повезло, что в самом начале тренерской карьеры судьба свела меня с выдающимся специалистом по ОФП Леонидом Моисеевичем Райциным. Впервые мы повстречались на сборе в Цахкадзоре, куда приехали юниоры и фигуристы основного состава – ученики Станислава Алексеевича Жука, Алексея Николаевича Мишина, других тренеров.

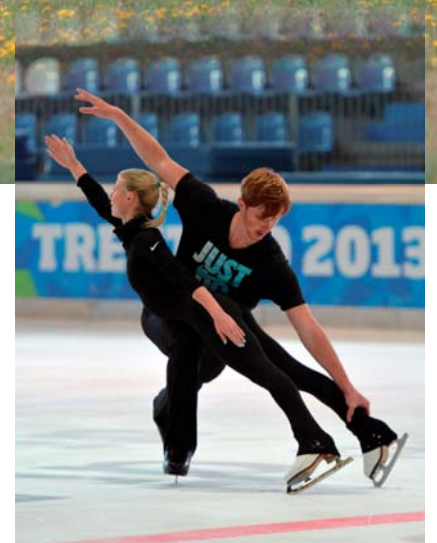
Наблюдая за работой Райцина, я открыла для себя столько нового и неожиданного. Мне, например, казалось удивительным, как человек за три недели сумел собрать спортсменов и привести их в форму. Я поражалась невероятным вещам, которые проделывал Леонид Моисеевич, добиваясь минимальным количеством повторов стопроцентного результата. Мне, как молодому специалисту, Райцин позволил смотреть, познавать, записывать его наработки. Впоследствии полученные знания, проанализированные и дополненные, трансформировались в собственные методики подготовки фигуристов парного катания, которыми сейчас пользуются мои ученики.

Но если еще лет пять назад я все



делала сама, то сегодня тот объем работы, который ложится на плечи тренера группы, переварить в одиночку невозможно. У нас появился специалист по ОФП Виталий Москаленко. В прошлом легкоатлет, прыгун тройным, участник Олимпийских игр, профессионал, который знает, как надо правильно работать, чтобы не травмировать голеностопы. Виталий очень вдумчивый человек. На каждого спортсмена у него заведен талмуд, где четко по дням и в деталях расписаны все тренировки. А это очень важно для дела.

Многие спортсмены недооценивают важность общефизической подготовки. И напрасно. Ведь это фундамент, без которого здание не сможет устоять. В свое время у меня было разработано 8 направлений тренировок по ОФП. И работали мы в самых разных плоскостях, давали нагрузки на все группы мышц, поскольку фигурное катание – сложнокоординационный вид спорта, и фигурист должен быть гармонично



физически развит. Когда идет комплексная планомерная работа, то спортсмен начинает чувствовать каждую мышцу, учится управлять своим телом. А значит, не боится ничего, потому что уверен в себе.

Ведь посмотрите, что происходит с парным катанием сейчас? Какая сила и уверенность требуется партнерам, чтобы выполнять все элементы. Какая координация, отчаяние и отвага должны быть присущи партнерам. Из 12 элементов произвольной программы больше половины девочки исполняют вниз головой, почти без дыхания. Это и поддержки со сменной позиций, тодесы, вращения... Иногда, глядя на сегодняшнее парное катание, я задумываюсь, а фигурное ли это катание вообще, может больше акробатика?

Парное катание вчера и сегодня – это, по сути, разные виды спорта. И если бы много лет назад мне сказали, каким станет оно в обозримом будущем, то я бы, наверное, сто раз подумала, а стоит ли этим заниматься. ■

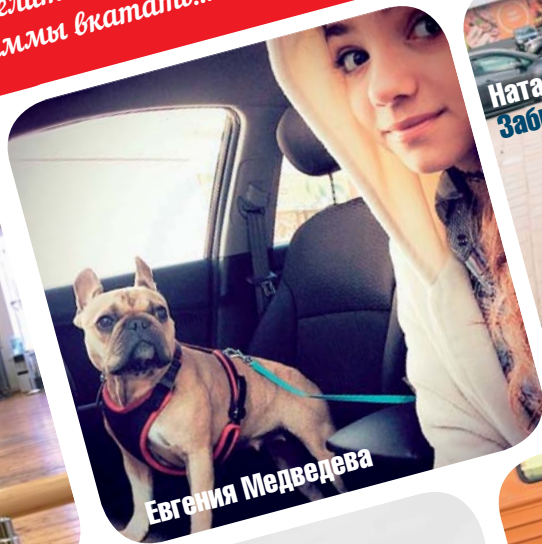
Абонент находится вне зоны действия...

ЛЮДИ

Межсезонье - пора, ненасыщенная событиями для любителей фигурного катания. Спортсмены же и их тренеры в промежутке между окончанием одного соревновательного года и началом следующего должны успеть сделать многое. И с программами определиться, и отдохнуть, и физически к сезону подготовиться после отпуска, и программы вкатать...



Ксения Столбова-Федор Климов



Евгения Медведева



Наталья Забияко



Евгения Тарасова и Татьяна Волосожар



Кристина Астахова и Алексей Рогонов



Анна Яновская Сергей Мозгов



Максим Ковтун



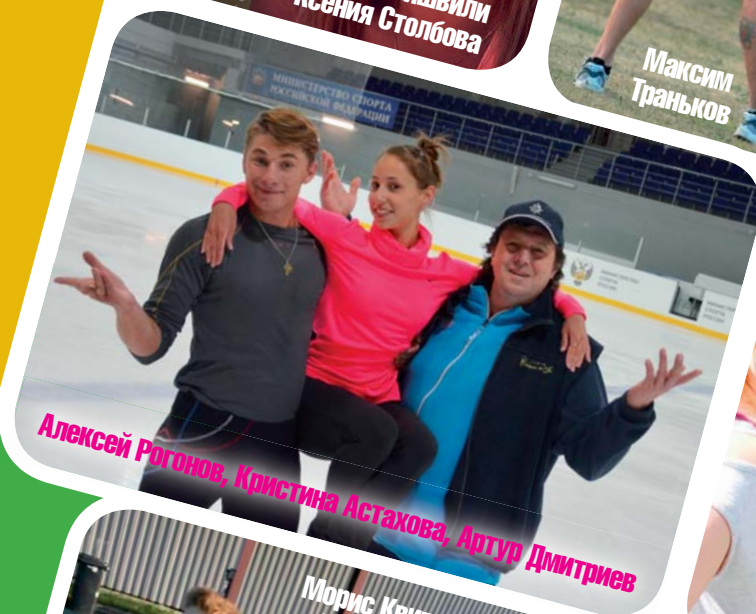
Элене Гедеванишвили
Ксения Столбова



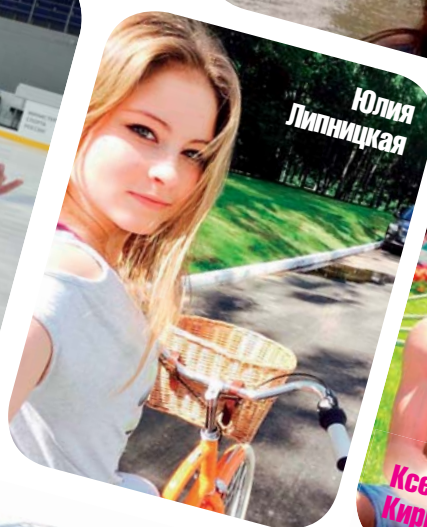
Максим
Траньков



Екатерина Боброва



Алексей Рогонов, Кристина Астахова, Артур Дмитриев



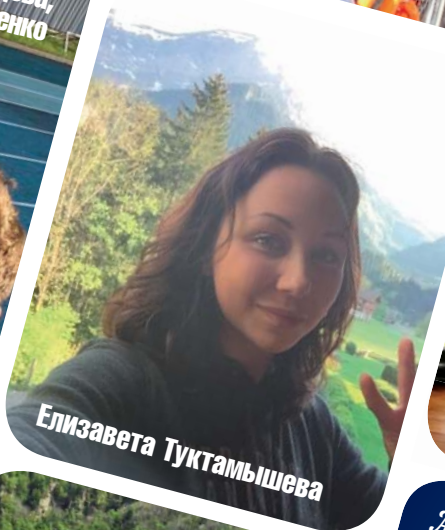
Юлия
Липницкая



Ксения Монько
Кирилл Халявин



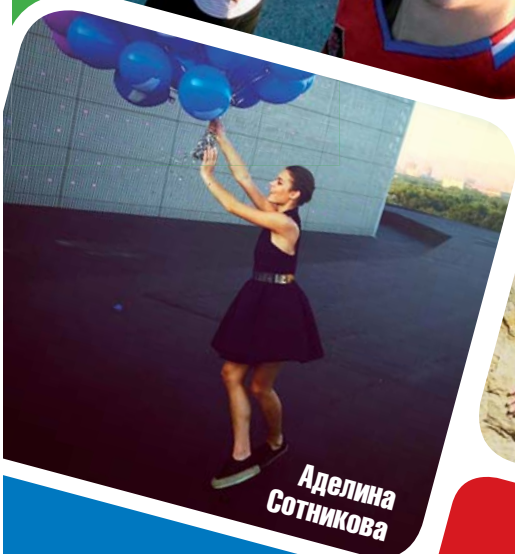
Морис Квителашвили,
Евгения Медведева,
Владислав Тарасенко



Елизавета Туктамышева



Вера Базарова
Андрей Депутат



Аделина
Сотникова



Виктория
Синицина

А еще не мешало бы и над элементами поработать, и даже новые выучить. В общем, активности много. И на льду, и вне льда. Но льда и в сезоне предостаточно. Остановимся на том, что происходит за его пределами.



Группа Валерия и Валентины Тюковых и Павла Слюсаренко

«Орлята» учатся летать!

Нынешний год стал юбилейным для пермского Дворца спорта «Орленок».

С появлением в Перми современной спортивной инфраструктуры и, главное, искусственного льда на карте России возникла еще одна точка, которая стала отправным пунктом новейшей истории фигурного катания в регионе.

Валентина Тюкова
с Анастасией Губановой и Алексеем Синцовым



Павел ШАТРОВ, Пермь

Павел ШАТРОВ,
Светлана КАРПАКОВА

Ремесленный корпус? Нет, Дворец спорта!

В 1985 году на территории Пермской области, сразу в нескольких городах, должна была стартовать VIII Зимняя Спартакиада народов РСФСР. К предстоящим стартам планировалось обновить и модернизировать существующие спортивные арены и построить новые объекты. За строительными лесами на пересечении улиц Карла Маркса и Революции росли стены нового сооружения. Почти никто тогда в городе не мог предположить, что здесь появится ультрасовременный (по тем временам) крытый каток с искусственным льдом.

– Строительство катка было окутано тайной. Ходили слухи, что строятся технические мастерские для одного из городских ПТУ. Наверное, это было связано с финансированием, которое выделялось под определенный учебный объект. Но мы уже знали – здесь будет ледовый дворец! Бегали вечерами, заглядывали через забор. Будущий глава дворца Владимир Борисович Веприков жалился и пустил нас посмотреть это чудо за два дня до его открытия, – рассказывает бывший директор школы фигурного катания Дворца спорта «Орленок» Светлана Король.

– Не верилось, что такое могло произойти в нашем городе, – подхватывает тренер Людмила Теплова, тоже стоявшая у истоков создания новой школы. – Мы ведь катались только на естественном льду, на открытом воздухе. Подобные условия для занятий и не снились, сезон начинался только с наступлением первых морозов. Любимым местом для катания у нас с девочками была танцплощадка в соседнем Горьковском саду. Лед был идеальный, кругом деревья, красота!

В то время фигурное катание в Перми и тогда еще Пермской области в основном развивалось усилиями спортивных обществ и заводских коллективов. В городе пользовались популярностью катки на крупных стадионах – им. Ленинского комсомола (ныне – «Звезда»), «Кабельщике», «Урале», «Прикамье», «Молоте», «Энергии»... В области фигуристов растили в Соликамске, Березниках, Губахе. Работы у областной федерации фигурного катания хватало, но высоких результатов спортсмены не показывали. Требовалась объединяющая сила, мощный центр. Таким центром и стал пермский Дворец спорта «Орленок», который принял первых фигуристов в день открытия Спартакиады, 2 марта 1985 года. Новый спортивный объект был полностью отдан фигурному катанию. В его стенах начала работу первая в Прикамье школа фигурного катания, собравшая под своей крышей лучшие тренерские ресурсы и ведущих спортсменов области.



Анастасия Полуянова-Степан Коротков

Кадр решают все!

Новой школе нужны были квалифицированные тренеры. В федерации фигурного катания решили сделать ставку на местных специалистов. В основном, это были недавние фигуристы, успевшие поработать с детскими группами. Руководство школы продолжило работу по возвращению в «родные пенаты» талантливой молодежи, прошедшей обучение в различных вузах страны. В Пермской школе заработали группы по всем видам фигурного катания. В областном спортивном комитете по физической культуре и спорту решили: раз появились дворец и школа – значит, будут свои чемпионы! Предпосылками для этого стали успешные выступления пермяков на домашней Спартакиаде, где они в борьбе с фигуристами мирового класса показали настоящий уральский характер.

– На той Спартакиаде наша команда выступила по всем видам программы. Заявили о себе Андрей Кислухин, Татьяна Голева – Борис Горохов, Оксана Терехина – Алексей Дубров. Попасть в призеры нашим ребятам на тот момент было практически невозможно. В соперниках числились звезды первой величины: Гладкова – Шпильбанд, Гордеева – Гриньков и другие, – вспоминает Светлана Король.

Поднимать «орлят» до чемпионских высот пригласили и иногородних специалистов. На предложения председателя облспорткомитета Сергея Николаевича Шелковникова и руководителя областной федерации фигурного катания Ильи Даниловича Хальфана откликнулись Евгений и Галина Лутковы из Новосибирска, Валерий и Валентина Тюковы из Ташкента. В Пермь они приехали с учениками, имевшими успешный опыт выступлений на соревнованиях различного уровня. У Лутковых это были одиночники Александр Устинов и Сергей Тартыков, у Тюковых – пары Елена Болотина – Андрей Хвалько, Елена Павельева – Владислав Фомин.



Ледовая арена Дворца спорта «Орленок»

Во Дворце спорта проводилась масса турниров, воспитанники школы были полностью экипированы, регулярно устраивались учебно-тренировочные сборы с ведущими спортсменами страны. Благодаря помощи местных властей ни школа, ни ведущие фигуристы и тренеры практически ни в чем не нуждались. Директор школы Владимир Борисович Веприков работал не покладая рук.

В соседнем с Дворцом здании были оборудованы хогеографический класс, медицинский блок, интернат, открыта площадка для занятий спортивно-оздоровительных групп. Ежегодно школу пополняли десятки талантливых воспитанников, прошедших тщательный отбор. Результаты не заставили себя ждать. Под руководством Валерия и Валентины Тюковых уже в 1986 году пара Павельева – Фомин стала победителями турнира «Олимпийские надежды России», а пара Болотина – Хвалько в 1988-м выиграла «бронзу» чемпионата РСФСР. Через год Елена и Андрей стали вице-чемпионами IX зимней Спартакиады народов РСФСР. Показанные в те годы высокие результаты позволили ДЮСШ при Дворце спорта «Орленок» получить в 1989 году статус специализированной школы олимпийского резерва.

Вслед за признанными мастерами активно начала работать и тренерская молодежь. Педагогический состав школы дополнили Андрей Кислухин, Екатерина Патласова, Александра Корчагина, Людмила Калинина и другие. В Пермь приехал и выпускник ленинградского института им.Лесгафта Ринат Залялетдинов. Ринат окончил институт с красным дипломом и из множества предложенных выбрал Пермь.

Последнее десятилетие уходящего XX-го века стало временем расцвета «Орленка». В группе Андрея Кислухина азы мастерства получила будущая олимпийская чемпионка, тогда еще одиночница Татьяна Тотьямина, а Денис Боровых поднялся на один пьедестал с Евгением Плющенко. В группе Александры Корчагиной появился будущий олимпийский чемпион Максим Траньков, который затем из одиночного катания перешел в группу парного катания супругов Тюковых. В 1993 году подопечные Тюковых – Инга Коршунова и Дмитрий Савельев – выиграла чемпионат мира среди юниоров. Новые воспитанники тренеров, Ксения Красильникова – Константин Безматерных, успешно выступали на юниорских первенствах мира. В 2008 году они выиграла чемпионат мира среди юниоров. Другие ученики тренеров блистали на этапах Гран-При, занимали призовые места. На данный момент в состав юниорской сборной России входят четы-

ре пары Тюковых. Вместе с ними работает и их бывший ученик, а ныне молодой, грамотный и вдумчивый тренер Павел Слюсаренко. В конце августа на втором этапе юниорской серии Гран-При в Риге Анастасия Полуянова – Степан Коротков заняли второе место, а Екатерина Борисова с Дмитрием Сопотом замкнули тройку призеров. Через неделю в Колорадо-Спрингс Анастасия Губанова – Алексей Синцов победили на третьем этапе, а Елена Иванова – Тагир Хакимов завоевали бронзовые медали.

Людмила Калинина в настоящее время готовит пару Татьяна Кузнецова – Семен Степанов, выступающую по программе мастеров спорта, и юниоров: Анну Панову – Александра Козлова, Алену Крохалева – Семена Рогожникова.

Плодотворно работают Людмила Теплова и Екатерина Патласова. Бывший воспитанник Тепловой, Илья Ткаченко, в паре с Екатериной Рязановой был в числе лучших на чемпионате России в 2010 году. В это же время Екатерина Патласова вырастила талантливых одиночников – Дениса Баландина и Артема Бородулина, успешно выступавших на этапах Гран-При, Кубке России... Не менее успешными были ученицы Рината Залялетдинова, Ольга Степанова и Ольга Никанорова.



Валерий Тюков

Кто, если не мы

Не думал Валерий Тюков, что станет тренером в фигурном катании. Простой южноуральский мальчишка мечтал покорить вершины большого тенниса, фигурное катание стояло тогда у него на втором месте. Все решил случай.

– Мой старший товарищ уехал в Алма-Ату, закончил там институт и стал заведующим кафедрой фигурного катания. Я окончил школу в родном Оренбурге, решил поступать в Омский институт физкультуры. Как-то приезжает товарищ в Оренбург и говорит: «Пойдем ко мне учиться». Уговорил моих родителей, сказал, что забирает меня с собой. Вот так я и оказался в фигурном катании. Окончил в Алма-Ате институт физкультуры, отслужил в армии, а затем, в начале 70-х, с женой перебрался в Ташкент, – вспоминает Валерий Николаевич.

Кстати, именно в Алма-Ате судьба связала на долгие годы Валерия и Валентину Тюковых. В следующем году исполнится 50 лет их совместной жизни.

В Ташкенте супруги Тюковы трудились до 1985 года. Именно там они воспитали первых призеров юниорского чемпионата мира Марину Никитюк – Рашида Кадыркаева.

– В Ташкенте меня нашел председатель спорткомитета по физической культуре пермского облисполкома Шелковников, пообещал хорошую работу. Съездил я в Пермь, посмотрел новенький дворец спорта, познакомился с коллективом. Для себя решил – переезжаем! Сразу же выделили квартиру. Правда, первое время нам пришлось жить вместе с учениками. Справились, – вспоминает Валерий Николаевич.

Несмотря на то, что тренеры были строгими, порой беспощадными, ученики их боготворили – чувствовали, что за общее дело Тюковы радеют душой. На вопрос, кто в вашем творческом дуэте главный, Валерий Николаевич моментально отвечает, как и положено мужчине: «Я!». Друзья и коллеги уточняют: «Валера – голова, Валентина – мотор и сердце!». Всех учеников тренерского дуэта отличает отточенная техника катания и безупречное исполнение обязательных элементов. К слову, по приезду в Пермь судьба свела Тюковых с талантливым танцовщиком Пермского театра оперы и балета Кириллом Шморгонером. Его помощь оказалась неоценимым вкладом в дальнейшую работу.

– Когда начинали здесь работать, Кирилл нам очень помог, делал хореографическую постановку. Он даже сам пытался выходить на лед, чтобы почувствовать ощущения. Но, окончив ГИТИС, ушел в театр, стал его художественным руководителем. Жаль, его помощь нам бы очень пригодилась, – рассказывает Валерий Николаевич.

На первый набор в «Орленке» к Тюковым пришла почти тысяча детей. Сидели неделю, выбирали лучших. По итогам просмотра осталась сотня «орлят».

– Сейчас такого отбора нет, – вздыхает Тюков. – Приходят те, чьи родители в состоянии платить, и из-за этого тренеры втиснуты в жесткие рамки. Нет денег на фигурное катание, кончились! Хотя есть соответствующие указы президента и правительства, что все детские школы должны предлагать бесплатное обучение, куда ни плюнь – за все надо платить! Сейчас даже в группах начальной подготовки деньги на обучение вынуждены собирать родители. В учебно-тренировочных группах та же картина. Зарплата у тренеров маленькая, поэтому от безысходности каждый пытается зарабатывать, как может – в том числе и на платных уроках. Я их не осуждаю. К счастью, по натуре я совсем другой и воспитан в те времена, когда работали на результат, не думая о вознаграждении.

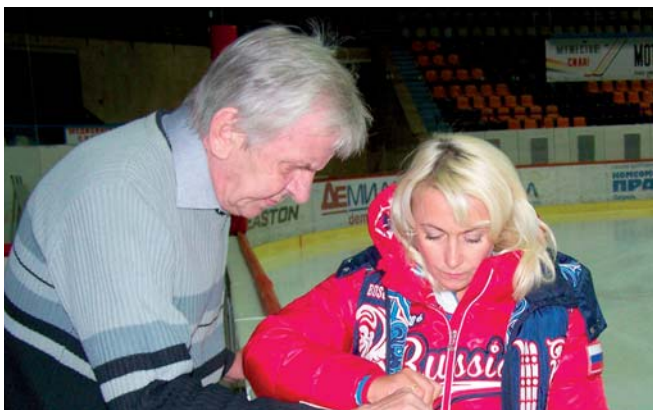
Вместе с Тюковыми работают на льду многие наставники, в их числе Екатерина Патласова, талантливая одиночница, которую помнят многие поклонники фигурного катания.

– В фигурное катание меня привел папа в четыре года, мама настаивала на занятиях музыкой. Детства, считаю, у меня не было, но это пошло мне только на пользу. Занятия проходили на «Звезде» под руководством Светланы Король. Доросла до кандидата в мастера спорта, стала чемпионкой области. Может быть, пошла бы и дальше, но тренер ушла в декрет, и мы остались не у дел. Тем не менее уже в 17 лет я поставила перед собой цель – стать тренером. Правда, в то время не думала, что фигурное катание настолько войдет в мою жизнь, – рассказывает Екатерина Патласова.

После окончания школы Екатерина хотела поступать в пединститут. Пошла подавать документы, но по дороге встретила первого тренера, которая отговорила от этой затеи: «Дорогая, надо работать, помогать родителям и самой зарабатывать на жизнь». Так начались «рабочие будни» вчерашней школьницы. Сначала устроилась на работу в детский сад – проводила утренники, тренировала детей, делала с ними зарядку. В 1989 году пришла в «Орленок». Сумела воспитать многих фигуристов, никогда не отступая от своих принципов.

– Мы работаем грамотно, достигаем определенных уровней и побед, но происходит это намного дольше, чем, предположим, в других ведущих школах страны. Возможно, по времени мы «проигрываем». Но зато наши дети здоровее, поскольку мы не форсируем моменты, которые должен пройти каждый ребенок в определенном возрасте, когда сталкивается с проблемами созревания и формирования. Мы решаем вопросы педагогического характера, здоровья и при этом хотим добиться результата. Своих ребят выращиваем с 4-х лет, холим, лелеем и никого не бросаем. Фигурное катание – короткий отрезок жизни, и, прежде всего, нужно, чтобы ребенок стал человеком, чтобы при встрече с тренером не переходил на другую сторону дороги, а здоровался и признавался, что скучает, – объясняет Екатерина Патласова.

Конечно, в школе есть немало проблем. Главная – отсутствие льда. Уже полгода, как «Орленок» закрыт на капитальный ремонт. Всем группам приходится скитаться по чужим каткам. Так, группа Екатерины Патласовой и ее мужа, Алексея Главатских, вынуждена заниматься в УДС «Молот». На ледовую подготовку 25 воспитанников отводится максимум полтора часа в день. Не нужно объяснять, какими негативными последствиями оборачивается такой тренировочный процесс. А ведь в группе Патласовой и Главатских сейчас занимаются талантливые дети Катя Баянова, Настя Яценко, Влад Чашков, которым тренеры прочат большое будущее.



Екатерина Патласова с ветераном фигурного катания Пермского края Владимиром Федоровичем Овчинниковым

Что там, впереди?

На этот риторический вопрос можно ответить банально – «Время покажет...». Прошли времена, когда фигурное катание для Прикамья было объектом гордости и всеобщего почитания. Сложная экономическая ситуация коснулась и популярного вида спорта.

– Начиная с 2008 года, в статье расходов регионального бюджета на нашу федерацию закладывалось по 2 миллиона рублей ежегодно. Эти средства можно было расходовать для отправки спортсменов на календарные соревнования сезона. Сюда входили расходы на питание, проживание, проезд и вточны. С 2013 года бюджет был урезан на 500 тысяч рублей, а в 2014-м – еще на 150 тысяч. Порой сидишь и думаешь, что можно сделать на такие «деньжищи» – то ли израсходовать их за один квартал, то ли растянуть на год, – рассказывает о положении дел в федерации фигурного катания Пермского края ее председатель Алексей Тюрюканов. – В 2010 году на предстоящий пятилетний период была заведена строка расходов, предназначенная для оплаты аренды льда, но, начиная с нынешнего года, в краевой программе развития спорта строки расходов поменялись, и эти деньги забрали. Все дело в том, что в 2015 году начался ремонт Дворца спорта «Орленок», а мы остались без финансового обеспечения перед самой его реконструкцией.

Дворец спорта «Орленок»



Реконструкция «Орленка» действительно назрела. За 30 лет эксплуатации дворца прежнее руководство ограничивалось косметическим ремонтом. К тому же, сказывались и огрехи, допущенные при строительстве. Последние сезоны под сводами дворца висели ведра. Техническими службами «Орленка» был даже сконструирован специальный купол для сбора и отвода дождевой воды за периметр площадки. Состояние самого льда не выдерживало никакой критики – перепад уровня льда достигал 24 сантиметров. Как можно было чему-то обучать воспитанников школы, когда речь шла об их здоровье и безопасности?

– Надо признать, подготовка к нынешнему сезону идет очень тяжело, но мы понимали все сложности. Сказывается, несомненно, отсутствие льда, ведь мы развиваем одиночное, парное и синхронное катание плюс танцы на льду. Времени для ледовых занятий катастрофически не хватает. Сейчас в отделении фигурного катания занимаются около 500 воспитанников. Все ждали ремонта в «Орленке», и этот момент наступил. Планируем, что скоро все будет готово. Тяжело не только нашим воспитанникам, но и тренерам. Мы помогаем и, как можем, поддерживаем друг друга, ведь со многими трудились и трудимся бок о бок столько лет, – делится руководитель отделения фигурного катания СДЮСШОР «Орленок» Людмила Калинина. – В конце августа мы провели набор в начальные группы по фигурному катанию, к нам пришло 130 человек детей! Хочется надеяться, что нынешние власти повернутся к нам лицом. Для Перми и Пермского края мы делали и делаем очень многое: стараемся, добываем новые победы.

– Бегаем «днем с огнем» и ищем, где получить хоть какие-нибудь деньги для оплаты занятий спортсменов на других площадках. Если бы на этот год нам деньги оставили, а на следующий после ремонта «Орленка» забрали – это было бы правильно. В краевом министерстве спорта усложнили жизнь не только себе, но и нам. Тренеры вынуждены снимать лед за огромные деньги (от 5 до 10 тысяч рублей за тренировочный час – прим.МФК) в «Молоте», соседних городах – Краснокамске, Александровске. А так мы могли бы арендовать одну площадку для полноценных тренировок. Ну, хоть как-то минимизировать свои расходы, – продолжает глава федерации. – Порой

Дворец спорта «Орленок». Проект реконструкции





Екатерина Патласова и Алексей Главатских с учениками

создается впечатление, что местные власти не заинтересованы в развитии фигурного катания. Это при том, что наш вид спорта входит в число базовых для Пермского края.

В данной ситуации удалось развести ведущих тренеров по разным площадкам. Группа Тюковых тренируется в спорткомплексе им. В.П. Сухарева, в Центре спортивной подготовки (ЦСП). Таким образом, у ведущих спортсменов, входящих в сборную команду страны, стало меньше проблем. А вот у их товарищей из «Орленка» проблем, наоборот, прибавилось. Это касается не только льда, но и финансовой составляющей. Подобные проблемы есть и в ЦСП, где были сокращены все ставки тренеров детской секции фигурного катания.

Но, похоже, в скором времени все может разрешиться – Пермский край попал в число 30 субъектов России, где намечено строительство региональных центров фигурного катания. Площадка для этих целей в Перми уже выбрана. В 2015 году должна быть подготовлена проектная документация по возводимому объекту, а в 2016 году начаться строительство. Сдать объект планируют через два года. Чтобы облегчить ситуацию и снизить остроту проблемы, в федерации готовы вернуться к тренировочной практике 30-летней давности – заливать естественные площадки и заниматься на открытом воздухе.



Открытая площадка СДЮСШОР «Орленок»

- Наша тренерская школа продолжает оставаться одной из сильнейших в стране. У нас собрался творческий, грамотный коллектив энтузиастов, так что я уверен, что все проблемы будут преодолены,
- считает Алексей Николаевич Тюрюканов.



В дни господства гаджетов и мобильных приложений наблюдать за выступлениями фигуристов можно откуда угодно и где угодно. Уже необязательно наличие телевизора и даже мощного компьютера. Более того, уже для снятия мерок для создания костюма наличие самого фигуриста в ателье необязательно. По крайней мере, компания Rest в Санкт-Петербурге, опираясь на 23-летний опыт в данной сфере, работает с фигуристами и «вживую», и он-лайн. В общем, заказать здесь костюм можно из любой точки мира, достаточно только прислать свои мерки и пожелания: за время существования компании механизм пошива костюма по ним был отлажен, как часы.

ЭФФЕКТ ПРИСУТСТВИЯ

О том, как происходит процесс, нам рассказал представитель Rest:

– Работа состоит из множества этапов, и задействованы в ней разные специалисты – менеджеры, дизайнеры, портные, декораторы. Возьмем, например, процесс пошива платья для участницы Олимпийских игр из Норвегии Анне-Лине Гьерсем. Мы шьем для нее и ее сестры Камиллы уже несколько лет.

Наша работа с Анной по созданию олимпийского костюма началась с ее письма с пожеланиями:

«Добрый день!

Мы только определились с программой и с музыкой к ней, и теперь я хочу заказать у вас платье!

Мне нравятся оттенки красного цвета, например, Rubi. Также я хотела бы открытую спину и глубокое декольте, закрытые руки.

Отправляю вам музыку к своей программе. С нетерпением буду ждать эскизов».

Сразу после получения письма дизайнеры занялись подготовкой эскизов. Обычно заказчику высылают 3 варианта, из которых он выбирает один, и мы дорабатываем выбранный. С Анной мы определились с эскизом быстро, а вот определение цветовой гаммы заняло



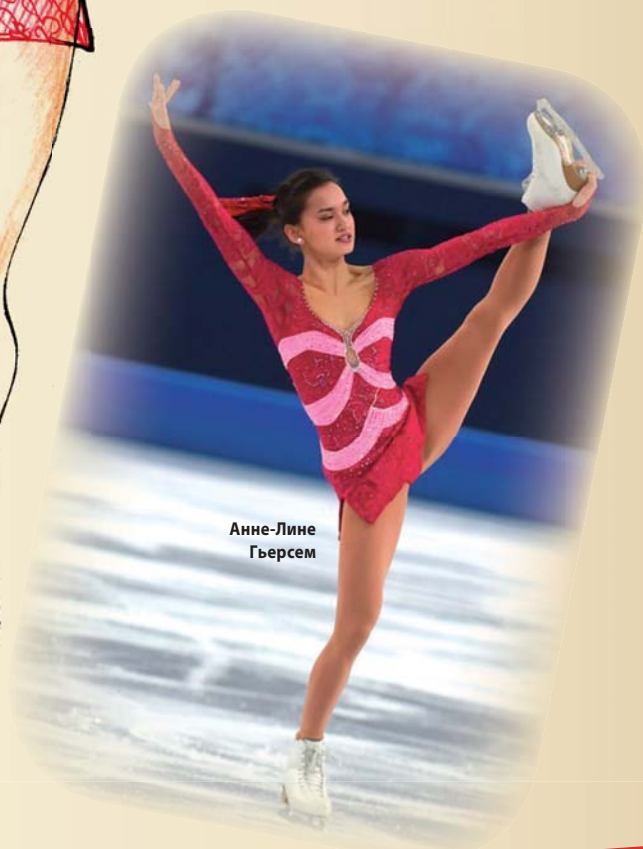
Камилла Гьерсем



больше времени. Чтобы фигуристка окончательно определилась с цветом материалов, мы предложили выслать ей образцы.

Следующим шагом после утверждения эскиза стало получение подробных мерок клиента.

Нами была разработана система снятия мерок, четко следуя которой заказчик высылает нам свои параметры, а наши мастера, в свою очередь, проверяют их по формулам, чтобы избежать даже малейших ошибок. После получения корректных мерок они вместе с дизайнерами и декораторами начинают работу непосредственно над костюмом. В среднем срок изготовления у нас составляет 3 недели. Однако часто бывает, что спортсмены только поставили программу, а соревнование уже совсем скоро, и времени на создание костюма значительно меньше. Конечно, в таких случаях мы всегда стараемся идти навстречу клиенту и любыми силами сделать костюм в сжатые сроки. Так произошло и с Анне-Лине: мы сделали ей готовое платье всего за 10 дней. Одной нашей заказчице из Италии вообще сшили платье за одну неделю, несмотря на то, что оно было очень сложным в исполнении, все расписывалось вручную специальными красками. Конечно, слова благодарности от наших любимых спортсменов всегда вдохновляют нас на работу.



«Я получила платье. Оно невероятное! Спасибо вам огромное за всю проделанную работу! Я счастлива! Анне-Лине Гьерсем, Норвегия»

«Платье просто супер! Село идеально! Оно превзошло все мои ожидания! Спасибо вам всем! Камилла Гьерсем, Норвегия»

«Всем привет! Получила платье! Сказать, что я в восторге, это не сказать ничего! Особенно меня поразил рисунок на платье. Теперь я точно уверена, что ни у кого не будет ничего подобного! Анжелика Чилцына, Италия»

«Добрый день! Сегодня мы получили все костюмы, наши ученики в восторге! Спасибо вам всем за действительно хорошую работу! Мы рады с вами сотрудничать! Сандра Шер и Георге Чипер, Швейцария»

hi-tech от Ростелеком

Сеть
магазинов

Фигурист

Всё для фигурного катания



- ◆ Ботинки для фигурного катания
- ◆ Лезвия для фигурного катания
- ◆ Коньки
- ◆ Одежда для тренировок
- ◆ Платья для выступлений
- ◆ Аксессуары и сувениры
- ◆ Сервисный центр
- ◆ Ателье

GRAF
Made in Switzerland

WILSON
Skates
PRACTICE MAKES PERFECT

RISPORT
SKATES

MONDOR

MK
SKATE WITH STYLE

GUARD DOG

WIFA

Karisma
sportswear

EDEA

JACKSON
ULTIMA

SAGESTER
SPORTWEAR

TECSO

LP
SUPPORT

Blue globe logo

ZUCA

г. Москва, Ленинградский пр-т д. 44 (станция м. Динамо)
+7 (495) 542-68-68

г. Москва, Ленинский пр-т д. 32 (станция м. Ленинский проспект)
+7 (495) 641-82-82, +7 (499) 137-80-40

г. Санкт-Петербург, Набережная канала Грибоедова д. 33
(станция метро Гостиный двор, Невский проспект)
+7 (812) 645-77-88

WWW.FIGURIST.RU

КОСТЮМЫ ДЛЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ



-  Санкт-Петербург
ул. Константина Заслонова, 19
-  +7 (812) 572-20-52
-  +7 (812) 572-21-34
-  rest@dancedress.spb.ru
-  vk.com/rest_elegance
-  facebook.com/elegance.london.1

www.rest-elegance.com



PROSHARP®

LEADING PERFORMANCE

Заточите фантастический КАНАЛ Z!

Заточка с Каналом Z дает вашему лезвию преимущество «двойных» ребер, которые улучшают сцепление со льдом, маневренность и увеличивают скорость.

Конструктивно это дополнительный канал, находящийся на поверхности лезвия, это «канавка в канавке», как два конька для конькобежца рядом друг с другом.

Обычная заточка означает, что должен быть компромисс между хорошим сцеплением и хорошим скольжением, но с Каналом Z больше нет компромиссов! Отличное сцепление и превосходное скольжение!

Дополнительные внутренние ребра дают расширенную поддержку и сцепление в выполнении крутых дуг, канал на поверхности лезвия уменьшает трение между сталью и льдом.

PROSHARP®
CHANNEL-Z

реклама



ВСЕ МОДЕЛИ СТАНКОВ
ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ ДЛЯ ЗАТОЧКИ
ФИГУРНЫХ И ХОККЕЙНЫХ
ЛЕЗВИЙ!



"Высокая точность, скорость и простота является крупнейшим преимуществом заточки на станках ProSharp".

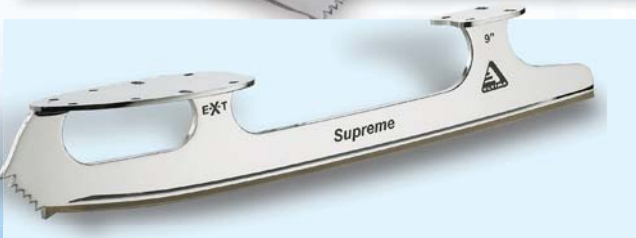
Алексей Мишин

Подробная информация на нашем сайте:

PROSHARP.COM

или

FACEBOOK.COM/PROSHARP



реклама

www.jacksonultima.com



Официальное издание Федерации фигурного катания на коньках России

«МИР ФИГУРНОГО КАТАНИЯ»

Учредитель:
ООО «Конек.ру»

Свидетельство:
ПИ № ФС 77 - 61244

Наименование:
СМИ МИР ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

Дата регистрации:
03.04.2015

Форма распространения:
печатное СМИ журнал

Территория распространения:
Российская Федерация

Издатель:
ООО «Творческая мастерская
«Серебряные Ряды»

№3 (3) от 04.10.2015
тираж 2000 экз.
свободная цена

Главный редактор:
Александр Коган

Состав редакции:
Ольга Ермолина, Оксана Тонкачьева, Игорь Бич,
Олег Горшков, Ирена Закурдаева

Адрес редакции:
119270, г. Москва, наб. Лужнецкая, д. 8, стр. 1

Адрес издателя:
197198, г. Санкт-Петербург,
Мал.Каштановая аллея, д. 9, стр. 3
E-mail: magazine@icesport.ru

Адрес типографии:
192237, Санкт-Петербург,
ул. Кронверкская, д.24

Фото на обложке:
Филипп Гончаров, 7Дней

По вопросам размещения рекламы обращаться:
119270, г. Москва, наб. Лужнецкая, д. 8, стр. 1
Тел.: 8 (495) 6370531, e-mail: 6370531@mail.ru
Тел.: 8 (921) 9642511, e-mail: igorbich@mail.ru

Статьи и фотографии, присланные в журнал, не рецензируются и не возвращаются. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

При перепечатке ссылка на журнал обязательна.
Все рекламируемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации и лицензированию.
За содержание и форму рекламы редакция ответственности не несёт.

Электронная версия журнала

silverlines
творческая мастерская

*Все для
фигурного катания
и не только...*

ICESPORT.ru