

МОСКОВСКИЙ

№1 (13)/2009

# ФИГУРИСТ

Вестник Федерации фигурного катания на коньках города Москвы

**Москва начала подготовку к Сочи-2014**

Актуальное интервью

**Знай наших!**

Не случайная чемпионка

**Искусство катания фигур**

Мастер-класс

**Сердце, тебе не хочется покоя...**

Диспансеризация

**«Вторая» оценка для личности**

Судейская практика



**Рабер**  
Ирина Яковлевна,  
президент Федерации  
**Горшков**  
Александр Георгиевич,  
вице-президент  
**Чайковская**  
Елена Анатольевна,  
вице-президент  
**Зайцев**  
Вячеслав Иванович,  
ответственный секретарь

Члены президиума:  
**Аксенов**  
Эдуард Михайлович  
**Гончаров**  
Михаил Анатольевич  
**Горелик**  
Александр Юдаевич  
**Кандыба**  
Светлана Петровна  
**Киташева**  
Софья Николаевна  
**Козлов**  
Анатолий Фомич  
**Кубашевская**  
Людмила Ивановна  
**Кудрявцев**  
Виктор Николаевич  
**Петров**  
Владимир Иванович  
**Примаченко**  
Наталья Игоревна  
**Роднина**  
Ирина Константиновна  
**Тимохина**  
Мария Владимировна

«Московский фигурист»  
Бюллетень Федерации фигурного катания  
на коньках г. Москвы за I квартал 2009 г.  
Издатель: Редакционно-издательский центр  
«Северо-Восток»

Генеральный директор: Юрий Сорокин  
Главный редактор: Ольга Вережемская  
Дизайн-проект: Татьяна Птухина  
Бильдредатор: Ольга Вережемская  
Фото: Ольга Тимохова,  
Михаил Бибииков  
Выпускающий редактор: Дмитрий Бученков  
Верстка: Наталья Лукашина  
Цветокоррекция: Дмитрий Буряк  
Доставка и распространение:  
телефон 407-5200

Адрес федерации: пр. Мира, 18  
Телефон: 680-1763  
Адрес редакции (для писем):  
1290990, Москва, просп. Мира, 18  
Телефон: 732-5995  
e-mail: mosfigurist@mail.ru

Отпечатано в ОАО «Московская  
Типография №2»  
Тираж 1000 экз. Заказ №93  
Подписано в печать 13.03.2009 г.  
Фото на 1-й обл. Аделина Сотникова  
Фото на 4-й обл. Анастасия Мартюшева  
и Алексей Рогонов

## В НОМЕРЕ:

**НОВОСТИ** **1**  
**СПЕЦРЕПОРТАЖ**

**Чемпионат России-2009** **4**  
Казань, 25-28 декабря, 2008 год

**АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ**  
**Запущен обратный отсчет** **8**  
Москомспорт начал программу  
подготовки московской  
команды к Сочи-2014

**ЗНАЙ НАШИХ!**  
**Не случайная чемпионка** **13**  
Воспитанница ЦСКА  
Аделина Сотникова  
выиграла  
чемпионат  
России



**МНЕНИЕ**  
**Евгений Платов:**  
**Я всегда работаю**  
**только на результат** **16**  
Жизнь русского тренера  
за рубежом

**ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ**  
**Сердце,**  
**тебе не хочется покоя...** **20**  
Предупреждение  
и профилактика  
внезапной смерти  
спортсменов

**МАСТЕР-КЛАСС**  
**Искусство катания фигур:**  
**почувствуйте разницу** **24**  
Отставание в освоении  
базовых ценностей  
фигурного катания  
пора преодолеть

**СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА**  
**«Вторая» оценка для личности**  
Фигурное катание лишь наполовину спорт, все остальное — искусство **27**



**МОЙ ТРЕНЕР**  
**Без срока давности** **32**  
Мария Бутырская: 10 лет назад  
Елена Чайковская подарила  
России заветное золото

**СИНХРОННОЕ КАТАНИЕ**  
**Москва наращивает присутствие** **34**  
В Губкине Белгородской области  
прошли чемпионат и Первенство  
России по синхронному катанию

**ТЕХНОЛОГИИ**  
**Обувщики с простой фамилией GRAF** **37**  
Банки, часы, сыр, шоколад —  
это далеко не все, чем славится  
Швейцария

**ЮБИЛЕЙ**  
**Дебют на ледовой сцене** **40**  
Полвека назад прошла премьера  
московского «Балета на льду»

**ШКОЛЫ**  
**О скитаниях вечных...** **42**  
После закрытия катка «Кристалл»  
группа Мордасовой  
оказалась на улице

**ДОКУМЕНТЫ** **45**  
**РЕЗУЛЬТАТЫ** **46**

MONDOR GRAF WIFA MK EDEA

**ТД ФК**  
Торговый Дом Фигурного Катания

TRADE HOUSE of FIGURE SKATING  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР КОМПАНИИ **RISPORT** SKATES

**ВСЕ ДЛЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ.**  
**С ПЕРВОГО ШАГА ДО ПОБЕДЫ В СОЧИ 2014!**

107076 Москва Колодезный пер., Д. 3, стр. 4. Адрес магазина: М «Сокольники», Сокольническая площадь, дом 4А  
Тел.: (499)268 39 61, (499)269 89 72. [www.ledosport.com](http://www.ledosport.com) [info@ledosport.com](mailto:info@ledosport.com)

на правах рекламы

Новая Спортивная Компания — эксклюзивный дистрибьютор компании GRAF в России, официальный дистрибьютор ведущих мировых производителей экипировки для Фигурного катания

**NSC**  
Новая Спортивная Компания  
тел.: (495) 955-4273/28  
факс (495) 952-4300  
E-mail: [n.sportco@nsportc.ru](mailto:n.sportco@nsportc.ru)  
<http://www.figurepro.ru>

**GRAF**  
**JACKSON**  
**WIFA**  
**ULTIMA**  
**MK** SKATEWITHSTYLE  
**WILSON Skates** PRACTICE MAKES PERFECT  
**NSC**

Фигурные коньки  
Ботинки для Фигурного катания  
Лезвия  
Аксессуары

Официальный партнер Федерации Фигурного катания России  
Экипировщик сборной команды России по Фигурному катанию

на правах рекламы



Любовь Илюшечкина —  
Нодари Маисурадзе

## Юниорская сборная успешно выступила на чемпионате мира среди юниоров в Софии

В Софии (Болгария) завершился чемпионат мира среди юниоров, который оказался очень успешным для российской сборной: 2 золотые, 1 серебряная, 2 бронзовые медали привезли на родину наши фигуристы. В женском одиночном катании долгожданную золотую медаль завоевала Алена Леонова из Санкт-Петербурга, обойдя по сумме баллов (157,18) американскую звездочку Кэролайн Джанг (154,67) и опытную Эшли Вагнер (153,57). Вторая наша участница москвичка Оксана Гозева — на 9-м месте.

Также порадовал всех своим выступлением дебютант чемпионата мира Артем Григорьев, который сумел в произвольной программе подняться на 3-е место и завоевать бронзовую награду, по сумме баллов (184,40) опередив Дениса Тэна из Казахстана (183,77). 1-е место среди юношей завоевал американец Адам Риппон (222 балла), на 2-м месте чех Михаль Брезина (204,88). Наш второй участник Станислав Ковалев занял 16-е место.

В танцах на льду для наших лидеров Екатерины Рязановой и Джонатана Гурейро события разворачивались несколько драматично: после проката обязательного танца они занимали лишь 7-ю строку в таблице. Возможно, сказалось нездоровье Джонатана, который буквально накануне чемпионата заболел, и у него была высокая температура. Тем не менее после оригинального танца они поднялись на 2-ю позицию. Произвольный танец представил всех по своим местам: у россиян — брон-

зовая медаль (161,80). Наши дуэты Екатерина Пушкаш — Дмитрий Киселев и Марина Антипова — Артем Кудашев на 6-м и 11-м местах соответственно. Золото в танцах на льду выиграли ученики Игоря Шпильбанда и Марины Зуевой американцы Мэдисон Чок и Грег Зуерлин.

В парном катании, казалось бы, сюрпризов не предвиделось: на чемпионате поехали сильнейшие пары, от которых, безусловно, ждали только победы и призовых мест. Надо сказать, что ожидания были оправданы, хотя спортсмены умудрились все же внести некоторую интригу. Пара Любовь Илюшечкина — Нодари Маисурадзе исполнили свою короткую программу без помарок и заняли 1-е место. Пожалуй, никто не ожидал, что наша московская пара, чемпионы России среди юниоров, Анастасия Мартюшева и Алексей Рогонов откатают обязательную программу только лишь с 11-м результатом. Однако их тренер Наталия Павлова сумела настроить ребят на чистый прокат произвольной программы, в результате чего Мартюшева — Рогонов выиграли эту часть соревнований и с результатом 138,59 завоевали серебро. Любовь и Нодари были по произвольной вторыми, но с суммой баллов 144,32 стали чемпионами мира среди юниоров. Наша пара Екатерина Шереметьева — Михаил Кузнецов заняли 5-е место.

Московская Федерация фигурного катания поздравляет всех победителей и их тренеров с прекрасными результатами!

## Президиум Федерации избрал нового председателя спортивно-технического комитета

16 февраля на заседании президиума Федерации фигурного катания г. Москвы председатель спортивно-технического комитета Федерации Александр Горшков подал заявление с просьбой об отставке с этой должности. Такое решение Александр Георгиевич аргументировал тем, что он очень сильно загружен работой и по линии Международной Федерации (ISU), и по линии Олим-



пийского комитета России и, к сожалению, в полной мере свои функции на посту председателя выполнять не успевают. Тем более что в силу занятости на другой работе он не всегда находится в России, в то время как некоторые рабочие вопросы требуют его присутствия.

Александр Горшков выдвинул предложение назначить председателем спортивно-технического комитета Марину Саная, которая, являясь главным специалистом Федерации ФК Москвы, по словам Горшкова, все основные ежедневные рабочие функции председателя уже взяла на себя.

Президиум Федерации с пониманием отнесся к предложению Александра Горшкова и удовлетворил его просьбу об отставке, а также принял предложение о назначении на эту должность Марины Саная. Для этого в положение о спортивно-техническом комитете было внесено изменение. Если раньше президиум избирал председателя и заместителей комитета из состава президиума, то теперь решено избирать их из членов Федерации.

## Ветераны отечественного фигурного катания встретились в Останкине на Рождество



Как рассказала «МФ» член президиума Федерации, ответственная за работу с ветеранами Людмила Кубашевская, московская Федерация уделяет много внимания заботе о ветеранах. Одной из любимых форм работы с ветеранами являются их тематические встречи, которые проводятся три раза в сезон: приуроченные к открытию и закрытию сезона, а также на Рождество. Любимым местом встреч стал клуб «Ровесник» и ресторан «Кино» в Останкино. «Встречаясь, мы вспоминаем о лучших временах своей молодости, обмениваемся мнением

о современном фигурном катании, вспоминаем тех, кого уже нет с нами рядом. Возраст — это не только болезни, но еще и одиночество, которое давит на стариков сильнее недугов», — говорит Людмила Кубашевская.

О том, что старшее поколение, на плечах которого лежало отечественное фигурное катание 20-40 лет назад, еще полно сил, говорит то, как они проводят свои встречи: например, Нона Нестегина участвовала в эстафете на льду Останкина, хотя ей, как и Лидии Пидориной, в этом году исполнилось 86 лет.

Много средств Федерация ФК Москвы выделяет на оперативное лечение своих ветеранов, потому что, к сожалению, травмы, полученные в молодости, обостряются в зрелом возрасте. 10 лет назад Лидии Герасимовой (Горлинской) была проведена операция по замене тазобедренного сустава. В этом году потребовалась повторная операция, потому что за 10 лет сустав изнашивался. При стоимости операции в 80 тысяч рублей московская и российская федерация выделили по 20 тысяч рублей, то есть была оплачена практически половина операции, которая прошла благополучно. «Я думаю, что многим фигуристам предстоят такие операции в будущем», — рассуждает Людмила Ивановна, — так как это бесконечная работа с позвоночником, который разбит от многократных тысяч прыжков, приземлений на твердую поверхность, падений. А сейчас еще все эти заклены, бильманы, сложные спирали...» Деньги на сложнейшие операции также выделялись Нине Слеповой и Нонне Нестегину.

Как рассказал «МФ» генеральный директор Федерации Москвы Леонид Корниенко, на помощь и подарки ветеранам фигурного катания были выделены средства: в 2006 году — 55 тысяч рублей, в 2007-м — 74 тысячи, в 2008-м — 97 тысяч, в I квартале 2009 года — 110 тысяч рублей.

Особенно в моральном смысле тяжелой статьёй расходов является выделение средств на похороны друзей и соратников.

Совет ветеранов также следит за тем, чтобы «не прервалась связь времен». Благодаря многим их инициативам в Москве широко отмечали 100-летние юбилеи бессменного старшего тренера СЮП Татьяны Толмачевой-Гранаткиной, Самсона Глязера, Константина Лихарева. Соревнования, посвященные памяти Толмачевой-Гранаткиной, внесены во всероссийский календарь соревнований. Именно ветераны начали отмечать день памяти Станислава Жука, скорбная 10-летняя дата кончины которого была в ноябре 2008 года.

## Строительство УОР будет закончено в срок

Президент московской Федерации ФК Ирина Яковлевна Рабер на заседании президиума Федерации сообщила, что правительство Москвы увеличило финансирование строительства училища олимпийского резерва (Академии фигурного катания), которое возводится на северо-востоке Москвы. Средства, выделяемые на строительство, были в новом году пересчитаны с учетом новых цен на материалы и добавлены к финансирова-

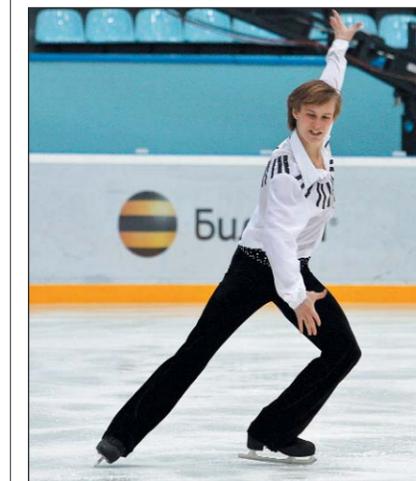
нию, чтобы этот проект был закончен точно в срок. В настоящее время в подвальных помещениях Ледового дворца идет отделка, уже собрана половина холодильных установок. Как сказала Ирина Яковлевна, есть определенная уверенность, что в августе «академия» откроет свои двери для работы и что свою сентябрьскую отчетно-выборную конференцию московская Федерация будет проводить именно там.



Московский фигурист №1/2009

## Сергей Добрин вернулся в Москву

Федерация ФК г. Москвы сообщает, что московский спортсмен Сергей Добрин расстался со своим тренером Алексеем Мишиным, так как по семейным обстоятельствам не может продолжать свои тренировки в Санкт-Петербурге. В настоящее время Сергей занимается на катке «Москвич» в группе молодого специалиста Виктории Волчковой.



## Семинаров будет больше

Президиум Федерации принял решение увеличить количество обучающих семинаров для тренеров. Последние соревнования по спецпрограмме (ЛД «Москвич», 10-13 февраля) в очередной раз показали, что юные фигуристы очень слабо владеют базовой техникой скольжения, а также что хореографическая подготовка спортсменов недостаточна. Кроме этого, множество нареканий со стороны судей вызвали ошибки тренеров при постановке программ. Александр Горшков внес предложение, которое было принято, — сделать градацию семинаров для школ и тренеров с учетом их специализации: отдельные семинары для тренеров начальной подготовки, отдельные — для юниорской и т.п. Елена Чайковская в этой связи заметила, что, возможно, имеет смысл «проводить не теоретические семинары, которых достаточно», а все же «выработать практику посещения школ и групп ведущими тренерами», для того чтобы «на месте посмотреть фигуристов, оценить их обученность базовым элементам катания, дать конкретные рекомендации тренерам».

Московская Федерация в этом сезоне сконцентрировала свое внимание на проведении не столько теоретических семинаров, сколько практических. Последние семинары подобного рода прошли 19 декабря 2008 года и 4 марта 2009 года на катках «Центральный» и «Хрустальный», которые для тренеров начальной подготовки проводила Людмила Минеева.

Принципиально новая идея поступила от Ирины Рабер, которая предложила после всех основных московских соревнований в обязательном порядке проводить совместные тренерско-судейские семинары, посвященные разборам прокатов фигуристов. Ирина Яковлевна отметила, что было бы эффективно для тренеров и судей подробное обсуждение каждого спортсмена по каждому элементу, тем более что наша система судейства позволяет показать и видеоповторы в записи, и все протоколы. Такая работа, по ее мнению, пошла бы на пользу и тренерам, и судьям. Дирекции ФК г. Москвы дано поручение заняться реализацией этого предложения.

## Избран новый ответственный секретарь Федерации

Им стал Зайцев Вячеслав Иванович. Прежний ответственный секретарь Петров Владимир Иванович подал заявление об уходе с этой должности по состоянию здоровья.



Казань, 25–28  
декабря, 2008 год

# Чемпионат

# России-2009



Анастасия Платонова —  
Александр Грачев



Александра  
Иевлева



Елизавета  
Туктамышева



Сергей Воронов



Кристина Горшкова — Виталий Бутиков

**Чемпионат России-2009 определил лидеров сборной нашей страны по фигурному катанию, то есть тех, кто в этом сезоне будет представлять Россию на самом высоком международном уровне в Хельсинки и Лос-Анджелесе.**



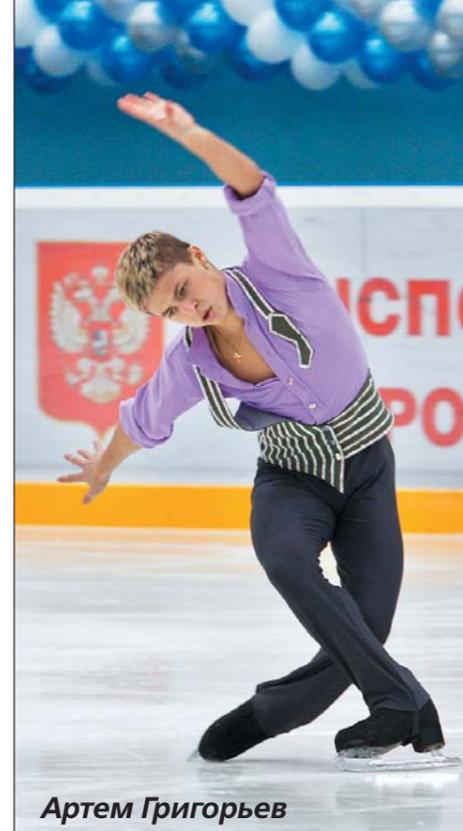
Юко Кавагути —  
Александр Смирнов



Наталья Михайлова — Аркадий Сергеев



Мария Мухортова — Максим Траньков



Артем Григорьев



Екатерина Рублева — Иван Шефер



Денис Леушин



Яна Хохлова — Сергей Новицкий



Алима Гершкович



**Софья Киташева,** главный специалист по фигурному катанию на коньках Центра сборных команд Москомспорта

# Запущен обратный отсчет

**Москомспорт начал программу подготовки московской команды к Сочи-2014**

— **Софья Николаевна, как проходит подготовка команды Москвы к Олимпиаде в Сочи?**

— Москомспорт выступил инициатором создания экспериментальных групп по зимним видам спорта для подготовки команды Москвы к Олимпиаде 2014 года. Работа по их формированию началась на основе результатов, достигнутых московскими спортсменами на первой зимней Спартакиаде молодежи 2008 года, так как именно этот возраст попадает на самый пик возрастной формы к Олимпийским играм.

При этом все победители и призеры спартакиады в мужском одиночном ка-

**Уровень катания наших московских юниоров максимально приближен к мировому**

тании практически соответствуют самым высоким международным требованиям в фигурном катании. Так, 1-е место на прошлой спартакиаде занял Артем Бородулин (тренер Елена Буянова), который в том же сезоне на чемпионате мира среди юниоров стал серебряным призером.

Планировать состав команды в женском одиночном катании будет сложнее, потому что у девушек как раз в этот период начнутся проблемы переходного возраста. В данный момент в Москве есть спортсменки, которые нас очень радуют своими успехами. Кто мог еще год назад предполагать, что наша девочка-юниорка Аделина Сотникова (тренер Елена Буянова), включенная в экспериментальную группу Сочи-2014 запасной, выиграет взрослый чемпионат России? Потом повторит свой успех на Первенстве страны среди юниоров? У нас есть еще одна замечательная девочка, которая проявила себя годом раньше, — Полина Шелепень (тренер Этери Тутберидзе). Отмечу Екатерину Козыреву (тренер Елена Жгун), которая, я считаю, успешно преодолевает проблемы

## Досье

**Киташева Софья Николаевна**

Одиночное фигурное катание. Кандидат в мастера спорта СССР.

Окончила ГЦОЛИФК (1972 год). Старший тренер школы фигурного катания общества «Динамо» (1977-1993).

Судья международной категории (с 1989 года) Начальник СДЮШОР ЦСКА (1997-2001)

Главный специалист по фигурному катанию на коньках Центра сборных команд Москомспорта (с 2001)

**Тренеры:** Светлана Тарасова, Ирина Абсалямова, Эдуард Плинер  
**Ученики:** Юлия Матвеева, Ольга Кондрашева, Сергей Новицкий и другие.

пубертатного периода. Безусловно, мы надеемся на них всех, всячески будем им помогать. Самое главное, чтобы руководители школ, тренеры понимали особенности девичьего организма и проявляли огромное терпение и профессионализм.

Что касается танцев на льду, то здесь наши позиции всегда были достаточно сильны, и неудивительно, что победители и призеры прошлой Спартакиады молодежи стали призерами чемпионата мира среди юниоров. В последние годы в Москве сложились несколько сильных конкурирующих между собой танцевальных групп под руководством таких тренеров, как Ирина Жук и Александр Свинин (СДЮШОР «Юность Москвы», Сокольники), Светлана Алексеева и Елена Кустарова (СДЮСШОР №85), Елена Анатольевна Чайковская (ЭШВСМ «Воробьевы горы»), Ксения Румянцева и Петр Дурнев (СДЮСШОР №37), Александр Жулин (ЭШВСМ «Москвич»). Такие танцевальные пары, как Екатерина Боброва — Дмитрий Соловьев, Кристина Горшкова — Виталий Бутиков — победители прошлых зимних спартакиад среди учащихся России — заняли достойное место среди взрослых танцевальных пар. →



Отставание московского парного катания от других видов успешно преодолено благодаря мерам, своевременно принятым Москомспортом и Московской Федерацией. Весомую помощь в организации этой группы парного катания оказывает президент Федерации фигурного катания на коньках Москвы Ирина Яковлевна Рабер. В Москву была приглашена заслуженный тренер России Наталия Павлова, ее группе были созданы все необходимые условия для тренировок: спортсмены обеспечены льдом, жильем, питанием, инвентарем, костюмами, медицинским обслуживанием. Кроме того, Наталии Павловой были созданы условия для формирования новых пар. За три сезона эта группа показала столь весомые результаты, что Москва сегодня успешно конкурирует не только в юниорской возрастной категории с другими российскими регионами, но и составляет конкуренцию Санкт-Петербургу в подготовке взрослых спортивных пар.

— **То есть уже намечен список спортсменов, которые будут выступать в Сочи?**

— Да, в состав экспериментальной группы вошли победители и призеры 1-й зимней Спартакиады молодежи 2008 года, чемпионата России и Первенства России 2009 года. Сегодня у нас много сильных спортсменов, но предсказать, кто из них через шесть лет поедет на Олимпиаду, очень сложно, тем более что у многих спортсменов еще юниорский возраст. За исключением двух последних лет олимпийского цикла этот состав будет переменным и будет включать спортсменов, отвечающих жестким требованиям и показавших запланированные результаты.

Только при конкуренции возможна настоящая спортивная борьба, только так мы придем к победным результатам! Кроме того, нам будет понятно, кто принимает и выдерживает конкурентную гонку. Но даже если по итогам сезона мы вывели какого-то спортсмена из списка команды, это не означает, что он исключается из круга нашего внимания. Наоборот, не желая никого терять,

мы стараемся разобраться в возникших у спортсмена проблемах и все делаем для их разрешения.

В следующем спортивном сезоне начнется непосредственная подготовка к Олимпийским играм в Ванкувере, а затем мы приступим к четырехлетнему циклу подготовки к сочинской Олимпиаде.

— **Что конкретно предусматривает программа подготовки?**

— С 1 января 2009 года начнется финансирование, в которое закладывается

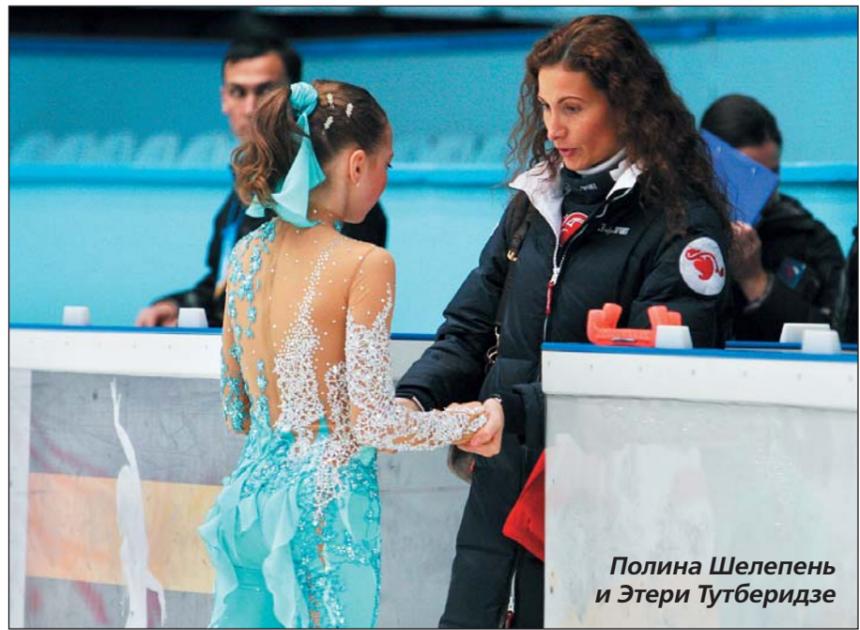
**За попадание в олимпийскую команду будет большая конкуренция**

прежде всего материальное обеспечение спортсменов: коньками, ботинками, костюмами, планируется выплата стипендий. Также рассматривается вопрос финансирования выездов спортсменов на дополнительные международные старты, учебно-тренировочные, восстановительные сборы и т.п. Безусловно, все наши ведущие спортсмены обеспечены самым основным и самым дефицитным «инвентарем» — льдом. И что

очень важно, все группы имеют стабильное и максимально удобное расписание. Кроме двух ежедневных основных ледовых тренировок, проводятся занятия по ОФП, СФП и хореографии. И это при том, что у всех спортсменов учеба в школе или институте.

Москомспортом и Федерацией фигурного катания на коньках Москвы выделены деньги на медицинское обслуживание. Уже сейчас вся сборная обеспечена Москомспортом страховыми полисами на 2009 год, а спортсмены, выезжающие на международные соревнования, имеют международные страховки.

В настоящее время медицинскому обеспечению уделяется очень большое внимание. Так, параллельно с Центром сборных команд организован большой Центр медико-биологических проблем при Москомспорте. Закупаются самая передовая медицинская техника и аппаратура для тестирования, диагностики спортсменов. Для всех спортсменов сборных команд предусмотрено всестороннее медико-биологическое обследование. Потому что и мы, и тренеры должны знать, в кого вкладываются силы, знания, деньги, нет



Полина Шелепень и Этери Тутберидзе

ли у детей заболеваний, которые потом проявятся и не дадут возможности состояться этим спортсменам в большом спорте. Правда, не все тренеры это понимают, и нам еще приходится уговаривать, упрашивать тренера отпустить спортсмена на углубленное медицинское обследование. Тренер должен — и я бы сказала, обязан — знать все о состоянии здоровья своего спортсмена, чтобы потом не удивляться отсутствию результатов, несмотря на титанические усилия. Некоторые отмахиваются от нас, ссылаясь на прохождение диспансеризации, не понимая, что Москомспорт предоставляет дополнительную возможность проверить влияние предлагаемых нагрузок на здоровье, на спортивную форму спортсмена. Если тренер работает профессионально, то он не должен допускать оценки психофизического состояния спортсмена на глазок, потому что все жизненно важные системы молодого растущего организма испытывают очень большие нагрузки.

— **Насколько можно судить по вашим словам, средства, выделяемые по линии Федерации и Москомспорта, просто колоссальны.**

— Да, это так! В этом огромная заслуга правительства Москвы. На спорт выделяются немалые средства, потому что сегодня подготовить фигуристов мирового уровня без целенаправленной государственной поддержки невозможно. Мало кто задумывается, сколько стоит подготовка спортсмена, его восстановление, лечение. А сколько стоит выезд московской команды на соревнования в другой город, на чемпионат страны, на проведение сборов и т.п.! А сколько стоит лед, зал, сколько стоит работа тренера, хореографа, административно-технического персонала, во что обходятся тепло и электричество?! Все это возможно только благодаря тому, что московским спортом руководят люди высоко профессиональные, прекрасно разбирающиеся в специфике фигурного катания, умеющие рационально использо-

вать все имеющиеся ресурсы для достижения высоких результатов наших спортсменов.

Все спортсмены экспериментальной группы фигурного катания «Сочи-2014» являются членами сборной команды Москвы, входят в состав сборной России, где им оказывает помощь Федерация фигурного катания на коньках России. Таким образом, сильнейшие спортсмены получают финансирование из разных источников и не испытывают заметных материальных затруднений, что позволяет им всецело посвящать себя тренировкам, учебе, отдыху. Это очень радует, но в этом вопросе есть и другая сторона.

— **Другая сторона? Что вы имеете в виду?**

— Как я уже сказала, сейчас создаются благоприятные условия для спортсменов, но это аванс в надежде на грядущие результаты. Хорошо, если родители и спортсмен принимают эту помощь с

**Тренер должен знать картину здоровья своего спортсмена, чтобы потом не удивляться**

благодарностью. Но есть и такие, кто считает, что так и должно быть, а потому допустимы звездные капризы, халатное отношение к тренировкам и как следствие — все победы остаются в прошлом. Это очень непростая тема!

**Маленьких ролей нет**

— **Планируется ли новая система аттестации тренеров? Слышала, что Росспорт с 1 января 2009 года хотел провести полную тренерскую аттестацию.**

— О новой системе аттестации тренеров мне пока ничего не известно. У нас в Москомспорте аттестационная комиссия работает на постоянной основе, принимая и рассматривая заявления на ежемесячных заседаниях. Эта система четко выстроена и содержит набор критериев оценки достигнутого тренером

уровня профессионализма, в частности продолжительность периода занятий спортсмена у тренера, уровень достигнутых им при этом результатов, а также результаты, достигнутые спортсменом после его перехода в другую школу, к другому тренеру. При этом администрация школы обязана следить за тем, чтобы уровень профессиональной подготовки и достигнутые результаты находили своевременное отражение в категории, присваиваемой тренеру.

— **Почему тренеры ДЮСШ так болезненно реагируют на переход детей в специализированные школы?**

— Любое расставание с учеником, независимо от того, кто ты: тренер, учитель младших классов или педагог по музыке — всегда больно. К тому же это усугубляется еще тем, что от тренера, как правило, переходят лучшие дети. Очень сложный и трудоемкий процесс — поставить ребенка на коньки, привить ему любовь к фигурному катанию, то есть вырастить ребенка «с нуля». На мой взгляд, тренер начальной подготовки должен очень гордиться собой и своей работой, если его ученика берут в школу олимпийского резерва. Думаю, что тренер должен и дальше помогать своему ученику, следить за развитием его спортивной карьеры. Я вырастила не одно поколение спортсменов и, когда они от меня переходили, всегда помогала им советами, всегда отслеживала их судьбу, потому что я не хочу, чтобы пропала моя работа. Лично я горжусь, что была первым тренером чемпиона Европы нынешнего года Сергея Новицкого! Мне приятно, что он об этом помнит и сам официально назвал меня первым тренером. Я всегда только счастлива, когда кто-то из моих бывших учеников добивается успехов в спорте, да и не только в спорте, но и в любой другой сфере профессиональной деятельности.

Убеждена, что у каждого тренера за годы работы складывается понимание своей роли и своего места в фигурном катании, а также осознание того факта, что каждому тренеру свойственна узкая специализация. Ведь каждый уровень спортивной подготовки требует и ➔

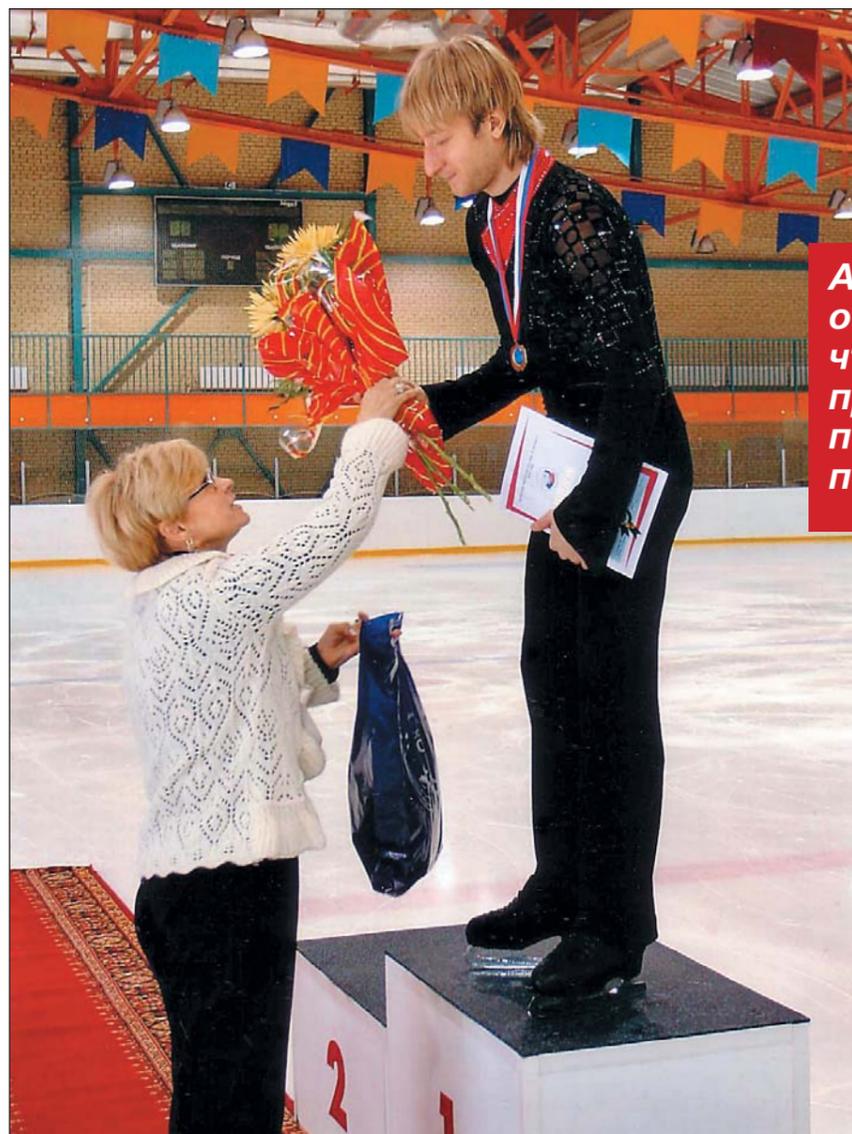
определенных знаний, и определенных, наработанных годами, учебно-методических приемов обучения тому или иному элементу фигурного катания, поведению спортсмена в подготовительный и соревновательный периоды. И тренеры начальной подготовки должны понимать, что не будет ни одной хорошей танцевальной или спортивной пары, не будет одиночников, если они не воспитают юных фигуристов, обладающих базовыми навыками. Иными словами, нет маленьких ролей.

— **Насколько сами тренеры, завучи и директора ДЮСШ понимают, что от них зависит, каким быть ресурсу спортивной Москвы?**

— Детско-юношеские спортивные школы — это массовый спорт, это первый этап спортивного отбора. Важность этого этапа становления будущих чемпионов неоспорима, поэтому мы уделяем ему пристальное внимание. Я считаю, что с детьми должны работать только высокопрофессиональные тренеры. Федерация фигурного катания Москвы на

протяжении последних лет проводит большую работу по организации и проведению семинаров, методических занятий на льду с привлечением ведущих тренеров города. Для ДЮСШ административных округов города существует отдельный календарь соревнований, на которых мы начиная с 3-го юношеского и до 1-го спортивного разряда просматриваем юных фигуристов. Кроме этого, спортсмены из этих школ могут принять участие во всех московских календарных соревнованиях. И это приносит результаты!

В ДЮСШ №8, где было отделение фигурного катания, выросли такие спортсменки, как Полина Шелепень, Саша Дева. В той же школе состоялся молодой тренер Этери Тутберидзе. Хорошо работают в СДЮСШОР №1 тренеры Марина Черкасова и Ольга Волобуева. Подго-



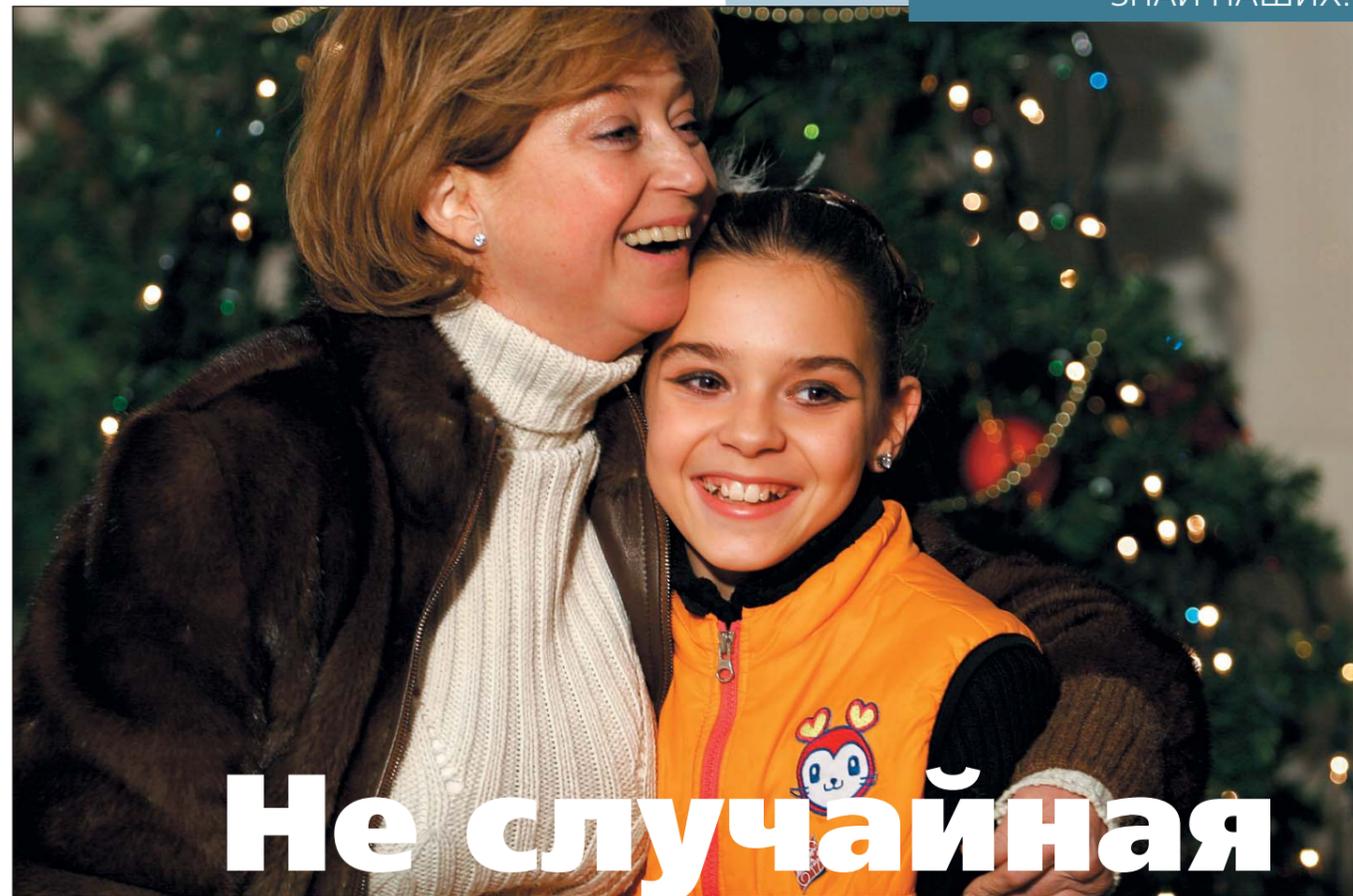
**Администрация школы обязана следить за тем, чтобы уровень профессиональной подготовки тренеров повышалась**

товленных ими спортсменов с удовольствием зачисляют в школы олимпийского резерва.

Работа по подготовке фигуристов в Москве начинается с их первых шагов на льду в ДЮСШ административных округов. Далее воспитание продолжается в СДЮСШОР, затем в школах высшего спортивного мастерства (ШВСМ) и училищах олимпийского резерва. То есть подготовка фигуристов в Москве представляет стройную систему, и уже сейчас создана вертикаль преемственности обучения, для того чтобы способных детей мы могли выявить в самом юном возрасте и заниматься ими, доводя до вершин мирового фигурного катания!

Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

Московский фигурист №1/2009



# Не случайная чемпионка

## Воспитанница ЦСКА Аделина Сотникова выиграла чемпионат России

**Я** очень разволновалась, когда узнала об интервью, — призналась Аделина Сотникова, усаживаясь поудобнее на диванчике в одной из комнат тренировочного катка ЦСКА. — В первый раз я общалась с прессой в Казани на чемпионате России, но там со мной была мой тренер, Елена Германовна Буянова, которая помогала мне. А сейчас буду говорить сама за себя, и это что-то новенькое.

— Аделина, как ты себя чувствуешь в роли чемпионки страны?

— Чемпионкой России я себя не ощущаю, честно говоря. Я просто выиграла этот старт, и все, для меня это было обычное соревнование — так настраивали меня тренеры, так я говорила себе сама. Но, конечно, была очень рада, когда выиграла золото. Потому что хотела сделать подарок на Новый год своему тренеру, хореографу, маме — у меня это получилось. И я была счастлива.

— На Первенстве России юниоров было легче, чем на взрослом?

— В Саранске на Первенстве России было уже трудновато: все-таки во взрослом выиграла, надо было и тут поддержать свой статус. В Казани у меня не было такого волнения, как ни странно. Может быть, потому, что там со мной была Елена Германовна, а на первенство она приехать не смогла: была за границей и даже позвонить не всегда получалось. Мне ее очень не хватало! Но я, когда выходила на программу, мысленно представляла себе моего тренера, что она стоит рядом у бортика и защищает меня от всего на свете. ➔

Для меня на катке не было никого: ни судей, ни соперников — только Елена Германовна. Я каталась для нее. Потому и выстояла.

— **Помнишь, как начала заниматься фигурным катанием?**

— Сама, честно говоря, не помню, мама рассказывала. Мы с ней как-то гуляли и увидели около дома каток. «Хочешь попробовать?» — спросила мама. «Хочу», — без колебаний ответила я. Так, говорят, в четыре года начались мои занятия фигурным катанием. Очень долго подбирали коньки, никак не могли найти подходящий размер: ножка у меня была малосенькая. Перемерили пар 50, пока нашли. Когда я первый раз вышла на лед, то всю тренировку по нему прошагала, не падала. Все так удивились, потому что большинство детей ползали вдоль бортика. Решили продолжать. Когда запрыгала одинорные, думала — все, круче ничего не бывает (*улыбается*). Где-то в 7-8 лет я перешла в ЦСКА и начала кататься у Инны Германовны Гончаренко, а еще

через год оказалась в группе Елены Германовны. Она тогда набирала группу девочек, посмотрела меня на тренировке и забрала к себе. Я хорошо помню тот день. Волновалась сильно: все-таки такой тренер знаменитый, я столько о ней слышала...

— **Расскажи о своем тренере, какая она?**

— Елена Германовна добрая и жесткая, но справедливая. Мне с ней очень надежно. На стартах я за ней как за стеной. Я очень стараюсь прислушиваться к тренеру и делать четко так, как она говорит. Дупель я начала прыгать еще у Инны Германовны, но нестабильно. А у Елены Германовны уже все стало стабильно, потом появились тройные сальхов, тулуп. Думаю, что Елена Германовна сумела подобрать ко мне ключик, чтобы раскрыть меня. Татьяна Анатольевна часто приезжает, помогает, подсказывает. Мне с ней очень нравится. В первый раз, когда увидела ее у нас на тренировке, так перешла! Сама Татьяна Тарасова

здесь, смотрит на меня, что-то мне говорит... Татьяна Анатольевна очень добрая и очень сильная. Когда она что-то объясняет на тренировках — всегда улыбается. И ты тоже начинаешь улыбаться и заряжаешься от нее каким-то таким приподнятым настроением, ее силой.

— **Сейчас ты катаешься в группе мастеров со взрослыми ребятами. Как тебе такое соседство?**

— Когда только пришла к ним в группу, немного побаивалась. Я такая маленькая была, а они здоровые, носятся по всему катку. Если видела, что кто-то едет в мою сторону — сразу к бортику прислонялась, думала: «Вот сейчас точно снесут!» (*Смеется*). Сейчас уже больше года прошло, привыкла. С ребятами, можно сказать, подружились. Они приходили поболеть за меня в Казани, кричали с трибун: «Давай-давай!» Приятно было очень. Отношения у нас хорошие. Подшучивают часто (*улыбается*). На ОФП летом, когда бегаем (они же большие, им тяжелее), я их на

1-2 круга обгоняю. Они вечно: «Вот ведь малыши пошли сумасшедшие, мельтешат тут, никакого уважения к старшим!» (*Смеется*). Что? Нет, я с ними не кокетничаю (*смуцается*). Рано, маленькая еще для этого.

— **Расскажи о себе, в какой школе учишься, что любишь делать в свободное время?**

— Я учусь в 6 «А» классе в самой обычной общеобразовательной школе. Она находится рядом с ЦСКА, поэтому там учится много спортсменов. Обычно перед утренней тренировкой успеваю сходить на первые 2-3 урока, а вечером после катка делаю уроки. Любимых предметов много: математика, русский, история, биология... Уроки стараюсь не прогуливать по возможности, ну разве что физкультуру (*смеется*). Если что пропускаю, занимаюсь дома с мамой по учебнику, пишем рефераты, разбираемся вместе во всем. Свободного времени остается не так и много. Иногда могу в Интернете посидеть, поиграть в компьютерные игры, но редко.

## Досье

**Аделина Сотникова**

Дата рождения: 01.07.1996.

Разряд: КМС.

Основные спортивные результаты:  
чемпионат России 2009 года — 1-е место,  
Первенство России среди юниоров 2009 года — 1-е место.

Клуб: ЦСКА.

Тренер: Елена Буянова.

Хореограф: Ирина Тагаева.

— **А на катке есть любимые элементы?**

— Любимых элементов у меня, пожалуй, и нет. Мой любимый элемент — фигурное катание. Мне кажется, самое главное — очень хотеть добиться результата. Уметь собраться, внимательно слушать тренера и идти к своей цели. Тогда все непременно получится!

Светлана АНЦЫРЕВА



**Ирина Тагаева:**

— Аделина в ноябре вместе с другими девочками принимала участие в показательных выступлениях на международном этапе Гран-при в Москве. Я тогда подумала: как она справится с волнением, ведь ей предстоит выходить на лед со взрослыми спортсменами мирового уровня? И вообще это были для нее новые ощущения: до отказа заполненные зрительными трибуны, огромный стадион, сценическое освещение. Я тогда подумала, что она во всем этом потеряется. Но я ошибалась. Она выступила очень достойно, с настроением, не тушевалась, не жалась к бортам. Мне тогда в очередной раз стало ясно, что наша Аделина — боец. Конечно, она еще маленькая девочка, но характер уже виден. Если говорить о ее характере, для меня самое удивительное — ее ответственность. Она очень много делает сама, ей достаточно дать задание, а потом проверить его. Даже если рядом с ней никого нет, она будет работать. Сейчас это редко

бывает: все хотят, чтобы кто-то стоял рядом и без конца контролировал.

**Елена Буянова:**

— Не буду скрывать, но успех Аделины был нами ожидаем. Еще в сентябре на сборах в Новогорске было ясно, что она в каких-то моментах не уступает другим девушкам-юниоркам. Как было ясно и то, что ряд девушек ни в чем не уступают старшим. На чемпионате России у меня не было стопроцентной уверенности, что Адель будет только первой, потому что своих спортсменов я настраиваю не на места, а на хорошее катание. Это для меня самое главное, и если они даже не занимают высоких мест, но показывают все, чему их учили, то рано или поздно их время наступит, и они займут свои места. Победа Аделины в Казани всколыхнула многих. Комментарии и отзывы на решение российской Федерации фигурного катания допустить на взрослый чемпионат России юниоров 12-13 лет были разными,

в том числе и негативными. Я считаю, что решение Федерации было правильным, и прежде всего потому, что это подстегнет российское фигурное катание, не даст и старшим спортсменам «спать» дальше. Тот факт, что появились совсем юные фигуристки, которые составляют достойную конкуренцию внутри страны, — это здорово.

**Ирина Тагаева:**

— Для Аделины этот сезон сложился непросто: пережить такие сложные старты маленькому ребенку, да еще в условиях жесткой конкуренции, — это испытание. На чемпионате России ей даже было легче, чем на юниорском первенстве страны, потому что в Казань приехала маленькая дебютантка, а в Саранск — чемпионка страны. На первенстве она вышла катать короткую программу, я бы сказала, с вызовом в глазах! Я опять была удивлена, как Адель выдерживает такую груз ответственности. Следующий серьезный старт в начале марта — спартакиада в Клину, — и все будет заново.

**Елена Буянова:**

— У нас в клубе работает прекрасная команда тренеров и хореографов. Сегодняшнее фигурное катание требует коллективных усилий. Я думаю, что появление в нашей команде такого специалиста, как Ирина Тагаева, было закономерным. Она была приглашена поработать над хореографией и постановками к Артему Бородулину, но как-то так сложилось, что она начала работать и с Аделиной. Наше внимание друг на друга обратила Татьяна Анатольевна, которая своим профессиональным взглядом и чутьем увидела, что работа будет эффективной.

**Ирина Тагаева:**

— Для меня как хореографа Аделина — очень приятная ученица. Она хорошо двигается, легко запоминает комбинации шагов, слышит музыку, точно и выразительно передает жест. Наша короткая программа выросла из хореографических этюдов на восточно-испанские мотивы,

которые мы придумывали в зале.

Как-то раз Адель показала эти движения на льду, Елене Германовне они понравились, и из этого выросла программа. Если короткая программа появилась на свет вот так спонтанно, то история с произвольной была несколько другая. Такая сложная музыка, как «Лебединое озеро» Петра Чайковского, была специально выбрана для того, чтобы помочь Аделине преодолеть детское катание и начать кататься по-взрослому — более женственно, широко, раскатисто. Поначалу мы даже переглядывались, получится или нет? Сегодня кажется, что получилось. Хотелось, может быть, больше души, перевоплощения, но требовать этого от ребенка очень сложно. Она же не просто на льду танцует, а еще сложные элементы делает. Но вот когда в конце программы груз прыжков с нее падает, она сразу оживает, появляется улыбка, становится просто огненной, все это совпадает с музыкальной кульминацией, и это очень красиво.

**Елена Буянова:**

— На Первенстве России по юниорам Адель выступала без меня. Я очень волновалась о том, что не могла быть с ней рядом, скучала по ней. Иногда я ловлю себя на мысли или ощущениях, что Аделина напоминает мне меня же в детстве, когда я каталась у Жука. Что касается нашего клуба, то все после победы Аделины много шутили, что именно у меня выросла самая юная чемпионка России\*, что, участвуя в соревнованиях такого ранга, она стала первой. Но что для меня было самым приятным — она стала чемпионкой и среди юниоров. Причем абсолютной, выиграв и короткую, и произвольную с большим перевесом. То есть она подтвердила, что стала чемпионкой России не просто так. Не случайная чемпионка.

Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

\* Елена Водорезова стала чемпионкой страны в 13 лет (Волгоград, 1976).

# Я всегда работаю только на результат

**Евгений Платов:**

**Жизнь русского тренера за рубежом**



Московский фигурист №1/2009

— **Прожив столько лет за океаном, вы чувствуете себя больше американцем или русским?**

— Около 15 лет прошло с момента переезда в США, но я ни в коем случае не чувствую себя американцем! Я русский, живу привычным для себя образом и не чувствую себя оторванным от родины. Люблю приезжать в Москву, походить туда-сюда, встретиться и отдохнуть с друзьями. Вообще, я городской человек родился в Одессе, потом полжизни своей провел в Москве, в которой сейчас слишком суетно, толпы людей, пробки бесконечные на дорогах — это же невозможно. Я не очень тусовочный человек, меня быстро утомляет шум-гам. Я никогда не думал, что Америка понравится мне именно своим спокойствием. Открыл утром дверь: травка, птички поют, тишина, можно посидеть, подумать, подышать свежим воздухом.

— **Говорят, в США бум фигурного катания резко пошел на спад. Так ли это?**

— На спад пошли посещения шоу. Пик интереса к ним сейчас, наверное, в России, более-менее в Европе и в Японии благодаря стараниям их одиночниц. В США этот сегмент уже перенасытился. Развалилось самое-самое лучшее шоу Тома Коллинза, на Stars on ice уже практически никто не ходит. Но на фигурном катании как спорте это никак не сказывается. Я вижу, что ребятшек на каток водят, спада посещаемости нет. Если в районе Нью-Йорка, где я живу, взять воображаемый циркуль и провести им круг радиусом в 15-20 километров, в него попадут катков 20 точно, а может, и больше. В США катается такое количество народу, что естественным образом среди этих миллионов детей находятся Каролин Жанг и другие звездочки. В любом виде спорта селекция — это самое главное. Возьмем Шотландию: 5 миллионов человек — и на всю страну всего два одаренных подготовленных фигуриста, брат и сестра Керр. И больше ни-ко-го вообще. Я не шучу. В Британии две пары, но там все-таки проживают 50 миллионов. Россия

— около 150 миллионов человек, Америка — 300 миллионов. Тренерам есть из чего выбирать.

— **Вам приходилось работать с местными юными фигуристами?**

— Да! Есть очень способные ребята! Часто помогаю в постановках программ, дорожек, вращений. У них принято считать, что юный возраст ограничивает возможность получить высокий уровень за дорожку шагов и вращение. На что я всегда отвечаю: «Не верьте!» Сидит технический специалист, и он видит: если ты конек положил на дугу, если правильно его повернул, если достаточно всех компонентов, он не имеет права не поставить. Он просто выполнит свою работу. Я ставил одной девочке программу: она какие-то двойные прыгает, каскады простенькие. А потом все вращения четвертого уровня, дорожки третьего. И она обыгрывает всех. Этим мне и интересна новая система.

**Новая судейская система сразу востребовала знающих тренеров**

— **Как в США организована подготовка юных фигуристов?**

— У них существует очень хорошая система тестов, так называемые moves on the field — по-нашему «базовые фигуры». Все спортсмены их сдают вне зависимости от вида и возраста. Если не сдал, то не прошел на разряд. Вот и все, и никакие прыжки не помогут. Всех детей с самого начала очень тщательно обучают азам. В США также существует своя внутренняя система обязательных танцев, помимо той, что есть в ИСУ. В какой-то степени это помогает разработать скольжение, реберность, развить выразительность и чистоту линий, но, на мой взгляд, не сильно. Главное в этой системе то, что фигуристы знают основы. А ведь после отмены «школы» как соревновательного вида фигуристы просто все забыли. И это была катаст-

рофа! Кстати, сейчас во многом именно благодаря новой системе судейства люди начинают понимать, что такое фигурное катание. Как в музыке: есть семь нот, которые должен знать каждый музыкант. Так и у нас: есть элементы, правда не 7, а порядка 80, на которых все построено. Нужна постоянная практика фигур. Новая система хороша именно в плане профильного образования спортсменов, создания базы. Поэтому новая судейская система сразу востребовала знающих тренеров.

**Один день Евгения Аркадьевича**

— **Расскажите о своем самом обычном дне.**

— Обычный день выглядит так. Подъем в 5.30 утра, в 6.00 выезжаю, чтобы в половине седьмого быть на катке. В 7.15 мы начинаем разминку. Спортсмены у меня взрослые, самостоятельные, но я все равно нахожусь в зале, наблюдаю за ними, что-то иногда подсказываю. Как только мы размялись, начинаем работать на полу: тщательно отработывается все, что исполняется на льду. После выходим на лед. На часах около 9 утра. Дальше с одним дуэтом поработал на льду два часа, потом с другим. Как правило, группа разбивается на части: у каждой пары разминка, два часа лед, два часа перерыв, и снова лед. Иногда катаемся сразу по несколько пар: все-таки одним скучно. Тематика тренировок зависит от периодов. Весну мы посвящаем базовому скольжению, столь необходимому в новой системе судейства. Собираемся всей группой и все вместе дружно по кругу делаем множество групповых уроков, нечто, напоминающее «школу». Отработываем и шлифуем все шаги. После часа этого «увлекательнейшего» занятия народ начинает вить. Но оно совершенно необходимо. Весна — это только база, с утра до ночи, день за днем. Только летом начинаются элементы и программы. И так, с 9 утра до 3 часов дня я работаю со своими фигуристами без перерывов. В 15.00 мы возвращаемся в зал на час либо на хореографию, либо на ОФП, либо для ра- ➔

№1/2009 Московский фигурист

боты над поддержками. После тренировок иногда могу еще остаться на катке, если нужно кому-то помочь с программами, позаниматься с детьми, то да сё. Но когда нон-стоп на ногах с 7 утра и до 4 дня, то уже ничего не хочется, никаких программ, никаких денег. Иногда соглашаюсь на уговоры, а потом понимаю, что физически не могу. Тогда звоню и отменяю или переношу на завтра. Но в целом стараюсь помогать, особенно если хорошие детки, то с удовольствием программы им ставлю.

— **То есть типичный образ американца, положившего ноги на стол, к тренеру ни в коей мере не применим?**

— Нужно различать два случая: тренер, который работает ради денег, и тренер, который работает на результат. Я себя отношу ко второму. Я всегда хочу прежде всего добиться результата, а не получить доход. Так что никакого сидения за бортиком, только на льду и только в коньках. По всему катку за своими бегаю и ору изо всех сил. (Смеется.) Иногда даже на русском. Они уже многое понимают, особенно мои Керры. Когда я участвовал в самом первом шоу РТР «Танцы на льду», мы где-то 3 месяца с ними просидели в Новогорске. Шинед с Джоном тогда очень много слов выучили: «сосиска», «картошка», «салат морковный» — богатейший словарный запас! Сама база в Новогорске просто шикарная! Полная оторванность от внешнего мира, и лед в свободном доступе в любое время. Что мне нравится на нашем катке в Америке? У меня есть ключ от катка, и я могу, если хочу, прийти в любое время, включить свет и вперед, поехали!

— **Как вы работаете над хореографией?**

— Хореографов мы стараемся приглашать разных для каждого танца. Например, во время постановки оригинального в этом сезоне с нами работал классный специалист — чемпион мира по свингу Роберт Ройстон. Нам вообще везет на оригинальные танцы: за прошлый год шотландский танец получили приз от российских болельщиков.

А придумали как здорово: изготовили кукол в костюмах ребят! Было очень приятно: народный танец, народная премия.

Но помимо постановочной хореографии, есть и регулярные занятия. У нас рядышком расположена балетная школа. И вот туда я своих ребят засовываю прямо в класс к балеринам. У них всех шок. (Смеется.) Все-таки фигурист — это не «балерун». Но каждый день мои ребята такими «буратинками» приходят в балетный класс к этим изящным красавицам, занимаются рядом с ними — и выравниваются потихонечку. Когда еще я тренировался, у нас было золотое правило: если пропустил хореографию, на лед не имеешь права выходить. Все, гуд-бай. Хореография — это всё! Иностранцы вообще долгое время не понимали, зачем она нужна, потому и проигрывали нам по всем статьям. А потом пришли русские тренеры и открыли им глаза. Я утрирую, конечно, но немалая доля правды в этом есть.

**В любом виде спорта селекция — это самое главное**

### Привычка быть первыми

— **Что скажете о развитии фигурного катания в России?**

— Если судить по результатам, которые российские спортсмены показывают на всех стартах, то уровень очень высокий. Но если говорить о том, что можно сделать еще, то я бы посоветовал всех фигуристов, во-первых, поставить в балетные классы при Кировском или Большом театрах и не выпускать их оттуда. Второе: начинать серьезно заниматься именно базовым скольжением, продолжая естественно работать над техникой элементов. Вот мой рецепт. Еще я считаю, что нашей стране для развития нашего вида спорта не хватает именно катков. Смотрите, все фактически сконцентрировано в двух горо-



дах — Москве и Санкт-Петербурге, где созданы условия, выделяются средства. А что же остальные города? А ведь у нас есть прекрасные традиции фигурного катания и в Перми, и в Самаре, и в Кирове... Необходимо, чтобы местные власти начали понимать, что надо строить катки и выделять на это деньги. Может быть, даже не катки, а просто тренировочные площадки. Простые площадки — они же дешевые! Не надо строить что-то фундаментальное с мраморными колоннами. Пусть это будет простая железная коробочка, каток, пара раздевалок и все. В Америке здесь коробочку поставили, там — и все катаются, тренируются на своем льду. Температура, правда, порядка +5. Летом от солнца коробочка нагревается до плюс 15 — вот тут уж раздолье: тренируемся в футболках, а зимой в тройных тулупах. (Смеется.)

— **Вы говорите, что российская команда показывает хорошие результаты на мировой арене. Но последние чемпионаты мира скорее всех огорчили, чем обрадовали.**

— Мы привыкли везде быть первыми, отсюда и разочарование. Кризиса, на мой взгляд, нет. Просто после блестящих успехов российских фигуристов на Олимпиаде 2006 года резко образовался провал. Причин тому множество,

Московский фигурист №1/2009

## Досье

**Платов Евгений Аркадьевич**  
Дата рождения: 07.08.1967.

**Разряд:** заслуженный мастер спорта.

**Вид спорта:** танцы на льду.

**Тренеры:** Н.И.Дубова, Н.В.Линичук, Т.А.Тарасова.

**Основные спортивные результаты (достигнуты с Оксаной Грищук):** чемпион России 1996, чемпион Европы 1996-1998, чемпион мира 1994-1997, чемпион XVII зимних Олимпийских игр в Лиллехаммере 1994, чемпион XVIII зимних Олимпийских игр в Нагано 1998.

**Тренерская деятельность:**

2002-2004 совместно с Т.А.Тарасовой работа с Шизукой Аракавой, Сашей Козн, Джонни Вейром, Андреем Грязевым, Брайденом Жубером, Дайсукэ Такахашаи; 2002-2006 — Галит Хаит — Сергей Сахновский (Израиль) совместно с Т.А.Тарасовой и М.Усовой; 2005-2006 — Татьяна Навка — Роман Костомаров (Россия) совместно с А.Жулиным; 2004-2007 — Александра Зарецкая — Роман Зарецкий (Израиль); 2007-2008 — Изабелла Тобиас — Отар Джапаридзе (Грузия); с 2006 года Шинед Керр — Джон Керр (Великобритания).

но одной из основных я лично считаю массовый исход из страны сильных, грамотных тренеров. Ведь тогда, в 90-е, из России уехала целая плеяда специалистов, профессионалов высокого качества, фактически выпало поколение! Нужно время, чтобы вернуть прежний уровень. Думаю, сейчас просто наступила критическая точка, которую надо пережить. Слава богу, танцы в России сохраняют победные традиции. Несмотря ни на что, постепенно подтягиваются и парники. Если взглянуть на историю, то корни российских успехов в

№1/2009 Московский фигурист

парном катании и танцах уходят куда глубже одиночного катания. Нужно время. У нас есть традиции, школа, способные дети, грамотные специалисты — дайте лишь время.

— **Кого из молодых тренеров вы бы выделили?**

— Мне очень нравится, как работает Алексей Урманов, дуэт Александр Свицин и Ирина Жук, Олег Васильев, Евгений Рукавицын... Вообще, в России сейчас очень мало молодых тренеров. А ведь именно молодые способны быстрее и лучше впитывать нововведения, приспосабливаться к изменениям. Когда ввели новую систему судейства, то несколько лет потребовалось на то, чтобы видоизменить структуру подготовки спортсменов, чтобы преобразовать тренировочный процесс в соответствии с новыми запросами. Поэтому сейчас тренеры должны по-другому подходить к подготовке: основная задача обучать тому, что именуется skating skills. Обучать всех, от пятилетних детей до спортсменов международного класса, катанию на дугах — это дает свои плоды.

— **С прошлого года в ИСУ обсуждают вопрос об исключении обязательных танцев из соревновательной программы. Какова ваша позиция по этому вопросу?**

— С одной стороны, я против того, чтобы «обязаловку» отменили, потому что как-то сложно представить жизнь без нее, родимой. Но даже если отменят, ничего страшного не случится, потому что от базовой техники танцоры никуда не денутся: в новой системе судейства на ней стоят все дорожки, все связки. Я лично намерен продолжать в том же духе. После Европы вернулись и опять начали долбить старые обязательные. Мы их уже по 100 лет катаем, и хорошо катаем, а надо еще лучше. Многие считают, что с отменой обязательных танцев потеряется база. Я так не считаю, потому что не позволит новая система. Если мы раньше никогда не занимались так ревностно базовыми элементами, то сейчас уделяем им очень

много внимания, так же как и скольжению — чтобы кататься на сумасшедших дугах и скорости. Ведь никогда раньше люди так не катались. Вот вам пример. Венгры Нора Хофманн и Максим Завозин снялись с чемпионата Европы этого года, потому что партнер заболел, у него поднялась температура. Была бы старая система — он никогда бы не снялся. Сейчас люди снимаются, потому что понимают, что не смогут. Стоять на одной ноге и держать в поддержке партнершу в какой-нибудь немислимой позиции — нереально. Спорт идет вперед, и изменения в его структуре также вполне закономерны, так что исключение обязательных танцев из соревновательной программы никакой катастрофы не произведет.

— **Не утратили ли танцы свою красоту с введением новой системы?**

— На данный момент, может быть, танцы не так красивы, как раньше, потому что сделаешь программу со всеми этими дурацкими элементами — и уже смотреть на это невозможно... Но! Если ты сможешь сделать так, чтобы это было интересно, значит, ты попал, значит, ты молодец. Знаете, какой комплимент сейчас самый лучший для тренера? Вот

**«У меня есть ключ от катка, и я могу прийти на него в любое время»**

именно те слова, которые вы мне сказали в Хельсинки после произвольного танца Керров: «В вашей программе не было заметно ни одной дорожки, ни одного вращения, и вообще там не было никаких элементов — только танец». Вот это самое главное! Программу надо сплести, как лукошко. Все должно вытекать одно из другого и жить с музыкой. Это же настоящее искусство! Так что всем критикам на слова: «Ах, ушла, потерялась красота» я отвечу: «Так найдите ее! Сделайте так, чтоб сохранить! Всё в ваших руках!»

Светлана АНЦЫПРЕВА



## Макаров Леонид Михайлович, профессор, доктор медицинских наук

**В**о всем мире специалисты занимаются изучением здоровья элитных спортсменов, особенно — теми их органами, у такого атлета наблюдается специфика в работе разных органов, но сердца — прежде всего. Эту особенность нужно подробно и тонко изучать, чтобы не пропустить серьезные проблемы. Элитный спортсмен — это уже практически бизнес-проект для семьи, менеджеров, тренеров, страны. И, вспоминая случаи внезапной смерти известных спортсменов, любой человек задает себе вопрос: как такое возможно, что спортсмен с многомиллионным контрактом, за которым стоит целая индустрия, может внезапно умереть? Неужели никто не следил за его здоровьем?

# Сердце, тебе не хочется покоя...

## Предупреждение и профилактика внезапной смерти спортсменов

### «Спортивное сердце»

Термин «спортивное сердце» — это понятие, которое подразумевает под собой особенности изменений сердечно-сосудистой системы у людей, длительно занимающихся повышенными регулярными физическими нагрузками. У этого понятия много компонентов, но обычно выделяют триаду признаков, характерную для определения «физиологического спортивного сердца». Во-первых, это увеличение размеров

сердца, утолщение сердечной мышцы. Во-вторых, умеренное снижение артериального давления (так называемая артериальная гипотония). В-третьих, снижение пульса и замедление ритма сердца. То есть мы можем говорить об этих признаках как о нормальных, характерных для длительно тренирующихся спортсменов, в том числе и детей, регулярно занимающихся спортом в режиме спортивной школы не менее двух лет. Если у хорошо тренированно-

го ребенка не наблюдается снижения ритма сердца, если он соответствует возрасту его сверстника не спортсмена, это не совсем нормально. Тут нужно задуматься, не перетренирован ли спортсмен, нет у него дополнительного скрытого заболевания. Есть понятие «патологическое спортивное сердце», когда длительные усиленные тренировки приводят или к обострению ранее существующих заболеваний, или к их формированию и прогрессированию. Вот здесь уже возникают серьезные проблемы, на которые необходимо обратить пристальное внимание.

Как я сказал, «спортивное сердце» формируется не сразу — после 2-3 лет интенсивных физических нагрузок. Для того чтобы не спутать реальные опасные изменения ритма сердца у ребенка, занимающегося спортом, обследование, которое включает как минимум осмотр врача, проверку давления и электрокардиограмму (ЭКГ), необходимо сделать перед началом регулярных спортивных тренировок. В случаях даже минимальных изменений рекомендуется сделать эхокардиограмму, суточное мониторирование ЭКГ. Чем раньше родители проверят здоровье своего ребенка, тем меньше проблем в спорте будет в дальнейшем. Ранняя диагностика — самое лучшее средство предупреждения заболевания.

### Причины внезапной сердечной смерти в спорте

Недавно в Москве нами был проведен анализ внезапной смерти молодых людей, подростков и детей вне лечебных учреждений. К сожалению, цифры впечатляющие. Ежегодно только в Москве от сердечных аритмий внезапно умирают дома, на улице или во время спортивных занятий до двух тысяч молодых людей до 45 лет, в том числе десятки детей и подростков школьного возраста. Большинство из них до момента смерти считались абсолютно здоровыми людьми.

В декабре 2008 года на семинаре МОК для спортивных врачей я выступал с докладом на тему «Внезапная

смерть в спорте», где рассказывал о том, как выглядит эта проблема в мире. По мировой статистике, во время занятий спортом внезапно умирают два-три человека на 100 тысяч регулярно тренирующихся лиц. Таким образом, можно сказать, что спорт — это высокая группа риска по развитию внезапной сердечной смерти. Часто случаи внезапной сердечной смерти регистрируются у футболистов, баскетболистов, борцов, но регулярной статистики все-таки не ведется и постоянно регистрируются случаи внезапной смерти практически во всех видах спорта. Вспомним также фигуриста Сергея Гринькова, хоккеистов Алексея Черепанова и Виктора Блинова, баскетболиста Александра Белова и многих других.

В основном внезапная смерть в спорте вызвана не выявленными ранее заболеваниями сердца, обостряющимися на фоне физической нагрузки. Спорт является мощным провокатором обост-

**Совершенно  
здоровое сердце  
просто так  
не останавливается**

рений сердечных заболеваний. Реальной практической проблемой является то, что не всегда сами врачи-кардиологи знают особенности спортивного сердца и заболеваний, которые могут лежать в основе внезапной смерти именно у спортсменов. Особым состоянием является «сотрясение, или ушиб сердца» (по латыни commotio cordis), которое часто приводит к внезапной смерти атлета при ударах в область грудной клетки твердым мячом, шайбой, кулаком или клюшкой. Удар вызывает жизнеугрожающую сердечную аритмию — фибрилляцию желудочков, которая ведет к остановке сердца. Это чаще случается детей, что определяется особенностями строения грудной клетки ребенка. Недавно в Кемерове на соревнованиях по карате погиб мальчик

от удара в грудь. В США регулярно погибают дети при попадании твердого бейсбольного мяча в незащищенную протектором грудь.

Заболеваниями, которые связаны с высоким риском внезапной смерти у детей-спортсменов, являются прежде всего болезни сердечной мышцы: гипертрофическая кардиомиопатия, аритмогенная дисплазия правого желудочка сердца, миокардиты занимают до 40% диагнозов (по данным посмертного патоморфологического исследования у внезапно погибших спортсменов). Сложность заключается в том, что эти заболевания характеризуются увеличенной массой сердечной мышцы, как и в норме у тренирующегося спортсмена. Вот здесь и возникают сложности. Есть так называемая серая зона, где ребенок может быть или здоров, или болен. Не всегда это явно, даже для кардиологов и специалистов спортивной медицины. Порой неизвестно, куда именно нужно отправить ребенка на обследование и лечение, и такие дети остаются без помощи. Спортивные врачи отстранены порой от последних достижений в области кинической кардиологии, а врачи-клиницисты в общем-то не очень хорошо представляют себе особенности «спортивного сердца». После смерти хоккеиста Алексея Черепанова я просмотрел комментарии многих авторитетных специалистов-кардиологов, кардиохирургов и сделал вывод, что их оценка этого события все-таки основана прежде всего на общеклиническом взгляде на проблему больного или здорового человека, без учета специфики спорта.

Очень часто у детей, подростков причиной внезапной смерти являются заболевания без поражения сердечной мышцы, но с нарушением электрической стабильности сердца, которые могут приводить к внезапной аритмии и остановке сердца. Эти заболевания выявляются только при специальном электрокардиографическом обследовании и еще мало известны российским врачам. Так, синдром удлиненного интервала QT — одна из основных причин →



## Досье

**Макаров Леонид Михайлович**  
Доктор медицинских наук, профессор.

Руководитель Центра синкопальных состояний и сердечных аритмий Федерального медико-биологического агентства (ЦСССА ФМБА России).

Лауреат премии г. Москвы 2002 года в области медицины за работу «Диагностика и лечение жизнеугрожающих аритмий и профилактика внезапной сердечной смерти у детей».

внезапной смерти детей без явных изменений сердца. Это семейное заболевание, когда страдают многие родственники, часты случаи внезапной смерти в семье в молодом возрасте, особенно при физической нагрузке, плавании, резком звуке и т.д. Заболевание известно в мире уже несколько десятков лет, им страдают тысячи людей (распространенность — один случай на 2-3 тысячи человек), однако он нечасто выявляется в России. То же можно сказать про синдром Бругада, который описан 20 лет назад, но зафиксированных в России случаев — единицы. Но если у нас таких диагнозов вообще не ставят, это не значит, что таких заболеваний у нас нет. Чего у нас нет, так это реальной статистики, единого регистра данных случаев. Что очень печально, так как отсутствие диагноза и статистики — это отсутствие проблемы и для чиновников, и для врачей.

В МОК существуют специальные программы профилактики внезапной смерти у спортсменов. Разработаны так называемые «15 шагов предупреждения внезапной смерти в спорте». При подозрении на какие-то изменения рекомендуется комплексное кардиологическое обследование. Один из самых тревожных симптомов — внезапная смерть в семье. У нас в центре есть программа обследования детей из семей, в

которых зафиксированы случаи внезапной смерти в молодом возрасте. Опасные для сердца заболевания длительное время могут протекать скрыто. В 20-30% случаев внезапная смерть у молодых лиц, к сожалению, является

**Родителям и тренерам необходимо учитывать один значимый фактор: спортсмены, тем более дети, не жалуются**

первым и последним проявлением болезни. Внезапно умершему на улице, дома или на спортивной площадке молодому человеку без признаков порока сердца или инфаркта миокарда на вскрытии ставят диагноз — острая сердечно-сосудистая недостаточность, и тема закрывается, хотя обследование еще живых родственников может выявить находящиеся под угрозой членов семьи, в том числе детей.

Риск внезапной смерти у детей в спорте существенно повышается на фоне недолеченных болезней, поэтому после любых заболеваний ребенок должен полностью восстановиться перед продолжением занятий. Спорт подразумевает больше требований к здоро-

вью, поэтому риск внезапно умереть у неспортсмена значительно ниже при наличии одинаковых аномалий сердца, чем у ребенка, занимающегося спортом. Совершенно здоровое сердце просто так не останавливается.

## Профилактика и лечение

Для предупреждения внезапной смерти спортсменов прежде всего нужно исключить явные заболевания сердечной мышцы, пороки сердца перед началом регулярных занятий. Для этого врач должен прослу-

шать ребенка, измерить артериальное давление, необходимо регулярно проводить электрокардиографию, что не всегда делается. Иногда, когда ребенку-спортсмену впервые делается электрокардиограмма, возникает вопрос: изменения возникли из-за спорта или же они были, но усугубились спортом? Поэтому электрокардиограмму надо делать обязательно перед началом занятий. Эхокардиограмма (ультразвуковое исследование сердца) — очень информативное исследование и обязательно делается, если есть какие-то подозрения на порок сердца, изменения со стороны сердечной мышцы. Рутинно делать эхокардиографическое исследование не дешево, но я бы советовал роди-

телям все же провести его перед началом регулярных спортивных занятий.

Родителям и тренерам необходимо учитывать один субъективный, но очень значимый фактор: спортсмены, тем более дети, не жалуются. Они мотивированы на занятия спортом, и редко ребенок признается, что у него есть какие-то недомогания, что у него что-то болит. Второе — это объективный фактор: у них выше болевой порог, они многое переносят легче, без сильных болей и жалоб. Жалобы, на которые родителям следует обратить внимание и отнестись к ним со всей серьезностью, могут быть неспецифическими. Например, головные боли, простудные заболевания, головокружения, боли в желудке, потемнение в глазах. Но на фоне физических нагрузок прежде всего опасны обмороки или сердцебиение.

Первая задача при обследовании сердца — определить его клиническое состояние, опасность выявленных у него изменений для здоровья ребенка, необходимость лечения и т.д. Второй очень важный для всех заинтересованных в судьбе спортсмена вопрос, — сможет ли он и дальше заниматься спортом.

Тренер часто ориентирован на получение максимального результата, а спортсмен — на соответствие этим тре-

бованиям. Наш опыт при обследовании фигуристов показывает, что там, где тренер заинтересован в тщательном обследовании, для него важен и вопрос здоровья спортсмена, и резервы работоспособности ребенка при высоких нагрузках. Часто бывает, что мы не запрещаем занятия детям, которых к нам присылают из поликлиник, спортивных диспансеров с отводом от занятий спортом при наличии каких-то изменений в сердце: не видим риска. Это не всегда простой вопрос, который мы решаем индивидуально. В первую очередь для нас важно действовать в интересах ребенка. Часто отвод от спорта и тренировок — это трагедия для ребенка и семьи. Вдвойне обидно, если он будет необоснованным. Порой ребенка не обязательно совсем лишать занятий спортом, возможно корректировать нагрузку, следить, чтобы уровень нагрузки был лично для него адекватным. Но самое главное для нас — полностью исключить угрозу его здоровью и жизни.

## Яд от лекарства отличает лишь доза

Правильное питание не менее важно, оно имеет огромное значение в спортивной жизни. Девушки нередко истязают себя диетами, сидят на пищевых низкобелковых добавках. Такое бескон-

трольное похудание и голодание, неграмотное ограничение употребления некоторых продуктов ведет к сбоям во всем организме, его разбалансировке и прежде всего влияет на работу сердца, так как многие препараты могут влиять на него. Считается, что все, что не допинг, можно в спорте употреблять. Но это не так. Много спортсменов внезапно погибают от неправильных диет, губят свой организм в погоне за результатом. Рынок изобилует пищевыми добавками — под таким названием их легче выставить на продажу, потому что не нужно тщательно исследовать состав, побочные эффекты и риски. На самом деле это далеко не легкая подпитка.

В пищу спортсменам полезно употреблять полиненасыщенные жирные кислоты, такие как масло вечерней примулы, огуречной травы, препараты на основе рыбьего жира, витамины группы А, С, Е, некоторые микроэлементы (селен, пиколинат хрома). Можно включить в рацион высокоэнергетическую смесь из меда (содержит углеводы), лимона (мощный антиоксидант), кураги, орехов (мощный энергетик). Это лучше анаболических препаратов, которые могут полностью разрушить эндокринную систему ребенка. Во всем должна быть мера, вдумчивость, грамотность, разумные пределы. ■

## Внезапная сердечная смерть у детей. Оценка риска

Конечно, каждого родителя интересует вопрос: насколько велика угроза здоровью ребенка при занятиях спортом? Требуется ли ему более тщательное медицинское обследование? Я предлагаю заполнить анкету, позволяющую оценить общий риск опасных симптомов, на которые следует обратить внимание родителей, и надеюсь, что она поможет многим семьям.

Чтобы оценить риск внезапной смерти у вашего ребенка, ответьте на вопросы, приведенные ниже (это особенно необходимо сделать перед поступлением в школу, в 4-5-м классах, 9-10-м классах и перед началом занятий в спортивной секции).

Симптомы вашего ребенка	Да	Нет
Были ли у вашего ребенка эпизоды потери сознания ВО ВРЕМЯ физической нагрузки, эмоционального стресса, резком звуке, испуге, подъеме температуры тела?		
Были ли у вашего ребенка эпизоды потери сознания ПОСЛЕ физической нагрузки?		
Были ли у вашего ребенка эпизоды внезапной слабости, СВЯЗАННОЙ с физической нагрузкой?		
Были ли у вашего ребенка эпизоды необычного изменения дыхания ВО ВРЕМЯ или ПОСЛЕ физической нагрузки (учащенного дыхания, продолжительной задержки дыхания)?		
Были ли у вашего ребенка эпизоды внезапной боли в груди ВО ВРЕМЯ физической нагрузки?		
Обследовался ли ваш ребенок ранее по поводу необъяснимых приступов слабости, потери сознания?		
Ваша семейная история		
Были ли в вашей семье у кого-нибудь из родственников случаи внезапной смерти в возрасте до 50 лет (включая младенцев, случаи утопления, автомобильные аварии и другие)?		
Умирал ли кто-нибудь в вашей семье от болезней сердца в возрасте до 50 лет?		
Страдал ли кто-нибудь из ваших родственников приступами потери сознания, внезапной слабости, головокружения?		
В случае ответа «да» прокомментируйте, пожалуйста, ответ более подробно ниже:		

Если вы ответили «да» на какой-нибудь из вопросов — вам обязательно надо проверить сердце вашего ребенка у кардиолога!

Людмила Минеева

# Искусство катания фигур



## Почувствуйте разницу

**В** этом сезоне стало окончательно ясно, что Международный союз конькобежцев с 2010 года отменит исполнение обязательных танцев как часть соревновательной программы международных турниров. Таким образом, это решение окончательно изменит статус «школы», превращая ее из обязательной программы в подготовительную. Следовательно, и обязательные фигуры, отменен-

ные в 1990 году, и обязательные танцы, отмененные в 2010 году, станут всего лишь подводящими элементами в обучении фигуристов. Специалисты в нашей стране уже неоднократно говорили и говорят о том, что хорошо бы вернуть «школе» утраченный статус как некоего института фигурного катания. При этом многие ждут решения этого вопроса сверху, забывая о том, что результат зависит от понимания стоящих за-

дач каждым конкретным тренером. Беспокоит также проблема, которую надо будет просто успеть решить: специалистов, которые знают и любят «школу», осталось очень мало. Целое поколение молодых тренеров выросло без знания этих основ. Сегодня в группах начальной подготовки работают слишком много непрофессионалов, которые не только не знают основ своей профессии, но и не хотят ничему учиться.

### Из чего же «сделано» фигурное катание?

Опираясь на свой спортивный, судейский и уже немного тренерский опыт, накопленный в фигурном катании, хочу предложить некоторые темы для размышлений. Давайте рассуждать логически. Если я хочу, чтобы мой спортсмен научился прыгать тройной сальхов, что мне для этого нужно? Чтобы он прыгал двойной сальхов, причем такой, с которого реально прыгнуть тройной. Что нужно для этого? Нужно, чтобы спортсмен имел реальное понятие о таком прыжке, как сальхов. Чтобы он умел технично, соблюдая все правила входа и выхода из прыжка, выполнять как минимум одинарный сальхов.

Давайте разбирать, из чего состоит одинарный сальхов. Из входа в прыжок (а им является тройка вперед наружу), из перехода с толчковой ноги на маховую, вращения в воздухе и из грамотного скольжения при выезде на дуге назад наружу. Далее: для того чтобы выучить с ребенком троечку вперед наружу, он должен уверенно скользить по дуге вперед наружу и назад внутрь. Таким образом, если разобрать любой наисложнейший элемент, то выяснится, что каждый из них состоит из базовых элементов фигурного катания. Следовательно, разумно обучить юных фигуристов этим основам, чтобы самим себе и спортсменам облегчить жизнь в будущем. Время, потраченное на освоение базы сейчас, сэкономит силы и время в будущем. Прежде всего это дуги на каждой ноге во всех направлениях, затем «троечные» повороты во всем своем разнообразии (вальсовая тройка, тройка №7, двукратные тройки), которые можно делать по восьмерке, по серпантину, по кругу, а также скобки, кросс-роллы, чок-тау, крюки, выкрутки и т.д. Однако все это будет иметь смысл только в том случае, когда этим элементам спортсмен будет обучен, а не ознакомлен с ними.

Главным контраргументом против более тщательного обучения базовым элементам называют отсутствие достаточного количества льда для групп первых лет обучения. Также программа российских классификационных требований сосредотачивает внимание тренеров именно на прыжках. На практике это выглядит так: сумел ребенок перепрыгнуть с ножки на ножку — пусть криво и косо, но это одинарный сальхов. Примерно также судьи определяют прыжки на детских соревнованиях. А ведь прыжки — это самая координационно сложная группа элементов в фигурном катании, и начинать с них обучение нельзя. Это все равно что 6-летнего ребенка вместо арифметики начать учить алгебре. Ребенок еще не научился держаться на наружном или внутреннем ребре, а мы заставляем его пры-

гать; он еще не умеет делать троечку, а мы заставляем его вращаться.

Начинать предметно обучать фигурному катанию, я думаю, разумнее со 2-го года обучения, когда дети уже освоились на льду. И в освоении базы не нужно торопиться. Можно подгонять ребенка, но непременно ждать, когда он освоит тот или иной элемент фигурного катания. Например, элемент «змейка». Как только дети ухватили основу этого движения, нужно продолжать работать над ним, пока дети не усвоят четкое скольжение по дугам, затем постепенно переводить это движение «в одну ногу». Я для этого использую пластиковые обручи, которые раскладываю на льду. Сначала они располагаются достаточно далеко друг от друга, затем постепенно сдвигаю их ближе — на расстояние, чтобы конек мог проехать между ними, и увеличиваю количество колец. Я слежу, чтобы дети «обкатывали» кольца на согнутых коленях, успевали менять наклон не только конька, но и все-

**Любой наисложнейший элемент состоит из базовых слагаемых фигурного катания**

го тела от кольца к кольцу. И так со всеми базовыми элементами.

Когда спортсмены подрастут и начнут делать спирали, хотелось бы посоветовать сразу учить детей делать это на крутых дугах. Пусть сначала это будет рисунок не очень «раскатистый», но это будет скольжение на ребре. Ребенок вырастет, появятся силы, увеличится скорость, и рисунок расширится, а ребренное скольжение останется. Тренерам спортсменов юношеских разрядов не стоит при постановке программ увлекаться искусственным расширением рисунка по всей площадке. Дети еще слишком слабы и недостаточно обучены для решения такой сложной задачи. Вот и бегают, бедолаги, по прямым линиям (даже на перебежках), ➔

чтобы хоть как-то успеть в музыку. Обратите внимание, что даже не всем взрослым спортсменам под силу грамотно обкатать всю 30х60 ледовую площадку. Поэтому, может быть, пусть лучше сейчас судьи снизят оценку юному фигуристу за «скромный» рисунок, чем потерять надежду на воспитание высококлассного фигуриста в будущем.

### Ориентация в пространстве

Кроме сказанного выше, нужно обязательно обучить детей ориентироваться на ледовой площадке, объясняя им, что такое продольная ось, а что — поперечная. И так не только весь рисунок программы, но и каждый поворот, дуга или перетяжка должны быть расположены, чтобы они «читались» судьями. Без знания точного расположения по рисунку невозможно регулировать длину шага, глубину дуг, чистоту поворотов, рабочую часть конька, нужную для выполнения того или иного элемента.

Для примера вернемся к тройке вперед наружу (так нужной нам для многооборотного сальхова). Очень легко вписываем в раскатку в начале тренировки один из вариантов этого элемента:

- 1) вальсовую тройку по кругу, усложняя ее до двухкратной и многократной;
- 2) тройку вперед наружу с каждой ноги попеременно, располагая ее по неширокому серпантину во всю длину площадки, так же постепенно усложняя ее до двухкратной и многократной;
- 3) тройку вперед наружу со сменой ног, но расположенную на небольшой восьмерке, с выходом после поворота лицом к центру круга и лицом из круга в скрученную позицию, которая является позицией захода на вращение.

И так далее со всеми базовыми элементами скольжения. При этом научите детей делать все эти элементы как при помощи работы коленом, так и при помощи работы только стопы, используя кривую конька.

### Лед меняем на зал

Сегодня практика первых лет обучения такова, что детей сразу ставят на лед, несмотря на то, что они совершенно не подготовлены к ледовым занятиям физически.

Буквально с первых дней юный фигурист столкнется со сложнейшей задачей: перенос центра тяжести с одной ноги на другую. Ведь все фигуристы только и делают что без конца переходят с одной ноги на другую, которые сгибаем и выпрямляем в зависимости от того, свободная эта нога или опорная. Это сложнейшая координационная задача, и, конечно, изначально этому надо учить на полу в зале. Совершенно ясно, что ребенку надо дать общефизическую подготовку, и только потом, когда у детей окрепнут животы, спины, укрепятся голеностопы, ко-

**Практически вся страна думает, что за две недели можно научиться кататься, а через полгода ехать на Олимпиаду**

гда они научатся слушать тренера в зале, их можно выводить на лед. А так мы нарабатываем бесконечные ошибки, которые потом пытаемся или не пытаемся исправить. Коэффициент полезного действия от ледовых занятий групп первого года обучения потому такой низкий, что ледовое время используется в этом случае совершенно неэффективно. В результате мы имеем то, что имеем. В качестве примера разумности такого подхода можно вспомнить о тех временах, когда искусственного льда было мало и огромное внимание уделялось общефизической подготовке, особенно на начальном обучении. И результаты были не хуже нынешних.

### Фундаментальные задачи

Как это ни покажется странным, но многочисленные телевизионные ледовые шоу сыграли свою отрицательную

роль. Практически вся страна думает, что за две недели можно научиться кататься, а через полгода можно ехать на Олимпиаду. Поэтому подавляющее большинство родителей приводят детей в фигурное катание, чтобы получить «все и сразу». Спрос, как известно, рождает предложение и, может быть поэтому, при всей раскрученности фигурного катания, ситуация не улучшается.

К сожалению, многие тренеры не понимают, что как бы они ни старались, но биомеханику движения не обойти, а природу не обмануть. Если ребенку не объяснить, в какой момент зажать спинку, чтобы войти в крюк, и каким образом зажать ягодичку при выходе из крюка, то у него не получится выполнить этот элемент качественно. Больше того, все эти порванные мениски и многие другие травмы идут от неправильно выученной дуги. Если нет наклона тела по всей оси, если ботинок наклонен в одну сторону, а корпус в другую — вот и травма. На дуге себя надо удерживать не усилием, которое ведет к натяжению и перенапряжению всех суставных связок (голеностоп, колено, бедро, позвоночник), а техникой. Так что грамотное фигурное катание ни в коем случае не уродует здоровье. К сожалению, сегодня не редкость, когда спортсмены, выиграв детскую или юниорскую Россию, вынуждены закончить свою карьеру потому, что их ничему по настоящему не научили, а просто использовали природные данные, потенциал. Это одна из причин, почему в наше время спортивный век фигуристов так короток: в 4 года начали, а в 14 закончили.

Когда в фигурное катание приходит способный ребенок, то какой бы одаренный он ни был, тренер никогда не должен забывать одну простую истину: не создав фундамента, дом не построить. Кто в здравом уме рискнет накидать немного гравия, подлить туда бетон и на этом «фундаменте» начнет строить дом? Груда высококачественного строительного материала — это еще не дом, в котором можно жить. Так почему же в фигурном катании происходит именно так? ■



### Ольга Маркова

**В** последнее время можно часто слышать от тренеров, спортсменов и телевизионных комментаторов, что оценка за компоненты существует для того, чтобы у судей была возможность манипулировать спортсменами, «поднимать» или «опускать» их в зависимости от задачи. Если на сегодняшний день с технической оценкой еще как-то все разобрались, то оценка за компоненты вызывает у многих если не раздражение, то по крайней мере вопросы. Прокомментировать особенности этой «второй» оценки согласилась судья ИСУ, серебряный призер чемпионата Европы 1995 года Ольга Маркова.

## «Вторая» оценка для личности

Фигурное катание лишь наполовину спорт, все остальное — искусство

— Из чего складывается оценка за компоненты программы?

— После оценки технического содержания программы каждый судья полностью оценивает выступление спортсмена или пары. Эта оценка включает в себя 5 компонентов: уровень катания, переходы (связующие движения и ра-

бота ног), представление (исполнение) программы, хореография (композиция) и интерпретация музыки. Оценки судей соответствуют следующей градации: 1 — очень плохо, 2 — плохо, 3 — слабо, 4 — посредственно, 5 — среднее, 6 — выше среднего, 7 — хорошо, 8 — очень хорошо, 9 — превосходно, 10 —>

— выдающееся исполнение. Правда, на моей памяти не было еще случая, когда за компоненты программы кому-то ставили оценку 10 баллов даже на международных соревнованиях. На моей практике 8,5 балла было самой высокой оценкой за компоненты программы. На детских соревнованиях очень часто судьи ставят оценки по компонентам от 3 до 4 баллов, что приравнивается к «слабо» и «посредственно», но это отнюдь не означает посредственного катания для ребенка. Просто система судейства одинакова для всех: и для новисов, и для мастеров международного класса.

#### — В чем тонкость судейства программы по компонентам?

— Первый компонент оценивает **мастерство катания** спортсмена: качество его скольжения по льду, которое характеризуется умением реберно скользить, правильно выполнять шаги, повороты, уметь кататься в разном ритме. Здесь же оцениваются мощь катания, скорость, амплитудность движений.

### Для спорта высших достижений важно раскрыть свою личность

Сегодня у нас в России очень многие специалисты говорят о необходимости возвращения в том или ином виде к «школе», которая как часть международных соревнований была отменена ИСУ с 1990 года. Однако многие страны, в том числе и США, оставили «школу» как обязательный этап подготовки фигуристов на национальном уровне. Есть и различные шаговые тесты, не сдав которые спортсмен не может выступать на соревнованиях. Возможно, отсутствие обучению «школе» у нас и повлекло за собой ряд проблем в подготовке российских фигуристов. Казалось бы, наши спортсмены тоже очень хорошо владеют коньком, но на международных соревнованиях, особенно в

время разминки — когда на льду находятся все одновременно, — возникает такое ощущение, что некоторые наши спортсмены стоят на месте и берегут силы для прыжков. Кажется, что они

тратят такие усилия на скольжение, что устают, еще не прыгнув. Все-таки это фигурное катание, а не катание фигур. Поэтому нам тоже есть над чем подумать.

#### — Почему в календаре нет соревнований по скольжению?

— К сожалению, в России это пока не принято. Но мысли такие есть, и, возможно, уже в конце этого сезона эта тема будет обсуждаться. Сейчас меня ввели в состав судейской коллегии, и, наверное, в конце сезона будут приниматься какие-то решения по поводу начальной подготовки, введения каких-нибудь тестов или зачетов с целью обязать тренеров начальной подготовки грамотно обучать скольжению.

Второй компонент — **связующие движения и работа ног** — также напрямую связан с базовым обучением. Например, прыжок не будет оценен хорошо, если он исполнен в неправильном месте расположения, с неправильного ребра, с маленького хода и когда нет грамотных дуг наезда и выезда из элемента. Также если между элементами нет никаких шагов, поворотов, а просто разбег и прыжок, разбег и вращение, то уровень такой программы соответственно будет очень низким. Однако если та же перебежка будет выполнена качественно, на хороших ребрах, на скорости, то она может быть оценена достаточно высоко, но по первому компоненту — уровень катания. Поэтому мне, честно говоря, не всегда понятно, когда судьи свои оценки по всем 5 пунктам ставят одинаковые. Если в программе одни перебежки, даже хорошо исполненные, то где же владение коньком? И что оценивать?

Далее, **исполнение, представление программы**. Этот компонент характеризуется способностью фигуриста передать хореографический замысел, му-

зыка программы. Здесь оценивается физическая, эмоциональная и интеллектуальная вовлеченность спортсмена в исполнение — другими словами, насколько в образе находился фигурист или пара, представляя зрителям программу. Очень часто бывает, что программа интересно поставлена, видна задумка хореографа, но исполнение было невыразительное, просто заученное.

Довольно часто можно услышать, что какую-то музыку тяжело катать, потому что она потребует высокой эмоциональной отдачи, а это приведет к усталости. Выложиться на все 100 процентов фигуристу не позволяет не отсутствие собственных эмоций, а страх усталости, нехватка мастерства, нехватка владения коньком, телом, чтобы раскованно, эмоционально, на скорости кататься. Ведь переключиться в эмоциях толь-

ко мешает выполнять элементы, а это тоже своеобразное владение собой, своим телом, своим коньком. Поэтому «вторая» оценка выставляется, безусловно, за мастерство катания.

Костюм также играет важную роль в этой оценке. По правилам соревнований судьи костюмы не оценивают, но костюм влияет на создание образа, стиля программы в целом. При этом не надо забывать, что фигурное катание — это спорт, и какие-то излишества в костюме могут вызвать у судей неприятие, раздражение. Особенно если уровень катания оставляет желать лучшего.

Четвертый компонент оценивает **композиционное построение** программы, ее хореографическую постановку. При оценке этого компонента выделяют, например, такие параметры, как идея, концепция или настроение программы; соразмерность, пропорциональность ее частей, единство всей компози-

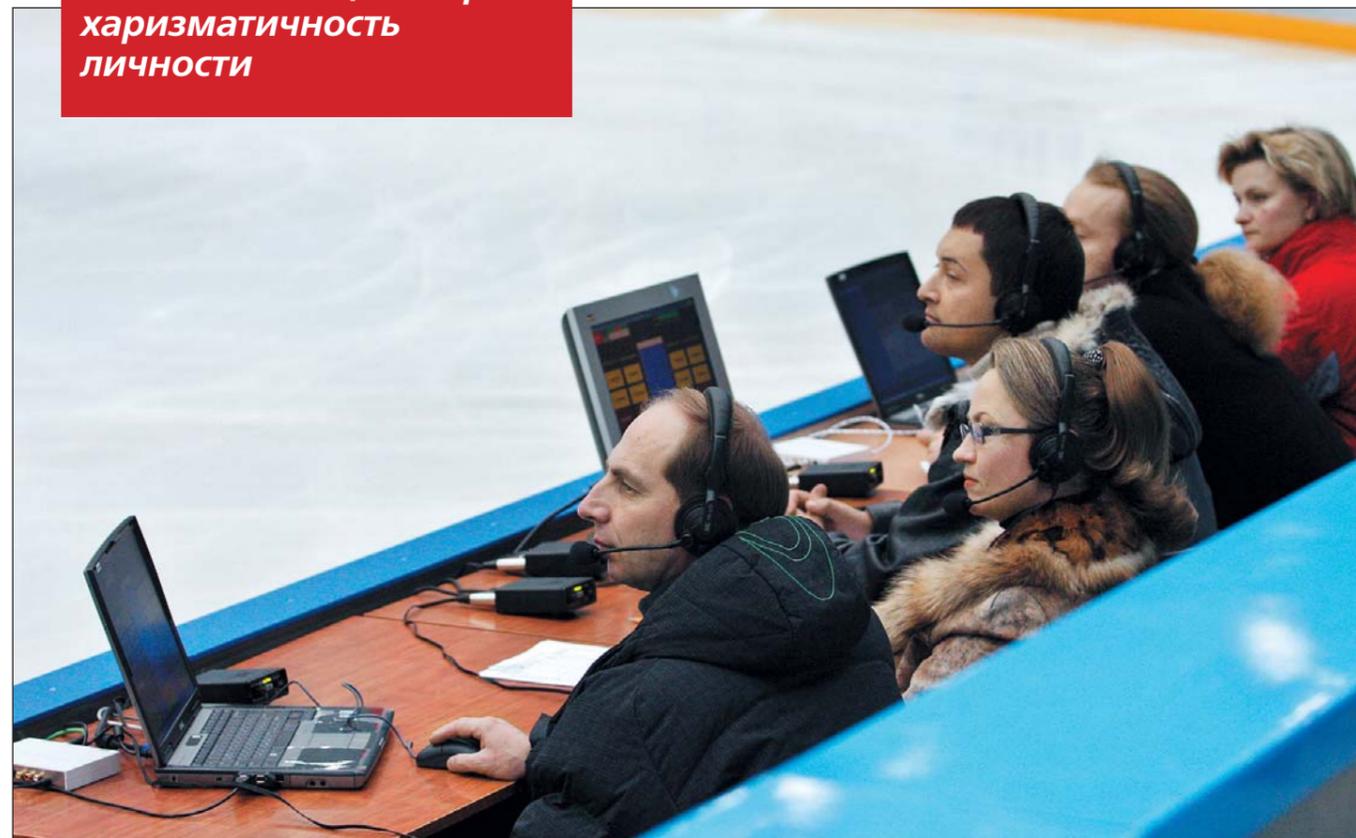
ции, рисунок программы на ледовой площадке и другое. Можно сказать, что в этой оценке отражена в основном работа хореографа-постановщика.

#### — Значит ли это, что вскоре мы будем на соревнованиях видеть мини-спектакли на коньках?

— В правилах не прописано, что программа должна представлять собой спектакль, что чуть ли не либретто надо писать. Программа может быть разной, в том числе и танцем души без каких-то вычурных постановочных находок. Естественная пластика тоже является хореографией, и такие программы не теряют в оценке из-за того, что поставлены в другом плане. То есть если программа будет наполнена эмоционально, но у нее не будет сюжетной линии, она будет ничем не хуже, чем «спектакль одного актера».

И наконец, **интерпретация музыки**. Здесь оцениваются согласованность движений с музыкой, выра-

### «Второй» оценкой судьи, можно сказать, измеряют харизматичность личности



Катарина Гербольт. «Кармен»



Артём Бородулин. «Яблочко»

жение стиля музыки, ее ритма и характера. Насколько спортсмен был музыкален, насколько его движения совпадали с музыкальными кульминациями, насколько согласованы были элементы с музыкальным контекстом, насколько движения рук, корпуса, головы выражали музыку. Даже выражение лица.

Бывает, что кому-то из судей не нравится, как музыка скомпонована, бывает, снижают за качество звукозаписи или за злоупотребление ударными или шумовыми эффектами. Но это все на вкус каждого судьи.

— Как судьи реагируют на заезженную музыку? Ведь порой

«Тоска» Пуччини звучит каждый год по 3-4 раза в каждом виде на международных соревнованиях. Нельзя ли запретить катать «Тоску» или «Кармен»?

— В 2005 году на чемпионате мира среди юниоров в Канаде, когда уже в

12-й раз зазвучал саундтрек из кинофильма «Пираты Карибского моря», Питер Крик (член совета директоров ИСУ) не выдержал и сказал, что если кто-нибудь еще выйдет под эту музыку, то он встанет и уйдет.

Да, в последнее время очень часто бывает ощущение, как будто все сговорились. Например, в этом сезоне прак-

**В детском катании оценка по компонентам не должна быть выше оценки за технику**

тически все танцоры для произвольного танца выбрали медленную лирическую музыку. Бывают «испанские сезоны». Также очень часто звучит «Бесаме мучо» в различных аранжировках, и всем нравится.

На самом деле когда выбирают известную музыку, то расчет идет на эмоциональное восприятие этой музыки, которую многие люди знают и любят. Новая или малоизвестная музыка может не вызвать таких эмоций, не взять за душу. Или еще бывает, спортсмены выбирают ту музыку, под которую очень успешно или запоминающе откатался другой спортсмен. Возможно, это неплохо, что у людей есть кумиры, достойные подражания, однако когда ты начинаешь кого-то копировать, то здесь есть опасность потерять себя. А для спорта высших достижений все же важно раскрыть свою личность. Только ты сам — и никакого «клонирования».

— Если спортсмен с хорошим базовым катанием в программе допустил падения с элементов, то будет ли высокой его оценка за компоненты?

— Нет, оценка должна стать намного ниже, потому что впечатление от программы будет потеряно. Часто в детском спорте бывает так: пока ребенок катается с двойными прыжками, то катается в образе, а как начинаются тройные прыжки, ребенок теряет и прыжки, и образ.

Оценка за компоненты тесно связана с технической оценкой. По новой системе оценка технической бригады составляет примерно 30% от общей оценки, все остальное выставляют судьи. Для спортсменов высокого уровня это соотношение может доходить до 50%, но не больше. В детском катании оценка по компонентам не должна значительно перебивать «первую» оценку.

— Судьи и специалисты дают рекомендации спортсменам и тренерам по подготовке программ?

— В Новогорске на контрольных прокатах сборной мы высказываем свое мнение, потому что всегда важен взгляд со стороны. Прежде всего это касается технической оценки, потому что все спорные моменты могут быть на соревнованиях истолкованы двояко, соответственно разброс баллов от первого до четвертого уровня таков, что можно сильно потерять в оценке на пустом месте. Также высказываем свое мнение

о художественной стороне программ, но все высказывания носят рекомендательный характер, окончательное решение все равно остается за тренером и спортсменом. Иногда случается так, что выбрали музыку, поставили программу, а она «не идет» спортсмену. То есть с этой музыкой или программой спортсмен заведомо проиграет в сезоне, проиграет даже себе самому, своим возможностями. Похожая ситуация сложилась в олимпийский сезон 2002 года у Жени Плющенко с его программой «Жизнь артиста». После серии Гран-при Плющенко и Алексей Мишин приняли решение поменять программу, и на Олимпиаде Женья выступал с другой произвольной программой.

— Что бы лично вы посоветовали тренерам и спортсменам для получения максимально высокой оценки по компонентам?

— Мой совет — как можно больше разнообразия в подготовке фигуристов. Однообразие — враг творчества.

В конце сезона многие тренеры подбирают разноплановую музыку и предлагают детям под нее импровизировать. Благодаря такому занятию становится многое понятно по характеру, образу спортсмена, по его темпераменту. Когда спортсмен ищет свои сильные стороны, то проявляются его самобытность, личность. В конечном счете при составлении программ надо идти за спортсменом: учитывать его сильные стороны, прятать слабые. Но это не означает, что надо только прятать: судьи не слепые, они видят, что корпусом и руками накручено, а коньком ничего не сделано. Поэтому фигуристов все равно надо обучать трудным элементам и добиваться идеала.

Например, раньше бытовало мнение, что растяжка для фигуристов не важна, потому что она негативно влияет на прыжок. Теперь все растянуты и прыгают, потому что все это нарабатывается. Понятно, что у всех данные разные и кому-то не дано сделать ласточку в 180 градусов или идеальный бильман. Но всегда есть другие варианты сделать вращение или спирали 4-го уровня. На

мой взгляд, тренеры и спортсмены должны находиться в постоянном поиске, только тогда интересно тренироваться, вообще существовать на льду.

— А что можно пожелать судьям, которые выставляют оценки фигуристам?

— На детских стартах мы судим еще не сформировавшихся спортсменов, которых очень важно оценить и поддержать, когда они пытаются усложнить элементы, выполнить их как можно более качественно. Очень часто бывает такая ситуация, что один ребенок делает просто вращение, а другой пытается сделать его со сложной вариацией. Техническая бригада все равно не может оценить его 2-м уровнем, а вот судьи могли бы это отметить своей оцен-

**Часто спортсмены выбирают для себя какой-то образ и начинают его без конца тиражировать**

кой и поставить ребенку, к примеру, плюс 1. В этом случае техническая оценка повысится, потому что в глазах судей все же должна быть разница между, скажем, либелой еле-еле в 5 оборотов и либелой в 10 оборотов на скорости или с одной сложной вариацией. Я считаю, что это было бы справедливо, хотя таких правил нет и такие решения остаются на усмотрение судей. А по уровню это все равно 1-й уровень, но плюс 1 от судей!

— Вы не находите, что у многих тренеров базовые элементы как бы перестали котироваться, всех теперь интересуют только уровни?

— Грамотный тренер никогда не выставляет на соревнования ребенка с элементом, который тот пока еще плохо исполняет. На тренировках можно и нужно тренировать любую сложность, но на старте должна быть та программа, и с той сложностью, которая исполняется на 80-90 процентов. Поэтому

тренеры поступают неправильно, заставляя спортсмена показывать на старте высокую сложность элементов, которой те не владеют. От такого подхода страдает не только техническая оценка, но и оценка за компоненты. Спортсмен там недоделал, там упал, там недодостоял — и программа потеряна.

— Подводя итог, можно ли утверждать, что в оценке за компоненты отражено все умение фигуриста, вся его личность?

— Работа с фигуристом предполагает, кроме техники, еще и создание образа, характера, настроения в программе, он должен иметь свой творческий потенциал, должен быть интересен зрителям, судьям. Этому сложно научить, это или есть, или нет. Часто спортсмены выбирают для себя какой-то образ и начинают его без конца из года в год тиражировать. Судьи и зрители могут эмоционально устать от одного и того же образа, от одного стиля катания даже классного фигуриста. Например, Брайан Жубер воплощает на льду один и тот же образ — он «герой». По-моему, это утомительно.

Над компонентами «второй» оценки должен работать уже коллектив, можно сказать, команда, куда входят хореограф-постановщик, хореограф-репетитор, художник по костюмам, звукорежиссер, визажист. Но главным все равно является личность спортсмена. Поиск себя, а точнее, поиск для себя разнообразных образов, в которых возможно предстать перед публикой, — это еще одна сторона фигурного катания. «Второй» оценкой судьи, можно сказать, измеряют харизматичность личности. Зрители реагируют на что-то яркое, пробуждающее в душе отклик. Я никогда не забуду, как судила свой первый турнир — это был этап Cup of Russia в Москве, на котором катались Слуцкая и Плющенко. Я тогда первый раз в жизни почувствовала на себе энергетику катания Ирины и Жени. Ты хочешь не хочешь, а им отдашь все, потому что от их катания хочется самому взлететь.

Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

# Без срока давности

**Мария  
Бутырская:**

## 10 лет назад Елена Чайковская подарила России заветное золото



**С** Еленой Анатольевной мы начали работать в 1997 году. А до этого, как сейчас помню, — Париж, чемпионат Европы. Я первая по квалификации, вторая по произволке, но с полностью заваленной короткой программой — в итоге лишь четвертое место. Обидно до слез! И ведь уже не в первый раз такое произошло. На тренировках я каталась прекрасно, чисто исполняла прыжки, все каскады три-три и тройной Аксель. Но, несмотря на это, на соревнованиях постоянно происходило непонятно что. При таком сильном катании на тренировках на старте я не могла показать и 50% своих возможностей. Типичный случай — «минус старта». Виктор Николаевич Кудрявцев, у которого я каталась тогда и который очень многому меня научил, начал намекать, что пора бы, пожалуй, заканчивать спортивную карьеру. И возраст уже не тот, и результатов нет. Но я была принципиально не согласна с таким подходом.

Вот тогда в Париже я в первый раз в своей спортивной карьере приняла решение сменить тренера. Я очень четко понимала: второго шанса не будет. Сидела и просчитывала все как шахматную партию. Тарасова тогда только-только взяла к себе Илью Кулика, было совершенно ясно, что я буду лишней в их творческом дуэте. Мишин все-таки больше специализировался на одиночниках. Все перспективные девочки из его группы почему-

то никогда ничего не добивались. Пугающая статистика. Решила попытаться счастья у Елены Чайковской. Елена Анатольевна в тот момент как раз только-только ушла с поста главного тренера сборной, учеников у нее не было, и она в некотором смысле оказалась, что называется, не у дел. Как и я. И вот в Париже я собралась с духом и сказала себе: «Все, медлить больше нельзя, надо что-то делать».

Очень хорошо помню, как подошла к номеру Чайковской, как долго стояла перед дверью, готовилась, собиралась с мыслями. Постучала и с порога буквально выпалила: «У меня к вам есть предложение. Давайте будем вместе работать, я хочу у вас кататься». Она внимательно на меня посмотрела и просто сказала: «Давай».

Сразу по возвращении в Москву мы приступили к тренировкам. Особо менять ничего в программах мы не стали, а уже со следующего сезона Елена Анатольевна взялась за меня полной программой.

За время подготовки к стартам мы устраивали такое количество прокатов, что перед соревнованиями состояние у меня было совсем другое, чем раньше. Я чувствовала себя очень уверенно, спокойно психологически. В этом была большая заслуга Чайковской, которая ни разу не дала мне почувствовать, что разочарована результатом, что сомневается в успехе. Наоборот: «Посмотри, как ты катаешься. Ты же лучшая!» — не

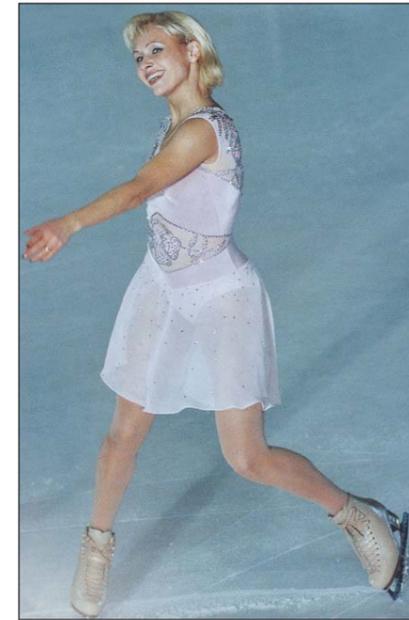
уставала она мне повторять. Это здорово заряжало!

Тренером Елена Анатольевна была строгим, требовательным и непреклонным. «У тебя есть только одна соперница, — внушала она мне. — Это ты сама. А значит, соревнования у тебя каждый день, на каждой тренировке. Вот и воспринимай это так, как будто второго шанса не будет». Мы делали не сто прокатов по частям, а один целиком. И задача была пойти и с первого раза все сделать чисто, а не перекачивать что-то потом. И вечный бой, каждый день неравная битва с самой собой.

Елена Анатольевна — очень тонкий психолог. Перед программой у нее всегда находились — в зависимости от ситуации — нужные слова. Она могла и рассмешить меня, чтобы я расслабилась, и напротив, быть предельно серьезной и собранной. Каждый старт проходит по-разному, и каждый раз спортсмен по-разному волнуется. И она ловила мою волну и настраивалась на нее. Каждого своего фигуриста, каждый характер она, как бы сказать, пропускала через себя, через свою жизнь и свою судьбу. Вся ее жизнь была только в нас. И мы это чувствовали, ценили и отвечали тем же. Понимали, что спорт — это не просто тренировки несколько раз в день, а образ жизни.

Чайковскую всегда отличал прекрасный вкус. Ведь именно она вместе с Людмилой Пахомовой и Александром Горшковым создала неповторимый стиль русского танца на льду, который и по сей день славится на весь мир. Она умела чувствовать человека. Мы вместе сумели создать свой собственный образ, в котором я очень органично чувствовала себя и выделялась на общем фоне. Подбирали очень красивые музыкальные композиции. Вернулись к классике, красивой медленной музыке, и я стала отличаться по стилю. Подбирали лирическую музыку, сделали ставку на женственность, мягкость, теплоту.

В первом совместном сезоне я впервые стала чемпионкой Европы и выиграла медаль чемпионата мира — бронзовую. Неплохой результат, особенно



по сравнению с предыдущими. Но главная цель не была достигнута. С самого начала нашей совместной работы мы нацеливались на золото чемпионата мира, и на меньшее не были согласны. Нацеленность Елены Анатольевны на результат, вера в победу, в мои силы вселяла уверенность и в меня. Наконец-то

**«Ее нацеленность на результат, вера в победу, в мои силы вселяла уверенность и в меня»**

я почувствовала, что иду не одна. Как это было важно!

Сезон 1998/99 года прошел просто на ура! Чемпионат Европы выиграла легко, на одном дыхании. Но главным стартом, конечно, стал чемпионат мира, который проходил в Хельсинки. Основной соперницей на мировом уровне была американка Мишель Кван, очень сильная опытная спортсменка.

Помню, как гуляла по пустым узким улочкам Хельсинки и думала, думала. Этот город, пожалуй, навсегда останется для меня чем-то особенным.

«Маша, — говорила я себе, — это твоя последняя возможность стать чемпионкой мира, не упusti такой шанс! Давай, действуй, ты все можешь!»

Это был мой лучший прокат произвольной программы. Не просто в сезоне, а вообще в жизни. Музыка никому не известного латиноамериканского композитора, которую Елена Анатольевна нашла где-то специально для меня, жила и каталась вместе со мной в тот вечер. Отонал стала моей своеобразной визитной карточкой с тех пор. Заканчивая программу, уже на последнем вращении я точно знала, что стала чемпионкой мира. Выиграла у всех в одни ворота: ни один судья не посмел поставить меня ниже Кван. А потом слезы радости, пьедестал, заветное золото и российский гимн! Все поздравляли меня и Елену Анатольевну с первой золотой медалью чемпионата мира в женском одиночном катании для России.

Не верьте тем, кто говорит, что выиграл кому-то назло или в качестве подарка, что выиграл для страны, или для денег, или для чего-то еще. В первую очередь мы выигрываем для себя. Я билась за свою победу, за реализацию себя как спортсменки, а Елена Чайковская — за свой стиль, за свое видение спорта и искусства, за своих учеников...

Иногда задумываюсь, что же такого было в нашем дуэте с Еленой Анатольевной, чего не было у меня с другими наставниками... Ведь я тренировалась у прекрасных специалистов. Невозможно оценить, как много дал мне Виктор Николаевич Кудрявцев — ведущий специалист в фигурном катании, к которому на консультации приезжают спортсмены со всего мира. Но чего-то не хватало, может быть, какой-то мелочи. Ключик ко мне сумела подобрать лишь Чайковская.

С Еленой Анатольевной сейчас видимся редко. Как-то не пересекаются наши дороги... Правда, недавно неожиданно встретились на выставке кошек, представляете? И тут наши интересы вновь совпали. Так что о фигурном катании мы теперь больше не говорим — только о кошках. ■



# Москва

## наращивает присутствие

### В Губкине Белгородской области прошли чемпионат и Первенство России по синхронному катанию

**Г**убкинцы уже в 4-й раз (2004, 2007-2009) принимали у себя участников чемпионата и Первенства России по синхронному катанию на коньках. Соревнования торжественно открыли глава администрации г. Губкина Анатолий Кретов и старший тренер сборной России по синхронному катанию и танцам на льду, серебряный призер XVIII Олимпийских зимних игр, двукратный чемпион мира в танцах на льду Олег Овсянников.

В этом году в чемпионате страны в общей сложности по всем трем разрядам приняли участие 23 команды. Наибольшее количество участников (11 команд) было представлено в раз-

ряде «новисы». Участие в этот раз приняли и две московские команды: «Олимпийский-Юнитис» СК «Олимпийский» ООО «ФСК «ЕЛАМА» (главный тренер Людмила Волкова и тренер Татьяна Трещева) и «Созвездие» ДЮСШ №6 (старший тренер Галина Горбунова и тренер Анна Харченко).

**В этом году в чемпионате страны в общей сложности по всем трем разрядам приняли участие 23 команды**

Команда «Олимпийский-Юнитис» прекрасно выступила в своем разряде и заняла призовое 3-е место, таким образом улучшив свой прошлогодний результат (5-е место). Команда «Созвездие», дебютировавшая лишь в прошлом году на соревновании такого ранга, в этот раз, по оценке судей, заметно усложнила техническую сторону своих программ. Накануне этого важного старта с 3 по 13 января 2009 года за счет средств родителей был проведен учебно-тренировочный сбор на спортивной базе «Ока» в г. Алексине Тульской области,

который, по словам тренеров команды, очень положительно сказался на подготовке к чемпионату.

Если на прошлом чемпионате страны в разряде «юниоры» не было представлено ни одной московской команды, то в этом году в этом разряде дебютировала еще одна команда клуба «Олимпийский», которая заняла 7-е место.

В самом старшем разряде интересная борьба развернулась между десятикратными чемпионами России по синхронному катанию командой «Парадиз» СДЮШОР СКА (Санкт-Петербург) и командой «Татарстан» РСДЮШОР (Казань). Однако команда «Парадиз», руководимая своим старшим тренером Ириной Яковлевой, в 11-й раз завоевала титул чемпионов России.

Московская команда «Ренессанс» РОО «Федерации фигурного катания на коньках города Москвы» (тренер Алена Посохова), несмотря на сложности различного характера при подготовке к чемпионату, смогла принять участие в турнире и заняла 4-е место.

Команда «Ренессанс» (бывшая команда «Олимпийский») была воссоздана и приступила к регулярным тренировкам в сентябре 2008 года. Ее новым тренером с 15 ноября того же года стала студентка 2-го курса РГУФК Алена Геннадиевна Посохова.

В этом сезоне количество команд по мастерам спорта сократилось до четырех. Перестала существовать уральская команда «Спартак-Лидер» (Екатеринбург). Участие нашей московской команды в чемпионате позволило присвоить спортсменам команд победительниц и призеров разряды мастеров спорта, а также позволило провести награждение команды «Дрим-Тим» (Самара) за 3-е место медалями и дипломом.

18 января в заключительный день соревнований состоялись показательные выступления ведущих московских фигуристов Александры Иевлевой, Сергея Добринина и спортивной пары Евгения Папунина — Виталий Бабкин.

Леонид КОРНИЕНКО

Московский фигурист №1/2009

## Алена Посохова:

# Может, это авантюра, но я решилась

— Как получилось, что, еще будучи студенткой 2-го курса РГУФКа, вы стали тренером московской команды по синхронному катанию «Ренессанс»?

— Работая в секретариате на одних московских соревнованиях, я случайно разговорилась с генеральным директором дирекции московской Федерации по фигурному катанию Леонидом Николаевичем Корниенко. Узнав, что раньше я каталась в липецкой команде по синхронному катанию, он очень заинтересовался этим фактом и сначала предложил мне стать участницей «Ренессанса». Однако я к этому времени уже довольно долго не каталась, училась в институте и, честно говоря, не планировала начинать заново спортивную карьеру. Тогда Леонид Николаевич предложил мне тренировать эту команду, которая в силу некоторых обстоятельств оказалась без тренера. После недолгих сомнений, а потом небольших консультаций как с родными, так и с моими липецкими тренерами и нынешними наставниками, я приняла это предложение. Конечно, мне было страшно, и мое решение попало авантюрой, но я решилась.

— Синхронное катание все еще экзотика для Москвы. Вообще, это сложно — быть тренером команды?

— Да, в Москве специалистов по синхронному катанию, скажем так, не слишком много. На мой взгляд, тренером по синхронному катанию может стать любой человек, который занимался фигурным катанием: для этого надо набрать команду и почитать правила. Этот вид спорта относительно молодой. Когда его придумали, опыта ни у кого не было. Конечно, гораздо

легче тому, кто сам занимался синхронным катанием и представляет, как это выглядит изнутри. Просто иногда недостаточно взгляда извне: нужно понимать, как действуют механизмы внутри при исполнении фигуры. Для этого тренер обычно опирается на капитана команды, который рассказывает ему о прохождении элементов. У нас очень хороший капитан, который помогает и мне, и команде.

— Что является основным фактором работы для успеха команды по синхронному катанию?

— Движение в команде по стандартной площадке предполагает определен-

**Движение в команде по стандартной площадке предполагает специфические приемы и навыки**

ные приемы и навыки. Специфика скольжения более приближена к танцам, чем к одиночному катанию. Наша команда много времени посвящает работе над скольжением: катаем дуги, садимся на ноги и все такое. Но даже если каждый сделает шаг безупречно, то совсем не факт, что они это также сделают в команде из 16 человек.

— Как отнеслась команда к тому, что тренером стала практически их ровесница?

— Девочки совсем недавно рассказали мне, как им было нелегко мириться с тем, что их тренер — ровесник им. Конечно, психологически было сложно всем. Для многих тренер — это авто- ➔

ритетный человек в возрасте. Но проблемных ситуаций у нас на тренировках не возникало. Мы сразу начали работать. У нас была конкретная цель — принять участие в чемпионате России по синхронному катанию в Губкине по мастерам, и мы сразу начали работать над этой задачей.

— **Подготовка к чемпионату России была напряженной?**

— Да. Во-первых, для уровня этой команды нужен лед 5-6 раз в неделю по полтора часа, а у нас было только 3 часа в неделю. Мы катались два раза в неделю в 6.45 утра на «Центральном» и один раз — в 6.50 утра на катке РГУФКа. Также не было зала, то есть мы были без общефизической и хореографической подготовок. Получается, был один лед, которого тоже не хватало. Во-вторых, мы работали над постановкой новых программ без хореографа. Надеюсь, что со временем он у нас появится, но пока мы все придумывали сами.

— **Расскажите о ваших программах этого сезона.**

— При подготовке короткой программы мы основное внимание уделяли технике исполнения элементов. Также все ожидали приезда на чемпионат Валентина Писеева именно на корот-

кую программу. Наша короткая программа была поставлена под музыку из французского мюзикла «Бродяги». Эта музыка очень эмоциональная, и ее характер было выразить непросто, но я считаю, что нам это удалось. Поскольку времени на подготовку было мало, то наша произвольная по рисунку и элементам отчасти состояла из короткой программы. Ее мы ставили уже больше на зритель, чем на технику: хотели своим катанием всем поднять настроение.

— **Чемпионат России прошел без приключений?**

— Буквально перед поездкой на соревнования одна из участниц получила травму и нам срочно потребовалась замена, которой у нас не было. По правилам, команда состоит из 16 человек плюс 4 человека в запасе. У нас же всего 16 членов команды. Я обратилась за помощью к своей младшей сестре Ольге. И теперь я очень благодарна ей за то, что она смогла встать в команду и выучить две программы за 4 дня до выступления.

— **Команда довольна выступлением?**

— Честно говоря, не очень. Сама я около двух лет не видела соревнований такого уровня. Все команды в нашей

группе — это лидеры: Петербург, Казань, Самара. Приехав на чемпионат, я была поражена их высокой техникой скольжения. По баллам отрыв был большой: оценки, которые мы получили от судей за обе наши программы, оказались невысоки. Но в этом году наша задача состояла в том, чтобы просто выжить и выехать на чемпионат России. Мы это сделали. Но человеческая натура такова, что когда ты добиваешься одной цели, то сразу появляется другая. Формально, у нас не было повода рвать на себе волосы, потому что и раньше эта команда, соревнуясь по мастерам, никогда не обыгрывала таких соперников. Да, оценки нас разочаровали, но все равно я считаю, что свою задачу мы выполнили.

— **Планы на будущее?**

Продолжается поиск катка и организации, которую мы будем представлять. Пока наша команда не принадлежит никому, мы арендуем лед за свои деньги. Чтобы попасть на соревнования, мы стали членами московской Федерации по личным заявлениям каждого спортсмена. Надеемся, что, как только все обрывается, мы проведем дополнительный набор спортсменов в команду, найдем хореографов для работы в зале и постановки программ. Мы уже думаем о участии в различных соревнованиях в России, а также в международных соревнованиях. Сегодня я настраиваю своих ребят на работу, потому что команда сильная, интересная, и если они будут продолжать работать с таким же желанием, как сейчас, то результат обязательно будет. Хочется сказать, что нам помогают многие люди: мой прежний тренер-хореограф из Липецка Рябцева Ольга Альфредовна содействовала нам в постановке программ, мой нынешний преподаватель в РГУФКе Жгун Елена Вячеславовна оказывает моральную и методическую поддержку. Сейчас, конечно, нам непросто, но решением наших проблем занимается и Федерация Москвы, и Федерация России. Поэтому мы надеемся.

Ольга ВЕРЕЗЕМСКАЯ

Московский фигурист №1/2009

# Обувщики с простой фамилией Graf

Банки, часы, сыр, шоколад — это далеко не все, чем славится Швейцария

**В** Швейцарии около Боденского озера расположен небольшой городок Кройцлинген, который, можно сказать, мало известен широкой публике. Все достопримечательности городка составляют расположение его около Боденского озера, да еще тот факт, что прямо через его улицы проходит граница с Германией. Вот и получается: на одной стороне улицы — Швейцария и город Кройцлинген, а на другой стороне — Германия, и город уже называется Констанц. Именно в этом маленьком швейцарском городке в 1921 году семьей потомственных обувщиков была основана фирма Graf & Co.



**Ф**абрика Graf специализировалась на производстве всевозможной спортивной обуви: от футбольной и велосипедной до трекинговой (для ходьбы по горам и лесам) и теннисной. В 1937 году в ассортименте товара впервые появились коньки и ботинки к ним.

Время шло, и фабрика постепенно меняла свой профиль, сокращая ассортимент различной спортивной обуви и

фокусируя внимание на ботинках для хоккея и фигурного катания и коньках. В 1974 году эта специализация закрепилась и в названии: компания стала называться Graf Skates AG.

Швейцарская фабрика и сегодня состоит из двух производственных цехов. В одном цеху выкраивают и шьют верхнюю часть ботинок. Здесь работают около 10 человек. Во втором цехе, который находится в отдельном здании, работают 30 человек. Тут происхо-

дит окончательная сборка и обработка ботинок: им придается необходимая форма путем выдержки их на специальных формах-колонках, приклеивается подошва, приклепывается лезвие.

В 1997 году в канадском городе Калгари был основан филиал и запущена фабрика, которая начала производить высококачественные профессиональные коньки и ботинки для хоккея и фигурного катания для североамериканского рынка. Однако надо сказать, ➔



Команда «Ренессанс», г. Москва

что все заготовки для ботинок по-прежнему делают на фабрике в Швейцарии.

Швейцарская фабрика производит ни много ни мало 30 тысяч пар ботинок ежегодно, а также 40 тысяч заготовок для профессиональных фигурных ботинок и хоккейных коньков для фабрики в Калгари. Под заготовками подразумевается все то, из чего состоит ботинок для фигурного катания: верхняя часть ботинка (из множества деталей и слоев), подошва с каблучком, детали внутренней и внешней отделки и т.д. Все это изготавливается в Швейцарии и отправляется в Канаду, где происходит окончательная сборка. В том же 1997 году часть производственной программы компании была переведена на фабрику Sakurai в Гонконге, где изготавливаются прежде всего недорогие хоккейные и фигурные коньки. Таким образом произошло разделение производства: профессиональные модели стали выпускаться в Швейцарии и Канаде, а более простые и «массовые» коньки — в Китае. Наиболее крупными потребителями швейцарского «Графа» в Европе являются Скандинавия, Германия и Россия. Были отдельно разработаны профессиональные модели для азиатских спортсменов. Дело в том, что «азиатская» колодка несколько изменена в связи с особенностями ног фигуристов этих стран. У азиатов пропорция длины ног к длине туловища действительно иная, чем у европейцев: ноги азиатов короче и уже. К тому же до сих пор многих девочек с раннего возраста родители приучают к «правильной» походке — носками внутрь, что соответствует эстетической и культурной норме азиатов.

### Классический ботинок

Так исторически сложилось, что фигурное катание — очень консервативный вид спорта. Новые модели ботинок и коньков нестандартного вида до сих пор плохо приживаются на рынке. Есть, конечно, спортсмены, отдавшие предпочтение пластиковым подошвам и своеобразному дизайну ботинок, но все-таки большинство из них продолжают выбирать модели, которые, по

крайней мере, внешне напоминают классический ботинок для фигурного катания, несмотря на то что внутреннее наполнение и материалы уже давно сильно модифицированы.

Коньки и ботинки Graf создаются из множества частей, собранных воедино путем сложного технологического процесса. Все этапы производства — будь то раскройка материала, сборка, формовка ботинка, приклеивание подошвы и приклепка лезвий — осуществляются точно и высокопрофессионально. Возможно, именно поэтому на протяжении многих лет огромное количество фигуристов с мировыми именами отдают предпочтение этому бренду, и все новые и новые юные фигуристы стремятся кататься на «Графе».

Помимо верхних моделей, Graf представляет полный ассортимент моделей для всех уровней катания. В коллекциях

**«Папа Граф» — так называют сегодня владельца компании люди, знающие его в жизни и в бизнесе**

этой марки есть модели и для любителей — кто пару раз в год выходит на лед (Lugano, Chamonix, Arosa, Davos, Volero), и для начинающих спортсменов (Montana, Ace, Splendid), и для фигуристов среднего уровня подготовки (Richmond), и для тренеров (Prestige), и для профессионалов и чемпионов (Edmonton, Dance).

В новой коллекции 2009 года появились серьезные модели, которые могут заинтересовать как тех, кто катается на Graf Edmonton (появился ботинок для тонкой ноги с особым строением голенища — Edmonton Short Cut), так и начинающих: вышел конек Splendid, способный составить серьезную конкуренцию общепризнанной модели WIFA Prima Set.

Что же касается России и наших фигуристов, то можно сказать, что Graf по-

прежнему занимает лидирующие позиции. Вот уже многие годы профессионалы отдают свое предпочтение топовым моделям этой фирмы. На «Графе» свои медали завоевывали Евгений Плющенко и Алексей Ягудин, Ирина Слуцкая, Майя Усова и Евгений Платов. В паре Яна Хохлова — Сергей Новицкий Сергей отдал предпочтение Graf Edmonton, в паре Юко Кавагути — Александр Смирнов та же картина: партнер катается на Edmonton. Любовь Илюшечкина и Нодари Маисурадзе — оба отдали свой голос «Графу». И это далеко не полный список профессиональных фигуристов, катающихся на ботинках этой фирмы.

Около 20 лет назад у нас в России появились модели для фигурного катания. С 2004 года право на продажу товаров марки Graf перешло в руки Новой спортивной компании (NSC) и является эксклюзивным и по сей день. С этого времени объем продаж Graf вырос более чем в 5 раз.

### Семейные ценности

Многие фигуристы, юные спортсмены, их родители и просто любители, которые отдают предпочтение этой марке, даже и не догадываются о том, что Graf, будучи всемирно известным и востребованным брендом, является еще и именем собственным.

Компания Graf и сегодня принадлежит Карлу Графу, который является внуком Карла Графа — основателя фирмы, и сыном Карла Графа, перенявшего дело у своего отца. Традиции и семейные ценности поддерживает третье поколение семьи Граф, в которой по семейной традиции всем потомкам по мужской линии дают имя Карл.

«Папа Граф» — именно так называют сегодня владельца компании люди, знающие его в жизни или столкнувшиеся с ним в бизнесе. Трудно себе представить, что в мире есть более информированный и уважаемый специалист в области конструирования и производства хоккейных и фигурных коньков, чем «папа Граф».

Всем ведущим мировым производителям ботинок и коньков для фигурно-



Карл Граф каждый день приходит на фабрику

го катания известно, что на фабрике Graf применяются лучшие в мире и самые сложные по своему устройству станки. Однако это не исключает ручной работы. По заказу «папы Графа» были изобретены и построены необходимые уникальные машины. Каждые образец и пару тщательно собирают, параллельно проверяя. Так что процесс производства коньков и ботинок Graf в прямом смысле слова можно назвать ручной работой, и клеймо «Сделано в Швейцарии» ботинки носят по полному праву.

Все, кто работает на фабрике, — это мастера своего дела. Каждый работник способен трудиться на любом станке и любой машине, несмотря на всю сложность процессов и аппаратов. Это «универсальные» люди, если данное слово вообще применимо к человеку.

Сам «папа Граф» не понаслышке знаком с процессами, благодаря которым на свет рождается его продукция. Интеллигентного вида, сухощавый, с добродушным лицом немолодой человек каждый день приходит на фабрику, надевает серо-голубой халат и лично следит за всем, что происходит на производстве. Он знает каждый сложней-

ший механизм, каждый станок и каждый рычажок, сам участвует в разработке новых моделей, в выборе и заказе материалов, в поисках новых технологий, в усовершенствовании тех или иных моделей и деталей, сам готовит и комплектует заказы к отправке и, если это необходимо, может сам встать за любой станок. Он очень трепетно относится к своему детищу, гордится компанией и лично следит за качеством выпускаемого товара. Как потомственный «обувных дел мастер», Карл Граф очень хорошо знает анатомию ног спортсменов, принципы функционирования ботинка, внимательно относится к требованиям своих потенциальных клиентов, уделяя особое внимание не только спортивным характеристикам ботинок, но и комфорту спортсменов.

Он и его технологи тесно работают с фигуристами и, опираясь на их пожелания или замечания, вносят изменения в имеющиеся модели или создают новые. Любые комментарии в адрес своей продукции Карл Граф выслушивает с особым вниманием, записывает в большую тетрадь и, если это возможно, старается изменить, улучшить или исправить в

собственном производстве тот или иной обсуждаемый момент.

Каждая следующая коллекция чем-то отличается от предыдущей, идет постоянная кропотливая работа. Внешне это практически незаметно, потому что все изменения, касающиеся технических характеристик, как правило, запрятаны очень глубоко в недрах ботинка. А если модификации все-таки относятся к внешности ботинка, то это может заметить только специалист. Тут крючок появился, там подушка образовалась, здесь углубление, а там вырез. Все эти детали имеют большое значение для фигуристов, так как каждая из них влияет на удобство, качество катания и технические характеристики. Например, ботинок для будущего чемпиона, одеваемый на ножку 28-го российского размера, должен, с одной стороны, быть достаточно жестким, чтобы эту ножку держать, а с другой — достаточно мягким, дабы ребенку не приходилось прикладывать титанических усилий, чтобы его «продавливать». Ведь малышу и так не просто на льду, где почему-то ноги перестают слушаться. У профессиональных спортсменов свои требования к ботинкам и лезвиям. Они готовы потратить не одну неделю тренировок, для того чтобы раскатать ботинки, отличающиеся повышенной жесткостью.

Самым главным качеством Graf Skates AG был и остается тот факт, что за всеми этими станками и объемами существует семья. Семья, которая основала эту фирму, которая создала стандарты качества экипировки для фигурного катания. Семья, чье имя выгравировано на лезвиях и написано золотыми буквами на коньках и ботинках, которые каждый день обувают тысячи спортсменов профессионального уровня и любителей этого вида спорта. Семья со старейшими традициями и новейшими технологиями. И свою главную традицию семейственности она повторила вновь: недавно на фабрику к отцу пришла работать дочь Карла Графа Петра. А значит, история продолжается...

Василий Романов, президент NSC



# Дебют на ледовой сцене

## Полвека назад прошла премьера московского «Балета на льду»

**Б**алет на льду. Сегодня таким словосочетанием трудно кого-нибудь удивить. А 50 лет назад такого явления в культурной жизни нашей страны просто не существовало. В 50-е годы XX века Центральная студия циркового искусства выступила, можно сказать, с революционной идеей создания отечественного балета на льду, то есть практически нового жанра в искусстве. При этом родословная балета на льду не вызвала вопросов: русский классический балет и советский цирк — именно эти жанры привели на лед его отцов-основателей: хореографа народного артиста России Леонида Лавровского, много лет до этого возглавлявшего труппу Большого театра, и известнейшего циркового режиссера Арнольда Арнольда. Именно они придумали, разработали, осуществили и воплотили в жизнь абсолютно

новую концепцию отечественного балета на льду.

Но это было потом. А пока им предстояло провести конкурсный набор в не существующую труппу ледового балета. Объявление о просмотре в балет собрало в Москву 750 претендентов из 19 городов страны. Причем мало кто знает о том факте, что быть фигуристом или балетным танцовщиком было совсем не обязательно. Претенденты должны были увлечены этой идеей, а также музыкально одаренными, координированными, эмоционально выразительными, стройными, рослыми, красивыми и молодыми. По итогам конкурса 39 юношей и девушек составили первую труппу будущего балета на льду.

Уже гораздо позже, когда его слава обойдет весь мир, много будет сказано о тех новациях, которые осуществили при создании московского «Балета на

льду». Группа молодых людей, набранная в труппу в 1957 году, должна была в течение двух лет научиться всему, что полагается знать профессиональному актеру. Леонид Лавровский пригласил педагогов по хореографии, по актерскому мастерству, по гриму, по истории балета, а также тренеров по фигурному катанию. Для молодых людей спорт и искусство перемножили свои жесткие бескомпромиссные требования: в результате они смогли не только освоить технические премудрости фигурного катания, но и овладеть вершинами артистической выразительности. А вместе с режиссером Арнольдом в коллектив проникла стихия цирка: неистощимая изобретательность, вера в беспредельность человеческой силы и ловкости.

Для балета специальным приказом министра культуры СССР Екатерины Фурцевой была выделена земля для

строительства тренировочного катка с залом для репетиций в самом центре Москвы в «Лужниках». Там в 1957 году построили каток размером с цирковую арену и несколько хореографических залов. Лишь спустя какое-то время к балетному льду пристроили типовой каток для спортсменов, известный среди фигуристов как «Кристалл».

Премьера балета состоялась как раз 50 лет назад — 15 февраля 1959 года в расположенном по соседству дворце спорта «Лужники». Билеты на программу «Зимняя фантазия» распроданы были все до единого. Надо сказать, что на эти представления достать их было так же сложно, как в Большой театр: балет редко выступал в Москве, но много гастролировал по стране и всему миру.

Отточенное мастерство артистов ледового балета всегда восхищало зрителей. Костюмы, безукоризненно исполненные художником программы Евгением Чемодуровым, были настоящей опорой всего балетного действия. Леонидом Лавровским впервые в балетном спектакле на льду были применены двигающиеся декорации (колонны и карета Золушки в спектакле «Золушка» и деревья леса Кошечки в спектакле «Золотые яблочки»), что на зрителей спектакля производило неизгладимое впечатление. Надо ли говорить, что вы-

ступления проходили всегда только под живую музыку: у балета был свой собственный оркестр. Музыкальное оформление спектаклей выполнял композитор Юрий Левитин. Балетмейстером ансамбля долгие годы работала Татьяна Сац.

Драматургическая насыщенность и образность, воплощенные на льду средствами хореографии, во многом отличали московский балет на льду от зарубежных коллективов, были его преимуществом. По опыту московского балета были созданы балеты на льду в Ленин-

**Отточенное мастерство артистов ледового балета всегда восхищало зрителей**

граде и Киеве, все эти коллективы развивались по единым принципам, заложенным Леонидом Лавровским.

Репертуар труппы постоянно обогащался. Заслуги артистов были высоко оценены государством: звания заслуженных артистов РСФСР получили солисты балета Ирина Голощапова и Владимир Лузин, Татьяна Катковская и Ва-

лерий Бабицкий, Зофья Шакиров. Ирина Голощапова была незаменимой солисткой, сыгравшей несчетное количество ролей. Эта фигуристка славила своими уникальными вращениями: рассказывают, что она с одного короткого захода вставала на вращение и его делала «не сколько могла, а сколько было надо», меняя позиции. Зофья Шакиров был первым, кто у нас в



стране прыгал сальто на льду. Он же был первым, кто встал на «ходули» — такие металлические стойки, к которым припаивали коньки. Это поднимало фигуриста примерно на полметра над льдом.

Шли годы, рос и развивался коллектив. Расширялась и пополнялась его труппа. В коллектив вливались новые силы, и среди них были выдающиеся спортсмены — обладатели титулов чемпионов и призеров различных первенств и чемпионатов СССР, Европы, мира, Олимпийских игр. Нина и Станислав Жук — 4-кратные чемпионы СССР, 3-кратные серебряные призеры чемпионатов Европы в парном катании. Валентин Захаров — двукратный победитель Первенства СССР в одиночном разряде, победитель первенства страны в парном катании. Галина Орлова (Седова) — бронзовый призер чемпионата СССР в парном катании. Татьяна Немцова — двукратная чемпионка СССР в одиночном катании. Галина Полушкина (Соколова) — серебряный призер Первенства СССР по танцам на льду. Леонид Гордон — победитель соревнований по танцам на льду. Галина Бескина — серебряный призер Спартакиады РСФСР в одиночных танцах. Валерий Мешков — 4-кратный чемпион СССР, чемпион 1-й и 2-й Спартакиад народов СССР. Людмила Баконина (Минеева) — 3-кратная чемпионка СССР в одиночном катании. Сергей Четверухин — 5-кратный чемпион СССР, 3-кратный серебряный и бронзовый призер чемпионатов Европы, двукратный серебряный и бронзовый призер чемпионатов мира, серебряный призер Олимпийских игр. Алексей Уланов — 3-кратный чемпион СССР, 4-кратный чемпион Европы, 4-кратный чемпион мира, чемпион Олимпийских игр в парном катании. Марина Черкасова и Сергей Шахрай — чемпионы СССР, чемпионы мира, Европы, серебряные призеры Олимпийских игр. И многие, многие другие.

Олег КУЗЬМИН,  
по материалам, предоставленным  
С.Борецкой и Л.Гордоном

# О скитаниях вечных...

## После закрытия катка «Кристалл» группа Галины Мордасовой оказалась на улице

**Н**а ежегодных первенствах Москвы среди ДЮСШ АО в составе участников непременно принимают участие в соревнованиях фигуристы из ДЮСШ №12 (она же — «Полярная звезда»). Мало кто знает, что в реальности под этим именем значится спортивная группа фигурного катания, существующая при Центре внешкольной работы «Аргус «Динамо», учрежденном Департаментом образования Юго-Западного окружного отделения города Москвы.

Центр начал свою работу в 1991 году. В настоящее время в основном помещении и в филиалах занимаются около 1300 детей и подростков от 4 до 18 лет. Педагогическим коллективом центра был разработан и внедрен в практику ряд программ — образовательных, развивающих, обучающих, профессионально ориентирующих учащихся на различные виды деятельности. Реализация подобных программ позволяет решать центру одну из важных задач дополнительного образования — предоставление широкого выбора направлений деятельности для детей и подростков. Свою работу ГОУ ЦВР «Аргус «Динамо» осуществляет по следующим направлениям: художественно-эстетическому, социально-педагогическому, культурологическому, эколого-биологическому, а также физкультурно-спортивному. В рамках последнего направления деятельности и существует группа фигурного катания, которую возглавляет Галина Мордасова.

Тренерская карьера врача-травмато-



### Наверное, нет в Москве ни одного фигуриста, который хоть раз бы не катался на «Кристалле»

лога Галины Мордасовой, возможно, никогда бы не началась, если бы не ее дети-фигуристы Андрей и Елена. Елена каталась у Елены Чайковской, а Андрей занимался у Евгения Никитина, Елены Александровой.

Когда дочь Елена окончила РГАФК и

начала работать тренером, то Галина Николаевна, чтобы поддержать свою дочь, начала работать вместе с ней, совмещая работу врача и тренера. Таким образом, с 1983 года у семьи Мордасовых начался тренерский стаж. С 1991 года они набрали группу при центре «Аргус «Динамо». Занятия с детьми проходили на катках СК «Олимпийский», в «Лужниках» и на других площадках, которые были тогда в Москве. В 1998 году, когда открылась ДЮСШ №6 в Ясенево, Елену и Галину пригласили на тренерскую работу. Однако буквально через несколько месяцев после открытия, на

«Созвездии» вышли из строя холодильные установки, и каток временно (на год и 10 месяцев) закрыли. Мордасовы, чтобы не прекращать тренировочный процесс, предложили своей группе продолжить занятия на льду катка «Кристалл» в «Лужниках». «В той ситуации, которая сложилась из-за поломки холодильных установок, надо было решать: либо распустить набранную группу, либо сохранить. Мы решили в пользу второго», — вспоминает Галина Николаевна. Временное пристанище, однако, стало постоянным местом работы. На «Кристалле» Мордасовы проработали 10 лет и работали бы и дальше, если бы каток не перестал существовать.

### Добро пожаловать в реальный мир

Наверное, нет в Москве ни одного фигуриста, который хоть раз не катался бы в «Лужниках» на «Кристалле». Удобное расположение катка (центр Москвы, рядом две станции метро) и зеленая, чистая, ухоженная, практически парковая зона города, привлекали огромное количество фигуристов — как любителей, так и профессионалов. Потерять для спорта такое место само по себе обидно.

С учетом всех групп фигурного катания и детских балетов на льду с закрытием «Кристалла» на улице остались около 2000 детей, которые оказались в рыночных условиях. Московская городская пресса в тот год много писала об этой ситуации, но ясность в этом вопросе так и не была достигнута. Причиной закрытия катка указывают аварийную ситуацию, сложившуюся в здании «Кристалла», который капитально не ремонтировался несколько десятилетий. В последние годы с потолка время от времени на лед сыпались мелкие камешки, что не могло не вызывать тревогу. Однако, как с горькой иронией говорит Галина Мордасова: «Кристалл» как стоял, так и стоит. На лед никого не пускают, потому что его больше не заливают, а вот в зал пройти и позаниматься — это пожалуйста. Что же получается: что одна и та же крыша на льду может

на меня рухнуть, а в хореографическом зале — нет?» «Неужели никого не волнует судьба легендарного катка «Кристалл», — продолжает Мордасова, — неужели потерять ледовую площадку в центре Москвы удобно, а починить ее — нет?»

«Когда закрывали «Кристалл», то нам буквально накануне сказали: уважаемые тренеры, заберите сегодня свои вещи, потому что с завтрашнего дня каток больше не работает, — продолжает тренер Ася Моргуненко. — Пришлось срочно «эвакуировать» вещи из шкафов, объясняться с родителями детей, возвращать им деньги. И все решилось в течение одних суток. Это так не делается. Это был не просто некрасиво, это было непорядочно. А потом все побежали кто куда, начали судорожно искать лед».

Этот судорожный поиск льда стал определяющим фактором выживания многих детских групп, в том числе и группы Мордасовой. Галина Николаевна

### Галина Мордасова: «Если ребенок сам хочет кататься, то такому ребенку я не откажу»

на упорно считает, что ее команда — это не группа частных тренеров, промышленяющихся «подкаткой», а именно сложившаяся команда, работающая со сложившейся за много лет группой, у которой «отняли дом». «Мы все эти годы арендовали лед, готовы арендовать его и дальше, но нам сейчас говорят, что льда в Москве для нас нет, даже за деньги», — уточняет ситуацию Моргуненко.

Поиск льда для своей группы, который ежедневно проводит тренерский коллектив Мордасовой, можно, наверное, сравнить с хорошим маркетинговым исследованием на тему: есть ли в Москве свободный лед и сколько он стоит. «В «Лужниках» на Малой спортивной арене заниматься сложно, потому что там одновременно еще несколько групп и раскатать элементы по всей

площадке, а тем более прокатать программу невозможно. Мы арендовали лед в торговом комплексе «Европейский», но там кататься травмоопасно, потому что на середине катка сооружена барная стойка. «Русский лед» пригоден тоже скорее для индивидуальных занятий с начинающими, а не для группы, — перечисляет известные ледовые точки Москвы Ася Моргуненко. — На муниципальных катках льда нет вообще — им самим не хватает. Да и вообще, весь лед и так выбран хоккеем или массовым катанием, что трудно найти даже час в неделю, даже после 9 часов вечера. Даже на тех катках, которые только строятся: говорят, что на них уже полностью составлено расписание, включая и аренду».

### Опыт, сын ошибок трудных...

За помощью группа Мордасовой обращалась к руководству Московской Федерации по фигурному катанию, которая тоже озаботилась этой проблемой. Благодаря усилиям Леонида Корниенко лед по мере возможности предоставляют катки «Центральный» и «Хрустальный». Но все равно в целом задача остается на повестке дня, потому что группа существует, дети хотят кататься у этих тренеров, а полноценного стабильного расписания не существует. «Может быть, и можно было бы перевести нашу группу на открытый лед, как это предлагают в Спорткомитете, но тогда это будут только сезонные тренировки, да и то при условии, что зима нагрянет в Москву. Но это будет уже не спорт. Зимой на улице детей придется одеть в «колобок», что будет сковывать движения, да и пыль, грязь, песок на льду за один раз погубят дорогие лезвия импортных коньков».

Парадоксальная ситуация, которая сложилась в результате всех коллизий с этой группой, заключается в том, что, несмотря на все эти мытарства и скитания, родители не желают расставаться с этим тренерским коллективом, продолжают приводить детей, ездить по всей Москве. «Наше расписание выглядит ➔



Летние сборы. Туапсе

так: час льда в день то на «Центральном», то в «Олимпийском», в «Лужниках», на «Русском льду», плюс хореография и ОФП на закрывшемся «Кристалле». Это в лучшем случае», — говорит Мордасова.

Можно только удивляться, что при таких условиях работы на Первенстве ДЮСШ среди муниципальных АО этого сезона, воспитанница этой группы Даша Титова заняла 3-е место по II спортивному разряду, обыграв детей с катков, на которых расписание гораздо стабильнее и льда побольше.

Секрет такого результата, наверное, очень прост: дети и их родители знают, что Галина Николаевна будет работать со всеми, кто пришел, никого не отчислит, не выгонит. «Я хотела бы, пока есть силы, заниматься с детьми. Мне жалко детей, которых отовсюду отчислили: я их беру к себе. От 8 до 13 лет это часто случается. А в такой гонке за результатом хороших детей очень легко потерять. Если ребенок сам хочет кататься, то такому ребенку я не откажу. Пока ребенок сам не скажет: я больше не хочу кататься. Тогда уж ничего не поделаешь», — говорит Галина Николаевна.

Из самых известных сегодня в Москве воспитанников Мордасовой можно

### **«Нас пытаются свести в категорию любителей, вне штата и вне перспектив»**

назвать Дмитрия Соловьева, который катается в танцах на льду с Екатериной Бобровой в группе Светланы Алексеевой и Елены Кустаровой. «Он начал у меня кататься лет с 5-6, примерно в 13 лет я отдала его в СЮП, — вспоминает Галина Николаевна. — Недавно передала еще двух мальчишек — Антона Кордейру и Александра Мыскина — в парное катание. Кордейру взяла к себе Наталья Павлова, а Мыскин катается у Сергея Доброскокова». Еще одна воспитанница Галины Мордасовой — Маша Силакова — перешла в группу к Жанне Громовой. Правда, прокатавшись в специализированной группе год, была отчислена, так как очень стремительно начала расти, и элементы рассыпались. Теперь Мария вернулась опять к Галине Николаевне.

В настоящее время в группе около 150 человек: по 50 фигуристов у каждо-

го тренера. Несмотря ни на что, группа продолжает работать. Вот недавно заказали в Америке роликовые коньки для катания в залах, скоро будет у них еще и такой опыт — возможно, положительный.

Кроме ледовых занятий, много внимания уделяется хореографической подготовке. На протяжении уже многих лет с группой сотрудничает Татьяна Войтюк, которая ведет хореографию, ставит программы, обучает скольжению на льду, разучивает дорожки шагов.

Этим летом группа выезжала в Туапсе на летние сборы. «Наш спонсор оплатил часть родительских расходов, и у нас получилась 21 тысяча рублей за 33 дня лагеря. Дети прекрасно провели время: занимались физической подготовкой, отдыхали, купались. Не хуже, чем в ЦСКА», — рассказывает Мордасова.

Кстати, о спонсоре. «Надо сказать, что еще до перехода в «Лужники» мы нашли спонсора, который до сих пор сотрудничает с нашей группой и вот уже более 10 лет оплачивает лед. Он, правда, не разрешает нам называть его имени, — улыбается Галина Николаевна, — но то, что он столько лет нам предан, — случай, конечно, уникальный».

Удивительная и парадоксальная ситуация: есть сложившаяся группа тренеров, спортсменов, есть к тому же самое главное — преданное желание работать, но этого, получается, мало.

«Мы никого не интересуем, — с горечью в голосе говорит Ася Моргуненко. — Наверное, не те дети, не те тренеры? Нас пытаются свести в категорию любителей, вне штата и вне перспектив. Мы практически и не просим, чтобы нам дали какой-то статус. Речь идет только о том, чтобы нам помогли за наш же счет найти постоянный лед. Это все, о чем мы просим».

Марина ЕВДОКИМОВА

**P.S.** 16 февраля на заседании президиума ФФК г. Москвы группа «Аргус «Динамо» была принята коллективным членом в состав московской Федерации фигурного катания. ■

# Положение о Спортивно-техническом комитете РОО «Федерация фигурного катания на коньках города Москвы»

## 1. Общие положения

1.1. Спортивно-технический комитет (в дальнейшем СТК) является общественным органом Федерации, содействующим эффективной работе Федерации и развитию фигурного катания на коньках в г. Москве.

1.2. Спортивно-технический комитет состоит из председателя и двух заместителей председателя, а также ответственных лиц по направлениям деятельности. Председатель СТК и заместители председателя избираются президиумом Федерации из состава членов Федерации. Ответственные лица по направлениям деятельности утверждаются президиумом Федерации.

1.3. Председатель СТК и его заместители по направлениям деятельности образуют рабочую группу, которая координирует деятельность комитета в периоды между его заседаниями. В период отсутствия председателя работой СТК руководит один из его заместителей, назначаемый председателем СТК.

1.4. Состав СТК определяется рабочей группой и представляется на утверждение президиума Федерации. В состав СТК входят наиболее квалифицированные, опытные и инициативные тренеры и судьи по фигурному катанию на коньках, а также специалисты в смежных областях (хореографы, музыкальные редакторы, представители танцев на паркете, дизайнеры по костюмам и т.п.).

1.5. Численный и персональный составы СТК, планы его работы утверждаются президиумом Федерации.

1.6. СТК по мере необходимости может создавать постоянные или временные комиссии по направлениям деятельности, отвечающие целям и задачам комитета.

1.7. СТК подотчетен в своей деятельности президиуму Федерации.

## 2. Основные задачи и направления в работе СТК

2.1. Главной задачей СТК является развитие массового фигурного катания на коньках г. Москвы, повышение мастерства и результатов выступления спортсменов сборной команды посредством обобщения и распространения среди тренеров и судей опыта лучших специалистов и актуальной информации относительно технических требований и правил соревнований.

2.2. Для осуществления поставленных задач СТК:

2.2.1. Участвует в разработке классификационных программ, календаря и положения о соревнованиях для различных возрастных групп, а также в подготовке предложений по изменению и дополнению всероссийских и международных правил соревнований.

2.2.2. Обобщает опыт работы и оказывает методическую помощь в работе школ фигурного катания.

2.2.3. Организует мероприятия по повышению квалификации тренеров всех уровней, судей и других специалистов путем проведения семинаров, обмена

опытом, распространения методических материалов и т.п.

2.2.4. Рассматривает кандидатуры и дает предложения по включению спортсменов в составы сборных команд Москвы и России. Участвует в рассмотрении индивидуальных планов подготовки спортсменов сборной команды. Составляет заявки на участие спортсменов московских организаций во всероссийских соревнованиях.

2.2.5. Осуществляет контроль за подготовкой соревновательных программ кандидатов в сборную команду и их ответственности действующим правилам и требованиям данного спортивного сезона, готовит соответствующие рекомендации по их коррекции.

2.2.6. Анализирует и осуществляет оценку деятельности судей, определяет и реализует меры по повышению качества судейства, организует ежегодную переподготовку судейского аппарата в соответствии с требованиями данного сезона, готовит списки судей, рекомендуемых для судейства региональных, российских и международных соревнований.

2.2.7. Рассматривает и выносит на решение президиума Федерации вопросы присвоения квалификационных категорий тренерам и судьям и присвоения спортивных разрядов спортсменам (1-й спортивный разряд и КМС).

2.2.8. Разрабатывает положение и готовит предложения по кандидатурам для ежегодного конкурса по определению лучших тренеров года (по трем →

категориям — «детский тренер», «юношеский тренер», «тренер сборной команды»), и лучшего судьи года.

2.2.9. Готовит предложения по присвоению почетных званий тренерам, судьям и другим специалистам с последующим утверждением президиумом Федерации.

### 3. Организация и регламент работы СТК

3.1. Заседания СТК проводятся по мере необходимости, но не реже одного раза в месяц. В случае необходимости заседания СТК могут проводиться с применением заочной формы голосования (опросным путем), то есть путем обмена документами посредством почтовой, телеграфной, телетайпной, телефонной, электронной или иной связи, обеспечивающей аутентичность передаваемых и принимаемых сообщений и их документальное подтверждение.

3.2. О проведении заседания СТК ее членов извещает председатель или один из его заместителей.

3.3. Проект повестки заседания СТК формируется председателем совместно с заместителями и не позднее чем за 1 неделю до дня заседания передается членам СТК для ознакомления. Окончательно повестка утверждается на самом заседании после установления кворума для проведения данного заседания.

3.4. Документы по вопросам, вносимым для рассмотрения на заседании СТК, должны быть переданы председателю (или его заместителю) не позднее чем за два дня до заседания.

3.5. Материалы на заседание СТК вносятся его членами или по решению СТК ответственными исполнителями.

3.6. Документы, внесенные для рассмотрения на заседание СТК, выдаются за день до начала заседания всем членам СТК.

3.7. Заседание СТК созывает и ведет его

председатель, а в его отсутствие — один из его заместителей.

3.8. Ход заседания СТК фиксируется в протоколе, который ведет технический секретарь СТК. В случае проведения заседания с применением заочной формы голосования подсчет голосов и протокол принятых решений ведет председатель СТК. Протокол заседания СТК подлежит обязательному утверждению на его следующем заседании.

3.9. Хранение протоколов заседаний СТК, а также решений с приложением рассмотренных документов обеспечивается председателем СТК.

3.10. Вся текущая работа СТК осуществляется в соответствии с данным положением, решениями, принятыми на заседании и в пределах компетенции СТК.

Утверждено президиумом Федерации фигурного катания на коньках города Москвы 24.04.2006, с изменениями от 16.02.2009.

## Первенство России среди юниоров по фигурному катанию на коньках г. Саранск, РЛДС, 28-31 января 2009 года

### Одиночное катание — девушки

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Год рожд.	Организация	Город	Очки
1	1	1	Сотникова Аделина	1996	СДЮСШОР ЦСКА ЭШВСМ «Вор. горы»	Москва	170,28
2	4	2	Туктамышева Елизавета	1996	СДЮСШОР	Глазов, СПб	155,14
3	2	3	Гозева Оксана	1989	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	153,58
4	7	4	Шелепень Полина	1995	СДЮСШОР №37	Москва	142,40
5	3	6	Макарова Ксения	1992	СДЮСШОР СКА	СПб	140,21
6	5	7	Госвины Николь	1996	СДЮСШОР СКА	СПб	130,82
7	13	5	Агафонова Полина	1996	СДЮСШОР СКА	СПб	130,54
8	8	8	Тарасова Евгения	1994	РСДЮСШОР	Казань	126,32
9	15	9	Милованова Елизавета	1996	ЭШВСМ «Вор. Горы»	Москва	120,97
10	9	12	Васфиева Динара	1992	СДЮСШОР «Тодес»	Челябинск	119,65
11	6	14	Козырева Екатерина	1993	ЭШВСМ «Вор. горы»	Москва	118,66
12	12	11	Крылова Мария	1994	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	118,32
13	16	10	Михайлова Татьяна	1996	СДЮСШОР №37	Москва	115,86
14	17	13	Митина Наталья	1993	ЭШВСМ «Вор. горы»	Москва	110,51
15	10	17	Артемьева Мария	1993	СДЮСШОР СКА	СПб	109,01
16	11	19	Овчарова Анна	1996	СДЮСШОР ЦСКА	Москва	106,77
17	18	15	Коробейникова Полина	1996	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	106,40
18	14	18	Петушкова Нина	1992	СДЮСШОР «Юн. Мос»	Москва	104,14
19	19	16	Почуфарова Евгения	1994	УОР	Мос. обл.	104,13
20	21	20	Шарова Мария	1996	СДЮСШОР	Саранск	86,71
-	20	-	Смехнова Яна	1992	СДЮСШОР ЦСКА	Москва-Омск	34,08

### Одиночное катание — юноши

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Год рожд.	Организация	Город	Очки
1	3	1	Бариев Иван	1991	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	211,38
2	2	2	Гачинский Артур	1993	СДЮСШОР СКА	СПб	197,33
3	1	6	Григорьев Артем	1992	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	185,80
4	6	3	Ковалев Станислав	1991	СДЮСШОР «Юн. Мос.»	Москва	181,94
5	7	4	Шахматов Марк	1991	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	174,54
6	4	5	Горшков Гордей	1993	СДЮСШОР СКА	СПб	174,23
7	10	7	Николаев Александр	1990	СДЮСШОР ЦСКА	Москва	167,74
8	9	8	Глейхенгауз Даниил	1991	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	164,74
9	11	9	Буш Жан	1993	ЭСДЮСШОР «Тодес»	Челябинск	159,11
10	12	10	Алексеев Сергей	1995	СДЮСШОР ЦСКА	Москва	154,37
11	8	13	Дмитриев Артур	1992	СДЮСШОР СКА	СПб	149,25
12	16	11	Милюков Константин	1994	РСДЮСШОР	Казань	146,50
13	5	16	Михайлов Никита	1989	СДЮСШОР ЦСКА	Москва	146,06
14	15	12	Бич Иван	1993	СДЮСШОР СКА	СПб	143,39
15	14	14	Бородулин Сергей	1994	СДЮСШОР ЦСКА	Москва	138,14
16	13	18	Смирнов Никита	1992	СДЮСШОР «Орленок»	Пермь	133,23
17	17	15	Ефременков Феодосий	1996	СДЮСШОР СКА	СПб	131,67
18	18	17	Ковтун Максим	1995	СДЮСШОР «Локомотив»	Екатеринбург	124,61
19	19	19	Ильин Евгений	1996	РСДЮСШОР	Казань	109,92

## Первый этап Первенства г. Москвы среди ДЮСШ АО «ЛД «Радужный», 21-22 января 2009 года

### Девочки, 2-й спортивный разряд

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Организация	Очки
1	2	1	Федосеева Татьяна	СДЮСШОР 1	116,38
2	9	8	Федорова Лина	ДЮСШ 5	79,15
3	8	9	Титова Дарья	ЦВР «Аргус Динамо»	77,76
4	10	10	Кононова Ольга	СК «Центральный»	67,91
5	12	12	Шатова Анна	ДЮСШ 7	52,10
6	13	13	Носова Анастасия	Зеленоград	48,85
7	15	14	Кочеткова Юлия	Зеленоград	44,12
8	14	15	Перевозчикова Лера	ДЮСШ 7	40,85
Вне конкурса			Погорилая Анна	СДЮСШОР 37	117,98
Вне конкурса			Ермак Дарья	СДЮСШОР 37	106,55
Вне конкурса			Стрелкова Анна	СДЮСШОР 37	100,19
Вне конкурса			Косорева Ирина	СДЮСШОР 37	99,42
Вне конкурса			Фатова Катарина	СДЮСШОР 37	91,27
Вне конкурса			Кевлина Светлана	Химки	89,77
Вне конкурса			Бридж Александра	СДЮСШОР 37	60,94

### Девушки, 1-й спортивный разряд

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Организация	Очки
1	1	1	Стекольщикова Мария	СДЮСШОР 1	104,67
2	3	2	Долидзе Анастасия	СДЮСШОР 1	93,96
3	2	5	Антипова Юлия	Зеленоград	84,45
4	7	3	Ли Оливия	ДЮСШ 48	82,76
5	4	4	Шилина Татьяна	ДЮСШ 7	81,31
6	8	6	Московкина Наталья	ДЮСШ 8	76,93
7	5	7	Извекова Мария	ЦВР «Аргус Динамо»	75,94
8	10	9	Романенко Наталья	ДЮСШ 5	69,42
9	11	10	Макогончук Евгения	ДЮСШ 7	69,11
10	9	12	Иванова Екатерина	ДЮСШ 7	64,04
11	12	11	Елизарова Дарья	Зеленоград	59,63
Вне конкурса			Петрушина Екатерина	Химки	73,88
Вне конкурса			Хан Татьяна	ДЮСШ 7	40,59

### Мальчики, 2-й спортивный разряд

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Организация	Очки
1	2	2	Питкеев Адыан	СДЮСШОР 1	94,78
2	3	3	Озерцековский Демид	Зеленоград	63,97
Вне конкурса			Загребнев Илья	СДЮСШОР 37	100,84

### Юноши, 1-й спортивный разряд

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Организация	Очки
1	2	2	Денисов Андрей	ДЮСШ 7	71,73
2	3	3	Лукиячук Глеб	ЛДС «Центральный»	47,97
Вне конкурса			Глеб Герасимов	СДЮСШОР 37	102,57

### Парное катание

Место	КП	ПП	Фамилия, имя	Год рожд.	Организация	Город	Очки
1	1	1	Мартюшева Анастасия	1995	СДЮСШОР №85	Москва	155,30
2	3	2	Роганов Алексей	1988	СДЮСШОР №85	Москва	149,61
			Шереметьева Екатерина	1991	ЭШВСМ «Вор. горы» ЦСКА	Москва	149,61
			Кузнецов Михаил	1988	ЭШВСМ «Вор. горы» ЦСКА	Москва	149,61
3	2	3	Имайкина Сабина	1993	ШВСМ	Пермь	147,99
			Новоселов Андрей	1989	ШВСМ	Пермь	147,99
4	4	4	Морозова Валерия	1995	СДЮСШОР СКА	СПб	138,16
			Голубев Денис	1989	СДЮСШОР СКА	СПб	138,16
5	5	6	Куклина Екатерина	1995	СДЮСШОР «Орленок»	Пермь	127,58
			Куштанов Эдуард	1991	СДЮСШОР «Орленок»	Пермь	127,58
6	7	5	Васильева Александра	1995	СДЮСШОР СКА	СПб	124,49
			Шевчук Юрий	1990	СДЮСШОР СКА	СПб	124,49
7	8	7	Астахова Кристина	1997	СДЮСШОР №37	Москва	120,93
			Бочков Никита	1991	СДЮСШОР №37	Москва	120,93
8	6	9	Малахова Александра	1994	СДЮСШОР СКА	СПб	118,95
			Климов Федор	1990	СДЮСШОР СКА	СПб	118,95
9	9	10	Семенова Елизавета	1997	СДЮСШОР «Орленок»	Пермь	115,19
			Петухов Максим	1991	СДЮСШОР «Орленок»	Пермь	115,19
10	10	8	Петайкина Екатерина	1995	СДЮСШОР №37	Москва	114,30
			Курдюков Максим	1990	СДЮСШОР №37	Москва	114,30
11	11	11	Макарова Елизавета	1994	СДЮСШОР «Юн. Мос»	Москва	103,72
			Шемет Алексей	1989	СДЮСШОР «Юн. Мос»	Москва	103,72

### Танцы на льду

Место	ОБТ	ОРТ	ПТ	Фамилия, имя	Год рожд.	Организация	Город	Очки
1	1	1	1	Рязанова Екатерина	1991	СДЮСШОР №85	Москва	175,62
				Гурейро Джонатан	1991	СДЮСШОР №85	Москва	175,62
2	2	2	2	Пушкаш Екатерина	1992	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	170,54
				Киселев Дмитрий	1989	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	170,54
3	3	4	3	Антипова Марина	1992	ШВСМ №4	Тольятти	158,07
				Кудашев Артем	1990	ШВСМ №4	Тольятти	158,07
4	5	5	4	Ильиных Елена	1994	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	155,71
				Кацалапов Никита	1991	ЭШВСМ «Москвич»	Москва	155,71
5	4	3	6	Монько Ксения	1992	ШВСМ	Ростов-на-Дону	153,69
				Халявин Кирилл	1990	ШВСМ	Ростов-на-Дону	153,69
6	6	6	5	Батурицева Татьяна	1994	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	153,54
				Волобуев Иван	1991	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	153,54
7	7	7	7	Синицина Виктория	1995	СДЮСШОР №85	Москва	147,35
				Жиганшин Руслан	1992	СДЮСШОР №85	Москва	147,35
8	8	8	9	Телегина Ангелина	1992	ГУМО ЦВЗС	Мос. обл.	141,58
				Адоньев Виктор	1988	ГУМО ЦВЗС	Мос. обл.	141,58
9	12	10	8	Старыгина Валерия	1995	ШВСМ №4	Тольятти	139,65
				Морошкин Николай	1993	СДЮСШОР	Тольятти	139,65
10	13	9	10	Лосева Валерия	1994	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	134,02
				Лукин Денис	1994	СДЮСШОР «Юн. Москвы»	Москва	134,02
11	11	12	11	Косыгина Евгения	1995	ГУМО ЦВЗС	Мос. обл.	129,33
				Мозгов Сергей	1995	ГУМО ЦВЗС	Мос. обл.	129,33
12	10	11	12	Ручкина Инга	1994	ШВСМ №4	Тольятти	128,42
				Кожевников Семен	1990	ШВСМ №4	Тольятти	128,42
13	9	13	14	Кабышева Ангелина	1994	ДЮСШ «Юниор»	Лен. Область	117,73
				Комолов Сергей	1988	ДЮСШ «Юниор»	Лен. Область	117,73
14	14	14	13	Юрченко Екатерина	1996	СДЮСШОР №37	Москва	117,62
				Савин Александр	1993	СДЮСШОР №37	Москва	117,62

## Открытый кубок Москвы. Спецпрограмма ЛД «Москвич», 10-13 февраля

### Девочки — младший возраст

Место	Имя, фамилия	Организация	Общий результат	EL	SP	FS
1	Анастасия Галустьян	ЦСКА	143,51	1	1	3
2	Анна Шершак	«Москвич»	142,92	2	2	2
3	Елена Радионова	ЦСКА	135,59	4	12	1
4	Татьяна Федосеева	ЦСКА	132,03	3	5	8
5	Анна Погорилая	СДЮСШОР №37	131,82	5	4	9
6	Дарья Ермак	СДЮСШОР №37	131,31	7	3	4
7	Ирина Косорева	СДЮСШОР №37	123,82	11	6	6
8	Екатерина Александровская	ЦСКА	123,00	10	8	5
9	Алина Максимова	ЦСКА	120,33	9	7	10
10	Анна Стрелкова	СДЮСШОР №37	120,29	13	10	7
11	Александра Шевченко	СДЮСШОР №1	115,68	15	9	12
12	Екатерина Иванкова	ЭШВСМ «Москвич»	113,99	6	19	14
13	Дарья Кунцевич	ЭШВСМ «Москвич»	113,58	14	15	11
14	Марьяна Трубина	ЦСКА	110,81	21	13	13
15	Екатерина Гросс	СДЮСШОР №37	108,95	8	20	15
16	Евгения Медведева	СДЮСШОР №37	106,62	16	17	17
17	Оливия Ли	ДЮСШ №48	104,34	17	14	18
18	Мария Соцкова	ДЮСШ №3	103,73	12	26	16
19	Светлана Лебедева	ЦСКА	99,64	26	16	19
20	Лина Федорова	ДЮСШ №5	99,17	20	21	21
21	Светлана Бьян	ЭШВСМ «Москвич»	98,87	28	18	20
22	Яна Веденева	ЦСКА	95,82	27	11	22
23	Карина Гарифулина	ЭШВСМ «Москвич»	89,44	18	29	23
24	Евгения Каргулина	ДЮСШ №3	89,07	19	23	24
25	Татьяна Домрачова	ЭШВСМ «Москвич»	45,36	24	27	
26	Дарья Лобова	ЭШВСМ «Москвич»	44,74	25	25	
27	Алина Воронкова	«Конек Чайковской»	44,50	21	30	
28	Екатерина Цевменко	ДЮСШ №5	44,43	28	24	
29	Эрика Канукова	СЮП	43,84	30	22	
30	Елизавета Турсинбаева	ЭШВСМ «Москвич»	43,10	23	31	
31	Алсу Каюмова	СДЮСШОР №37	40,44	31	28	

### Девочки — старший возраст

Место	Имя, фамилия	Организация	Общий результат	EL	SP	FS
1	Анна Овчарова	ЦСКА	163,63	2	1	6
2	Татьяна Михайлова	СДЮСШОР №37	163,57	5	4	1
3	Полина Коробейникова	ЭШВСМ «Москвич»	162,91	1	2	3
4	Елизавета Милованова	«Конек Чайковской»	156,61	3	5	4
5	Кристина Засева	ЦСКА	152,92	4	12	2
6	Александра Деева	СДЮСШОР №37	144,59	11	6	5
7	Диана Оганесян	СДЮСШОР №37	143,20	6	3	8
8	Мария Волковская	ЦСКА	135,31	8	9	7
9	Камилла Гайнетдинова	ЭШВСМ «Москвич»	127,47	13	7	9
10	Виктория Пимечева	СЮП	121,48	7	8	17
11	Мария Стекольщикова	СДЮСШОР №1	120,06	18	10	10
12	Екатерина Зайкова	ЭШВСМ «Москвич»	117,91	10	13	16
13	Анастасия Долидзе	СДЮСШОР №1	116,06	14	14	13
14	Александра Кравцова	«Конек Чайковской»	114,13	12	15	14
15	Наталья Фартушина	ЦСКА	112,50	16	11	19
16	Екатерина Крутских	СДЮСШОР №37	110,83	19	19	12
17	Анна Афонькина	«Сокольники»	108,79	21	16	15
18	Валерия Смокина	ЦСКА	107,25	17	18	18
19	Мария Петрова	«Конек Чайковской»	106,33	9	23	20
20	Валерия Козенец	ЭШВСМ «Москвич»	106,18	22	22	11
21	София Гурова	ЦСКА	105,18	15	17	21
22	Яна Назаренко	СЮП	96,53	20	20	23
23	Анна Завьялова	ЭШВСМ «Москвич»	92,30	23	21	22
24	Варвара Шинкаренко	«Сокольники»	70,60	24	24	24

### Мальчики — младший возраст

Место	Имя, фамилия	Организация	Общий результат	EL	SP	FS
1	Дмитрий Михайлов	ЦСКА	177,00	1	1	1
2	Александр Самарин	ЦСКА	148,76	2	2	3
3	Никита Шабалин	«Конек Чайковской»	140,11	4	3	2
4	Денис Печушкин	«Конек Чайковской»	134,52	3	4	5
5	Илья Загребнев	СДЮСШОР №37	127,92	6	6	6
6	Владимир Самоилов	ЦСКА	127,83	7	7	4
7	Тимур Турсинбаев	ЭШВСМ «Москвич»	121,71	5	5	10
8	Алексей Ерохов	ЦСКА	118,89	8	11	7
9	Денис Ходикин	ЦСКА	115,58	11	9	8
10	Филипп Харисов	ЭШВСМ «Москвич»	114,16	10	8	12
11	Станислав Новожилов	ЭШВСМ «Москвич»	110,33	12	12	11
12	Александр Бибииков	ЭШВСМ «Москвич»	108,84	13	13	9
13	Адьян Питкеев	СДЮСШОР №1	108,82	9	10	14
14	Евгений Тараненко	ЦСКА	101,17	14	14	13

### Мальчики — старший возраст

Место	Имя, фамилия	Организация	Общий результат	EL	SP	FS
1	Илья Петров	ЭШВСМ «Москвич»	184,24	1	1	2
2	Александр Епифанов	ЭШВСМ «Москвич»	166,72	3	2	1
3	Евгений Власов	ЭШВСМ «Москвич»	145,60	2	3	5
4	Иван Страшко	ЦСКА	141,62	6	6	3
5	Георгий Лебедев	ЭШВСМ «Москвич»	141,00	5	5	6
6	Александр Литвинцев	ЦСКА	140,69	4	4	7
7	Максим Бочаров	ЭШВСМ «Москвич»	137,40	7	10	4
8	Глеб Герасимов	СДЮСШОР №37	130,68	9	7	8
9	Кирилл Соколов	СЮП	118,59	11	8	9
10	Дмитрий Елисеенков	ЦСКА	107,10	10	9	0
11	Андрей Воротников	СДЮСШОР №37	65,44	8	11	11



Московский  
Фигурист