

ФЕХТОВАНИЕ

№3(40)/2020



T+
TISSOT
SWISS WATCHES SINCE 1853
INNOVATORS BY TRADITION

T TOUCH EXPERT™
с 15 функциями, включая **метео**,
альтиметр и **компас**.

В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ



барометр **альтиметр** компас



Узнай больше на www.t-touch.com



Дорогие друзья!

Весь фехтовальный мир с нетерпением ждет, когда возобновятся турниры и спортивная жизнь станет если не прежней, то хотя бы похожей на ту, что была раньше. Верим, что это случится очень скоро.

Ну, а пока оглянемся назад, на историю развития в России нашего вида спорта. История эта уходит корнями глубоко – даже не в прошлый, а в позапрошлый век. Кто были те люди, что стояли у истоков российской школы фехтования? В какой момент дуэли, которые часто заканчивались смертью одного из участников, сменились спортивными поединками, проводившимися с иной целью? Насколько успешно соперничали отечественные фехтовальщики с европейскими мастерами клинка и как мерились силами между собой? Кто заложил основу для сегодняшних побед российских спортсменов?

Мы решили проследить историю проведения самого значимого внутреннего турнира – чемпионата России – от самого начала, с самых первых соревнований. Она включает в себе множество интереснейших моментов, немало интриг и стоит того, чтобы рассказать о ней подробно, в нескольких номерах альманаха.

**Главный редактор
Елена Гришина**



КАЛЕНДАРЬ ИСТОРИИ

- 04** От дуэлей к чемпионатам
Всероссийские Олимпиады 1913–14 годов и Всесоюзная Спартакиада 1928 года стали прообразами чемпионатов России по фехтованию
- 14** «Красная революция» в Риме
Так назвали победы советских фехтовальщиков на Олимпийских играх 1960 года

ПОЧЁТНЫЙ ЛЕГИОН

- 18** Все начинается с Надежды
«Юбилейное» интервью Надежды Александровны Арской

ЮБИЛЕЙ

- 28** 58 лет на острое клинка
Виктор Родионов рассказывает о делах и достижениях фехтовальной школы МГФСО

В ФОКУСЕ

- 42** Музейные ценности
В спорткомплексе «Чертаново» находится уникальный музей фехтования

ТРЕНЕРСКИЙ СОВЕТ

- 46** Тренерские тренды Александра Филатова
Один из ведущих российских сабельных тренеров – о своем пути в фехтование, учениках, коллегах и о многом другом

БЕЗ МАСКИ

- 52** Не дорожкой единой
Дмитрий Ригин – чемпион, руководитель, предприниматель

- 58** Современный Зорро
Испанский рапирист Карлос Льявадор своим примером доказывает, что и спортсмены из не самых «фехтовальных» стран могут дать бой лидерам

ТОЧКА НА КАРТЕ

- 62** Шпага по-эстонски
Эстония – одна из самых маленьких европейских стран, но крупная величина на фехтовальной карте мира

НАУКА ПОБЕЖДАТЬ

- 56** Невыносимая легкость эмоции
Беседа Елены Гришиной с известной спортсменкой, а ныне авторитетным спортивным психологом Елизаветой Кожевниковой



ОТ ДУЭЛЕЙ К ЧЕМПИОНАТАМ



Преподаватели и офицеры Главной фехтовально-гимнастической школы

Алексей Попов

Чемпионаты страны – главные всероссийские соревнования сезона. Сейчас они проводятся по давно отлаженной схеме, хотя организаторы привносят в каждый новый турнир свою изюминку. Но так было не всегда. Первые фехтовальные «соревнования» фактически были банальными драками или, в лучшем случае, дуэлями с минимальным набором правил и секундантами в роли судей. Путь от кровавых поединков до настоящих чемпионатов занял много лет.

Фехтование начиналось как искусство, доступное лишь избранным – дворянам и военным (а в далекие времена эти понятия были фактически тождественными). В нашей стране за точку отсчета истории фехтования принято 14 января 1701 года, когда по указу Петра I в Москве основана «школа навигацких и математических наук», для учащихся которой были обязательны занятия «рапирной наукой». В те времена ни о каких соревнованиях не могло быть и речи. Спонтанно возникавшие «турниры» обычно заканчивались ранением, а то и смертью одного или обоих участников, если это было «личное первенство», или нескольких, если противостоящие стороны выставляли «команды».

Лишь спустя 77 лет в частной школе Балтазара Фишера в Санкт-Петербурге прошли первые в России соревнования по фехтованию. Но только во второй половине XIX века началась унификация правил, ознаменовавшая рождение фехтования как вида спорта. В 1860 году в Санкт-Петербурге состоялись первые в России официальные соревнования по фехтованию на рапирах, эспадронах и винтовках с эластичным штыком.



ПОЗЖЕ АВСТРИИ, РАНЬШЕ ИТАЛИИ

Но даже тогда до чемпионата России было еще далеко. Кстати, как ни удивительно, но наша огромная страна с гигантскими расстояниями между крупными городами (а именно там поначалу были сосредоточены фехтовальные клубы) и традиционной

Казачи.—Les cosaques. № 16.





неповоротливостью бюрократического аппарата оказалась в первых рядах по организации соревнований. Лидером в этом направлении, причем явным, стала не существующая ныне Австро-Венгрия. Первый чемпионат этой страны состоялся в 1883 году. Соревнования рапиристов выиграл Франц Биберхофер, а в турнире саблистов отличился Георг Эрнст. Правда, следующего чемпионата пришлось ждать целых 14 лет.

К этому времени организовались французы, которые провели чемпионат страны в год первых Олимпийских игр современности, в 1896-м. Соревнования по рапире выиграл Жан Жозеф-Рено, а лучшим шпажистом стал Вилли де Блез-Гана. Интересно, что в Олимпиаде они участия не принимали.

В том же году соорудили общегерманский чемпионат и немцы. Турнир проходил в рамках Берлинской торговой ярмарки. Были разыграны медали в четырех видах программы – рапире и трех видах сабли: в легкой (соответствует современной сабле), тяжелой (или немецкой) и в так называемом шлегере, где соревновались по правилам студенче-

ского (или мензурного) фехтования. Турнир рапиристов завершился победой Эдварда Брека, а трио сильнейших саблистов составили Курт Придэль (легкая сабля) и два студента – юрист Штайнерт (немецкая сабля) и медик Больдт (шлегер).

А вот четвертой (по крайней мере, из крупных фехтовальных держав) свой чемпионат провела именно Россия. В 1899 году в Санкт-Петербурге прошло первое первенство Российской империи, в про-



Тимофей Климов (слева) и Петр Заковорот

грамму которого было включено фехтование на рапирах и эспадронах. К сожалению, имена победителей этого турнира до нас не дошли.

Годом позже, в 1900-м, свой отдельный чемпионат организовала Венгрия, а вот итальянцы разыграли первенство только в 1906 году. Интересно, что турнир шпажистов тогда выиграл Джузеппе Манджаротти, отец легендарного Эдоардо Манджаротти и его несколько менее известных братьев Дарио и Марио.

ПАРИЖ И СТОКГОЛЬМ

Чемпионаты стран конца XIX – самого начала XX века были, по сути, «вещью в себе». Они не несли никаких отборочных функций: национальные команды на Олимпийские игры формировались из тех, кто мог себе позволить оплатить поездку на соревнования и проживание на них.

На Играх 1900 года дебютировали и российские спортсмены, причем это были как раз фехтовальщики, а также конники. Но только представители нашего вида спорта сумели бороться за медали Игр. В соревнованиях по сабле среди профессионалов (да-да, на Играх в Париже помимо соревнований по рапире, сабле и шпаге для любителей были организованы специальные турниры для преподавателей фехтования – тех, кто зарабатывает себе фехтованием на жизнь, а это и есть профессионализм) россияне Юлиан Мишо и Пётр Заковорот вышли в финал, заняв в итоге 5 и 7-е места соответственно. В 1910 году Заковорот первым среди отечественных фехтовальщиков стал призером крупного международного турнира, заняв на соревнованиях в Париже третье место. В 1912 году на всероссийских соревнованиях в Киеве впервые выступили женщины-рапиристки.

Казалось, фехтование в Российской империи развивается. Однако Олимпиада 1912 года, куда отправилась внушительная команда наших фехтовальщиков в составе 25 человек, обернулась для них холодным душем. Почти все они завершили соревнования в первом же круге. Только единицы прошли дальше, а в финал не удалось попасть никому. Командные турниры также были с треском проиграны.

Похожие результаты были показаны и в других видах спорта. Российский олимпийский комитет (РОК), надо отдать ему должное, отреагировал быстро, причем не стал считать, сколько у команды



Петр Заковорот

было четвертых мест, а неудачу признал, заявив, что «...в дальнейшем необходимо готовиться к Олимпиадам более основательно, необходимо шире развивать в стране спорт и, в частности, олимпийские его виды».

КИЕВ И РИГА

В итоге оказалось, что «спортивная Цусима», как окрестили итоги Игр в Стокгольме российские журналисты, напоминая о разгроме нашего флота во время русско-японской войны 1905 года, дала толчок развитию спорта в империи. Она заставила власти учредить централизованное управление спортивными делами. Во второй половине 1912 года Николай II и председатель совета министров Владимир Коковцов поручили генералу Владимиру

Воейкову срочно выработать проект «организации физического развития народонаселения с начислением требующихся для сего средств». Тем самым государство впервые выразило готовность финансировать развитие спорта и физической подготовки. А в июне 1913 года был подписан императорский указ о создании первого в отечественной истории официального спортивного ведомства. Название ему дали вычурное и громоздкое – «Канцелярия главнонаблюдающего за физическим развитием народонаселения Российской империи». Главнонаблюдающим стал сам Воейков, а его помощником назначили главу олимпийского комитета Вячеслава Срезневского.

Параллельно шла подготовка к первой Всероссийской Олимпиаде, которая состоялась в 1913 году



Юлиан Мишо

в Киеве. Нашлось в ее программе место и фехтованию.

В фехтовальном турнире I Всероссийской Олимпиады приняли участие 53 человека. Он прошел с явным преимуществом мастеров клинка из Главной гимнастическо-фехтовальной школы (ГГФШ) Санкт-Петербурга, завоевавших львиную долю всех медалей. Главным героем турнира стал поручик 24-го пехотного Симбирского полка Александр Шкилев, кстати, участник Олимпиады-1912. Он выиграл личное и командное «золото» в соревнованиях по эспадрону, а также стал лучшим в личном первенстве по сабле и занял второе место в турнире по рапире. Полный список чемпионов Всероссийской Олимпиады 1913 года по фехтованию выглядит так:

Фехтование на ружьях. Поручик Виктор Чапурин (ГГФШ, Санкт-Петербург).

Рапира. Штабс-капитан Георгий Сакирич (ГГФШ, Санкт-Петербург).

Сабля. Поручик Александр Шкилев (ГГФШ, Санкт-Петербург).

Шпага. Поручик Карл Эймелеус (Санкт-Петербург, участник Олимпиады 1912 года в соревнованиях по современному пятиборью).

Эспадрон. Личное первенство. Поручик Александр Шкилев (ГГФШ, Санкт-Петербург).

Эспадрон. Командное первенство. ГГФШ (Санкт-Петербург).

Эспадрон. Троеборье. Корнет Павел Алтуфьев (Киев).

II Всероссийская Олимпиада состоялась через год в Риге. Она открылась 6 июля парадом участников в присутствии Его Императорского Высочества великого князя Дмитрия Павловича, августейшего покровителя Олимпиады. В параде первой прошла команда Главной гимнастическо-фехтовальной школы Санкт-Петербурга во главе с ее начальником – одним из основателей российского спортивного фехтования полковником Александром Мордовиным.

О внимании к Олимпиаде говорит тот факт, что вскоре после ее открытия на имя лифляндского губернатора гофмейстера Николая Звягинцева поступила телеграмма за подписью Николая II, в которой говорилось: «Передайте мою искреннюю благодарность всем участникам второй Российской Олимпиады. Желаю им самого полного успеха для дальнейшего развития столь необходимого молодым поколениям спорта в России».

Фехтовальный турнир II Всероссийской Олимпиады был скромнее киевского. На сей раз он состоял всего из двух дисциплин: личного первенства по рапире и по эспадрону. Правда, участников оказалось даже больше – около 60 человек. А вот все «золото» досталось одному из них. Как в рапире, так и в эспадроне не было равных все тому же поручику Александру Шкилеву.

ВОЙНА И РЕВОЛЮЦИЯ

III Всероссийская Олимпиада должна была пройти в 1915 году в Санкт-Петербурге, IV – в 1916 году в Москве. Планировалось, что по ее итогам будет сформирована сборная России для участия в Играх VI Олимпиады в Берлине. Однако этим планам не суждено было сбыться: помешала Первая мировая война, которая разразилась всего через восемь дней после окончания II Всероссийской Олимпиады.

Война и две револю-



Александр Мордовин

ции, февральская и октябрьская, нанесли жестокий удар отечественному спорту. Фехтование от мировых потрясений пострадало едва ли не больше других. Наш вид спорта никак не мог претендовать на звание пролетарского, скорее наоборот: белые костюмы, команды на французском языке – все это давало повод считать его буржуазным, а следовательно, чуждым для Советской России. Кроме того, большинство ведущих фехтовальщиков и тренеров, будучи офицерами, оказались в эмиграции, а кое-кто и в могиле. Например, вот как сложилась судьба победителей I Всероссийской Олимпиады:

Поручик Виктор Чапурин: воевал в белых войсках Северного фронта, дослужился до капитана, эмигрировал в Финляндию.

Штабс-капитан Георгий Сакирич: окончил гатчинскую авиационную школу. Воевал в 1-м Кубанском авиационном отряде Вооруженных сил Юга России. Через Турцию эмигрировал во Францию. Во время

Великой Отечественной войны воевал в русской роте вермахта. Был убит в январе 1942 года под городом Белым Калининской (ныне Тверской) области.

Поручик Карл Эймелеус: вступил в финскую армию, дослужился до звания полковника. Служил военным омбудсменом в Москве и в Лондоне. В 1923 году организовал фехтовальный клуб в Хельсинки. Позже стал членом Олимпийского комитета Финляндии. В 1935 году в возрасте 53 лет умер от кровоизлияния в мозг в Киле (Германия), где проводил отпуск.

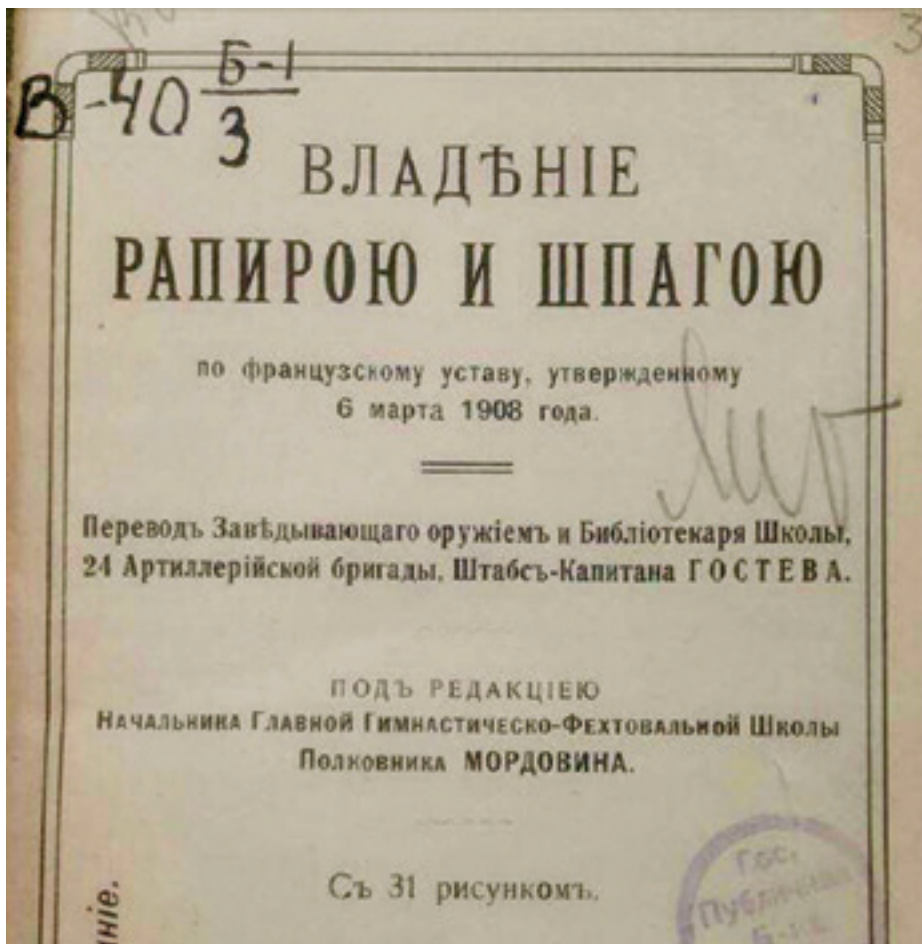
Поручик Александр Шкилев: пятикратный победитель Всероссийских Олимпиад с началом Первой мировой пошел в действующую армию. Погиб в сражении в октябре 1914 года.

Корнет Павел Алтуфьев: во время Первой мировой войны был на фронте. За боевые отличия награжден всеми орденами вплоть до ордена Святого Владимира 4-й степени включительно. Был последовательно произведен в штаб-ротмистры (1915), ротмистры (1916), подполковники (февраль 1917). В гражданскую войну участвовал в белом движении на юге России, в Добровольческой армии – в эскадроне своего полка, в Русской армии – командир эскадрона в 3-м кавалерийском полку. Получил звание полковника. Награжден орденом Святого Николая Чудотворца. Погиб 10 августа 1920 года в бою у деревни Большие Торгаи неподалеку от Херсона.

Но фехтование в нашей стране все же не умерло. Спасло его то, что оно входило в систему армейской подготовки. В основном это относилось к штыковому бою и фехтованию на саблях, но «прицепом» к ним пошли и остальные дисциплины. А кроме того, оказалось, что некоторые из ведущих мастеров прошлых лет все же приняли советскую власть. Наиболее известными из них были наш первый олимпиец Пётр Заковорот, а также Александр Мордовин – участник Олимпиады 1912 года, начальник Главной гимнастическо-фехтовальной школы, воспитанник которой завоевали львиную долю призовых мест на двух Всероссийских Олимпиадах.

Заковорот в 1918 году стал тренером первых советских курсов гимнастики и фехтования для командного и рядового составов Красной Армии. В 1920 году он переехал в Харьков, где возглавил кафедру фехтования Харьковского института физической культуры.

Мордовин продолжил руководить Главной гимнастическо-фехтовальной школой, а позже переехал в Москву, заняв должность начальника отдела физического воспитания военного педагогического института. В 1923 году он стал руководителем сектора фехтования Высшей военно-педагогической школы физического образования командного состава Рабоче-крестьянской Красной Армии.





ОТ ШКОЛ К ТУРНИРАМ

Заковорот, Мордовин и другие специалисты (Агафонов, Галкин, Житков, Захаров, Ковалев, Малахов, Монахов, Огарев, Сарычев и прочие) начали активную работу по возрождению фехтования. В короткий срок им удалось подготовить первую плеяду советских специалистов, среди которых выделялись братья Борис и Виталий Аркадьевы, Виктор Добровольский, Тимофей Климов, Юрий Мордовин, Юрий Хозиков и Илья Яблоновский.

Росло количество учебных заведений, где преподавалось фехтование. А отсюда уже рукой подать и до соревнований. Первой ласточкой стало первенство Главной военной школы физического образования трудящихся (так стала называться Главная гимнастическо-фехтовальная школа) по рапире,

которое прошло в 1923 году. Первые три места заняли курсанты Н. Зотов, А. Нечаев и А. Жебрыков.

Осенью 1923 года фехтование было включено и в программу Всеукраинской Олимпиады (напомним, что Украина в те годы входила в состав СССР). Однако соревнования оказались непредставительными. В первенстве по фехтованию на штыках, которое выиграл «товарищ Купленский», представлявший таинственный ВПКСК, участвовали всего три человека, в турнире по эспадрону, где первенствовал выигравший все три боя представитель Одесской артиллерийской школы товарищ Карташев, выступали четверо. Соревнования рапиристов не состоялись. «Из всех первенств наиболее бледно и неинтересно прошли состязания по фехто-

ванию, – писал журнал "Вестник физической культуры". – Это доказывает слабую подготовку этого вида физкультуры в частях. А между тем прикладное значение фехтования для военного дела громадно. Командирам частей следует обратить самое серьезное внимание на устранение этого дефекта». Ну что ж, нет худа без добра, выводы из неудавшегося турнира были сделаны серьезные.

В 1924 году состоялось первое действительно большое соревнование. С 30 ноября по 7 декабря прошел чемпионат Москвы, в котором приняли участие 39 фехтовальщиков. В соревнованиях по рапире лучшими стали А. Бабинов (мужчины) и Б. Мовшович (женщины), представлявшие институт физкультуры (ныне – ГЦОЛИФК), чемпионом столицы по эспадрону стал М. Линдгард из клуба с зазорным названием «Муравей», а по штыку – А. Хахрин (московская школа РККА). Впоследствии 30 ноября стали отмечать день рождения советского фехтования.

Чуть позже провели чемпионат города и ленинградцы. В турнире рапиристов первенствовал А. Жебрыков, а в соревнованиях по эспадрону лучшим стал Л. Генералов.

В 1927 году в рамках III Всероссийского праздника физической культуры в Москве состоялось первенство РСФСР, в котором золотые медали завоевали столичные фехтовальщики Илья Яблоновский (рапира, мужчины), Виктор Добровольский (эспадрон), Юрий Хозиков (винтовка с эластичным штыком) и В. Артамонова (рапира, женщины). Интересно, что Добровольский в это время занимал пост председателя секции владения холодным оружием при Высшем совете физической культуры при ЦИК СССР, то есть, если перевести название должности на современный язык, был действующим (и фехтующим!) президентом Федерации фехтования СССР.

ЧЕМПИОНАТ И СПАРТАКИАДА

И все же до организации полноценного чемпионата СССР было еще далеко. Ведь даже первенство РСФСР в Москве не сумело собрать всех сильнейших. В нем участвовали фехтовальщики из Москвы, Казани, Смоленска и Сталинграда (ныне – Волгоград). А, например, ленинградцы турнир почему-то проигнорировали.

К счастью, в 1928 году было решено провести Всесоюзную Спартакиаду, в программу которой вошло и фехтование. Ее не заметить уже было нельзя, и с 15 по 21 августа в Москве были разыграны медали первого чемпионата СССР, одновременно ставшего спартакиадным турниром. Их оспаривали 110 фехтовальщиков. 31 человек представлял Москву, 12 – Ленинград, по 10 – Украину и ЗСФСР (Закавказская Советская Федеративная

Социалистическая Республика, в которую в то время входили Азербайджан, Армения и Грузия), по 8 – Узбекистан и Северный Кавказ, по 7 – Центральный Земледельческий район и Белоруссию, 4 – Волжский район и т. д.

Всех участников разбили на две группы, А и Б, создав из них своеобразные высшую и первую лигу. Причем распределение произошло не по силе отдельных участников (из-за отсутствия всесоюзных соревнований сравнить их было трудно), а по уровню развития фехтования в регионах в целом. В «высшую лигу» попали мастера клинка из Москвы, Ленинграда и Украины, все остальные спортсмены выступали в группе Б. Из-за этого, например, не смог побороться за первенство один из лучших отечественных фехтовальщиков тех лет Тимофей Климов, выступавший за Северный Кавказ, который волею организаторов был отправлен в группу Б. Там Климов уверенно выиграл соревнования по рапире и штыку, а вот в эспадроне неожиданно проиграл решающий бой Егорову из Узбекистана – 2:3, заняв второе место. Отметился в протоколах и 20-летний Константин Булочко, выступавший за Центральный Земледельческий район. Он занял третье место в фехтовании на штыках. В будущем он станет одним из сильнейших мастеров страны, прекрасным тренером и теоретиком нашего вида спорта. Чтобы закончить с группой Б, скажу, что турнир рапиристок выиграла фехтовальщица из Центрального Земледельческого района Каминская.

В группе А было немало сюрпризов. Ниже своих возможностей выступили считавшиеся фаворитами Виталий Аркадьев, Андрей Жебрыков, Юрий Хозиков, Илья Яблоновский. В рапире лучшим стал Константин Фельдман, который в финале выиграл все поединки. В эспадроне отличился Юрий Мордовин, также добившийся семи побед в семи боях. А вот в соревнованиях по фехтованию на винтовках с эластичным штыком судьбу первого места решил единственный укол. В финале по четыре боя выиграла ленинградцы



Всесоюзная Спартакиада. Лопатина — победительница по рапире и эспадрону

ФЕХТОВАНИЕ НА СПАРТАКИАДЕ ФЕХТОВАНИЕ В МАССЫ! КАК ПРОХОДИЛИ СОРЕВНОВАНИЯ

(Беседы с главным судьей турнира А. П. Мордовин)

Успехи наших молодых физкультурников в фехтовании значительны. На Спартакиаде они в общем показали вполне удовлетворительную подготовку. Это говорит за то, что фех-

тование постепенно во фехтовании, проводимой на Спартакиаде, в том числе и в отношении ОФП, делается, что, конечно же, не без труда, поскольку работа, которую выполняет тренер, должна быть направлена на достижение определенных результатов. В этом отношении можно отметить, что в соревнованиях приняли участие 110 человек из 18 районов и республик. Из 110 участников 300 выигрывают, из них 100 выигрывают на высшем уровне, остальные

Ленинград и Омск. Успехи наших молодых спортсменов в фехтовании, конечно же, заслуживают внимания и благодарности. На Спартакиаде принимали участие спортсмены Москвы и Ленинграда, а также из других городов: Ленинград, Рязань, Ульяновск, Ярославль, Иваново, Владимир, Смоленск и другие. Впервые в истории фехтования в СССР участвовали спортсмены из Казахстана и Узбекистана. С. Ковалев, участник соревнований в Ленинграде, выиграл чемпионат СССР и Евро-

не что иное, как бой с оружием в руках, где на коротком отрезке времени требуется специальная тактика, бой – во время которого никакая ошибка не исправима, где решения должны приниматься с максимальной быстротой, решимостью и волей к победе.

Александр Нечаев и В. Подтяжкин. Но Нечаев получил во всех боях 9 уколов, а Подтяжкин – 10. А в те времена считалось, что важнее не получать уколов, поэтому именно этот показатель был главным при определении мест. У женщин турнир рапирсток выиграла москвичка Екатерина Лопатина. В финале она выиграла все четыре боя, получив в них только четыре укола. По некоторым данным, женщины также провели соревнования по эспадруну. В официальных протоколах их результатов не сохранилось, но в журнале «Вестник физкультуры» опубликована фотография с подписью: «Всесоюзная Спартакиада. Лопатина – победительница по рапире и эспадруну». Так что, возможно, первая чемпионка страны по сабле была определена еще в 1928 году.

Кстати, по окончании Спартакиады было проведено первенство РККА, в котором не было разделения на группы. В соревнованиях по эспадруну и по фехтованию на винтовках с эластичным штыком (академическая программа) лучшим стал Тимофей Климов. В прикладной программе по штыку первенствовал Бражников, а Климов занял второе место.

«ФЕХТОВАНИЕ В МАССЫ!»

Итоги фехтовального турнира Всесоюзной Спартакиады подвел главный судья соревнований Александр Мордовин, опубликовавший в журнале «Физкультура и спорт» статью под названием «Фехтование в массы!»:

«Успехи наших молодых физкультурников значительны. На Спартакиаде они в общем показали вполне удовлетворительную подготовку. Это говорит за то, что фехтование постепенно и прочно начинает проникать в широкие массы трудящихся и приобретать все права гражданства в СССР. С одинаковым успехом и с равной любовью фехтованием занимается сейчас и рабочий от станка, и вузовец.

Как вид спорта фехтование имеет исключительно важное педагогическое значение: оно четко вырабатывает именно те черты характера, которые совершенно необходимы бойцу, – ведь фехтование

Со всех сторон фехтование представляет бесконечную ценность, в особенности сейчас, когда в СССР громадные успехи делает военизация широких масс трудящихся.

Достижения молодых бойцов по рапире следует признать очень хорошими. Отметить это тем более отрадно, что фактически фехтование распространено до сих пор мало и на пути его развития встречаются такие пока еще непреодолимые препятствия, как очень высокая стоимость соответствующего спортивного инвентаря. <...> Но мы надеемся, что это препятствие вскоре будет изжито, и каждый физкультурник сможет удовлетворить свою потребность в самоанализе и проверке своих сил и подготовки в настоящем бою с оружием в руках.

Кто участвовал в Спартакиаде в соревнованиях по фехтованию? – это главным образом учащаяся молодежь и военнослужащие. Здесь я отмечу, кстати, что молодежь охотно занимается фехтованием в особенности тогда, когда она переходит от подготовительного периода к практическому использованию оружия в «боевых» формах.

Воспитывающее и дисциплинирующее значение фехтования с особенной яркостью сказалось на том исключительном порядке, который был на всех соревнованиях. За все время проведения соревнований всеми участниками их соблюдался образцовый порядок и пунктуальное выполнение всех требований правил поведения бойца как на дорожке, так и вне ее.

Подводя итоги, я прихожу к выводу, что мы в области постановки и развития фехтования стоим на верном пути».

Первый чемпионат СССР по фехтованию удался. Однако, как известно, первая ласточка еще не делает весны. Так и чемпионат страны 1928 года стал пусть ярким, красивым, но всего лишь эпизодом в фехтовальной жизни нашей страны. До того времени, когда соревнования лучших отечественных мастеров клинка станут регулярными, оставалось еще около десяти лет. 📄



г. Сочи



ФГБУ «ЮГ СПОРТ» –

один из немногих центров, располагающих всем необходимым для замкнутого цикла подготовки и построения тренировочного процесса фехтовальщиков высокого класса



ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ:

- многофункциональные спортивные комплексы с вместимостью площадок от 500 до 12 000 человек
- медицинские центры с новейшим восстановительным оборудованием
- гидротермальные (спа) комплексы
- современная инфраструктура размещения
- специализированное спортивное питание

БАЗА В СОЧИ:

- спортивные залы с функцией трансформации
- 24 дорожки с комплектами специализированного оборудования: мониторы и катушки фирм Lammet и Allstar, аппараты на три вида оружия, электрофиксаторы уколов
- стадионный комплекс с возможностью проведения ОФП в любой сезон

БАЗА В КИСЛОВОДСКЕ:

- единственная федеральная тренировочная база России, расположенная в условиях среднегорья (1242 м)
- универсальный спортивный зал размером 90x36 метра и модульной системой разделения
- 10 дорожек для фехтования с оборудованием
- тренажерные залы (FreeMotion, Atlantis)
- плавательный бассейн



г. Кисловодск



☎ (862)267-29-21, (862)267-29-29
✉ BRON@YUG-SPORT.RU
🌐 WWW.YUG-SPORT.RU

«КРАСНАЯ РЕВОЛЮЦИЯ» В РИМЕ

Алексей Попов

МСМЛХ

В самом конце лета исполнилось ровно 60 лет одному из важнейших событий в истории отечественного фехтования. Вечером 30 августа 1960 года в римском Дворце конгрессов завершились соревнования в личном первенстве по рапире среди мужчин. По их итогам на верхнюю ступень олимпийского пьедестала почета впервые поднялся советский фехтовальщик. Золотую медаль завоевал 22-летний ленинградский рапирист Виктор Жданович. Зарубежные СМИ назвали это событие «Красной революцией».

ДВИЖЕНИЕ ВВЕРХ

Советские фехтовальщики дебютировали на Олимпийских играх 1952 года в Хельсинки. Первый блин вышел комом: никому из них не удалось добраться до финала, не говоря уж о том, чтобы включиться в борьбу за медали. В те времена казалось, что до олимпийских вершин нашим мастерам клинка еще расти и расти. По крайней мере такой прогноз дали фехтовальщики Венгрии, с которыми наши спортсмены провели в 1951 и 1952 годах совместные предолимпийские сборы. «Лет через 15 вы сможете бороться за медали», – такой вердикт вынесли учителя. И... ошиблись более чем на десятилетие.

Всего через три года после фиаско в Хельсинки, на чемпионате мира 1955 года в Риме, куда, кстати, приехали только наши саблисты и рапиристки, сборная СССР завоевала первую медаль. На третью ступень пьедестала почета поднялась советская сабельная команда (в те времена слово «мужская» применительно к этому виду оружия можно было не добавлять, женщины тогда на саблях не сражались). Чуть-чуть не хватило до медалей рапиристам, занявшим четвертое место.

В 1956 году были сделаны еще два больших шага вверх. Сначала 15 сентября женская сборная СССР по рапире впервые в истории отечественного фехтования завоевала золотые медали на чемпионате мира в Лондоне, где проводились соревнования в этой единственной не включенной в олимпийскую программу дисциплине. 3 декабря на Олимпийских играх в Мельбурне бронзовую медаль получили наши саблисты. А еще через два дня Лев Кузнецов стал первым советским фехтовальщиком, поднявшимся на пьедестал почета в лич-



Рапиристы Виктор Жданович и Юрий Сисинин – чемпион и серебряный призер ОИ-1960 в личном первенстве
© Виктор Кошевой / ТАСС

ном первенстве. Он занял третью ступеньку, уступив только венгру Рудольфу Карпати и поляку Ежи Павловскому.

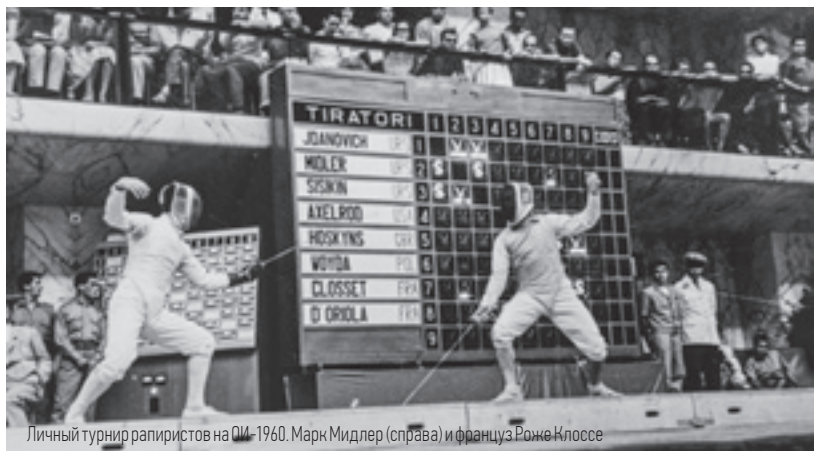
Выступал в Мельбурне и 18-летний рапирист Виктор Жданович, заявленный только в командное первенство. В те времена система проведения соревнований была другой. На первом этапе команды соревновались в группах, по три-четыре сборные в каждой. Затем – два полуфинала по три команды. Аутсайдеры выбывали, а оставшаяся четверка в круговом турнире определяла победителя и призеров.



Женская сборная СССР по рапире – чемпион ОИ-1960

Нашим рапиристам не повезло. Уже на первом этапе им в соперники достались действующие олимпийские чемпионы – сборная Франции во главе с легендарным Кристианом д'Ориоля, а также крепкая команда Бельгии, на чемпионатах мира 1953 и 1954 годов занимавшая четвертое место.

Встречей с бельгийцами сборная СССР и начала свой олимпийский путь. Жданович оказался «пятым лишним» и в этом матче не фехтовал. А наша команда проиграла – 7:9. Учитывая, что следующим соперником советских рапиристов была мощнейшая сборная Франции, это поражение было сродни смертному приговору. Не исключено, что примерно так думали и тренеры нашей команды. Во всяком случае, в заявку на встречу Россия – Франция они не внесли самого старшего из шестерки, 32-летнего Александра Овсянкина, а также считавшегося прочным «шестым номером» 22-летнего Юрия Иванова. И вместе с 25-летними Юрием Рудовым и Марком Мидлером на дорожку набираться опыта вышли 19-летний Юрий Осипов и 18-летний Виктор Жданович.



Эта встреча завершилась сенсационно. Мидлер, Осипов и Жданович выиграли по два боя, Рудов – три, а сборная СССР одержала первую в своей истории победу над одним из грандов мирового фехтования – 9:7 и вышла в полуфинал. Позже, разорвав бельгийцев – 10:4, туда прошли и разъяренные французы.

На этой стадии опытные соперники уже отнеслись к молодой сборной СССР со всей серьезностью. Наши фехтовальщики уступили венграм – 5:11 и французам – 4:9 и не попали в финал. Но Жданович участвовал в обеих встречах, став полноправным членом главной команды страны.

«Движение вверх» продолжилось в следующем олимпийском цикле. На чемпионате мира 1957 года наши рапиристы прорвались в финал, но остались там четвертыми. Еще через год они вернулись с мирового первенства с серебряными медалями. А в 1959 году на чемпионате мира в Будапеште Виктор Жданович, Марк Мидлер, Юрий Рудов, Герман Свешников и Юрий Сисикин впервые в истории поднялись на верхнюю ступень пьедестала почета.

Прекрасным выдался предоллимпийский год и у самого Ждановича. Он стал чемпионом СССР, победителем Спартакиады народов СССР, привез две медали (личную «бронзу» и командное «золото») со

Всемирной Универсиады, а завершил его Виктор выигравшем Кубка СССР.

АВЕ, ВИКТОР!

1960 год должен был дать ответ на вопрос, случаен ли взлет советских рапиристов, или в мировом фехтовании появилась новая сила, пришедшая всерьез и надолго.

Фехтовальный турнир римской Олимпиады открылся 29 августа как раз мужскими соревнованиями по рапире в личном первенстве. И снова вспомним о системе проведения соревнований, принятой в те далекие годы. На старт вышло 78 фехтовальщиков из 31 страны, в том числе и три советских спортсмена: Марк Мидлер, Виктор Жданович и Юрий Сисикин. Далее было так.

Первый круг. 12 пулек по 6–7 фехтовальщиков. Первые трое из каждой группы выходят во второй круг.

Второй круг. 6 пулек по 6 фехтовальщиков. Первые четверо – в четвертьфинале.

Четвертьфинал. 4 пульки по 6 фехтовальщиков. Первые трое – в полуфинале.

Полуфинал. 2 пульки по 6 фехтовальщиков. Первые четверо – в финале.

Финал. 8 фехтовальщиков по круговой системе определяют победителя и призеров.

Еще стоит отметить, что раз-

ница уколов не учитывалась. Если несколько спортсменов претендовали на одно место, то назначался перебой или дополнительный турнир. В одной из пулек второго круга из шести спортсменов четверо были вынуждены провести дополнительный турнир, борясь за два места в четвертьфинале. Зато в том случае, если спортсмены, выходящие в следующий круг, определялись досрочно, то оставшиеся бои в пуляках (и в финале!) не проводились.

В общем, в финал, который проводился вечером 30-го, было пробиться совсем непросто. Но все советские рапиристы выполнили эту задачу. Хотя Жданович в полуфинале оказался на грани вылета, выиграв только три боя из пяти. Одной победой меньше, и он мог бы остаться за бортом финала. И тогда олимпийская история пошла бы другим путем.

Но Жданович вышел в финал. А там последовательно обыграл Марка Мидлера – 5:4, Юрия Сисикина – 5:4, Альберта Аксельрода (США) – 5:2, Билла Хоскинса (Великобритания) – 5:3, Витольда Войду (Польша) – 5:2, Рожэ Клоссе (Франция) – 5:2 и, наконец, самого Кристиана д'Ориоля (Франция), победителя двух предыдущих Олимпиад – 5:3, тем самым приняв у него победную эстафету. Семь побед в семи боях – и золотая медаль! «Серебро» завоевал Юрий Сисикин, а Марк Мидлер имел шанс подняться на третью ступень пьедестала почета, но в итоге стал пятым, уступив в дополнительном турнире Аксельроду и Войде.

Победа советских рапиристов произвела огромное впечатление на весь фехтовальный мир. «Отлично подготовленные русские превосходили своих соперников, завоевав и золотую и серебряную медали. Впервые в истории олимпийских турниров по фехтованию в список победителей внесен рус-

29 августа – 8 сентября 1960 года, Рим (Италия)

РАПИРА, МУЖЧИНЫ

ЛИЧНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Виктор Жданович (СССР)
2. Юрий Сисикин (СССР)
3. Альберт Аксельрод (США)
5. Марк Мидлер (СССР)

КОМАНДНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. СССР (Виктор Жданович, Марк Мидлер, Юрий Рудов, Юрий Сисикин, Герман Свешников)
2. Италия
3. ОГК (объединенная германская команда)

САБЛЯ, МУЖЧИНЫ

ЛИЧНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Рудольф Карпати (Венгрия)
2. Золтан Хорват (Венгрия)
3. Владимир Каларезе (Италия)
7. Давид Тышлер (СССР)
8. Яков Рыльский (СССР)
- Нугзар Асатиани (СССР) выбыл в четвертьфинале

КОМАНДНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Венгрия
2. Польша
3. Италия
5. СССР (Евгений Череповский, Яков Рыльский, Нугзар Асатиани, Умар Мавлиханов, Давид Тышлер)

РАПИРА, ЖЕНЩИНЫ

ЛИЧНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Хайди Шмид (ОГК)
2. Валентина Растворова (СССР)
3. Мария Виколя (Румыния)
4. Галина Горохова (СССР)
- Александра Забелина (СССР) выбыла в четвертьфинале

КОМАНДНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. СССР (Валентина Прудскова, Александра Забелина, Людмила Шишова, Татьяна Петренко, Галина Горохова, Валентина Растворова)
2. Венгрия
3. Италия

ШПАГА, МУЖЧИНЫ

ЛИЧНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Джузеппе Дельфино (Италия)
2. Аллан Джэй (Великобритания)
3. Бруно Хабаров (СССР)
- Гурам Костава выбыл в полуфинале, Арнольд Чернушевич (оба – СССР) выбыл в четвертьфинале

КОМАНДНОЕ ПЕРВЕНСТВО

1. Италия
2. Великобритания
3. СССР (Арнольд Чернушевич, Валентин Черников, Гурам Костава, Бруно Хабаров, Александр Павловский)

ский в лице Виктора Ждановича. Удивительно, что это вообще первый успех 22-летнего Ждановича на международной арене. Но еще удивительнее то превосходство, с которым он одержал эту вполне заслуженную победу», – писал швейцарский «Спорт».

Еще через два дня в командных соревнованиях, последовательно обыграв команды Японии – 15:1, Бельгии – 9:1, Польши – 9:6, объединенную германскую, которую представляла сборная ФРГ, – 9:3 и в финале сборную

Италии – 9:4, наши рапиристы выиграли и вторую высшую награду. Кстати, в решающей встрече вновь блеснул Жданович, выигравший у итальянцев все четыре боя. А на следующий день «золото» завоевала и женская команда! Всего же на счету фехтовальной сборной СССР в Риме было 3 золотые, 2 серебряные и 2 бронзовые медали.

Итальянские газеты в эти дни много рассуждали о русской молодежи, особых методах обучения и закрытых фехтовальных соревнованиях, якобы практикова-

вшихся в СССР. И все же они единодушно признали, что за последние годы советские фехтовальщики сделали грандиозный шаг вперед, совершив, по словам одного из журналистов, на дорожках римского Дворца конгрессов «красную революцию».

С тех пор советские, а потом и российские мастера клинка завоевали на Олимпийских играх более 30 золотых медалей. А путь на олимпийскую вершину открыл ленинградец Виктор Жданович 30 августа 1960 года. 🏆



ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С НАДЕЖДЫ

Александра Валаева

Динамо́вское фехтование невозможно представить без Надежды Александровны Арской. Почти двадцать лет она защищала честь родного клуба (и страны!) на фехтовальных дорожках, а завершив спортивную карьеру, возглавила его. Благодаря усилиям Надежды Александровны, на которые она не скупилась на протяжении более чем 40 лет, клуб стал успешным и процветающим. В его стенах выросло много высококлассных спортсменов.

В дни своего юбилея чемпионка мира, член президиума московской городской организации «Динамо», вице-президент Федерации фехтования Москвы, член совета старейшин Федерации фехтования России Надежда Арская рассказывает, почему фехтование стало ее судьбой, о своих надеждах, победах и преодоленьях.

– Надежда Александровна, как вы попали в фехтование?

– Я родилась в семье известного фехтовальщика Александра Андреевича Иванова. Папа фехтовал на карбинах с эластичным штыком, в послевоенные годы это был популярный вид оружия. К сожалению, культивировался только в нашей стране. Четыре года подряд, с 1951 по 1954 год, папа становился первым на чемпионатах Союза. Последний раз выступал в 1959 году, на Спартакиаде народов СССР. Правда, занял только второе место: был уже возрастным спортсменом (он 1920 года рождения).

Папа вел секцию фехтования в МВТУ имени Баумана и воспитал много мастеров спорта. В их числе был Алексей Елисеев, ставший впоследствии летчиком-космонавтом. Дома у нас сохранилась фигурка слона с табличкой «Иванову Александру Андреевичу. За Лешу и его последователей».

Вообще у нас целая фехтовальная династия. Мой брат Юрий Александрович Иванов – мастер спорта, заслуженный тренер СССР, подготовил трехкратного чемпиона мира в командном первенстве, серебряного призера Олимпийских игр 1988 года в Сеуле саблиста Сергея Коряжкина, чемпиона мира среди юниоров Володю Прокина. К сожалению, Юры уже нет. Двоюродная сестра Марина Соболева в 1981-м выиграла первенство мира среди юниоров, в том же году вошла в состав национальной сборной и стала чемпионкой мира в командном первенстве. А затем еще раз – в 1986-м. Моя дочь Кристина – мастер спорта по фехтованию. Сейчас выступает по ветеранам, выиграла Европейские игры мастеров 2015 года, которые проводились во Франции.

– Внуки продолжили династию?

– Внук увлекается футболом. Но приходит за меня болеть.

– Вы родились в 1945 году...

– Да, я дитя Победы. Десять лет назад в честь юбилея Победы я написала стихи:

Я благодарна вам, солдаты,
Великой, страшной той войны,
Что не щадили свои жизни,
Нас защитили от чумы.
Мой год рожденья – сорок пятый,
И я – дитя Победы той,
И юбилей шестьдесят пятый
Встречаю вместе со страной.
Горжусь своей отчизной славной,
Фашизму давшей смертный бой.
Россия, Родина, Победа,
Навеки вы в душе со мной.

Но если говорить о датах, то для меня очень значимым стал 1963 год. Начать с того, что в фехтование я пришла только в 1961-м. Мне было 16 лет.

– Почему так поздно, если отец был фехтовальщиком?

– В детстве я была очень спортивная. Мы жили в Сокольниках, и я постоянно выступала за Сокольнический район в соревнованиях по лыжам, по легкой атлетике, по гимнастике. И когда папе дали квартиру на Войковской, я пришла на стадион «Динамо» записываться в легкоатлетическую секцию. А потом поднялась на второй этаж, к папе в фехтовальный зал. И мне там понравился мальчик, он у папы фехтованием занимался. Я осталась. Мы тогда с подружкой, одноклассницей моей, пришли, с Таней Воробьевой. Она тоже стала мастером спорта. Папа и был моим первым тренером.

– Чем знаменателен оказался для вас 1963 год?

– В том году я окончила школу и поступила в Московский авиационный институт. Первые полтора года, являясь студенткой дневного отделения, не только училась, но и работала. Моя трудовая книжка начинается с записи: «Токарь-револьверщик 2-го разряда». То есть мама поднимала меня в 6:30 утра, и я шла на завод «Авангард» на смену, которая заканчивалась в 15:30. После этого у нас была учеба. Бывало, что работали в вечернюю смену, до 23:00, а учились с утра. Смена длилась 8

полных часов. И так 3 или 4 раза в неделю. Кроме того, я тренировалась. Самое интересное, что успевала везде. Тяжело, конечно, было, но справилась. Хорошую школу прошла. Иногда я в шутку говорю, что и замуж вышла поздно, в 26, только после того, как институт окончила.

Еще в 1963 году я участвовала в Спартакиаде народов СССР. Фехтовальный турнир проходил в трехзальном корпусе МГУ недалеко от Лужников. Там шли параллельные зачеты по взрослым и по юниорам. Я к тому моменту занималась всего два года, выступала по юниорам. Мне пришлось бороться с более опытными соперницами, причем папы рядом не было. Последний бой. Если я выигрываю, то становлюсь первой. Мы фехтуем на 4 укола, счет 3:3. Я думаю: сейчас нанесу укол – и чемпионка... И промахиваюсь. Попадаю в перебой. В результате заняла только третье место. Зато в команде выиграла решающий бой. Меня качали, потому что мы не только стали чемпионками, но и заняли первое место в общекомандном зачете: Москва обошла РСФСР. В принципе я командный боец. Неоднократно поднималась на пьедестал почета на чемпионатах СССР: 11 золотых медалей, 3 серебряные.

А в 1965 году я впервые выступала на чемпионате

СССР и сразу же пробилась в финал. Тогда женщины фехтовали только на рапире, и конкуренция была очень высокая. В личных на пьедестал не попала, зато в команде мы заняли первое место. Папе это было очень приятно, потому что именно в Каунасе он впервые стал чемпионом СССР. Помню, я стояла на пьедестале, а он подошел меня поздравить с громким букетом цветов.

– Начав тренироваться у отца, вы спустя время стали ученицей Ивана Ильича Манаенко. В связи с чем к нему перешли?

– Вообще наша динамовская секция началась с Михаила Васильевича Слепцова – заслуженного мастера спорта, заслуженного тренера СССР, а также с Раисы Ивановны Чернышевой. Потом в «Динамо» пришли Манаенко, папа, Александр Петрович Перекальский, позже возглавивший рапирную сборную страны. Это костяк. Папа фехтование совмещал с секцией пятиборья. И в конце концов стал вести фехтование у динамовских пятиборцев. Он, кстати, был заслуженным тренером РСФСР: его ученик Владимир Галавтин стал победителем первенства мира среди юниоров по современному пятиборью. А я перешла к Манаенко.

– Ваш отец был штыковиком. Вас он учил фехтовать на рапире, в пятиборье фехтуют на шпаге. То есть он владел всеми видами оружия?

– Он и на сабле фехтовал. К сожалению, не получил спортивного образования. Да и вообще высшего образования. Но зато был фехтовальщиком от Бога!

– Вы выступали в составе сборной СССР, в которой фехтовали многоопытнейшие Галина Горохова, Александра Забелина, более юная, но уже титулованная Елена Белова. Как вас приняли, как вы чувствовали себя в команде?

– Я дружила и с Галей, и с Шурой. И с Валей Растворовой, которая уже завершила карьеру. С Вали я всегда брала пример: она была большая модница, и я старалась не подкачать. Еще я всегда понимала, что мы не просто спортсменки, фехтовальщицы. Считала, что когда мы куда-то выезжаем, то представляем свою страну. Поэтому и вести себя должны соответственно.

– Не секрет, что в той команде между Гороховой, Растворовой, Забелиной – все они динамовки, как и вы, – были очень сложные отношения. Насколько это ощущалось?

– Может быть, в ситуациях, касающихся чего-то личного, это и было, но, когда они выступали единой командой, забывали обо всем.

**– Соперничество внутри команды было?**

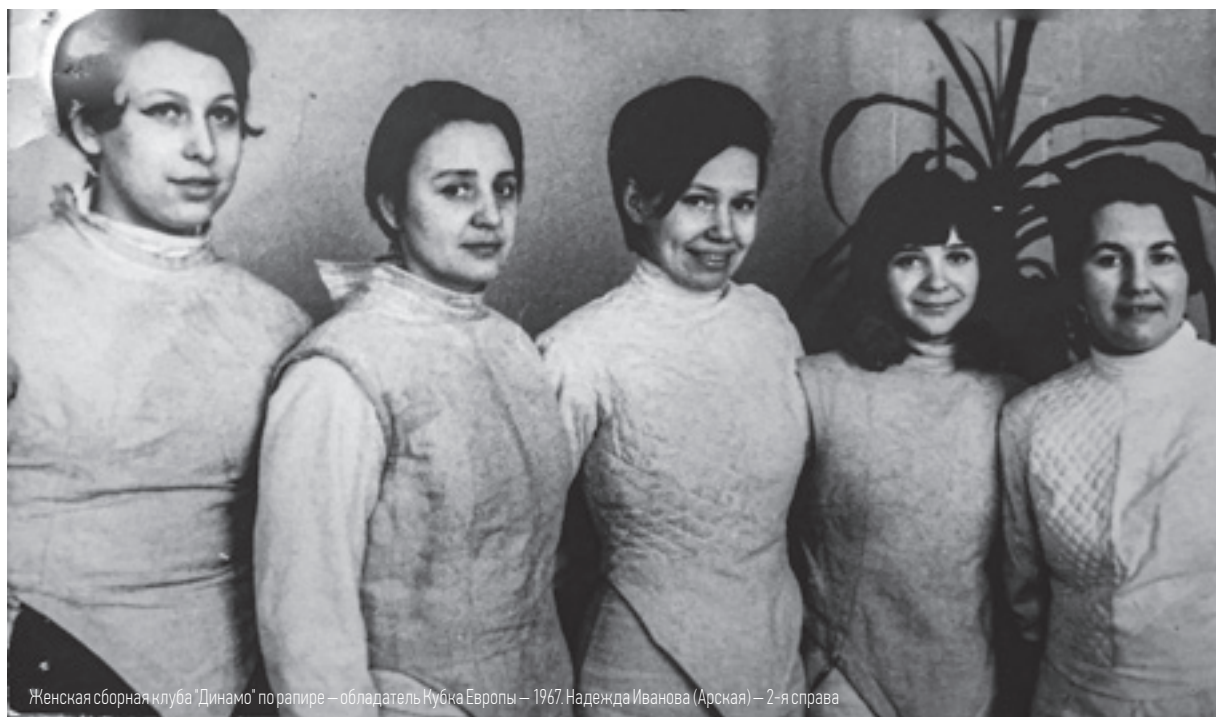
– Соперничество существовало, когда надо было выигрывать личные соревнования и отбираться в сборную. А уж если попал в команду, то все, должен выступать за страну.

– В каких турнирах вам довелось участвовать в составе сборной?

– Уже в 1965-м я выступала на Универсиаде в Будапеште. В 1967-м мы эти соревнования пропустили, Советский Союз их бойкотировал из-за Северной Кореи. В 1970-м выиграла командой, и я стояла на пьедестале почета.

С 1967 года ездила на турниры команд социалистических стран. Участвовала в Кубке европейских чемпионов. В 1971-м – чемпионат мира. И так далее, и так далее. Выиграла этап Кубка мира на Кубе, в польском городе Катовице, была второй на Кубке Белоруссии, а командой мы его выиграли... Раньше, конечно, на соревнованиях физическая нагрузка очень большая была. Помню, на одном турнире сначала проводили командные соревнования, потом личные, а приезжало порядка 250 человек. И вот в первый день командных я провела больше 20 боев. Система была круговая: из шести команд три проходят – и так до шестерки. И во второй день так же.





Женская сборная клуба "Динамо" по рапире – обладатель Кубка Европы – 1967. Надежда Иванова (Арская) – 2-я справа

На третий день Иван Ильич говорит: «Надя, вставай!» – надо было фехтовать в финале. А не встает. Я весила 48 килограммов. Мне было чисто физически тяжело. Сейчас система в этом отношении более гуманная.

– Вы были маленькой, хрупкой – за счет чего выигрывали?

– Я была очень скоростная, координированная и растянутая. Выпад – в полдорожки. До сих пор на шпагат сажусь. Иван Ильич любил давать мне уроки, потому что я все делала с листа. Часто, намекая на то, что я худенькая, спрашивал: «Надь, ты когда-нибудь вспотеешь?» Я отвечала: «Мертвые не потеют». Спортом я все время занималась, с самого начала школы. Очень много дал мне первый учитель физкультуры Борис Николаевич Виноградов. До сих пор вспоминаю его уроки. Однажды встретила с ним в метро. К тому времени я уже выиграла Кубок Москвы. Он был так рад, что я продолжаю заниматься спортом, что побеждаю!

– А в МАИ вы пошли, потому что рядом находится?

– Честно говоря, стыдно было идти в институт физкультуры. Я училась хорошо, немножко не дотянула до медали: в аттестате всего две четверки. МАИ мне очень много дал. В плане организации мыслей, в плане умения собираться, все раскладывать по полочкам. В работе мне это очень помогает, потому что вообще-то я неорганизованный человек.

– Чтобы успешно учиться в таком вузе, надо математику понимать, физику. То есть у вас скорее технический склад ума, нежели гуманитарный?

– Наверное, да. Хотя вот в каком-то возрасте я начала писать стихи. Бывают такие состояния, что очень хочется выразить. Например, незадолго до Олимпиады в Сочи я сломала руку. И вот лежу, а внутри предощущение большого спортивного праздника...

Волнение, трепет, ожидание –

Олимпиады чувствую дыханье.

Полмира соберет экран.

Спортсмены будут править бал.

Олимпиада, Сочи и Россия –

Весь мир услышит это имя

И будет повторять на разных языках



На Спартакиаде народов СССР – 1979. Надежда Арская – 2-я справа
© Александр Яковлев/ТАСС

На континентах и на островах.
Россией будем мы гордиться!
Победу ждем от наших олимпийцев,
Медалей столько, чтоб не честь,
И гимн России в нашу честь.

– Вам самой, к сожалению, в Олимпиаде не довелось участвовать...

– Не сложилось. В 1972 году я в принципе хорошо шла по очкам. И вроде попадала. Но в итоге не поехала. Мне было тогда уже 27 лет. Но я продолжила выступать. В 1973 году отбиралась на чемпионат мира, который должен был состояться в Швеции. В мае заняла второе место в личных на турнире соцстран, командные мы выиграли. Но чувствую: меня стало тошнить. Прошла обследование – шесть недель беременности. Все говорили: «Дура! Ты уже попала в команду!» И все же я не поехала: ребенок дороже. И мало ли что – вдруг я подведу команду? Хотя, говорят, многие выступают на таком сроке. А там уже и Манаенко ушел, в сборную пришел Житлов с казанскими спортсменками... Я и после рождения Кристины выходила на дорожку – была третьей на этапе Кубка мира в Гёппингене, выиграла тур-

нир в Польше. Но в то время в сборную пробиться было уже совсем нереально. Да еще мой склад характера: сейчас я стала немного жестче, а раньше все близко к сердцу принимала, сильно волновалась, мне это мешало очень. Манаенко всегда ставил меня на первый бой, чтобы не перегорела. Однако и заканчивать мне однажды довелось. На чемпионате мира меня поставили на последний бой вместо Гороховой, которая не смогла фехтовать из-за травмы. Надо было нанести минимум два укола. И я их нанесла, а до этого сидела в запасе.

Последнее мое выступление состоялось в 1979 году на Спартакиаде народов СССР. Запомнилось оно тем, что в личных соревнованиях я получила травму – повредила на ноге большой палец. Командным он так распух, что я еле ногу в тапочек засунула. Но провела все бои, в том числе два в финале, хотя не могла стоять. Мы выиграли. Столько радости было, что боль преодолела и на высокой ноте закончила! И, считай, только сошла с дорожки – Манаенко предложил мне возглавить фехтовальный клуб «Динамо», тогда это была еще СДЮШОР. Дело в том, что по окончании МАИ меня официально распределили в московскую городскую





©Сергей Субботин/РИАНовости

организацию «Динамо». С этим до министра дошли. Он спросил: «Ну, хоть что-то там из электроники есть?» Я ответила: «Табло буду зажигать!» Так что я была динамовским работником. Когда стала директором, ко мне в подчинение попали и Забелина, и Растворова, и Манаенко, и Дорожков. Я горжусь тем, что, когда вступала в партию, рекомендацию давали Растворова, Манаенко и Дорожков. Мне было тогда 35. С того момента прошло уже 40 лет...

– Как вам при в общем-то мягком характере удавалось успешно руководить легендарным клубом все эти годы?

– Непросто было. Ну, во-первых, те люди, которыми мне пришлось командовать, были намного старше и значимей меня. Кто-то однажды спросил: «Вы можете что-то приказать Манаенко?» И я, волнуясь, ответила: «Могу». Самое важное для меня сейчас: раз Манаенко выбрал меня, я должна все сделать, чтобы не уронить знамя динамовского фехтования, чтобы сохранить традиции великой школы.

Во-вторых, у клуба, как и у всего российского спорта, случились тяжелые времена – 1990-е. «Динамо»

осталось фактически без средств к существованию, потому что никогда ни копейки не брало из бюджета. Надо было как-то выживать. И вот мы создали фехтовальный клуб «Эфес», который объединял все виды оружия. Наши помещения – один большой зал и два поменьше – находились под трибунами стадиона. Один из них переоборудовали и отдали под офисы. Нашли партнеров, которые помогли нам выживать. Из-за того, что мы находились под футбольным клубом, нам выставляли космические счета за электроэнергию, за воду. Чтобы меньше платить, мы поставили свои счетчики. Также пришлось объяснять тренерам, что, если раньше экипировка выдавалась бесплатно, теперь такой возможности нет.

Невозможно сосчитать, сколько раз я ходила к руководству, кланялась, просила, требовала. Не сказать, что я очень пробивная, но благодаря каким-то своим качествам все же добилась, и нас взяли на зарплату.

Плюс к тому в «Динамо» часто менялось руководство, и это не лучшим образом сказывалось на нашей жизни. Очередная смена, к примеру, случилась в начале 2016 года. Проходят февраль, март,

апрель – все это время мы не получаем зарплату. Я набралась смелости и отправила напрямую Алишеру Бурхановичу Усманову письмо, в котором написала, что мы можем потерять клуб. Очень благодарна ему за быстрый ответ: он выделил нам 5 миллионов рублей, благодаря которым мы выжили. И больше того – он не просто дал деньги, а еще позвонил руководителям «Динамо» и спросил: «В чем, собственно, дело?» Сразу же вопрос с зарплатами был решен.

– Надежда Александровна, ответьте, пожалуйста, на такой вопрос. В фехтовальном клубе есть спортсмен, есть тренер и есть руководитель. Каждый из них стремится к успеху. Для спортсмена успех – это его победы, для тренера – победы учеников, для руководителя – попадание спортсменов клуба в сборную, их медали на соревнованиях разного уровня. Какими качествами каждый из них должен обладать, чтобы достичь своих целей?

– В первую очередь хочу сказать, и для меня это догма, что главная фигура в спорте – это тренер. Задача руководителя – создать все условия, чтобы тренер мог работать. Это и достойные зарплаты, и помощь в выделении квартир, и освобождение от бумажной работы. Меня бухгалтер часто ругает

за то, что я много на себя беру. Я отвечаю: «Нет, тренер должен быть в нагруднике, со спортсменом, должен давать уроки». Это главное.

– Хорошо, тренеру предоставили лучшие условия. А каковы требования к нему?

– Это должен быть профессионал. И хорошо, чтобы перед тем, как стать тренером, он прошел бы свой определенный путь в фехтовании. С нуля тяжело. Хотя есть примеры: Житлов не был фехтовальщиком, но стал фехтовальным тренером. Тренер должен быть трудолюбивым, работать с полной самоотдачей. Для меня пример – Иван Ильич Манаенко. В 3 часа дня он приходил в зал, надевал нагрудник и только в 9 часов вечера снимал его. Тренер постоянно должен давать уроки. Нельзя воспитать спортсмена без достаточного количества уроков.

Необходимо быть требовательным, но в то же время очень внимательным. Важно быть хорошим психологом. Опять же пример – Манаенко. Не знаю, откуда он все это вытаскивал, как у него получалось нас мобилизовать. Он знал, кому что сказать, кого приласкать, кого, наоборот, отругать.

– Вы сами в качестве тренера выступаете? Уроки даете?





©Юрий Самов/РИА Новости

– Я набирала группу из маленьких детей. Кто-то из них выполнил норму кандидатов в мастера спорта. В свое время я тренировала Светлану Рущкую – сейчас уже бывшую жену Федора Бондарчука. Она тоже дошла до КМС. Сейчас я тренирую Инну Родионову, которая выступает по ветеранам. Год назад она стала чемпионкой мира.

– Вы в спорте много лет и наверняка знаете, какие свойства характера нужны спортсмену, чтобы выигрывать...

– Трудолюбие, целеустремленность, любовь к фехтованию. Возьмем, к примеру, ветеранское фехтование. Многие думают, что им занимаются те, кто в молодом возрасте не сумел в спорте ничего добиться. А я вижу, как эти люди любят фехтование, с какой отдачей тренируются, приходя в зал на два часа по вторникам и четвергам. Я уверена, что именно сумасшедшая любовь к фехтованию, даже одержимость, позволяет добиваться успеха.

И еще, конечно, необходима способность к преодолению трудных жизненных обстоятельств, боли.

Объясню на своем примере. Однажды я попала в жуткую аварию, результатом которой стало смещение шейных позвонков. Мне грозила полная парализация. Я перенесла сложнейшую операцию с местным наркозом в институте Склифосовского, месяц лежала на вытяжке, три месяца ходила по поясу загибанная. Все это результата не дало. Новая операция, на которую пришлось собрать 8 тысяч долларов, длилась 9 часов. Она прошла 3 июля. Это был страшный день – не стало моего брата Юры. В августе я вышла на работу. Все это случилось в 1996 году, а в 2002-м я стала чемпионкой Европы по ветеранам. Было и еще много всего, так что боли я перенесла – на 10 человек хватит.

– Каким характером должен обладать спортивный руководитель? Это же, по сути, капитан большого корабля?

– Конечно же, он должен любить свое дело. Быть преданным – делу, клубу, которым руководит, обществу, в котором служит. Не остывать, все время двигаться вверх, вверх, вверх. Не удовлетворяться достигнутым, не останавливаться ни в коем случае. Хранить традиции своего клуба и преумножать их. У нас, например, существует преемственность поколений. Все сегодняшние тренеры выросли в нашем клубе. Они с детства здесь, клуб им как родной дом. Гараева, покойный Вдовиченко, Зуев, Мерзликин, Фахрутдинова – все наши воспитанники. Из молодого поколения: Голубев, Рыбакова. Еще одна традиция: никакой спешки, не пытаться получить результат прямо сейчас любой ценой. У нас ведется очень тщательная работа. Это идет еще от Манаенко. Именно в этом заключается знаменитая динамовская школа.

– Вы были совсем молодой женщиной, когда пришли в клуб директором. Вам приходилось проводить в нем очень много времени. Были в связи с этим какие-то сложности в семейной жизни?

– Муж тоже работал в «Динамо». В том, что супруги вместе работают, есть свои минусы и свои плюсы. Но муж мне много помогал. У него светлая голова. А дочь Крестину фактически вырастила мне мама. Да, я уходила на работу утром и возвращалась домой вечером. Тем не менее справлялась. Закалка хорошая.

– Вы активный участник ветеранского фехтования. Когда начали, что подтолкнуло к этому?

– Начала в 2002 году. Моему внуку тогда было 4 года. И он не верил, что я фехтовальщица. Смотрел фотографии и говорил: «Надя, ну что ты, это не ты!» И я тогда пообещала ему, что он увидит меня на дорожке. А еще ко мне тогда подошла Люся Чернова. «Надя, – говорит, – у нас не получается

команда». Я стала тренироваться, выиграла чемпионат России по ветеранам, и мы поехали на чемпионат Европы в Бельгию. Знаменательно, что 9 мая мы одержали победу над немками. Я фехтовала в решающем бою. Так все и закрутилось.

На каких-то других соревнованиях произошла интересная встреча. Иду по залу, и мне навстречу с противоположного конца бежит итальянец Сальваторе – фамилию его уже забыла. Кричит: «Иванова!» А мы не виделись больше 20 лет. То есть для меня ветеранские соревнования – это возвращение к молодости. И потом, я горжусь тем, что способна выходить на дорожку и выигрывать. У своих сверстниц, почти всех, точно могу выиграть. В 2016 году я стала чемпионкой мира в личных, до этого выигрывала только в составе команды.

И, наконец, фехтовальщики-ветераны – это даже не сообщество, а настоящая семья. Мы вместе не только тренируемся, но и отмечаем дни рождения, юбилеи, Новый год, другие праздники. Фехтование очень сильно объединяет нас.

– Напомните, пожалуйста, какие у вас самые значимые достижения в ветеранском фехтовании.

– Медалей много. С чемпионатов мира две золотые медали – в личном и командном первенстве, две серебряные и 4 бронзовые. Причем один раз во встрече за 3-е место мне достался последний бой. За 10 секунд до его конца мы проигрывали три укола. За эти 10 секунд я сравняла счет, а на приоритете выиграла. А все уже думали, что останемся без медалей.

– Какое у вас самое яркое воспоминание из спортивной жизни? Чтобы аж слезы на глаза наворачивались.

– Победа на чемпионате мира в 2016 году. Причем своей сопернице, с которой фехтовала в финале, я чаще проигрывала. А тут повела со счетом 8:3 и поняла, что уже точно выиграю, не отдам эту победу. Я очень сильно радовалась, потому что в моем возрасте и со всеми моими болячками стать чемпионкой мира – это здорово.

– А самое яркое впечатление от вашей работы в клубе «Динамо»?

– Знаете, наверное, Олимпиада 2016 года в Рио-де-Жанейро, которая принесла нам бронзовые медали. Их завоевали наши воспитанницы Татьяна Логунова, Виолетта Колобова и Ольга Кочнева. Я гордилась тем, что именно наши девчонки составили костяк шпажной сборной, поднявшейся на пьедестал почета. Важно еще, что я присутствовала при этом. И, конечно, радовалась, когда Таня Логунова, девчушка совсем, в 2000 году стала олимпийской чемпионкой. Тогда она сумела вытянуть последний



бой в командном турнире. Кстати, ее мама, Алла Большакова, тренировалась у моего папы.

– Три задачи, которые вам надо решить в ближайшее время?

– Очень надеюсь, что и Сережа Бида, и Виолетта Колобова выступят все-таки на Олимпийских играх в Токио. Надо их как следует подготовить. Из насущного – завтра у зятя день рождения. Поздравлю его. Замечательный парень. И самое главное – хочу, чтобы моя Кристина поборолась болезнь.

– Действительно, на вашу долю выпало много всего. Но вы удивительным образом сохраняете самообладание.

– И надежду на то, что все будет хорошо. Только так. Прорвемся. Но есть у меня еще мечта: чтобы клуб вернулся на стадион, на свою историческую родину. Такую задачу мы ставим сейчас перед динамовским руководством. Есть обещание, что на стадионе «Динамо» будет построена Академия спорта, в которой оборудуют фехтовальный зал. Хочется верить, что придет время, и это обещание будет выполнено. 📺



50 ЛЕТ НА ОСТРИЕ КЛИНКА

Александра Валаева



В ЭТОМ ГОДУ ФЕХТОВАЛЬНОЙ ШКОЛЕ МГФСО ИСПОЛНЯЕТСЯ 50 ЛЕТ. О ЕЕ СЛАВНОМ ПУТИ, О ДОСТИЖЕНИЯХ ВОСПИТАННИКОВ РАССКАЗЫВАЕТ ДИРЕКТОР ШКОЛЫ ВИКТОР АНАТОЛЬЕВИЧ РОДИОНОВ.

ВПЕРЕД, К ЗОЛОТЫМ ОЛИМПИЙСКИМ МЕДАЛЯМ

В 1970 году при Центральной школе высшего спортивного мастерства, которая относилась к Московскому городскому отделу народного образования и в 1988 году была реорганизована в Московское городское физкультурно-спортивное объединение (МГФСО) Департамента спорта города Москвы, было создано отделение фехтования. На работу в него взяли трех или четырех тренеров, которые проводили занятия в двух залах: во Дворце детского спорта и на Варшавке. Главная задача заключалась в том, чтобы организовывать и проводить учебно-тренировочные сборы сборной команды Москвы.

Воспитанники отделения успешно выступали на мировом уровне: Евгений Цухло, перейдя к нам из ЦСКА, буквально через год, в 1981-м, выиграл первенство мира среди юниоров. В том же году Валерий Хондого стал чемпионом мира в составе сборной страны по шпаге. Это была первая крупная победа на таком уровне. Валерию присвоили звание заслуженного мастера спорта, а его тренеру Эдуарду Владимировичу Солерсу – заслуженного тренера РСФСР.

Когда я в 1984 году пришел работать в отделение, его уже более 10 лет возглавлял Валерий Андреевич Житный. Валерий Андреевич был очень энергичным руководителем: вел организационную работу,

открывал залы, приглашал тренеров. В 1984-м был открыт и наш зал, в спорткомплексе «Чертаново». Мы стали раскручивать комплекс, проводили здесь «Московскую саблю», чемпионаты России. И так сложилось, что благодаря нашим спортсменам он стал одним из самых успешных не только в Москве, но и в стране. Возникло даже такое понятие – «чертановская сабля», потому что у нас выросло очень



Валерий Андреевич Житный



Евгений Цухло — чемпион мира среди юниоров — 1981

много сильных саблистов. Но помимо сабли развивались также и рапира со шпагой. И, конечно, было бы неверно называть нас чертановской школой фехтования. Это СДЮШОР по фехтованию МГФСО.

Можно сказать, что я в числе первооткрывателей в нашем комплексе всего, что касается фехтова-

ния. Когда меня в 1984-м пригласили сюда тренером по рапире, я ухватился за эту работу: обожаю заниматься с маленькими детьми. Потом предложили стать старшим тренером отделения.

Мы начали тесно сотрудничать с училищем олимпийского резерва, которым сейчас руководит Карина Азнавурян, и с удовольствием работали в тандеме многие годы. Благодаря этому сотрудничеству могли брать талантливых детей-немосквичей: мы им предоставить общежитие не могли, а в училище есть такая услуга, как проживание и учеба.

В трудные для российского спорта 1990-е годы большинство спорторганизаций в стране были поставлены на грань выживания. Но мы находились в системе народного образования. Лев Борисович Кофман, руководивший тогда МГФСО, и Любовь Петровна Кезина, возглавлявшая городской комитет народного образования и очень любившая спорт, хорошо понимали друг друга и не бросали нас. Мы, наверное, единственные в стране, кто в то время имел финансирование. Поэтому могли тратить деньги не только на экипировку и зарплату тренерам, но и на командирование. Могли растить своих чемпионов. Как результат, в 1996-м у нас появились первые медали с Олимпийских игр. Сергей Шариков стал чемпионом в командном первенстве и серебряным призером в личном.

Дмитрий Шевченко выиграл «золото» в составе рапирной сборной, Карина Азнавурян – «бронзу» с командой шпажисток.

Первые медали окрыляли. Мы приобрели статус школы, воспитавшей чемпионов и призеров Олимпийских игр. Встал вопрос: что делать, как развивать фехтование дальше? Как мотивировать коллектив к продолжению работы? Ведь олимпийские медали не только подводят итог какого-то этапа жизни, работы, но и стимулируют к дальнейшему совершенствованию.

В 2000-м наши спортсмены вновь удачно выступили на Олимпиаде: к нам уже пришла Оксана Ермакова, и с Кариной Азнавурян они выиграли «золото» в составе команды. Кстати, в той команде фехтовали четыре москвички: еще Мария Мазина и Татьяна Логунова. Вот такой уникальный случай, когда Олимпийские игры, по сути, выиграла сборная Москвы. В Сиднее стали чемпионами и саблисты, в числе которых кроме Шарикова был и Алексей Фросин. Дмитрий Шевченко занял третье место.

Помню, в Сиднее заместитель председателя Москомспорта Дмитрий Иванович Котарев сказал мне: «Да, Витя, видимо, это было не случайно...» Я спросил: «Что?» – «Ну, в 1996-м я подумал, что ваши медали – это случайность. Теперь понимаю, что нет. Поздравляю!» В общем, каждый

раз после удачного выступления на Олимпийских играх хочется доказывать, что это не случайно.

Через четыре года в Афинах в женской сборной по шпаге, завоевавшей «золото», были уже три наши спортсменки: Ермакова, Азнавурян и Анна Сивкова. И три спортсмена – в сабельной команде, ставшей бронзовым призером: Сергей Шариков, Алексей Дьяченко и Алексей Якименко.

И вот Пекин, 2008 год. Надо отметить, что все происходящее в спорте подчиняется четырехлетнему олимпийскому циклу. Олимпиада – это главный старт для спортсменов, для тренеров, руководителей. Ты становишься олимпийским чемпионом – и это уже на всю жизнь. В Пекине спортсмены нашей школы остановились в шаге от медалей: четвертой в личном турнире по сабле стала Софья Великая. Также четвертое место заняла мужская сборная по сабле, за которую выступали Алексей Фросин и Алексей Якименко. Тогда чемпионками в командном первенстве стали рапиристки Светлана Бойко, Виктория Никишина, Аида Шанаева и Евгения Ламонова. И больше российская сборная не выиграла ни одной медали. Это был звоночек, который предупредил: с фехтованием в стране не все в порядке, причем как на уровне национальной сборной, так и, соответственно, на уровне спортивных школ.

В 2012-м в Лондоне наша школа была представлена



Тренеры школы. 1980-е



В летнем лагере. 1980-е



Вадим Николаевич Пучков (слева)

Софьей Великой и Алексеем Якименко. К сожалению, в финальном бою Соня уступила кореянке и стала второй. А мужская сабельная сборная, в составе которой выступал Якименко, проиграв в полуфинале румынам и в матче за третье место итальянцам, осталась лишь четвертой. Да и для сборной в целом выступление оказалось неудачным: ни одного «золота». Хотя я уверен, что привезут как минимум два. Даже поспорил – и проиграл. Каждый раз возвращаясь с Олимпийских игр – и глаза к небу: кому Ты в следующий раз дашь шанс выиграть золотую медаль?

Зато в 2016 году в Рио-де-Жанейро случился супер-успех: Соня Великая и Леша Черемисинов стали олимпийскими чемпионами в команде. Великая взяла еще и серебряную медаль в личном турнире. При этом спортсмены школы были представлены и в других видах оружия (выступали, правда, неудачно): в сабле – Алексей Якименко, в шпиге – Вадим Анохин.

То есть по тому, как мы выступали на Олимпиадах, можно проследить постепенное развитие школы. Когда мы только начинали, нам дали свободу тренировать своих воспитанников самим, дали воз-

можность раскрыться тренерскому потенциалу. И мы доказали, что тренеры спортивной школы могут работать и на уровне высшего спортивного мастерства.

ТРЕНЕР – ГЛАВНОЕ ЗВЕНО ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Чтобы школа успешно работала, в ней должны быть высококлассные тренеры. Вспомним конец 1980-х – начало 90-х: из страны начали уезжать фехтовальские тренеры, поскольку финансирование спорта резко снизилось. Но у нас был хороший тренерский потенциал, и благодаря финансированию мы помогли ему реализоваться. Такие тренеры, как Вадим Николаевич Пучков, Александр Филатов, Дмитрий Глотов, вырастили спортсменов уровня национальной сборной. Хотелось бы, чтобы эта традиция сохранялась и впредь.

Безусловно, чтобы тренер реализовал себя, необходимы не только деньги. У него должна быть такая возможность, должна быть свобода действий. Например, Пучков реализовался, потому что ему дали возможность тренировать детей, возможность работать с Сергеем Шариковым, который впоследствии стал двукратным олимпийским чемпионом. Первые наши медали с Олимпийских игр – как раз его.

В школе у нас прошло много поколений тренеров. Через совместную работу в спортивном зале, через сотрудничество предыдущие поколения передавали последующим знания, опыт – все то, что не напишешь ручкой. Вырастить тренера – очень сложная и очень тонкая работа.

Мы придерживаемся такого правила: за редким исключением в тренеры берем своих же учеников. Они проникнуты духом школы, знают наши принципы, наши требования. Этому учить не надо. Остается научить работать, а это года четыре, – и мы получаем хорошего специалиста.

ЧТО ТАКОЕ ЧЕРТАНОВСКАЯ САБЛЯ?

Наша школа известна в первую очередь благодаря саблистам. Основателем сабельного фехтования в Чертанове можно назвать Вадима Николаевича

Дмитрий Шевченко – чемпион мира – 1995
©imago sportfotodienst

Пучкова. Интересный, образованный человек, хороший, грамотный методист. Стремился к тому, чтобы во всем и везде был порядок. Но сам он не фехтовальщик, а волейболист. В фехтование попал волею судьбы. Его родная сестра была замужем за Давидом Абрамовичем Тышлером, который и предложил однажды Пучкову поработать в ЦСКА тренером по фехтованию. Всему научил, и у Вадима

Николаевича пошло. И так он проникся фехтованием, что это стало делом жизни.

Самым титулованным воспитанником Пучкова был Сергей Шариков, про которого можно сказать, что он родился саблистом. Не просто фехтовальщиком, а именно саблистом. Он занимался у нас в школе, но мы обратили на него внимание на молодежных играх в городе Николаеве, где Сергей занял третье место. Ему было тогда 17 или 18 лет. Было видно, что у него слабые ноги: все время падал на дорожке. Но, падая, тут же вставал и дрался. Понятно было, что это парень с характером и что он абсолютно точно укладывается в сабельную концепцию. При этом мать Сергея не хотела, чтобы он занимался фехтованием, считала, что надо идти на завод, зарабатывать деньги. Но старший брат Валерий, который вел его из-за отсутствия отца, настаивал на занятиях. А потом у нас появились маленькие ставочки, начались выезды за границу – и так пошло, пошло. Ну, а к 22 годам у Сергея были уже самые лучшие ноги в стране.

В 1994 году в Мехико Сергей выиграл первенство мира по юниорам. Самое интересное, что по ходу турнира он набирал форму в соответствии с классической схемой. В группе чуть не вылетел:



Алексей Дьяченко и Алексей Фросин – призеры международного турнира



Мужская сборная России по сабле — чемпион Европы — 2002. Слева направо: Станислав Поздняков, Сергей Шариков, Алексей Дьяченко, Алексей Фросин
©Олег Булдаков/ТАСС

выиграл всего два боя, остальные уступил каким-то очень слабым соперникам. А в «олимпийке» произошла метаморфоза: от ступени к ступени Сергей прибавлял, прибавлял, а как он фехтовал в финале — это был просто фейерверк! Стало ясно, что рождается сильный спортсмен. Кстати, на том же первенстве мира в комплексном турнире мы практически школьной командой заняли третье место. В той команде фехтовали Саша Чернышев и Карина Азнавурян на шпаге, Сережа Шариков на сабле, на рапире Миша Креницын и Андже́ла Волкова (единственная спортсменка не из школы).

После первенства мира Олег Леонидович Глазов, старший тренер сборной страны по сабле, начал потихонечку подключать Шарикова к взрослым турнирам. Приближались Игры 1996 года. Ситуация была непростая. На место в сборной претендовал Александр Ширшов, олимпийский чемпион 1992 года. Но Глазов уверил нас: «Не волнуйтесь. Если Сергей отберется по рейтингу, то поедет в Атланту». И старший тренер слово сдержал, Шариков поехал и выиграл две олимпийские медали. Не скажу, что Пучков или Филатов, который тоже много вложил в Сергея, обычные тренеры. Это талантливые люди. Но работать на олимпийское «золото», на медали чемпионатов мира не каждому дано. У них получилось.

Сергея заметил и Давид Абрамович Тышлер. Однажды он спросил у Пучкова: «Вадюш, там у тебя парень классный есть...» Вадим Николаевич был Вадюша, а Тышлер — Дод. «Как фамилия-то?» — «Шариков...» В конце концов даже меня впутали в эту историю, и я уже готов был Сережу Шарикова Тышлеру отдать. Спас этот тандем — Пучкова и Шарикова — Олег Леонидович.

За год до Олимпиады 1996 года в Атланте я признавал, что мне нужен результат, неважно, каким путем он будет достигнут. Видя, что Вадим Николаевич немного недотягивает в нюансах при работе с Шариковым, я пригласил Глазова. Мы сидели в кабинете, и я сказал: «Олег, я хочу отдать Шарикова» — «Кому?» — «Давиду Абрамовичу». Тогда он спросил: «Ты понимаешь, что сделаешь? Пучкову конец?» — «В каком плане?» — «Во всех. Просто конец». И тут я понял, что перешагивать через Пучкова — нельзя.

Тышлер — это, конечно, бездонный колодец. Он умел подойти к материалу с совершенно неожиданной стороны. Причем, когда я у его сына Геннадия спрашивал: «Хоть что-то отец оставил?» — тот отвечал: «Все в учебниках». Все, да не все. Не все он оставил в учебниках. В книге много чего можно написать, а вот когда переходишь к практике, тут и начинаются протуберанцы.



Александр Филатов и Алексей Якименко — тренер и ученик

Во многом при помощи Давида Абрамовича, который в свое время тренировал левшей Кривоупова, Сидяка и изучил все нюансы, у нас в Чертанове была разработана особая методика работы с леворуки саблистами. У леворуких фехтовальщиков все по-другому: иные процессы, иные скорости. Встал, было, вопрос: может быть, тренеру стоит давать индивидуальный урок левой рукой? Но тот же Тышлер говорил: «Дело в том, что, пока спортсмен на соревновании дойдет до левшей, он должен перемолотить кучу правшей. Поэтому уроки нужно давать на правой руке».

Методика подготовки левшей очень помогала при работе с Алексеем Фросиным, олимпийским чемпионом 2000 года, и Алексеем Якименко, восьмикратным чемпионом мира, 13-кратным чемпионом Европы.

Когда к нам пришел Леша Фросин и встал в левую стойку, мы поняли, что этот парень очень одарен. Став в 19 лет чемпионом мира среди юниоров, в том же 1997 году он выиграл и взрослый чемпионат Европы. В 2000-м Леша попал на Олимпийские игры в Сиднее, там ребята катком прошили по соперникам. А затем молодые стали его обходить, и в Афинах он уже не выступал, поехали Якименко и Дьяченко. Леша собирался заканчивать, и мне пришлось его уговаривать остаться до 2008 года. Он согласился, сказал, что будет тренироваться и готовиться к пекинской Олимпиаде. И пахал по полной программе.

А Якименко появился у нас благодаря нашему тренеру Денису Викторовичу Ерохину. Денис встретил Лешу, которого к тому моменту уже знал, на соревнованиях в Санкт-Петербурге. Выяснилось, что тот из своего Барнаула приехал в Питер с бабушкой поступать в училище олимпийского резерва. Поговорили, предложили идти в московское училище. Он согласился, приехал в Москву. Мы определили Лешу на учебу, а тренироваться он стал у Александра Валентиновича Филатова. В 2002

и 2003 годах дважды подряд стал чемпионом мира среди юниоров. За всю историю соревнований это удалось сделать еще лишь трем спортсменам. Побеждать два раза подряд, особенно в таком возрасте, непросто. Первый раз легко, а второй — очень тяжело. Хотя Леша рассказывал, что во второй раз ему было легче. В общем, Алексей Якименко — еще один наш яркий и своеобразный спортсмен.

Жаль, правда, что он ушел к Бауэру, когда тот поставил условие: только со мной и больше ни с кем. То есть это красное, это черное, и середины не существует. А мы ведь никогда так не работали. Но француз доказал всему миру, что умеет приводить команду к победе — сколько ребята медалей с ним выиграла! Потрясающий психолог. Потрясающий менеджер, способен учесть все детали. Не дотягивал он, пожалуй, в одном — в плане самого сабельного фехтования.

Якименко, Великая пришли к нему, с его точки зрения, уже готовыми спортсменами. А их еще «чистить» надо было: чтобы строго выполняли последовательность действий, что за чем идет, чтобы чистота приема была. Чертановские тренеры умеют это делать.

Не могу не отметить, говоря о сабле, заслуженного тренера России Сергея Александровича Бунаева, который открыл и возглавил фехтовальный центр МГФСО в Зеленограде и сейчас там успешно работает.



Софья Великая
©Илья Питалев/РИА Новости



Российские шпажистки – чемпионки ОИ-2004. Слева направо: Оксана Ермакова, Татьяна Логунова, Александр Кислюнин, Карина Азнавурян, Анна Сивнова
©Виталий Белоусов/ТАСС

КАК МЫ РАЗВИВАЛИ ЖЕНСКУЮ САБЛЮ

Женской саблей мы начали заниматься, когда к нам пришла Софья Великая, так что появление у нас этой спортсменки можно назвать вехой в истории школы. До нее женской сабли, которая и в мире-то только-только начинала развиваться, у нас не было.

Соне было 15 лет, она приехала из Казахстана и пришла к нам, потому что у нас, у тренера Александра Валентиновича Филатова, занимался ее старший брат. Мы ее совсем не знали, но девочка вроде неплохо фехтовала, куда ее было девать? Потренировать ее я предложил Дмитрию Владимировичу Глотову. И вскоре она такой фейерверк устроила! Через два года выиграла кадетское первенство России, получив за весь день в общей сложности не больше 30 уколов. Но в сборную страны ее не взяли: якобы у нее слишком мало рейтинговых очков. Спустя несколько дней в том же зале проходило первенство по юниорам, и на нем Соне тоже не было равных.

Встал вопрос: как можно такую девочку не брать? Она поехала на первенство мира по кадетам и выиграла его. А спустя год фехтовала уже в составе основной сборной на чемпионатах Европы и мира. Вот так ярко появилась у нас Софья Великая. И до сих пор выступает стабильно и ярко.

С приходом Сони в Чертанове открылось отделение женской сабли, но за нашу школу уже выступала Ирина Баженова. К моменту, когда Великая вышла на международный уровень, Ирина была уже двукратной чемпионкой Европы и мира.

Если честно, я не особо верил, что у этого вида оружия есть будущее, и вообще скептически отношусь к женскому фехтованию до сих пор. И вот в мире стало развиваться женское сабельное фехтование. Сабельное! Здесь масса проблем. Например, кто может быть тренером у женщины? Женщина или мужчина? Я глубоко убежден: только мужчина. Но он должен опрятно одеваться, хорошо выглядеть, не курить, правильно разговаривать, не ругаться матом и так далее. Я беседовал в своем кабинете со всеми тренерами, которых брал к девочкам: «Ты знаешь, кто такие девочки? Почитай учебник по анатомии. Сходи к врачам. Что бы ни случи-



Команда МГОСО – победитель турнира. Справа – тренеры Дмитрий Глов и Денис Ерохин

лось, она должна прийти к тебе первому. Не к маме, не к папе. К тебе, тренеру! Ты для нее должен быть как отец родной!»

Дальше: девочки начинают взрослеть, и проблем становится больше. Ревность: кому первой урок дал? Почему не мне? Почему со мной только 5 минут поговорил, а с ней 10? К одной подошел, к другой нет. У девочек постоянные ссоры, все у них не так, все кувырком. Для работы с ними должна быть особая категория тренеров.

Сейчас у нас с девочками успешно работает Рустам Каримов. Чемпионка России 2018 года Светлана Шевелева – его воспитанница, у него есть перспективные юниорки и кадетки, члены сборной России, призеры международных турниров. А все дело случая. Мы узнали, что приезжает Кристиан Бауэр и что двух наших тренеров – Глотова и Филатова – он хотел бы видеть у себя на базе. То есть получается, что они уходят из зала. Кто же останется в Чертанове? И я стал наблюдать за тем, кто как работает. Обратил внимание на Рустама. Всегда аккуратный, не курит, не кричит, ведет себя корректно, тренирует с желанием, дает новые упражнения. Предложил ему поработать с девочками. И у него пошло.

РАПИРА: ОТ ДМИТРИЯ ШЕВЧЕНКО К АЛЕКСЕЮ ЧЕРЕМИСИНОВУ И ДАЛЬШЕ

Наиболее яркими представителями рапирного фехтования у нас являются Дмитрий Шевченко и Алексей Черемисинов – тренер и ученик. Ученик дважды повторил успех наставника: в 2014 году Черемисинов, как и Шевченко в 1995-м, стал чемпионом мира в личном первенстве. А в 2016 году, ровно через двадцать лет после учителя, – олимпийским чемпионом в составе команды.

Дмитрия Шевченко поначалу тренировал Геннадий Иванович Мякотных. Потом его определили в училище олимпийского резерва к Алине Семеновне Тимошенко. Когда он был еще в юниорах, на него обратил внимание Марк Петрович Мидлер. Мидлер своеобразно это делал – как бы «осаливал» спортсмена: «Вот этот мальчик интересный». Перед первенством



мира 1987 года, которое проходило в Бразилии и которое Дима выиграл, с ним работал Михаил Юрьевич Золотарев. А затем за него уже всерьез взялся и Мидлер.

У Леши Черемисинова путь в фехтовании был более тернист. К 20 годам, в юниорском возрасте, он спортивного результата не показал – максимум был в восьмерке на первенстве России. Но очень хотел добиться большего. И добился благодаря потрясающему трудолюбию и целеустремленности. Тренировал его Лев Серафимович Корешков. Сам Лев Серафимович фехтовал на сабле, и тре-

нерская специализация у него была сабельная, но он хорошо учил Алексея фехтовать на рапире, так как имел колоссальный опыт. У Леши был настоящий рапирный выпад – строго по классике, самый лучший в стране. Как говорил в свое время Марк Петрович Мидлер: «Главное – азы. Научите азам, а потом уже будете на них все накладывать, накладывать, накладывать. Это же просто волшебство, что можно будет сделать». То есть в первую очередь надо поставить в правильную стойку и научить основным движениям и основным приемам рапирного фехтования.

Я долго наблюдал за тем, как работают Леша и Лев Серафимович, а потом предложил: «Давайте я вам помогу с выездами на соревнования. Посмотрим, как пойдет, какой результат покажешь на первом выезде, на основе этого и будем решать дальше». У Алексея, конечно, было огромное желание, он хотел ездить на все соревнования. Приходилось сдерживать. Когда Льву Серафимовичу в силу возраста стало уже трудно с Алексеем работать, возникла проблема с тренером. Я позвонил Дмитрию Степановичу и спросил, не хочет ли он взять Черемисинова. Тот согласился. Так возник тандем Шевченко – Черемисинов. Так постепенно, по крупицам создавался будущий олимпийский чемпион Алексей Черемисинов.



Я, конечно, видел много амбициозных и целеустремленных спортсменов, но с таким огромным желанием, как у Леши, больше никого не знаю.

Сегодня, к сожалению, уровень этого вида оружия у нас ниже, чем у сабли или шпаги. Мне хотелось бы подтянуть рапиру, особенно женскую. В свое время у нас были сильные спортсменки: Юлия Хакимова становилась чемпионкой Европы и призером чемпионата мира в команде, а Кристина Новалиньска – призером первенства мира среди юниоров. Сейчас есть перспективные дети. Но надо финансировать их выезды на соревнования, а это не всегда получается. Пока для улучшения ситуации мы ликвидировали местечковые залы, где работали по одному, по два или три тренера, и собрали всех рапиристов в одном зале. Он находится в Чертанове и раньше был занят под большой теннис. Есть молодые тренеры, готовые учиться. И, главное, есть у кого учиться, набираться опыта: рапира достаточно хорошо развита в стране.

ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ НАШЕЙ ШПАГИ

В шпаге наивысших титулов в нашей школе добились девушки: Карина Азнавурян и Оксана Ермакова – двукратные олимпийские чемпионки, триумфаторы Игр 2000 года в Сиднее и 2004 года в Афинах.

Карина Азнавурян приехала в Москву из Баку, когда ей было 16 лет. Фехтовала на рапире. Ее взял к себе и переучил Александр Сергеевич Кислюнин, который работал в то время у нас (и по совместительству – в училище олимпийского резерва). В итоге бывшая рапиристка достигла олимпийских высот в фехтовании на шпагах.

К Кислюнину попала и Оксана Ермакова, которая в 1993 году выиграла личное «золото» на чемпионате мира, выступая за Эстонию. Когда она вышла замуж за Александра Ширшова и переехала в Россию, встал вопрос, у кого ей тренироваться. Пригласить в Москву ее наставника Игоря Чикинева возможности не было. Сошлись на том, чтобы отдать Оксану Александру Сергеевичу. Так она попала к нам и в итоге дважды поднималась на высшую ступень олимпийского пьедестала почета. Оксана очень своеобразно фехтовала: была мягкой, аккуратной и как будто танцевала на дорожке.

Ученицами Александра Сергеевича были Евгения Строганова, чемпионка Европы, серебряный призер чемпионата мира в команде, и Юлия Мирошниченко – победительница первенства мира по юниорам в команде и серебряный призер в личном зачете. Воспитанник Кислюнина Александр Чернышев стал серебряным призером юниорского первенства мира. Сегодняшний лидер женской сборной страны по шпаге Виолетта Колобова, с которой тоже работает шпажный мэтр, тренируясь поначалу в нашей школе, выиграла кадетское первенство мира.

Воспитали большое количество хороших спортсменов тренеры Александр Иванович Вязов и Людмила Викторовна Вязова. Ученик Александра Ивановича Сергей Кочетков стал в 2003 году на Кубе чемпионом мира в командном первенстве. А воспитанница Людмилы Викторовны Анна Сивкова – олимпийская чемпионка, трехкратная чемпионка мира, четырехкратная чемпионка Европы в составе команды.

И сейчас шпага у нас на хорошем уровне, потому что работают в этом виде оружия сильные тренеры. Работают братья Камалетдиновы – старший Рустам





Ильдар Камалетдинов и Вадим Анохин

и младший Ильдар. Ильдар занимается подготовкой Никиты Глазкова – чемпиона мира среди кадетов и юниоров в личном первенстве, трехкратного чемпиона Европы, двукратного бронзового призера чемпионатов мира в составе команды, Вадима Анохина – двукратного чемпиона России, обладателя Кубка России, победителя турнира серии Гран-при. Кстати, первый тренер Никиты Глазкова тоже сотрудник нашей школы – заслуженный тренер России Николай Иванович Токаренко. Работает в школе и мой сын Дмитрий Викторович Родионов. Он наш воспитанник, тренировался в училище олимпийского резерва у Сергея Васильевича Шартова. Когда в Бутово появился зал, я спросил, не хочет ли он там тренироваться. Дмитрий живет недалеко, в Щербинке. Ответил: «Хочу». Я попросил Давида Абрамовича оценить, как Дима дает уроки. Тот пришел и показал палец: «Во!» Когда ученик Дмитрия Антон Адамов выиграл первенство мира среди юниоров, я был крайне удивлен и очень горд за сына! Потом у него появился Дмитрий Гусев, который тоже попал в юниорскую сборную, а затем и в молодежную, стал победителем молодежного первенства Европы в личном и командном первенстве, серебряным призером Всемирной Универсиады. Что интересно, эти ребята-тренеры все время соперничают между собой, доказывают друг другу, кто лучше. Но если приходят в один зал, то соперничество заканчивается, там они команда.

Сергей Васильевич Шартов воспитал также чемпионку мира в командном первенстве Анастасию Шепталину.

СОРЕВНОВАНИЯ И ЛЕТНИЕ ЛАГЕРЯ

Очень важными моментами в жизни школы я считаю соревнования и летние лагеря.

Ежегодно мы проводим всероссийские кадетские соревнования по всем видам оружия. В этом году, если все будет хорошо, они пройдут в 32-й раз. Сначала это был турнир на призы МГФСО, а с 2015-го – памяти Сергея Шарикова. Сабельным соревнованиям, по предложению Станислава Позднякова, порядка десяти лет назад был присвоен статус международных, и теперь они входят в программу Европейского кадетского цикла.

Спортивные лагеря в нашей школе начали проводиться по инициативе Валерия Андреевича Житного. Лагерь – необходимый этап учебно-тренировочного процесса. В лагере юный спортсмен полностью раскрывается: здесь можно увидеть, как он ведет себя на занятиях, хочет учиться или нет, нравится ему фехтование или нет, как он относится к окружающему миру, к товарищам. Как реагирует на поражения, на травмы, на то, что во время игры его толкнули. Ноет или нет. Лагеря – как лакмусовая бумажка, в них проверяется, кто есть кто.

Во времена Советского Союза лагеря длились по 40 дней, на протяжении которых проводились ежедневные тренировки – фехтовальные, игровые. Строго соблюдались режим, дисциплина. Никакие занятия по месту жительства не могли с этим сравниться. Мы сами выбирали места, куда поехать. Ездили в Прибалтику, на Украину, на Азовское море, вывозили все виды оружия, по 100 человек. Рапира, сабля, шпага работали вместе, и благодаря этому шло взаимообогащение видов оружия.

Сейчас лагерь – это исключительно тренировочное мероприятие. Есть перечень спортивных баз, куда можно поехать. Мы выбираем и вывозим 25–30 человек – отдельные виды оружия. В этом году лагерь, естественно, был отменен из-за коронавируса.

КОРОНАВИРУСУ НЕ ПОДДАДИМСЯ

В конце прошлого учебного года и в начале этого все наши планы по учебно-тренировочному и соревновательному процессу смешала пандемия. К сентябрю самоизоляцию сняли, меры по предотвраще-



Дмитрий Родионов

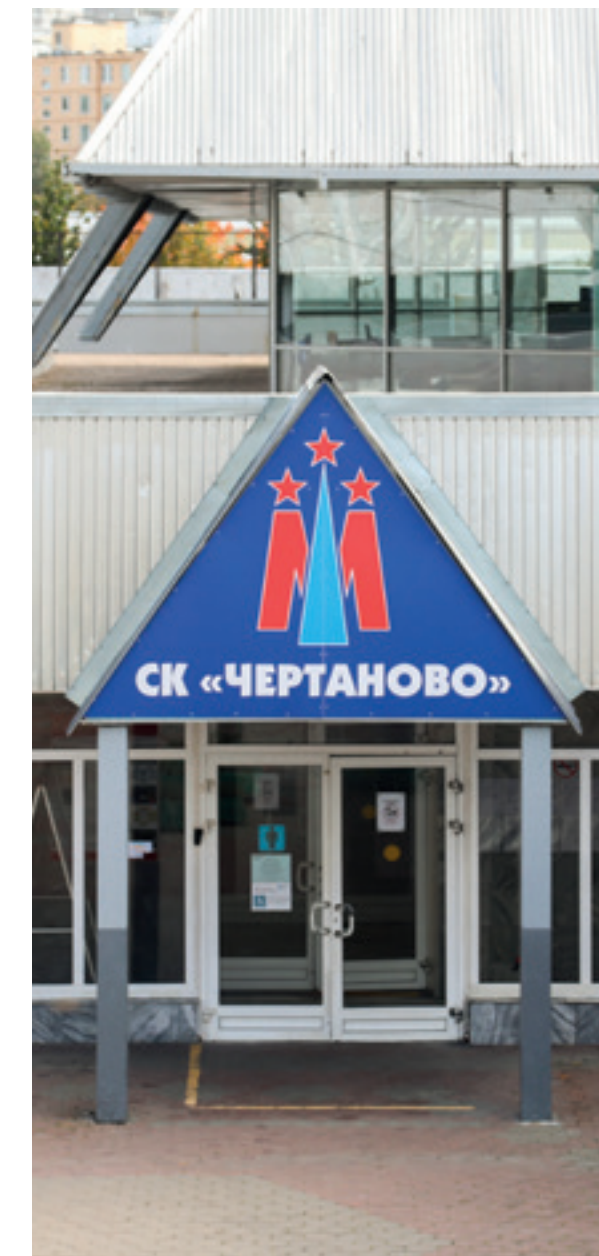
нию заболевания ослабили, но коронавирус никуда не делся, опасность существует. У нас установлены обязательное измерение температуры при входе, ношение масок. В спорткомплексе одновременно может находиться не более 50 человек: 25 фехтовальщиков и 25 спортсменов из настольного тенниса. Остальных в залы не пускаем. Родители не могут присутствовать на занятиях, как раньше.

На сегодняшний момент я вынужден был предложить тренерам выбрать среди своих спортсменов трех-четырех наиболее способных и заниматься только с ними. Всех тренировать нет возможности, а этих нельзя потерять. У нас в пяти залах (Чертаново, Бутово, Борисово, Зеленоград и Дворец детского спорта) работают 26 тренеров. Если у каждого будет по 4 человека, то вместе это 104 занимающихся – мы хоть костяк оставим. Запретят заниматься в зале – можно, пока хорошая погода, тренироваться на улице. Рустам Каримов во время самоизоляции проводил тренировки в Коломенском – вывозил девочек на природу.

И очень важно объяснить родителям, что это временные трудности. Если вы хотите заниматься фехтованием, мы обязательно вам поможем. Дети 3–4-го года обучения, когда все наладится, к нам и так придут. А вот если отсекали на ранней стадии – ничего страшного, пусть ребенок даже год пропустит, мы его обратно возьмем. Что же касается членов сборных Москвы и России (особенно тех, кто готовится к важным стартам, к Олимпийским играм), то пришел документ, разрешающий им тренироваться в обычном режиме.

МЕЧТЫ И ЦЕЛИ ВИКТОРА РОДИОНОВА

Спортсмены нашей школы завоевали на Олимпийских играх 18 медалей всех достоинств. Нет только золотой в личном первенстве. В Рио-де-Жанейро мы были на миллиметр от нее: Соня Великая фехтовала в финале и всего один удар уступила при счете 14:14. Хотелось бы восполнить эту недостачу. ■





МУЗЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

СПОРТКОМПЛЕКС «ЧЕРТАНОВО» ЗНАЧИТ НЕ ТОЛЬКО СВОИМИ ЧЕМПИОНАМИ, НО И ЕДИНСТВЕННЫМ В СТРАНЕ МУЗЕЕМ ФЕХТОВАНИЯ.





Он создан на основе фехтовальной коллекции Льва Серафимовича Корешкова. Собирать коллекцию помогал, в общем-то, весь Советский Союз: Льву Серафимовичу присылали артефакты, относящиеся к нашему виду спорта: фотографии, грамоты, плакаты, марки, конверты, вымпелы, книги, кубки, медали



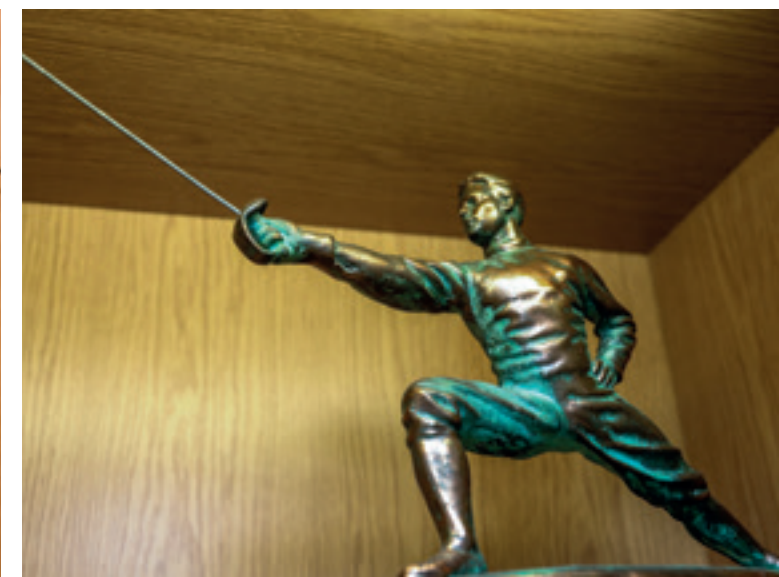
и так далее. Он полученное аккумулировал, систематизировал, раскладывал по папкам и по коробкам. Коллекция была большая и уникальная. Но, к сожалению, она была скрыта от всеобщего обозрения. Хотелось ее показывать людям. Для этого необходимы были планшеты, витрины. Первые шаги в оформле-

нии коллекции были сделаны при поддержке замдиректора МГФСО Юрия Яковлевича Равинского.

В ходе этой работы возникла идея организации в спорткомплексе учебно-методического центра и музея. Осуществлению идеи помог Петр Павлович Бирюков в бытность его префектом Южного адми-



нистративного округа (сейчас он занимает должность заместителя мэра Москвы). По его предписанию были выделены средства – 700 тысяч рублей. Так появился музей. Он размещается в просторном помещении учебно-методического центра и постоянно пополняется новыми экспонатами.





ТРЕНЕРСКИЕ ТРЕНДЫ АЛЕКСАНДРА ФИЛАТОВА

Елена Гришина

Александр Филатов – один из самых известных и в то же время один из самых скромных тренеров в России. Всегда спокойный, улыбочивый, можно даже сказать – незмоциональный, причем от слова «совсем». В отличие от большинства тренеров не скачет по дорожке, не кричит на учеников, не дискутирует с судьями. Казалось бы, не самая распространенная форма поведения наставника. И тем не менее их тандем с легендарным Вадимом Николаевичем Пучковым дал российской сабле целую плеяду выдающихся спортсменов: Сергей Шариков, Алексей Фросин, Алексей Якименко.

– Ты очень известный тренер, и при этом о тебе практически ничего не известно. Поэтому первый вопрос: как ты попал в фехтование?

– Совершенно случайно. Произошло это в мае 1975 года. На уроке физкультуры мы с упоением играли в футбол. К физруку подошел мужчина. И они сидели, о чем-то разговаривали. Когда урок закончился, мужчина подозвал меня и еще двоих ребят и представился – он оказался тренером по футболу. Предложил прийти через 10 дней на стадион «Торпедо» и записаться в футбольную секцию. А я жил на Фруктовой улице около Москворецкого рынка, учился в английской школе № 26 имени Рабиндраната Тагора. И вот я возвращаюсь домой гордый, объявляю, что меня отобрали в футбол. Папа долго лежал с компрессом на голове от этого известия: он знал три языка и от спорта был очень далек.

Но я был неумолим и приготовился ждать 10 дней. Однако неделя шла, и наступило время следующего урока физкультуры. Мы опять вышли на поле. Тут приходит другой дядечка и говорит: «Ребята, есть предложение – тут недалеко, на Нахимовском проспекте, секция фехтования. Приходите». Нахимовский – это две остановки от меня на трамвае. Что такое фехтование, знать никто не знал. «Дай-ка, – думаю, – схожу. На футбол-то всегда успею. Я ведь уже записан. Фактически в основе играю».

Этим другим дядечкой оказался Виктор Николаевич Ионов. Он сказал: «Приходите завтра». Не через 10 дней, а завтра. И мы пошли. Пришли в зальчик. Зал показался мне огромным, хотя был всего-навсего 18 на 9 метров. Там еще был коридорчик и одна дорожка. Мне понравилось. Я рассудил: «Чего я буду ездить куда-то на Автозаводскую? Далековато. А тут пройти пешком можно. И от школы недалеко, и от дома недалеко. Все в шаговой доступности». Папа сказал: «Ходи лучше сюда. Ближе».

Начал я заниматься. Спокойно так. И примерно в 1977 году на первенстве Москвы умудрился влезть в восьмерку. Был страшно горд. Соревнования, как сейчас помню, проводились в ЦСКА. Все серьезно. Там

ко мне подошел Юрий Львович Мессель и сказал: «Дружочек, теперь ты будешь тренироваться у меня».

Я к Виктору Николаевичу. Он говорит: «Да-да-да, я работаю с начальной подготовкой. Готовлю вас физически и психологически, все остальное – это уже Юрий Львович». Юрий Львович, значит, Юрий Львович.

В том же 1977 году меня без моего ведома перевели в спортивную школу ЦСКА № 704. Метро «Аэропорт». А жил я на Каховской. На полусогнутых ногах прихожу домой, сообщаю эту весть родителям. Был, конечно, скандал. Но я поставил ультиматум, сказал, что все равно буду фехтовать.

Отец взял с меня честное слово, что я продолжу занятия английским. Слово я дал. Так вот, багажа предыдущих классов – 2, 3, 4, 5, 6-го, которые я отучился в английской школе, – мне хватило, чтобы не открывать учебник до 10-го класса.

Начали тренироваться. Утренняя тренировка в ЦСКА, учеба, потом опять тренировка. Кстати, там я познакомился в Владимиром Николаевичем Пучковым, с которым проработал потом почти 30 лет. Я очень боялся его тогда: он всегда ходил в тельняшке и курил на лестничной клетке ядреный «Беломор».

Таким образом прошло время до 10-го класса. В спартакиадную сборную Москвы я не попал, но был пятым запасным, то есть меня протаскали по всем сборам. Возник вопрос: куда поступать? Почему-то все решили, что надо идти в полиграфический. Поехал туда, а там надо было сдавать математику, физику. Боже мой, я еле-еле тройки получил! Потом выяснилось, что там нет военной кафедры. Я заметался и решил пойти служить. Обратился к Анзору Исааковичу Гагулашвили: «Можно ли попасть в спортивную роту? Я готов, добровольцем пойду». Созвонились, переговорили и в день рождения мне вручили военный билет. Самый дорогой подарок в моей жизни. Через два дня я уже на сборном пункте, и началась веселая служба в армии. Самая что ни на есть настоящая. Присяга,



С Алексеем Якименко на ЧЕ-2008.
©Владимир Синдеев/ТАСС

развод по ротам, караулы и так далее. По идее, меня должны были быстро забрать и отправить в спортроту, но служба шла, а меня никто никуда не забирал. И я потихоньку начал понимать, что, наверное, обо мне забыли. Сначала переживал, а потом адаптировался. Караул – так караул, ночная тревога – значит, ночная тревога, уголь разгружать – уголь разгружаем.

Но примерно через полгода пришла бумага, и меня отправили в Москву. Я сначала даже не понял, потому что это был отпуск на 12 дней. И только уже на месте узнал, что в ЦСКА договорились. В Москве стал тренироваться, кроме того, мне периодически подкидывали ребят. Я понимал, что есть первенство Вооруженных сил, где я должен выступать, есть чемпионат Москвы и Кубок Москвы. Посудить где-нибудь? Да ради Бога.

Я считаю, что вот здесь-то мое становление как тренера и началось. Потому что мне не давали маленьких. Все это были люди младше меня максимум лет на пять, которые уже что-то умели. Мы разговаривали с ними на фехтовальном языке. И после демобилизации я уже четко понимал, что буду тренером.

– Все твои успехи на тренерском поприще тесно связаны с Вадимом Николаевичем Пучковым. Как началось ваше сотрудничество?

– В 1985 году у нас в Севастополе проходил лагерь. 45 дней. В моей группе 16 детей, совсем маленьких. Вадим Николаевич взял на себя труд расписать для каждого тренера задания на тренировки. Это было очень удобно: у меня был план, составленный грамотным человеком, не надо было ничего высасывать из пальца, что-то придумывать.

К исходу 45 дней Вадим Николаевич пришел и сказал: «У тебя самая хорошая группа, то есть ребята фехтующие». Он любил разные термины придумывать. У одного тренера была группа «носорогов» – это которые только вперед шли, без головы. Другие были «зайцами» – которые своей тени боялись. А моих он «лисами» назвал. Мол, похитрее будут.

Когда из лагеря вернулись, он предложил: «Ребята, кто хочет работать со мной в паре?» Я сразу сказал, что готов. И мы начали работать вместе. Через какое-то время у нас сформировалась группа. Мы работали вместе: я сегодня даю урок тому, а ты – этому. Так мы проработали более 30 лет.

– Удивительное долголетие. А у вас были размолвки, ссоры, обиды? Это же повсеместно у тренеров происходит.

– Нет. Я даже не могу припомнить, чтобы мы повышали голос друг на друга. Наверное, потому что, во-первых, я не конфликтный человек. Он тоже. Во-вторых, он старше и был для меня непререкаемым авторитетом. Я по любому вопросу мог у него спросить совета. Чего спорить?

– В чем заключался его тренерский гений?

– Во-первых, он имел базу знаний и методику от Тышлера, во-вторых – обладал терпением. Случались моменты, когда он сидел, ломая себе голову над каким-то приемом, который не получался. Помню, был мальчик один – бьет вправо и все, хоть тресни. Благоприятный момент, нет (бок-то не всегда открыт), но бьет. Ему так удобней – и все тут. Но Вадим Николаевич нашел выход. Никогда не сдавался.

Хотя один конфликт с Владимиром Николаевичем все же произошел. Когда мы жили с ним вдвоем на базе на Клязьме, он через пару дней сказал: «С тобой невозможно жить. Ты очень сильно храпишь». Пошел к Глазову. «Делай что хочешь, – говорит, – переселяй либо меня, либо его». И Олег Леонидович уговорил руководство пансионата дать дополнительную комнату. И все успокоилось.

– Через тебя прошло большое количество спортсменов экстра-класса. И тех, что были воспитаны в Чертанове,

и членов сборной команды. Кто для тебя самый великий, самый знаковый саблист всех времен и народов?

– Мое высказывание может показаться некорректным, и пускай меня простят другие спортсмены, но когда я увидел Якименко на «Новогоднем турнире» в Казани (он был тогда еще совсем маленьким), тут же позвонил в Москву Виктору Анатольевичу Родионову и сказал: «Виктор Анатольевич, мы будем ослами, если этого мальчишку не заберем в Москву». Не знаю, как это объяснить, но было видно, что это будущая величина в фехтовании. Характер, хитрость, нестандартные решения уже в том возрасте. Жадность до побед, целеустремленность. Когда он в 17 лет выиграл чемпионат страны, тут уже не только я, и все остальные увидели, что кто-то не просто постучался в дверь, кто-то эту дверь уже открыл и вошел. То есть у тогдашней команды: Позднякова, Шарикова, Фросина – появился конкурент.

– Еще один твой ученик – Алексей Фросин. В чем его особенность?

– У Алексея была очень хорошая атака. Мы на Клязьме шутили – процитирую Позднякова: «Если хочешь

проиграть бой Фросину – запусти его в атаку». Он набирал скорость – и все. Обороняться ему, может быть, не очень было удобно, а вот середина дорожки и атака – это его. Вообще вся доктрина школы Вадима Николаевича строилась на атаке. Все наши очень хорошо атаковали.

– Сергей Шариков – в чем его был талант? Это же ярчайшая звезда.

– Про Сережу Шарикова отдельная история. Первый год он просто так ходил, за компанию. У него из класса народ ходил на тренировки, и он тоже. Но сначала без какого-то интереса. Он мог на построение не выйти, потому что в фантики играл. Я думал: «Ну, пускай играют в углу». Несколько лет не брал его в лагерь, потому что он был слабенький физически.

А потом Вадим Николаевич как-то мне говорит: «Посмотри на этого мальчишку. Он леворукий. В нем что-то есть такое. Давай его попробуем». Начали уделять ему больше внимания. А в 1987 году я повез Сергея в лагерь в Пярну. Этот лагерь запомнили все, кто там был. Наградил бы их медалью с надписью «Я пережил Пярну». Собралось много народу, только





сабля. Приехали все – Корешков, Мессель, Пучков. Занимались в огромнейшем зале. У Пучкова был настоящий рупор. На весь зал он кричал: «Все делаем шаг – выпад!» Тренеры бегают по залу, делают коррекцию, поправляют своих. И так 45 дней. А боевая практика? С ума можно было сойти, сколько народу, хотя и разводили по возрастам. Настоящая школа выживания. После этого лагеря Сергей сразу прибавил и стал заметным. Дальше дело пошло.

Шарикова мы вели вместе с Вадимом Николаевичем, а в 1993 году я Сергея передал ему окончательно. Сам же стал заниматься всеми остальными. Сережа был очень талантливый. Все было при нем: светлая голова, прекрасные ноги, легкий, быстрый, хорошо обучаемый. Скорость принятия решений невероятная.

– Про тебя говорят, что ты мягкий, неконфликтный. Что ты никогда не ругаешь своих учеников, не кричишь, не дерешь три шкуры. Это правда?

– Что я никогда не кричу – абсолютная правда. Помню даже, однажды Алексей Якименко мне сказал: «Даже не представляю, что должен сделать человек, чтобы вы повысили на него голос».

Я убежден: методом крика ничего не добьешься. Еще Сухомлинский говорил: «Начнешь криком – закончишь визгом». Вот и все. Чего кричать-то? Делаем одно дело. Не понимает человек – разъясняяй. На то ты и тренер, педагог. У меня с учениками всегда были доверительные отношения. Я всегда спрашивал: «Как себя чувствуешь? Как дела?» За время моей тренерской практики много чего было. Деньгами помогал, советами. Я никогда не влезая в личную жизнь, но, если помощь нужна, всегда готов.

– Ну хорошо, а если нужно проявить характер, потребовать от человека чего-то? Есть у тебя методы воздействия?

– Я считаю, что нужно просто найти какие-то ассоциации, сравнить его с кем-нибудь, чтобы другие немножко заулыбались, чтобы он понял, что действительно в этот момент был похож на что-то смешное. Вот я недавно говорю одному ученику: «У тебя такая стойка, что создается впечатление: ты только что сидел на лошади, она из-под тебя ушла, а ты остался. Это что за фехтовальная стойка?!» Прекрасно работает. Потом достаточно крикнуть: «Лошадь уже ушла!» – и он уже



знает, что надо что-то поменять: коленку согнуть, развернуться, например. Ассоциации прекрасно работают, причем для всех возрастов.

– Когда ты начинал работать тренером, какие у тебя амбиции были? По прошествии времени они изменились?

– Мои амбиции в свое время, сам того не подозревая, озвучил Давид Абрамович Тышлер. Мы как-то разговорились с ним: я задал ему всего один вопрос, а в результате мы проговорили часа четыре. Все, кто общался с маэстро, знают, как это бывает.

Так вот, по ходу разговора он сказал примерно следующее: «Люди тренируются годами. А иди-ка ты попробуй хоть одни соревнования выиграй. Хоть в призы залезь. Есть масса людей, которые за всю свою жизнь ни разу в тройку не попали. Не плохие люди, хорошие. То пятое место, то десятое. Ну, не дано – и все. С пятого по восьмое. С пятого по восьмое».

И я тогда понял, что для меня главное: не важно, какого уровня соревнования, главное, чтобы была медаль. Не важно, какого достоинства, главное, чтобы была.

– Что тебе интересно, кроме фехтования?

– Я люблю читать. Читаю историческую литературу, военную, военно-морской флот очень мне интересен. Так получилось, что три моих дядьки на флотах служили. Один – на Тихом океане, один – на Черном море, еще один – там же, в Дунайской флотилии. А еще Вадим Николаевич был моряком, и мы очень часто на эту тему говорили.

А во время карантина я открыл в себе новое – начал лепить крепости из бумаги. Идея возникла совершенно спонтанно. Просто пришла в голову. Попросил зятя, он съездил в хозяйственный магазин, купил самую-самую дешевую туалетную бумагу, клей ПВА. Дальше – твои фантазии. Делаю каркас, рву бумагу, заливаю кипятком. Все это превращается в вязкую массу, из которой я леплю то, что мне нужно. Первая крепость получилась не очень, я лепил просто из головы. Точнее, где-то какой-то кусочек увидел, подсмотрел и стал по памяти лепить его. В итоге получилось не совсем то, что задумал. Зато вторую я уже делал по плану. У меня там и подсветка есть, и красками все расписано. Для внуков, конечно, это полный восторг. Они все прибегают, смотрят, трогают, советы дают. Так что, если, не дай Бог, еще на один карантин посадят, знаю, чем займусь. ■



©Максим Богодвид/РИА Новости



Дмитрий Ригин – один из самых интересных собеседников. С ним можно говорить практически на любую тему: о тонкостях рапирного фехтования, о развитии фехтования в Санкт-Петербурге и Ленинградской области, о многом другом, что не касается фехтования. У него всегда свой, зачастую не самый стандартный взгляд на любую проблему – как на самую обычную, рутинную, так и на глобальные вещи. В этот раз мы обсудили все самое насущное: ситуацию с карантином, особенности взаимоотношений между тренером и спортсменом, смелые маркетинговые идеи.

НЕ ДОРОЖКОЙ ЕДИНОЙ

Елена Гришина

– Как ты перенес карантин? Многие жаловались, говорили, что трудно без общения, без физической нагрузки и вообще будущее туманно.

– У меня ответ, наверное, будет странный: я перенес хорошо, при этом неплохо себя чувствовал. Понятно, что ситуация была тяжелая: люди болели, у многих возникли серьезные проблемы – финансовые и прочие. Но что касается лично меня, то я наконец получил замечательную возможность пожить дома. Дело в том, что за последние примерно 13 лет самое большее время, которое я мог провести в Петербурге, никуда не отлучаясь, это, наверное, месяц. Первую неделю после объявления самоизоляции я вообще не покидал квартиру и занялся ее обустройством. Превращением из перевалочного пункта в нормальное жилье.

– Почти вся спортивная жизнь на время карантина замерла: был приостановлен учебно-тренировочный процесс, не проводились соревнования. Но из «Инстаграма» было видно, что многие фехтовальщики тренировались дома самостоятельно, позже стали проводиться общие тренировки в онлайн-формате. Как считаешь – имеет смысл так тренироваться?

– Что надо что-то делать – это сто процентов. Особенно возрастным профессиональным спортсменам – таким, как я. Иначе, выйдя на соревнования после перерыва, можно получить травму. Кроме того, существует банальная опасность увеличиться в размерах. Во время карантина у нас были организованы общие тренировки сборной команды в режиме онлайн. Я регулярно принимал в них участие. Проводил их Артур Камильевич Ахматхузин, который очень хорошо комбинировал упражнения – так, чтобы не было уныло. Я считаю, что получилось супер.

– То есть тебе организовано тренироваться проще, чем самостоятельно?

– Ситуация двоякая. С одной стороны, распланировать индивидуальные тренировки проще: ты себя лучше знаешь, особенно если какой-то опыт уже есть. С другой стороны, трудно тренироваться в одиночку, когда отсутствует дух соперничества. Нужно либо на кого-то равняться, либо четко знать, что следует делать. Например, я и сам знаю, что сейчас мне надо столько-то раз отжаться, но без руководящей роли тренера это сделать сложнее.

– Тебе не кажется, что это проблема многих наших спортсменов? Далеко не все могут сами тренироваться.

– На мой взгляд, одна из проблем многих российских спортсменов заключается в привычке полагаться на то, что кто-то за тебя что-то решит. Может быть, причина в излишне централизованной системе под-

готовки и в жестком иерархическом характере отношений между спортсменом и тренером. У нас не партнерские отношения с тренером – исторически так сложилось. Тренер – руководитель, спортсмен ему подчиняется и, соответственно, всю ответственность перекладывает на него. Ждет, когда тренер скажет ему что-то делать. А нужно, конечно, проявлять самостоятельность.

– Как ты думаешь, как скажется эта пауза на спорте в целом и на фехтовании в частности? Спортсмены были на ходу – и вдруг резкая остановка. Для кого данная ситуация может обернуться плюсом, а для кого минусом?

– Если рассуждать глобально, то, если ты молод, если тебе 20 лет, этот перерыв вообще роли не играет. Но есть момент, касающийся фехтовальщиков из топ-32 мирового рейтинга. Каждый из них способен выиграть турнир. Однако после длинного перерыва ситуация может измениться. Дело не в том, что кто-то научится или разучится фехтовать. Это невозможно. А вот резкая смена ритма жизни, тренировок, выпадение из боевой ситуации для кого-то могут стать проблемой. Некоторым спортсменам необходимо постоянное соревновательное напряжение. А есть еще фехтовальщики, у которых что-то не получается из-за «замысленности». Кризис ломает стереотипы и шаблоны.

Кстати, это проблема не только спортсменов, но и тех, кто планирует тренировочно-соревновательный процесс. Например, в Санкт-Петербурге календарь соревнований обычно менялся исключительно путем переписывания цифры года. С российским календарем примерно то же – у нас и сборы проводятся день в день. Я не о том, что нужно все поменять. Но в кризис шаблоны меняются, и кого-то смена шаблона может привести к успеху. Поэтому возможен прогресс у середнячков, людей из второго эшелона.

– В связи с возникшей ситуацией что-то поменялось в твоей жизни?

– У меня сейчас переломный момент – и в плане того, куда двигаться дальше вообще, и в плане спортивной карьеры. Так было бы и в том случае, если бы мир оставался прежним.

– Ты решил заканчивать спортивную карьеру?

– Ну, как решил? Мысль о том, что пора на выход, посетила меня зимой, после череды определенных событий. Плюс появилось осознание своих желаний. Ведь единственным ограничивающим фактором в фехтовании кроме физических травм, несовместимых с занятиями спортом, является желание этим заниматься. И даже не желание собственно



фехтовать, а полностью концентрироваться именно на этом деле, выходить на дорожку, драться. Спорт требует избыточных усилий, значит, нужна некая избыточная мотивация.

– Что самое сложное в такой ситуации – принять решение об уходе?

– Да нет. Убедить себя, что «лошадь сдохла». Если ты долгое время занимался спортом и уже прошел кризисные периоды, причем успешно, то пытаешься и на этот раз приложить все имеющиеся у тебя знания и опыт, для того чтобы повернуть ситуацию в намеченное русло. Но, увлекаясь и не бросая на себя взгляд со стороны, можно долго себя обманывать.

– Давай поговорим о Северо-западном центре фехтования. Ты возглавляешь его уже три года. По сравнению с началом твоей работы что изменилось? Какая динамика? Насколько тебе это близко?

– Когда я приступил к работе, сделал много открытий. До того на всех окружающих меня в фехтовании людей: на тренера, директора своей школы,

представителей федерации или спорткомитета – я смотрел как спортсмен. Спортсмен, как правило, моложе всех этих людей и обладает меньшим опытом. Периодически он предъявляет окружающим претензии. Я тоже это делал. И, кстати, продолжаю делать. А тут складывается ситуация, как в поговорке: «Главное в процессе следствия – не выйти на самих себя». То есть, когда начинаешь предъявлять претензии, как спортсмен руководителю, утыкаешься в то, что предъявляешь их самому себе.

Близко мне это было всегда: сама организационная работа нравится и за фехтование, особенно в своем регионе, я искренне переживаю, так как провел здесь большую часть жизни. Но очень часто так получается, что это неблагоприятное занятие.

– Ты действительно в уникальной ситуации. Тебе приходится думать и как спортсмену, и как функционеру...

– С одной стороны, да, сложности есть. Но, к счастью, на региональном уровне у меня нет необходимости пользоваться административным ресурсом, например для попадания в сборную команду

Санкт-Петербурга. А с другой стороны, любой вопрос я могу рассмотреть как с позиции спортсмена, так и с позиции руководителя. Благодаря этому открываются новые факты: абсурдность некоторых действий, причины, почему так можно что-то делать, а так – нельзя. Становятся видны многие проблемы.

Не самым приятным открытием для меня оказались сложности в плане построения коммуникации. Оказалось, что какие-то вещи, которые спортсмены и тренеры обсуждают между собой, они не готовы сказать руководителю. И тут мне бы хотелось остаться на стороне «спортсмена», так как прямое высказывание своих мыслей и пожеланий, конструктивная критика очень помогают общему делу. А обсуждение каких-то процессов за спиной порождает слухи, мешает работе и может сильно повредить тем, кто выбирает этот путь, не найдя в себе силы высказываться напрямую. Поэтому, пользуясь случаем, призываю всех не стесняться и напрямую со мной обсуждать вопросы, которые находятся в моем ведении. Благо сейчас есть масса инструментов для этого – от номера телефона (который можно

взять у секретаря Федерации фехтования Санкт-Петербурга) до социальных сетей.

– Ты не обращал внимания: может, это больше свойственно людям возрастным, а твои сверстники лучше идут на контакт? Люди старой школы склонны думать: «Ладно, лучше промолчим лишний раз, авось рассосется».

– Наоборот, люди более старшего возраста активнее идут на контакт, как-то пытаются наладить его. Мои сверстники часто полагаются на мнение более возрастных коллег, у которых могут быть свои интересы.

– В чем ты видишь свою основную задачу на посту директора центра? Открывать новые школы, помогать в приобретении аппаратуры, оказывать прочую материальную поддержку? Есть ли у тебя программа?

– Просто помогать аппаратурой, экипировкой и прочим – это, конечно, хорошо и нужно, но глобальных задач не решит. Откровенно говоря, силами центра самые глобальные задачи решить очень сложно.





Но какие-то шаги в этом направлении можно сделать. Например, приложить усилия к тому, чтобы наш вид спорта в регионе и наши спортсмены были конкурентоспособны. В спорте действует естественный отбор. Как между спортсменами: если человек представляет интерес для команды, может ей что-то дать, то, соответственно, он имеет право на нахождение в сборной, – так и между видами спорта: фехтованию нужно бороться за место под солнцем. Поэтому, для того чтобы быть на плаву, в строю, надо быть сильным.

Что касается объема работы, то ситуация везде разная. Региональный центр объединяет несколько федераций: Санкт-Петербурга, Ленинградской, Псковской и Вологодской областей. Всем трем областным федерациям немножко проще, чем Санкт-петербургской, потому что они обслуживают меньшее количество людей. И обеспечить их деятельность, в принципе, способен один человек. А в Санкт-Петербурге порядка 1500–2000 фехтовальщиков, которые активно участвуют в спортивной деятельности. Поэтому необходима структура, которая занималась бы документооборотом, связанным с соревнованиями. Также необходима постоянная связь со спорткомитетом, с органами государственной власти, которые, с одной стороны, напрямую федерации ничем не помогают, так как это общественная организация (у федерации нет государственного финансирования), а с другой – предъявляют требования. На это взаимодействие тоже нужны человеческие и прочие ресурсы. И нужно организовать работу так, чтобы федерация могла сама себя обеспечивать. Потому что, если кто-то сегодня дает денег – она живет, завтра финансирование прекратилось – и она померла. Это как раз моя основная идея – вывести для начала петербургскую, а затем и остальные федерации региона на самообеспечение.

– Прямо скажу, это не совсем стандартный подход. У нас зачастую главную задачу видят в том, чтобы получить финансирование.

– Да. Это как получать зарплату. Очень комфортно. Но, во-первых, не так интересно, ведь между понятиями «получать зарплату» и «зарабатывать деньги» есть большая разница. А во-вторых, тебе же кто-то эту зарплату платит. Значит, у человека или организации должен быть интерес и возможности.

– Расскажи о новом коммерческом проекте, который лично я увидела впервые в «Инстаграме». Почему ты стал делать мерч? Кто тебе разрабатывает дизайн?

– Это очень старая идея, возникшая из плотного общения с несколькими дружественными российскими рок-группами, которые этим занимаются.

В Петербурге есть ряд компаний, которые начинали с печатания футболок, а сейчас делают очень хорошую одежду: Krakatau, Shu. И вот появилась идея сделать мерч – сувенирку, спортивную одежду. Попробовать найти людей, заинтересовать их и завертеть все это дело. Мы сотрудничаем с профессиональными дизайнерами, которые работают с известными российскими спортсменами, а также делают мерч популярному блогеру Юрию Дудю. То, что сейчас на сайте, это базовые вещи. В разработке еще целая линейка, в том числе функциональная одежда, литература – всего не перечислишь. На самоизоляции времени было много, и работа пошла активно. Думаю, скоро будет полный набор.

Мне всегда было интересно попробовать наладить в России производство чего-нибудь из фехтовальной экипировки. У нас делаются клинки, но этот процесс очень сложный – в него лезть бесполезно. Но есть куча всего, что у нас вообще не производится. А с учетом и курса валют, и возможного снижения покупательной способности продукцию иностранных производителей чем-то нужно будет заменять.

– Сколько времени прошло от идеи до начала продаж?

– Очень много. Идея возникала несколько раз. Когда-то очень давно мы даже сами себе делали форму сборной Санкт-Петербурга. Дело в том, что петербургский спорткомитет форму никогда нам не давал. За 28 лет выступлений у меня всего два костюма. В один прекрасный день мы просто напечатали на H&M'овских толстовках: Saint-Petersburg's Fencing Team – и так вышли. Технология печати шелкографией такова, что нет разницы – 2 штуки печатать или 50. Остальные экземпляры мы пустили на футболки, а футболки продали. Но это был совсем кустарный метод. Сейчас этим занимаются профессионалы.

Кстати, опережая возможные вопросы, скажу: это делается на мои деньги, а не на деньги регионального центра фехтования. Но если это все в результате выйдет на какой-то поток, то, конечно, большая часть прибыли будет идти как раз в федерацию. Естественно, вложения нужно отбивать, но изначально мы нацеливались именно на это. Федерация занимается развитием спорта в регионе, привлекает новых спортсменов, соответственно, искренне заинтересована в том, чтобы больше людей занималось фехтованием.

– Мне очень нравится название. Кто придумал «4прямо»?

– Я. Вышло так, что очень долго ничего не придумывалось. А потом пришло: for из for fencing («для фехтования») – это как бы «четверка» (four). И затем появилось «прямо». В общем, получилось «4прямо». Ничего лишнего, и все понятно. 📌

СОВРЕМЕННЫЙ ЗОРРО

Мила Волкова



Испанские спортсмены, если не брать футболистов, всегда поражали меня своим умением побеждать не благодаря, а вопреки. Как, например, Хавьер Фернандес, превративший совершенно «нефигурнокатательную» страну в европейского гегемона в мужском одиночном катании. Или как Карлос Льявадор, вернувший испанскую рапиру в топ мирового фехтования. На его счету уже две «бронзы» чемпионатов Европы и мира, а перед пандемией Льявадор впервые в карьере одержал победу на этапе Кубка мира, обыграв сильнейших рапиристов планеты. Мы с ним беседуем о том, как все начиналось...

– Карлос, расскажи, как фехтование появилось в твоей жизни?

– Очень просто: фехтовальный клуб находился рядом с моей школой. Плюс мне всегда очень нравились фильмы, где присутствовали бои на мечах и шпагах. Поэтому вместе со своими школьными приятелями я решил зайти и попробовать. Мне понравилось, решил продолжить. А вот мои приятели быстро ушли. Так что в клубе из нашей компании остался лишь я один.

– Как вообще в тот период обстояли дела с фехтованием в Испании?

– Непросто. Когда мне было 18 лет, я был единственным рапиристом в Испании. Потому что все остальные фехтовальщики завершили свою карьеру и ушли из сборной из-за финансового кризиса. К счастью, спустя десять лет в нашей команде прибыло. Но на протяжении многих лет я работал один со своим тренером Хесусом Эсперанцой в его клубе. Он, кстати, был тренером нашей национальной сборной с 2004 по 2013 год.

– Каких результатов достиг твой тренер как фехтовальщик?

– Он семикратный чемпион Испании по рапире, неоднократно входил в восьмерку сильнейших на чемпионатах Европы и мира – как в личном, так и в командном первенстве. Был участником трех Олимпиад.

– Когда он тебя тренировал, ты фехтовал только с ним? А как же спарринг?

– Я был готов фехтовать со всеми, кто пожелает. Чаще всего это получалось с тренерами мужской или женской команд.

– Сколько сейчас в Испании фехтовальщиков?

– Точно не знаю. Но могу сказать, что на национальный чемпионат у нас приезжает тридцать-сорок рапиристов. Да, я тоже там выступаю – и в личных, и в командных соревнованиях. Это важно для моего клуба SAMA-M, поскольку они получают финансирование за результат. И я активно стараюсь им помочь. Сейчас я девятикратный чемпион Испании.

– Не могу не спросить: почему не футбол, ты ведь из Мадрида?

– Я не ишу легких путей. (Смеется.) Это был бы самый простой выбор. А вы попробуйте добиться высот в не столь популярном и денежном виде спорта. Вот это вызов. У нас все деньги вкладываются в футбол и немного в теннис с баскетболом. Все остальные виды спорта оказываются аутсайдерами.

– Сразу вспоминается двукратный чемпион мира фигурист Хавьер Фернандес...

– Который вынужден был переехать тренироваться в Канаду, чтобы достичь высоких результатов. Если ты хочешь добиться успеха в других видах спорта, должен делать все сам. И только когда окажешься на вершине, правительство тебя заметит и начнет помогать. А на начальном этапе рассчитывать можно только на себя.

– Признаться, ты из богатой семьи? Иначе как выжить в фехтовании без поддержки государства?

– Совсем нет. В начале карьеры я выступал исключительно на европейских этапах Кубка мира, и никакой речи о борьбе за рейтинг и топ-16 не шло. Только после «бронзы» на чемпионате Европы 2015 года в Монреале испанская федерация начала оплачивать мои поездки на турниры мировой серии.

– При этом у тебя на счету уже не только «бронза» чемпионата Европы, но и чемпионата мира. Похоже на чудо...

– Отчасти да. Ведь до «бронзы» чемпионата Европы я тренировался исключительно в Испании. Зато после получил возможность переехать в Италию и тренироваться в знаменитом клубе «Фраскати». Это был совершенно иной, более высокий уровень. Если честно, вначале я тренировался и фехтовал исключительно из удовольствия. И только после европейской «бронзы» подумал, что могу выступать гораздо лучше. Так почему бы не стать более сильным спортсменом, фехтовальщиком мирового уровня? Поэтому я решил на переезд, и результат не заставил себя ждать. Я стал бронзовым призером чемпионата мира в Уси.

– То есть ты был готов к этому результату?

– Я очень хорошо себя чувствовал на протяжении всего того сезона и непосредственно перед чемпионатом мира. Неоднократно побеждал сильных соперников и вообще хорошо фехтовал. Так что я думал о том, что могу успешно выступить на «мире». Может, не завоевать медаль, но войти в восьмерку мне точно было по силам. Так что результат был ожидаемым.

– Почему ты выбрал именно «Фраскати», есть ведь не менее знаменитый клуб в Ези?

– Все верно – они одного уровня, но Ези больше специализируется на женской рапире, а «Фраскати» – на мужской. Из него вышли такие рапиристы, как Гароццо, Аспромонте и другие. Чтобы сделать выбор, я приехал в Рим на неделю – попробовать, понравится ли мне. Приехал не один, а вместе с моим другом, который живет неподалеку

от Рима. Посмотрел, как тренер с ним работает, и мне очень понравилось. Мой тренер Фабио Галли – просто супер. И я чувствую, что расту и меняюсь как фехтовальщик.

– Что самое главное дали тебе итальянцы?

– Опыт. Потому что они делают все, чтобы побить тебя, а ты должен быть достаточно силен, чтобы им противостоять. Должен быть предельно сконцентрирован и не выпадать из боя. Тогда будет результат.

– У тебя была когда-нибудь ролевая модель в фехтовании, спортсмен, на которого ты хотел быть похожим?

– Нет, я стараюсь максимально улучшить себя. Тем более что никто не совершенен.

– А в чем разница между итальянскими и испанскими фехтовальщиками?

– Самое главное отличие в том, что итальянцы – профессионалы. А мы больше пока любители. Поэтому с итальянцами очень сложно конкурировать. Они могут концентрироваться только на фехтовании. А в Испании ты должен думать о том, чтобы найти работу, которая тебе позволит оплачивать тренировки, поездки на этапы Кубка мира и массу других вещей. Твой мозг постоянно занят решением множества проблем вместо того, чтобы посвятить себя исключительно фехтованию.

– Планируешь и дальше продолжать тренироваться в Италии?

– Да, хотя это зависит от множества факторов, в большей степени от результатов и финансирования. «Бронза» чемпионата мира обеспечила мне финансирование лишь на ближайший год. А дальше нужно было подтверждать результатами новые инвестиции. В Испании только так: входишь в топ, получаешь деньги на год. И так по кругу. Невозможно все время быть на вершине. Но и нельзя опускаться ниже определенного уровня. Это тяжело, особенно когда начинаешь сравнивать с тем, как обстоят дела, например, в России или в Италии с финансированием спорта. Мы находимся в слишком неравных позициях. Но есть страны, где дела еще хуже. Вы много видите португальцев на Кубке мира? Нет, потому что у них нет денег, чтобы приехать. Хотя в начале олимпийского отбора все стараются выступить хоть на паре турниров...

– Если говорить об олимпийском отборе, ты полагаешься только на себя, не на команду?

– Да, пока надеяться на выступление командой нет оснований. Но к этому надо стремиться. Пока же я рассчитываю квалифицироваться на Игры в Токио сам. (И благодаря победе на этапе Кубка

мира в Каире Карлос Льявадор почти решил вопрос отбора. К сожалению, остальные этапы были отменены из-за пандемии. – МВ).

– Как на тебе отразилась ситуация с пандемией?

– Когда все началось, в Италии люди были более встревожены, чем в Испании. Предпринималось много мер для того, чтобы остановить распространение пандемии. Наш фехтовальный клуб попросил забрать всю экипировку и личные вещи, чтобы провести очистку и дезинфекцию. Были и такие, кто начал паниковать. Родители моих одноклубников требовали не допускать приезда китайской команды, которая собиралась тренироваться во «Фраскати». На этапе Кубка мира в Каире у нас замеряли температуру в аэропорту и на месте. Остальные этапы отменили. Это, конечно, всех расстроило. Но здоровье важнее соревнований. Спорт – он, как жизнь, требует постоянной адаптации. Так что мы адаптируемся к новым обстоятельствам. Если этого не делать, не получится справиться с раздражением и разочарованием.

– Вернемся к испанской рапирной команде: замечала, что на турнирах ты не просто фехтуешь с товарищами, но и работаешь с ними в качестве тренера...

– Да, пробую себя в таком качестве. Пытаюсь помочь им вырасти. Потому что, если у нас будет сильная команда, наша федерация начнет больше в нас инвестировать. Я также стараюсь найти для них спарринг-партнеров, потому что у них очень мало возможностей выезжать на этапы Кубка мира, как у меня раньше. А спарринг должен быть разнообразным. Только так они смогут вырасти как спортсмены.

– Год назад команда Испании находилась где-то в самом конце рейтинга ФИЕ, сейчас ситуация немного улучшилась...

– Счастье уже в том, что наша команда в рейтинге. Пару лет назад ее там не было. Можно сказать, в Санкт-Петербурге в 2019 году произошло историческое событие – мы впервые за все время моей карьеры выступили командой на этапе Кубка мира.

– Вы из одного клуба?

– Нет. У нас в команде ребята из Каталонии и еще одного мадридского клуба.

– Тебе лично выступление в команде что-то дает?

– С одной стороны, я стремлюсь фехтовать как можно больше. С другой, на начальном этапе нашей команде из-за низкого рейтинга вряд ли придется бороться со сборными Италии, России, Франции, Кореи и США. Сначала нужно научиться выигрывать у более слабых соперников. Надеюсь, мой опыт поможет нам

заработать побольше очков и подняться в рейтинге. Тогда встречи для меня станут более интересными, ведь придется противостоять сильнейшим.

– Вам удастся хоть немного потренироваться вместе?

– Только зимой, потому что опять все упирается в деньги. Ты должен решить: либо ты вкладываешься в фехтование, которое тебе ничего не приносит, либо учишься. Многие выбирают второе, чтобы в будущем иметь профессию и работу. В фехтовании ты не знаешь, что будет завтра. Я уже окончил институт, получил диплом в сфере физкультуры и спорта в 2018 году. Так что теперь могу сосредоточиться на фехтовании. Меня многие спрашивают, зачем я фехтую. В Испании фехтованием занимаются только фанатики. И по телевизору нас показывают, только когда что-то выигрываем.

– У тебя есть объяснение, почему в Испании сложилась такая ситуация с фехтованием?

– Причин много. Например, у нас была гражданская война, и тогда ни о каком спорте речи вообще не шло. А когда начали вкладывать деньги, то наше фехтование было не особо хорошим. Конечно, к Олимпиаде-1992 в Барселоне финансирование получили все летние виды спорта. И фехтование подтянулось. А потом случился финансовый кризис, и мы снова откатились назад.

– Что для тебя фехтование, как ты можешь его описать?

– Для меня это стиль жизни. Я не бросил, потому что влюблен в фехтование. Оно приносит мне радость, благодаря ему у меня много друзей из разных стран, я могу путешествовать. И мне очень нравятся отношения в нашей фехтовальной семье. Еще я думаю, что для фехтования очень важно быть хорошим актером. Сюда входят и умение двигаться, и эмоции. Ты ведь должен убедить судей в своей правоте, так как они принимают решения. (Улыбается.)

– У тебя есть друзья – не фехтовальщики?

– В Италии нет, а в Испании – да. Среди испанских друзей у меня двое хоккеистов. Они входят в состав национальной сборной, поэтому как спортсмены понимают меня. Они могут не разбираться в деталях моего вида спорта, но в остальном мы одинаковы. Мой брат, кстати, играл в хоккей, но уже закончил.

– Как проводишь свободное время?

– У меня не так много свободного времени, но, когда оно возникает, обычно встречаюсь с друзьями. Люблю горы и пляж. Стараюсь отвлечься от фехтования, покататься на велосипеде. Люблю путешествовать. Особенно мне нравятся страны, где говорят по-испански. С их жителями очень просто



наладить общение: несколько минут – и вы уже друзья. (Улыбается.)

– А сходить на футбол – «Реал» Мадрид против «Барселоны»?

– Это слишком дорого. В испанском футболе крутятся огромные деньги, поэтому цены на билеты для большинства испанцев неподъемные – сотни евро. Их готовы платить иностранцы, а нам остается смотреть матчи по телевизору. Прибыль для клубов важнее местных болельщиков.


– Сколько времени ты проводишь в Италии и сколько дома?

– Зависит от обстоятельств. Обычно получается так: три недели в Италии и неделю дома. Но после того, как у нас изменился календарь выступлений, мне приходится бывать дома гораздо реже. Это печально, но иначе не выходит.

– Ты что-нибудь делаешь, чтобы фехтование стало более популярным в Испании?

– Пытаюсь создать движение фехтовальщиков, но это очень сложно. Хочешь организовать тренировочный лагерь, нанять тренеров – нужны деньги. Плюс нужно еще убедить родителей, которые не видят в своих детях будущих сильных фехтовальщиков.

– Олимпиада для тебя – это предельная точка карьеры или нет?

– Я хочу продолжать фехтовать, пока мне это приносит удовольствие. Конечно, буду рад выиграть медаль на Олимпийских играх, но для меня гораздо важнее получать удовольствие от фехтования. Если это происходит, будет и результат. 



ШПАГА ПО-ЭСТОНСКИ

Ирина Сатаненко

**В НЕБОЛЬШОЙ ПРИБАЛТИЙСКОЙ СТРАНЕ ЭСТОНИИ
СЕЙЧАС РАЗВИВАЮТ ВСЕГО ОДИН ВИД ОРУЖИЯ – ШПАГУ.
ЗАТО ДЕЛАЮТ ЭТО КАЧЕСТВЕННО.**

СОВЕТСКОЕ ПРОШЛОЕ

Эстонские шпажисты несколько десятилетий подряд показывают высокие результаты на мировой арене. Они неизменно оказываются на верхних строчках итоговых протоколов крупнейших соревнований. И это серьезное достижение для такой небольшой страны с населением чуть более миллиона человек.



Команда Эстонии – 1971. Слева направо: Владимир Михалев, Светлана Чиркова, Георгий Зажицкий и Пеатер Айнсам ©У. Оксбуш/РИА Новости

Во времена Советского Союза фехтовальщики республики не раз становились победителями и призерами чемпионатов страны, обладателями Кубка СССР, а в составе сборной завоевывали медали на крупнейших международных соревнованиях. Таллинская рапиристка Светлана Чиркова – двукратная олимпийская чемпионка (1968, 1972), двукратная чемпионка мира (1970, 1971) в командном первенстве. В составе сборной СССР бронзовые медали Олимпийских игр завоевали шпажисты Георгий Зажицкий (1972) и Владимир Резниченко (1988). Эти два спортсмена, а также Тоомас Хинт и Кайдо Кааберма поднимались вместе с командой на высшую ступень пьедестала почета на чемпионатах мира.

ТЯЖЕЛЫЕ ДЕВЯНОСТЫЕ

После распада Советского Союза в 1991 году Эстония обрела независимость и перешла на рыночную экономику. Для спорта наступили тяжелые времена. Финансирование сократилось в разы. Чтобы отправить атлета, даже мирового уровня, на чемпионат мира или Европы, приходилось искать спонсоров, обращаться за материальной помощью к различным организациям, чиновникам.

Если топовых фехтовальщиков еще как-то поддерживали, то массовый детский спорт оказался

на грани исчезновения. К концу 90-х ликвидировали спортивные школы. Тренеры оказались не у дел, фактически на улице. Чтобы как-то жить дальше, кормить семьи, надо было что-то предпринимать. Часть специалистов уехали из страны, многие ушли из профессии. Не только тренеры, но и атлеты, не видя для себя никаких перспектив, покидали спорт.

Остались самые стойкие, фанаты своего дела, готовые бороться за себя, за эстонское фехтование. Они начали создавать клубы, ища финансовой поддержки у всех, для кого фехтование не было пустым звуком.

Тренеры, чтобы выжить, вынуждены были искать дополнительный заработок. Кому повезло, работали учителями физкультуры, но были и такие, кто трудился на стройках, торговали на рынках или выезжали в соседние страны давать уроки вахтовым методом. Каждый приспосабливался как мог. Тем не менее после тяжелого рабочего дня тренеры приходили в зал и учили детей фехтованию.

В таких условиях сохранить все три вида оружия в Эстонии не представлялось возможным. Необходимо было постараться удержать хоть что-то. Уцелела шпага. На тот момент именно она оставалась в стране самым массовым и результативным видом оружия с хорошей тренерской школой.

С ПОДДЕРЖКОЙ ГОСУДАРСТВА

В середине 2000-х ситуация стала понемногу выправляться. Государство наконец озаботилось спортом и занялось его структурированием. Клубы



Зиндель Нелис с воспитанниками



Клавдий Ядловский

были объединены в крупные спортивные общества, но при этом сохраняли самостоятельный бюджет, который складывался в основном из заработанных денег. И хотя они получали административную, информационную, а порой и материальную поддержку, бремя основных расходов – на аренду залов, зарплату тренерам, закупку инвентаря и оборудования, командировки сотрудников, организацию турниров – лежало на них самих.

Система государственного финансирования спортивных организаций начала налаживаться в 2010 году, и к сегодняшнему дню она в целом сформирована и функционирует.

Олимпийский комитет Эстонии выработал порядок квалификации спортсменов, на основании которой спортивным федерациям выделяются средства. Эти средства имеют целевое назначение – на конкретных атлетов, показавших высокие результаты.

Федерацию фехтования помимо этого финансирует министерство образования. Деньги идут исключительно на детский спорт и распределяются по клубам в соответствии с их местом в рейтинговой очковой системе. Другими словами, чем у клуба выше результат, тем больше денег он получит. К сожалению, при такой системе распределения некоторые спортшколы подолгу оставались практически без финансирования, поэтому было принято решение давать очки не только за результат, но и за количество юных спортсменов, представляющих клуб в эстонских соревнованиях. Таким образом, у клубов появился стимул отправлять воспитанников на турниры.

Есть и еще один путь финансовой поддержки: спортивные отделы городских администраций выделяют своим клубам так называемые «поголовные» деньги. Каждый год в начале осени тренер составляет списки учеников, на основании которых утверждается финансирование на следующий год. «Поголовные» городские деньги клуб может получить на ребенка или подростка в возрасте от 7 до 20 лет, который зарегистрирован и проживает в населенном пункте.

Количество учеников в клубе город лимитирует. Например, местные власти дают квоту на 80 человек. Если же в клубе занимаются 100 спортсменов, то за «лишних» 20 город не платит. Если подросток посещает две секции, то родители должны выбрать, какая из них будет приоритетной.



Тренеры (слева направо) Сергей Губарев, Игорь Чичинев, Самуил Каминский

ОТ МАССОВОСТИ К БЛАГОПОЛУЧИЮ

Таким образом, массовый детский спорт и спорт высших достижений обрели государственную поддержку, а вот тренеры долгое время оставались в тени без достойного субсидирования. Им, правда, выплачивали одноразовые премии за медали воспитанников на чемпионатах мира и Европы, но о регулярных зарплатах соответствующего уровня не было и речи. Долгое время единственным источником дохода даже у наставников чемпионов мира и Европы оставались их небогатые клубы. Государство, олимпийский комитет, федерация в финансовой поддержке фехтовальных специалистов не участвовали.

Многие тренеры оформляли себе стипендии, чтобы избежать лишних трат на налоги (стипендии не облагались налогами). Государство, чтобы



Кайдо Кааберма с женской сборной Эстонии по шпаге

пресечь эту ситуацию и увеличить поступление налоговых средств в казну, разработало схему, по которой часть зарплаты тренерам выплачивается из бюджета, остальное берет на себя клуб. В выигрыше оказались все: в бюджет страны потекли налоги, тренеры же смогли оформить официальное жалование.



В верхнем ряду слева направо: Эрика Кирпу, Юлия Беляева, Анну Харк, Нелли Паю. Внизу: генеральный секретарь Федерации фехтования Эстонии Юри Сальми и тренер юниорской сборной Виктор Кирпу



Николай Новоселов

и новации, с одной стороны, а традиции, с другой, – стиль работы современных тренеров в Эстонии.

ЭСТОНИЯ – ФЕХТОВАЛЬНАЯ ДЕРЖАВА

Удивительно, но, несмотря на трудные времена, Эстонии удалось удержать репутацию фехтовальной державы. Практически каждый год эстонские фехтовальщики завоевывали медали на чемпионатах мира и Европы во всех возрастных группах.

О том, что в Эстонии есть сильная шпажная школа, свидетельствуют успешные выступления юниоров. В 1990-х – начале 2000-х на первенствах в этой возрастной группе блистали Оксана Ермакова (ставшая в одном и том же 1993 году третьей на юниорском первенстве мира и чемпионкой во взрослой категории), Маарика Вызу, Мербе Эскен, Хейди Рохи, Кайдо Кааберма, Сергей Вахт, Николай Новоселов, Меэлис Лойт, Ольга Алексеева, Ирина Замковая. Чуть позже эстафету подхватили Валентина Грибова, Ирина Эмбрих, Свен Ярве. В конце 2000-х подтянулась молодежь, которая росла и постигала азы фехтования уже в независимой Эстонии: Эрика Кирпу, Юлия Беляева, Нелли Пау, Юлия Зуйкова, Ану Харк.

Повзрослев, Эрика Кирпу и Юлия Беляева гармонично влились во взрослую команду и, вместе со старшими коллегами Ириной Эмбрих и Кристиной Кууск, начиная с 2012 года многократно поднимались на пьедесталы мировых и европейских чемпионатов. Беляева выиграла личный турнир на чемпионате мира 2013 года в Будапеште. Победную традицию старших подруг продолжила Катрин Лехис, которая трижды возвращалась с юниорских первенств с личной медалью (в 2014-м – с золотой), а в 2018 году выиграла и взрослый чемпионат Европы. Кстати, в 2018-м в сербском городе Нови-Саде эстонские шпажистки показали практически максимальный результат, выиграв в личном первенстве полный комплект медалей: Кууск завоевала «серебро», а Беляева – «бронзу».

В мировую фехтовальную элиту заслуженно вошел Николай Новоселов, ставший двукратным чемпионом мира. Даже в самые трудные для него и страны времена он не сломался, не бросил фехтование, и его упорство было вознаграждено.

Несколько лет назад и олимпийский комитет Эстонии ввел ежемесячные выплаты наставникам, ученики которых показывают высокие результаты на мировых первенствах. За медали на чемпионатах Европы и мира как спортсменам, так и тренерам выделяются средства на два последующих года.

Сложившаяся сегодня в Эстонии система финансирования спортивных клубов, школ, обществ держит тренеров в постоянном тонусе, подстегивая к активным действиям. В чем это выражается? Тренеры регулярно проводят наборы новых учеников, благодаря чему фехтование становится все более массовым видом спорта. В связи с высокой конкуренцией они заинтересованы в повышении квалификации, так как, выбирая клуб, юные спортсмены и их родители предпочитают тот, где у наставников больше опыта и знаний. Тренеры работают с полной самоотдачей, благодаря чему ученики показывают хорошие результаты – а это и зарплата, и признание – и клуб попадает в число престижных.

Наставник дорожит каждым своим воспитанником. Ему необходимо заинтересовать и удержать спортсмена в клубе, поэтому творческий подход

ШКОЛА И ТРАДИЦИИ

Как же удалось эстонской шпаге не просто остаться на плаву, а сохранить свое высокое место в мире фехтования? Достижения стали возможными прежде всего благодаря сильной школе и мощным традициям, заложенным некогда такими выдающимися наставниками, как Эндель Нелис и Клавдий Ядловский. Традиции эти продолжили яркие и опытные тренеры, воспитанные еще в советское время: Игорь Чикинев, Георгий Зажицкий, Виктор Кирпу, Самуил Каминский, Анатолий Яснов, Петер Нелис, Хелен Нелис-Наукас.

Сегодня эстонское фехтование сконцентрировано в трех городах: один клуб находится в Хаапсалу, два – в Тарту, восемь – в Таллине. Количество спортсменов в клубах варьируется от десятка до сотни, в зависимости от количества тренеров, условий и целей.

В Хаапсалу и в Таллине построены два современных специализированных фехтовальных зала, однако в столице многие клубы продолжают работать на своих спортивных базах. Это связано с местной спецификой: в чьей собственности находится клуб, где он расположен, каковы его вместимость и загруженность, сколько стоит аренда. В Тарту оба клуба используют единственный в городе фехтовальный зал – еще советской постройки, но с обновленным оборудованием.

В небольшой стране с населением в 1,3 миллиона человек конкуренция между видами спорта очень высокая, но благодаря высоким результатам на международной арене фехтование в Эстонии пользуется популярностью. Поэтому проблемы с набором учеников хотя и существуют, но вполне решаемы. Тренеры, которые хотят и любят работать с детьми, без дела не остаются и недостатка в воспитанниках не испытывают.

В целом же следует сказать, что спорт в Эстонии ценят и любят. Занятия спортом и физкультурой носят массовый характер как среди детей, так и среди взрослых. Эстонцы гордятся достижениями своих спортсменов мирового уровня – их узнают на улице, их знает вся страна. 🇺🇸

ДОСТИЖЕНИЯ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НЕЗАВИСИМОЙ ЭСТОНИИ

«Золото»

Женская сборная по шпаге –
ЧМ-2017, ЧЕ-2013, 2016

Оксана Ермакова – ЧМ-1993

Николай Новоселов – ЧМ-2010, 2013

Юлия Беляева – ЧМ-2013

Катрин Лехис – ЧЕ-2018

Ольга Алексеева – Универсиада-2005

«Серебро»

Женская сборная по шпаге –
ЧМ-2002, 2014, ЧЕ-2015

Мужская сборная по шпаге – ЧМ-2001, ЧЕ-2015

Маарика Вызу – ЧМ-2005, ЧЕ-2003

Ирина Эмбрих – ЧМ-2006

Николай Новоселов – ЧМ-2017, ЧЕ-2012, 2017, 2018

Кайдо Кааберма – ЧЕ-1997, 2000

Кристина Кууск – ЧЕ-2018

«Бронза»

Женская сборная по шпаге – ЧМ-1995,
ЧЕ-2012, 2018, Универсиада-2003

Ирина Эмбрих – ЧМ-2007,
ЧЕ-2007, Универсиада-2005

Эрика Кирпу – ЧМ-2014

Кейдо Кааберма – ЧМ-1999, ЧЕ-2001

Виктор Зуйков – ЧЕ-1996

Хейди Рохи – ЧЕ-2001

Юлия Беляева – ЧЕ-2017, 2018

Ольга Алексеева – Универсиада-2001

Николай Новоселов – Универсиада-2001

НЕВЫНОСИМАЯ ЛЕГКОСТЬ ЭМОЦИИ

Елена Гришина

За время самоизоляции настоящим трендом стало проведение прямых эфиров в «Инстаграме». Мы тоже не остались в стороне и за два месяца провели несколько программ с участием известного психолога, заслуженного мастера спорта, двукратного призера Олимпийских игр по фристайлу (могул) Елизаветы Кожевниковой. Темы для обсуждения брали разные, но они все касались психологии большого спорта.

Вопросы спортивной психологии — не самая простая и популярная тема, однако более 200 просмотров каждого эфира, многочисленные вопросы и просьбы о записи новых эфиров вдохновляли и поддерживали нас.

Одна из передач была посвящена эмоциям. Тема большая, непонятная, местами загадочная. Мы решили, как говорится, на пальцах разъяснить, что такое эмоции и что с ними делать в спорте.

— Спорт — это очень эмоциональная сфера. От силы проявления эмоций, от умения контролировать их зачастую зависит результат. На эмоциях можно выиграть, но их избыток способен и навредить. Как найти середину?

— В отношении эмоций очень много мифов и недопонимания. Когда спортсмен на соревнованиях: фехтовальщик на помосте, фигурист на льду или фристайлист на трассе — выглядит эмоциональным, включенным в ситуацию, то, как правило, он показывает хороший результат. Ведь когда человек в контакте со своими эмоциями, то он в полном контакте со своим телом и поэтому способен продемонстрировать те навыки, которые заучил на тренировках. Проблемы начинаются в двух случаях. Во-первых, когда человек находится в состоянии заблокированных эмоций — и тогда мы видим «покер-фейс», то есть абсолютно нейтральное выражение лица. Во-вторых, если эмоций слишком много и спортсмен их так боится, что срывает «тумблер» — выключения эмоций. В результате спортсмен перестает чувствовать тело и не в состоянии им владеть в той же мере, как и в нормальной ситуации. Он жалуется на то, что не чувствует скорости, дистанции или, допустим, веса снаряда или траектории.

— А такие состояния можно отследить? Есть какие-то маркеры?

— Конечно, можно. Первое — это абсолютно нейтральное, неэмоциональное выражение лица. Еще разрыв контакта: ты о чем-нибудь спрашиваешь спортсмена, а он тебе ничего не отвечает или отвечает невпопад. Еще — попытка самоизоляции: ты хочешь, чтобы спортсмен пришел, с тобой поговорил, а он избегает тебя. Признаком бесчувствия является и такое описание своего состояния: «У меня все в порядке. Я ничего не чувствую плохого. Нормально все».

Приведу два примера из биатлона — один соревновательный, другой тренировочный. Они касаются одного и того же человека. Обычный тренировочный день: «Как дела?» — «Все отлично, никаких новостей. Только пульс зашкаливает ночью. Плюс я чувствую себя абсолютно подавленной. Погода, наверное». Понимаю, что идет диссоциативный процесс, скорее всего, подавлены какие-то сильные эмоции, и начинаю выяснять: «Как ты думаешь, если бы ты чувствовала сейчас что-то, то что бы ты чувствовала?» И человек отвечает: «Ну, я сейчас не дорабатываю тренировки, потому что идет дождь и я боюсь заболеть. Плюс я после операции

ЕЛИЗАВЕТА КОЖЕВНИКОВА

- Серебряный призер зимних ОИ-1992 и бронзовый призер зимних ОИ-1994 по могулу.
- Единственная россиянка, выигравшая олимпийскую медаль в могуле
- Заслуженный мастер спорта России.
- Спортивный журналист и комментатор. Автор книги «Горные лыжи с самого начала».
- Спортивный психолог.
- Награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени.



и у меня нога болит. И у меня сильное чувство вины из-за этого, совесть мучает».

То есть вина — это мощное токсичное чувство, которое человек плохо перерабатывает, просто вырубает этот тумблер и создает внутри себя диссоциативную защиту.

А теперь перемещаемся в зону соревнования, в ситуацию активного стресса. «Как ты чувствовала себя сегодня?» — спрашиваю после вдрызг проигранного соревнования. «Да все было отлично, — отвечает. — Только вот я стакан сломала на завтраке прямо в руке. Потом на разминке так бежала, что сломала палку».

Делаем вывод — у человека мощное возбуждение, которое так нарушает координацию, что происходят следующие вещи: он не может соизмерить давление на стакан, не чувствует силы нажима на палку, но не осознает этого нарушения. Проще говоря, тело «долбит», а в голове полный штиль. Поэтому в спорте очень важно воспринимать эмоции не просто как топливо, на котором приятно соревноваться. Это лишь во вторую очередь. Главное — иметь полный контакт с эмоциями, то есть быть способным на сто процентов себя регулировать: выдерживать нагрузку, выдавать сложный коор-

динационный рисунок, причем спонтанно и суперточно. То есть, когда мы говорим об эмоциях, это не о «приятно-приятно», а об абсолютно профессиональном функционале. Если ты в контакте с эмоциями, понимаешь их, то можешь отрегулировать себя. Если нет — то не можешь.

— Какие методы регулирования существуют?

— Главное, когда обращаешься к теме эмоций, — понимание, что же это такое. Эмоции — древнейший механизм саморегуляции и самосохранения. Поскольку ему много миллионов лет, он срабатывает автоматически. Первый шаг к контролю над эмоциями — это знать, как они проявляются через тело, какое запускают поведение. И не бояться их. Даже очень сильные негативные эмоции — это всего лишь впрыск гормонов: адреналина, норадреналина, кортизола. При отсутствии таких знаний ситуации высокого стресса спортсмен склонен воспринимать неправильно. Голова говорит: «Все, мне плохо. Я прямо сейчас, через несколько мгновений умру. Нужно срочно снижать нагрузку, выходить из этой «опасной» ситуации». Здесь очень важно объяснить спортсмену, что да, это адреналин, но такое состояние не длится вечно, оно временное.



Если мы понимаем процесс, тогда остаемся «в деле». Если не понимаем – интерпретируем ситуацию как травматичную и «делаем ноги». Ведь что такое травматичная ситуация? Это та, которую мы не можем объяснить. Если успеваем объяснить, например: «Я понимаю, почему бегу кросс на пульсе 170 при температуре 30 градусов. Я понимаю, почему мне плохо», – то это нормальная рабочая ситуация, которую я выбрал сам. А если я, что называется, на автопилоте: у меня выброс адреналина, пошел высокий пульс, участилось дыхание, мне стало страшно – то велика вероятность, что я из этого кросса выпаду.

– Спортсмен, как правило, не может сам отследить у себя такое состояние: он находится внутри ситуации. Предположим, тренер во время тренировки отследил состояние ученика. Как ему лучше действовать? Подойти и сказать, напрямую «открыть эти двери»? Спортсмен наверняка будет отнекиваться.

– Поскольку система эмоциональных реакций формировалась много миллионов лет, мы должны научить спортсмена противостоять этим защитным рефлексам. И этот тренировочный процесс тоже долгий.

Первое: мы даем атлету всю информацию о том, как влияют эмоции на его тело, – и повторяем это много раз. Но этого недостаточно. Когда спортсмен оказывается в стресс-ситуациях, в большой нагрузке, его все равно наверняка «вынесет». Поэтому, пока он не разовьет свою осознанность, очень нужен тренер, который будет напоминать: «Так, так, все нормально. С тобой ничего страшного не происходит. Это твоя защитная реакция. Ты как, со мной? Тело чувствуешь?» Ответ: «Да», – и спортсмен продолжает работать.

Это очень важно делать, потому что, когда начинается адреналиновая реакция, атлет теряет взрослую позицию, перестает быть в строгом смысле собой, пугается, регрессирует, и все его мышление и действия нацелены на сброс нагрузки, на то, чтобы избежать этой ситуации. Поэтому здорово, когда есть кто-то взрослый рядом, кто способен вытащить его из такого состояния.

Есть в моей практике атлеты, с которыми мы в этом процессе добиваемся классного результата. Они делают следующее: выходят на тренировку и работают на уровне более интенсивном, нежели привыкли работать, то есть загоняют себя в психотравматичную ситуацию. Но, поскольку

они знают, что сейчас будет происходить с их эмоциями и с их телом, они в состоянии перерабатывать в голове все эти негативные ощущения и страшные мысли типа: «Я сейчас умру, у меня сейчас случится инфаркт. Я перетренируюсь, весь сезон коту под хвост». Они знают, что это просто внутренний текст мозга, нацеленный на то, чтобы убрать организм из тяжелой стрессовой ситуации. Знают – и остаются в задаче, двигая таким образом свой порог.

Согласно исследованиям английского физиолога Арчибалда Хилла, в лабораторном смысле мышца не устает. Механизм усталости обуславливается психикой. То есть у человека есть порог, после которого он привык чувствовать себя уставшим. Появляется страх: вот тут уже опасно. Наша психика блокирует выход за этот порог. И именно на тренировке мы можем немного отодвинуть его. И делать это нужно именно так – компенсировать свои негативные аффекты.

В спорте высших достижений деньги платят именно за то, чтобы в этой запороговой зоне функционировать суперэффективно: точно, эмоционально, выносливо. Этого не получится, если ты не натренировал себя. А натренировать не получится, если не понимаешь защитных феноменов эмоций: что они ощущаются как очень болезненные, как реалистичные, но де-факто не причиняют вреда. Они просто пытаются тебя застраховать от выхода в зону дистресса. Получается, что в современном спорте атлет должен научиться осознавать свои эмоции и работать с ними, это должна быть его компетенция.

– А на соревнованиях что делать? Ведь очень часто мы видим ситуации, когда от эмоций спортсмена буквально «штормит». И хорошо готовый атлет не может показать даже 10 процентов того, на что способен. Тренер видит, что спортсмен в отключке. Есть какие-то методы, чтобы вернуть его в соревнование?

– Конечно, есть. Прежде всего, тренер, который долго работает с воспитанником, должен понимать, что это состояние – биологический ответ спортсмена на стресс. Как мы знаем, есть только две реакции на критическую ситуацию: «бей, беги» или «замри». Если атлет реагирует по типу «замри», то ему нужен один вид поддержки. Атлету так страшно, что его психика цепенеет. Тогда мы напоминаем ему про безопасность, напоминаем, что он сейчас находится не в Марианской впадине в одиночестве, а в теплом зале. Что это – хоть и Олимпийские – но всего лишь игры и его жизни и здоровью ничто не угрожает. Говорим ему: «Я с тобой, я тебя не буду критиковать», – в общем, успокаиваем. Тогда он потихоньку возвращается в свое окно стресс-терпимости и приходит в чувство, в тело. Есть шанс, что он начнет

выдавать спонтанную модель движения, которой он научился за много тысяч часов тренировок.

Если у атлета реакция «бей, беги», то мы его поддерживаем другими способами. Обычно такого рода спортсмены – злюки. Если у них не получается идеально, они дико напрягаются, приходят в ярость, но молчат. Пытаются действовать сложно и рискованно, но с напряженным телом не могут исполнить задуманное, и все заканчивается или грубыми техническими ошибками, или избеганием: «Я больше не хочу тут быть». Таких атлетов важно сначала замедлить: «Что ты сейчас чувствуешь? Обрати внимание на тело», – а потом вернуть контакт с эмоцией: «На что ты злишься? Чего хочешь? Как можешь себе сейчас помочь? Правильно, подышать и расслабиться». Это важно – зацепить злость и вытащить ее наружу. Потому что, когда мы злимся, мы в контакте с этой эмоцией. Злость – очень энергетически насыщенная эмоция, и в ней огромное количество силы, на которой получают классные выступления.

– Не так-то просто уловить момент, когда нужно разговаривать человека, и сделать это так, чтобы сработало.

– В каждом процессе есть тонкости. Но есть и общий алгоритм. Если ты атлет и чувствуешь себя аномально, первое, что нужно сделать, – это сказать о своих чувствах. Хоть в космос, хоть тренеру, хоть по телефону. Потому что, когда ты говоришь, вербализуешь свои эмоции, все – процесс пошел. Ты перестаешь блокировать тело. Мне спортсмены наговаривают звуковое сообщение перед стартом. То есть, когда они вдруг ощущают, что у них пошла эта симптоматика: «Я перестал что-либо чувствовать; я перестал чувствовать страх; я вдруг стал чувствовать тяжесть в теле; подавленность», – они уже знают, что это симптоматика подавленных чувств. Для таких случаев у них от меня есть очень простая инструкция: идишь и все тренеру выговариваешь или записываешь мне звуковое сообщение. Очень важно все это из себя достать. Полтора-двух минут достаточно, чтобы человек пришел в полную норму.

Тренировка эмоционального аппарата – это самое болезненное, что есть не только в спорте, а вообще в жизни. Но в спорте ты можешь на этом заработать. То есть если ты натренировал свой эмоциональный аппарат, если ты под хорошим контролем специалиста проломил свои защиты, то уже знаешь: «Вот пришла волна, и я на нее могу не реагировать. Эта волна означает адреналин. Она сейчас пройдет. Я ее отпущу. И поэтому я могу сконцентрироваться на том, что у меня на дорожке, и на своем теле». И дальше входишь в потоковое состояние и действуешь. Потоковое состояние – это оптимальное боевое



ему позволяешь быть, то можешь сфокусироваться на процессе. Тогда войти в поточное состояние – это где ты действуешь автоматически, спонтанно, где твое тело выдает сложнейшую комбинаторику – очень просто. Я здесь и сейчас – не в прошлом и не в будущем. Я не оцениваю себя – я не хороший, не плохой. Я позволяю телу выполнить работу, «убирая» голову. Я сфокусирован только на одном – на бое.

– Если спортсмен сам захочет начать изучать себя и свои эмоции, что ты рекомендуешь почитать? С чего начать?

– Можно почитать книги американского психиатра Роберта Лихи «Свобода от тревоги», «Лекарство от нервов». Также рекомендую своим атлетам книгу Расса Хэрриса «Ловушка счастья. Перестаем переживать, начинаем жить». Эффект очень хороший: читают, понимают, что такое эмоции, что их не надо бояться, что от них не умирают и что просто к ним нужно правильно относиться.

состояние, которому нас учили в институте. Но нас также учили: чтобы его достичь, нужно подавить все негативные мысли и чувства. Мой вопрос: куда ты их денешь? Чем больше ты пытаешься подавить негатив, тем хуже ты себя чувствуешь, тем сильнее телесное возбуждение. Невозможно отгородить себя от негативных переживаний! Поэтому действуем по обратному принципу: принимаем дискомфорт как нормальную данность. Он не страшен. Если ты

К сожалению, на российском пространстве практически нет переводных книг по оперированию эмоциями именно в спортивном ключе. Есть еще одна очень известная книга – «Эмоциональный интеллект» Дэниела Гоулмана. Ее тоже могу порекомендовать, она очень подойдет для точки входа. Это научпоп, и там все очень понятно описано. Главное – сделать первый шаг в этом направлении, и уже очень скоро многое будет понятно. ■



движение к цели

+7 (495) 225-27-27

Точное решение транспортных задач. Группа компаний «Н-Транс» – ведущий транспортно-инфраструктурный холдинг на российском транспортном рынке. В состав группы входит крупнейший частный железнодорожный оператор России – группа Globaltrans (ОАО «Новая перевозочная компания», ООО «Севтехнотранс», ООО «БалтТрансСервис») и крупнейший контейнерный портовый холдинг в России – группа Global Ports (ОАО «Петролеспорт», ООО «Моби Дик», ООО «Восточная стивидорная компания», ЛП «Янино»).

Реклама

Ан гард! Закачайтесь!

Быстрый интернет
от МегаФона

МЕГАФОН

