

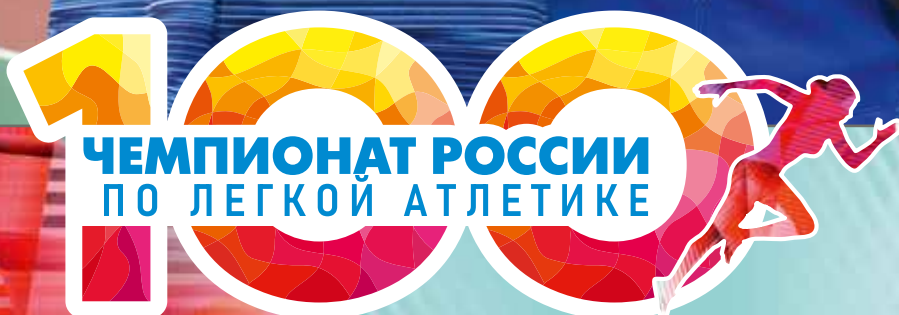
ЛЕГКАЯ

АТЛЕТИКА

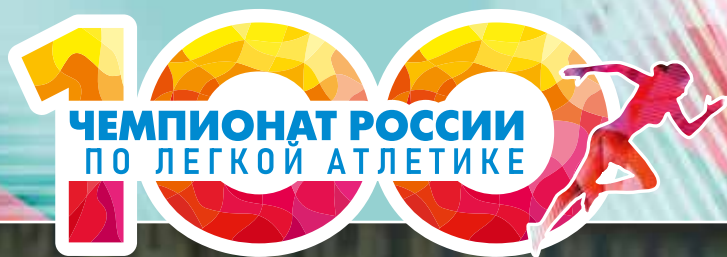
russian athletics

№ 7-8

июль-август, 2019



**ЧЕМПИОНАТ РОССИИ
ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ**



Евгений и Анатолий Рыбаковы лидируют в беге на 10 000 м



Они покорили высоту. Слева направо: Анна Чичерова (2-е место), Мария Ласицкене (1-е место) и ее тренер Геннадий Габрилян, Татьяна Одинова и Александра Ярышкина (3-е место).

СОДЕРЖАНИЕ:



Ежемесячный спортивно-методический журнал

Издается с 1955 года

№ 7-8 (770-771)

Июль-август 2019 г.

Учредитель: Всероссийская федерация легкой атлетики

ISSN 0024-4155

Индекс: 70482

На первой полосе обложки – главный тренер сборных команд России по легкой атлетики Юрий Борзаковский и победительницы ЧР-2019 Дарья Клишина (прыжок в длину) и Анжелика Сидорова (прыжок с шестом).

Актуальная тема

Президент ВФЛА Дмитрий Шляхтин о развитии легкоатлетической инфраструктуры 3

100-й чемпионат России по легкой атлетике

Александр Кулаков.

Юбилейные старты «королевы спорта» 4

Советы тренера

Борис Купоросов.

Смысл тренировок – гармония 16

Немного истории

Медаль I первенства России по легкой атлетике 27

Наши достижения

Победы, рекорды, лидерство 28

Техника и методика

Октай Мирзоев, Сергей Клевцов.

Анализ техники бега на 110 м с барьерами Сергея Шубенкова 34

«Королева спорта» в регионах

Легкая атлетика в Краснодарском крае. История и современность 42

Виталий Смирнов: Вперед в ногу со временем 47

Легкая атлетика в музеях страны

Музей спортивной славы ЦСКА 54

Верность спорту

Юрий Чирков.

Жуковский дарит ветеранам экстрим 58

На стадионах страны и мира

Технические результаты соревнований 63



ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ

Главный редактор Алексей Голубев **Редакционный совет:** Андрей Крупорушников, Ксения Задорина, Елена Иконникова, Игорь Мироненко, Сергей Тихонов, Ирина Хорольская, Александр Черкашин, Наталья Юхарева

Дизайн и верстка Илья Бриткин

Фотографии Илья Бриткина и rusathletics.info

Адрес редакции: 119992, г. Москва, Лужнецкая набережная, дом 8

Телефон: +7 (495) 532-03-47

e-mail: latletika-journal@mail.ru

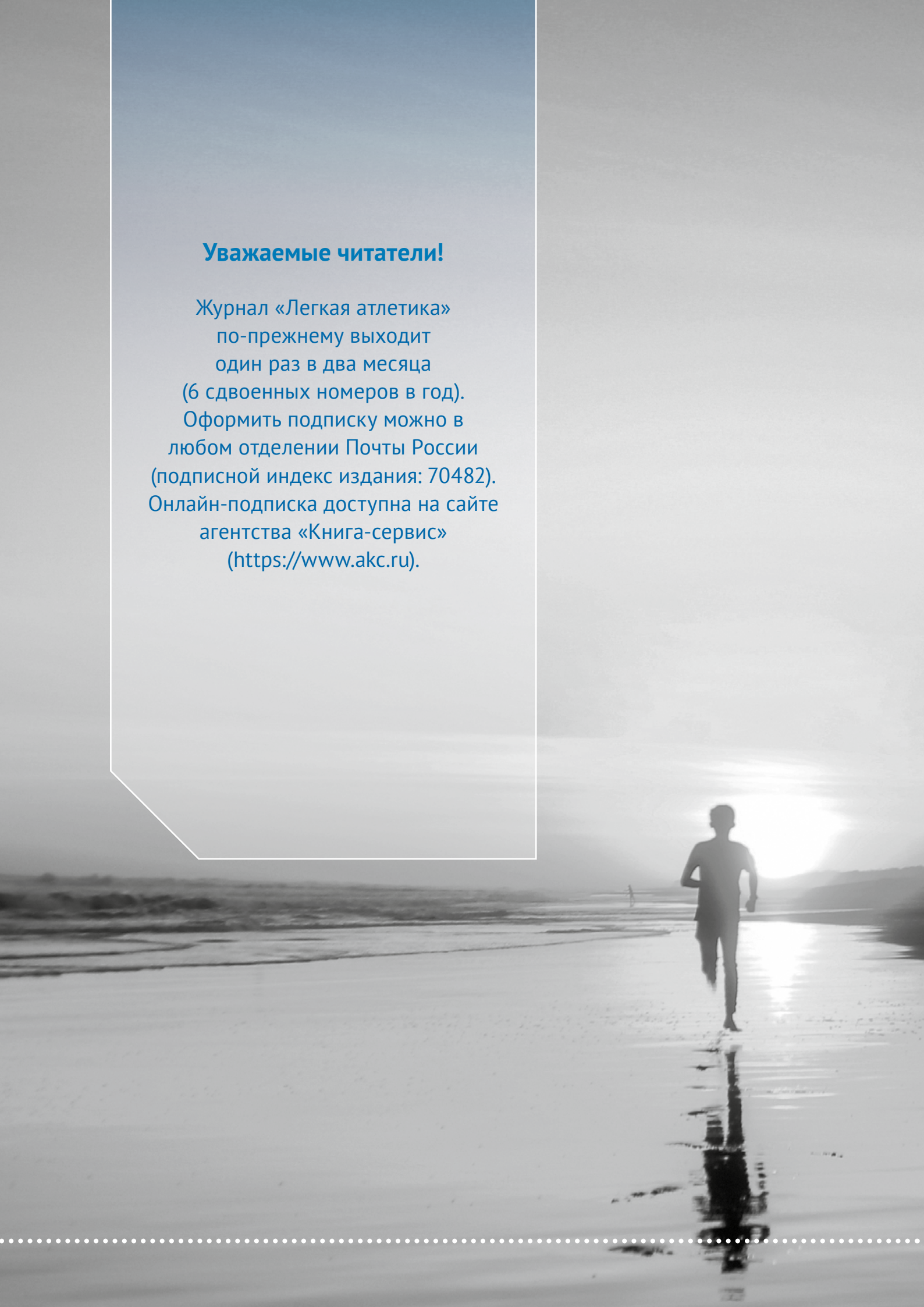
Тираж: 1000 экземпляров

Журнал зарегистрирован в Госкомитете РФ по печати (регистрационный номер 0110682)

© Всероссийская федерация легкой атлетики, 2019

Уважаемые читатели!

Журнал «Легкая атлетика»
по-прежнему выходит
один раз в два месяца
(6 сдвоенных номеров в год).
Оформить подписку можно в
любом отделении Почты России
(подписной индекс издания: 70482).
Онлайн-подписка доступна на сайте
агентства «Книга-сервис»
(<https://www.akc.ru>).





Дорогие друзья!

Этот номер выходит в тот момент, когда завершились медальные для российской команды турниры – юниорское и молодежное первенства Европы, этапы «Бриллиантовой лиги», успешно проведенный 100-й чемпионат страны, где блистали не только наши лидеры, но и молодые спортсмены. Впереди нас ждет главный старт года – чемпионат мира в Дохе.

Все эти результаты, безусловно, невозможны без таланта и большой работы тренеров и спортсменов, без наличия достойных условий для подготовки. Да, времена у российской легкой атлетики сейчас сложные, но об инфраструктуре мы не забываем и стараемся ее развивать.

На сегодняшний день в Концепцию наследия чемпионата мира по футболу 2018 года внесены пункты о восстановлении за счет федерального бюджета легкоатлетических стадионов и ремонт базы легкоатлетов в Новогорске.

ВФЛА активно участвует в проекте «Газпром – детям» по линии строительства манежей для занятий легкой атлетикой. К настоящему времени уже сданы специализированные манежи в Кирове и Санкт-Петербурге.

Не забываем мы и о метателях, в самом ближайшем будущем в регионах появятся новые поля для длинных метаний.

Одним словом, работа ведется. И я уверен, она поможет нам усилить позиции нашего вида спорта, несмотря на те условия, в которых мы все сейчас находимся.

Президент ВФЛА
Д.А. Шляхтин

ЮБИЛЕЙНЫЕ СТАРТЫ «КОРОЛЕВЫ СПОРТА»

Александр Кулаков



100-й чемпионат страны по легкой атлетике – событие, которое ждали вдвойне. Главный старт сезона в России, да еще и юбилейный, подкрепленный участием главных звезд российской легкой атлетики, уже задолго до церемонии открытия виделся красочным и запоминающимся мероприятием. Так и произошло!

Спортсмены с радостью и волнением ожидали начала чемпионата страны в Чебоксарах и перед турниром делились своими надеждами и воспоминаниями о столице Чувашии. Вот что рассказала о своих ожиданиях от этих соревнований многократная чемпионка Европы в прыжке с шестом Анжелика Сидорова:
«С большим удовольствием снова приеду

в Чебоксары, люблю этот гостеприимный город, люблю местный стадион! Уверена, что на вечерних сессиях будет отличная поддержка, люди в Чебоксарах любят легкую атлетику, а мы рады отвечать им эмоциями и высокими результатами! Чемпионат юбилейный, традиционно все спортсмены подойдут к нему в своей лучшей форме, поэтому уверена, что будет интересно и для зрителей! Лично для меня этот старт заключительный в первом этапе подготовки к чемпионату мира, так что тоже хочется прыгнуть очень высоко!» В словах Анжелики присутствовали обоснованные ожидания, но об этом чуть позже.

Радостным событием для любителей

легкой атлетике стало возвращение в строй после длительного перерыва вице-чемпионки мира 2017 года в прыжке в длину, двукратной чемпионки Европы (в помещении) Дарьи Клишиной. За неделю до стартов она также высказалась о предстоящих соревнованиях: «Сотый чемпионат России, безусловно, для меня и, думаю, для всех это больше, чем просто соревнования. Ожидается атмосфера праздника, тем не менее, ощущается дополнительная ответственность и, конечно же, мотивация. В первую очередь хочется оставить в памяти людей высокие результаты, а также незабываемые впечатления от самих соревнований».

Бронзовый призер чемпионата Европы-2018, серебряный призер II Европейских игр Илья Иванюк ехал в Чебоксары в статусе единоличного лидера мирового сезона в прыжке в высоту. Для Ильи столица Чувашии – город, занимающий особое место в его спортивной карьере. Легкоатлет считает, что именно здесь началось его становление как спортсмена. Когда в Чебоксарах проходил всероссийский этап отбора на первые юношеские Олимпийские игры, Илья прыгнул на 2.15 – это высокий

результат для возраста до 18 лет. Иванюк выиграл те соревнования и отобрался в следующий этап – первенство Европы, выполнив при этом норматив мастера спорта.

Олимпийская чемпионка, обладательница полного комплекта наград чемпионатов мира, 8-кратная чемпионка России Анна Чичерова не скрывала, что ждет этот юбилейный турнир в столице Чувашии с исключительным трепетом:

«Чебоксары!.. Чемпионат России!.. Перефразируя классика, скажу, как много в этом словосочетании для сердца моего слилось! Как много в нем отозвалось! Действительно, это особое место для меня, с которым связано много теплых и ярких эмоций. Сбившись со счета, в который раз в своей карьере ты выходишь на соревнования, но в этот раз непременно запомнишь, что участвовал в юбилейном, сотом по счету чемпионате страны!»

И вот долгожданный праздник уже совсем близко. Международный аэропорт «Чебоксары» и железнодорожный вокзал города принимают гостей, организаторов



и участников 100-го чемпионата России по легкой атлетике. Стадион готов, судьи на своих местах, спортсмены разминаются, праздничная пиротехника рассеивается в воздухе, официальные лица, артисты и участники церемонии открытия покидают газон стадиона «Олимпийский». Чемпионат стартовал!

Спортивные баталии

Итак, вспомним наиболее яркие противостояния и результаты. Первый комплект медалей 100-го чемпионата России, который проходил с 24 по 27 июля, разыграли женщины в метании диска. Золото выиграла Екатерина Строкова, представляющая Москву и Нижегородскую область. Екатерина лидировала после пятой попытки (60.27 м), а в шестой упрочила лидерство и показала SB – 63.06м. Второе место заняла Наталья Карпова с результатом 59.68м. Бронза у Елены Пановой, отправившей диск на 58.48 м.

Первое яркое противостояние наблюдалось в барьерном спринте, где в отсутствие Сергея Шубенкова ощутимую конкуренцию бессменному

лидеру российских соревнований в беге с барьерами Константину Шабанову составил ворвавшийся в эту дисциплину Артем Макаренко, выступающий в многоборье. Ожидаемая борьба братьев Шабановых и Артема Макаренко в финале 110 м с/б состоялась! Только эти трое легкоатлетов выбежали из 14 секунд. Чемпионом России стал Константин Шабанов с результатом 13.67 сек, Артем Макаренко заслуженно получил серебро (13.73 сек), бронзовая медаль у Филиппа Шабанова (13.88 сек).

Многоборцу Макаренко неоднократно советовали окончательно уходить в барьеры, но Артем пока сопротивляется общественному мнению и планирует добиться успеха в многоборье. «Артему я еще на сборах говорил – зачем тебе это многоборье, переходи в барьеры, но он хочет и там, и там. Однако, думаю, он потом все же осознает, что его вид это барьеры и перейдет уже полноценно», – сказал чемпион России Константин Шабанов в микст-зоне.

В метании молота у женщин также было интересное противостояние. В Чебоксары приехала молодая, но уже известная спортсменка Софья Палкина. Незадолго до



Константин Шабанов (второй справа)

чемпионата России она стала чемпионкой Европы среди юниоров до 23 лет. Ожидаемая дуэль Елизаветы Царевой и Софьи Палкиной завершилась в пользу чемпионки России прошлого года. Елизавета Царева подтвердила статус в четвертой попытке, метнув молот на 71.94 м. Софья Палкина завоевала серебряную медаль с результатом 69.33 м. Бронза у Алены Лысенко (65.09 м).

Главная и самая ожидаемая зрителями и поклонниками «королевы спорта» дуэль чемпионата в женской высоте, к сожалению, не состоялась. Олимпийская чемпионка Анна Чичерова не преодолела рубеж в 1.94 м и с результатом 1.91 м завоевала серебро чемпионата. Победительницей турнира стала действующая чемпионка мира и Европы, лидер мирового сезона Мария Ласицкене. Мария – единственная из участниц, преодолевшая рубеж 1.94 м – уже в ранге чемпионки страны штурмовала 2.00 м, которые покорились со второй попытки. Далее Мария подняла планку на высоту, соответствующую новому рекорду России – 2.08 м. Напомним, действующий рекорд 2.07 м принадлежит Анне Чичеровой. В чешской Острове в конце июня Мария



Слева направо: Софья Палкина, Елизавета Царева, Алена Лысенко



Мария Ласицкене



Светлана Аплачкина

повторила личный рекорд, взяв 2.06 м, там же Ласицкене пыталась побить мировой рекорд Стефки Костадиновой (2.09 м). Но вернемся в Чебоксары, где наша прославленная прыгунья в высоту «взялась» за рекорд России, но, к сожалению, планка трижды не устояла. Тем не менее, мы верим, что главные рекорды у Марии и ее тренера Геннадия Габрильяна еще впереди. Поздравляем этот прославленный тандем и желаем сумасшедшего результата на чемпионате мира в Дохе!

«На 2.08 м были хорошие попытки, был отличный опыт, мой организм попробовал эту высоту, сигнал моему мозгу тоже пошел. И это здорово. Здесь, в такой атмосфере и при такой поддержке зрителей, которые столь активно подгоняли меня и вели вперед, было бы странно не попробовать прыгнуть высоко», – так Мария Ласицкене подвела итог своему выступлению на чемпионате страны.

В беге на 5000 м Елена Коробкина и Светлана Аплачкина устроили шоу на последних 200 метрах. Светлана

совершила мощное ускорение и вырвала золотую медаль буквально на финишной линии. Елена уступила Аплачкиной всего 0,03 сек. Вот их результаты: Светлана Аплачкина – 15:22.14, Елена Коробкина – 15:22.17. Бронзовая медаль досталась Елене Седовой – 15:43.27.

В аналогичной дисциплине у мужчин зрители наблюдали очевидную дуэль лидеров. Владимир Никитин, Евгений и Анатолий Рыбаковы разыграли комплект наград. Братья Рыбаковы и Владимир Никитин по дистанции передавали друг другу лидирующую позицию. Но последний километр Никитина оказался невероятным. В итоге он стал чемпионом России с результатом 13:22.72. Серебро завоевал Евгений Рыбаков – 13:25.12. Брат Евгения Анатолий финишировал на 1, 23 сек позже (13:26.35) и получил бронзовую медаль.

В беге на 800 м Александра Гуляева прибежала к званию чемпионки России-2019 в гордом одиночестве с результатом 2:00.24. Между остальными участницами не было такого отрыва. Серебром и результатом 2:02.45 родные



Владимир Никитин (лидер) и братья Рыбаковы

трибуны порадовала Вера Васильева, представляющая Чувашскую Республику. Бронза у Екатерины Купиной (2:02.73). Тут же отметим и результат Александры в беге на 1500 м, финал которого прошел в последний день чемпионата. Здесь в борьбе за золото не произошло сюрприза: Александра Гуляева показала свой лучший результат в сезоне (4:04.92), ставший таковым и в российском сезоне. А вот другие медали получились не совсем ожидаемые. Серебро завоевала Дина Александрова с результатом 4:07.25. Бронза у Екатерины Сторожевой, которая финишировала за 4:08.35.

Тройку призеров в толкании ядра у мужчин составили фавориты финала, поэтому сенсации не произошло. Чемпионом России стал победитель Всемирной Универсиады-2013 Александр Лесной, восстановившийся после тяжелой травмы. Золото Александру принесла третья попытка, в которой был показан лучший результат финала – 20.56 м. Лесной уже в первой попытке стал лидером и в двух последующих только упрочил свое



Александр Лесной



Анжелика Сидорова

лидерство. Серебро завоевал Константин Лядусов. Первая попытка Константина оказалась самой удачной (20.02м). Бронза у Максима Афонина, показавшего одинаковый результат во второй и третьей попытке (19.83м), что гарантировало ему место на пьедестале почета.

В микст-зоне после финала Александр Лесной откровенно поделился эмоциями: «Я выдал все, что мог, добавил к личному в сезоне. Мне было очень тяжело, когда получил травму, когда был на больничном, я даже думал, что, может, в этом сезоне и не выйду, не успею подготовиться. А в итоге с Божьей помощью я стал чемпионом России. Я очень счастлив, очень доволен. Мне сейчас тяжело, я устал, конечно... Но, несмотря на это, у меня радость так и прет!»

Анжелика Сидорова, выступающая в прыжках с шестом за Москву и Чувашскую Республику, устроила настоящий праздник для чебоксарцев. Анжелика – безоговорочный фаворит женского шеста, она позже других начала прыгать – с восьмой высоты финала, когда планка была установлена на 4.56 м. К этому

моменту уже 10 из 15 участниц финала выбыли из борьбы. С третьей попытки Анжелика взяла высоту 4.86 м и поднялась на вторую позицию мирового рейтинга. До финала Сидорова занимала 5-ю позицию с результатом 4.77 м, в этом рейтинге наша прыгунья с шестом уступает только американке Дженнифер Сур (4.91 м). Серебро завоевала Ангелина Краснова-Жук с результатом 4.61, дважды за вечер побившая личный рекорд. Бронза у Ирины Ивановой (4.56), это ее SB.

Дарья Клишина – чемпионка России 2019 года! Первый прыжок оказался неудачным, зато позже после убедительной серии прыжков Дарьи отпали вопросы о том, кто же возьмет золото в длине у женщин – 6.78, 6.71, 6.71, и, наконец, победные 6.82 м. Серебряный призер летних Олимпийских игр 2012 года Елена Соколова завоевала серебро чемпионата страны с результатом 6.70 м. Полина Лукьяненко получила бронзу (6.61 м).

В финал метания диска у мужчин вышли три чемпиона России прошлых лет, и все они забрались на пьедестал почета.



Дарья Клишина

Алексей Худяков в первой попытке стал лидером, а в двух других удачных попытках только улучшал позицию. Золото Алексею принес результат 62.45 в пятой попытке. Таким образом, он стал чемпионом России в третий раз подряд! Виктор Бутенко завоевал серебро, метнув диск на 61.42 м. Бронза досталась Глебу Сидорченко (60.57 м).

Сальто назад в секторе прыжка в высоту, 2.33 м, личный рекорд, лидер мирового сезона (наравне с Илейей Иванюком), чемпион России 2019 года – все это о Михаиле Акименко. Даниил Цыплаков в последней попытке пошел ва-банк и попросил установить планку на 2.35, но хитрость не сработала. Поздравляем Даниила с серебром чемпионата России (2.28 м)! Бронзовые медали получили сразу три прыгуна! Илья Иванюк, Александр Асанов и Никита Анищенков взяли высоту 2.24 м.

Илья Иванюк, от которого ожидали большего результата, поделился эмоциями с пресс-службой ВФЛА в микст-зоне: «Были небольшие технические поправки, они не позволили мне реализовать высокий результат, который



Михаил Акименко



Евгений Коротовский

я ожидал от себя сегодня. Проснулся утром и ощущал себя очень хорошо, размялся и почувствовал, что могу сегодня прыгать высоко. На разминке уже перед финалом прыгнул 2 метра ножницами, это очень здорово. Но, выйдя на полный разбег, стало что-то не получаться. Не справился с этой задачей, не заладился разбег. Пообщался с тренером и понял, что сегодня делаю просто техническую тренировку. На недавних стартах тоже были проблемы с разбегом, просто сейчас необходимо проработать эту ситуацию. Сегодня я приобрел опыт, пусть он и отрицательный, но это опыт. Форма вроде хорошая, а реализовать ее я не смог. Вот это надо будет исправить».

Чемпионом России в метании молота 2019 года стал Евгений Коротовский, удерживавший лидерство с первой попытки. Но золото Евгению принесла вторая – 77.17м. Серебро в последней попытке вырвал Алексей Сокирский, метнув молот на 75.63м. Бронза досталась Денису Лукьянову с результатом 75.35м.

В беге на 1500 м у мужчин первые два места на пьедестале почета поделили между собой лидеры в этой дисциплине, заметно ускорившиеся на последних 100 метрах. Валентин Смирнов стал чемпионом России с результатом 3:41.80. Серебро завоевал чемпион страны в стипль-чезе 2019 года Константин Плохотников (3:41.86). Бронза у Максима Александрова, показавшего на финише время 3:42.95.

Женский тройной прыжок завершился победой лидера российского сезона Дарьи Нидбайкиной, улетевшей на 14.50 м. Поздравляем чемпионку России-2019! Отметим, что Дарья выполнила норматив МСМК. До серебра допрыгнула Анна Крылова с результатом 13.89 м. Бронзу завоевала Наталья Евдокимова, которой до серебряной медали не хватило восьми сантиметров (13.81м).

В тройном прыжке у мужчин бесспорный лидер в этой дисциплине Дмитрий Сорокин дважды за вечер побил принадлежащий ему лучший результат сезона страны. В Чебоксарах он установил новый личный



Слева направо: Александр Юрченко, Дмитрий Сорокин, Алексей Федоров

рекорд, благодаря чему стал чемпионом России этого года с результатом 17.31 м. Александр Юрченко, завоевавший серебряную медаль, также дважды обновил лучший персональный показатель в сезоне, прыгнув на 16.77 в третьей попытке. Алексей Федоров улетел на 16.68 м, и этот результат принес ему бронзовую медаль чемпионата.

Результат Дмитрия Сорокина, показанный на чемпионате России, – третий в европейском сезоне. Кроме этого, в Чебоксарах Дмитрий выполнил норматив для участия в Олимпийских играх в Токио, который составляет 17.14 м.

Итоги и впечатления

Только по завершении состязаний наши легкоатлеты могут немного расслабиться, отвлечься от тренировок и выступлений, поделиться эмоциями о турнире, прогуляться по городу.

Серебряный призер чемпионата России 2019 года Анна Чичерова так отзывалась

о зрительской поддержке: «Как всегда, здесь в Чебоксарах очень тепло, зрителям огромное спасибо, всегда поддерживают, и это весьма приятно».

Вот еще несколько высказываний чемпионов страны 2019 года. Владимир Никитин об атмосфере чемпионата: «Местные жители постоянно радуют. Каждый раз, когда в Чебоксарах проводят чемпионат России, здесь начинается настоящий праздник».

Кристина Сивкова о месте проведения чемпионата: «Очень нравится стадион, очень много болельщиков, очень классная дорожка. Поэтому я рада, что именно здесь проходит чемпионат, очень хорошее место выбрали».

Анжелика Сидорова о том, что посмотреть в Чебоксарах: «Здесь очень красивая набережная, роскошные виды открываются на колесе обозрения».

Александр Лесной о городе: «Вообще приятный город, Тут люди простые, душевные. А еще много пространства

на дорогах, свежий воздух и стадион бомбовский».

Мария Ласицкене о том, где можно прогуляться в Чебоксарах: «Просто выходите со стадиона, начинаете со старой улицы и идете к Монументу Матери, потом катаетесь на колесе обозрения, затем двигаетесь к берегу Волги. Там красота просто невероятная, мы уже погуляли».

Как говорится, лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. Телеканал «Матч ТВ» выступил информационным партнером юбилейного чемпионата страны по легкой атлетике. В столицу Чувашии приехала огромная команда телевизионщиков. Пресс-служба «Матч ТВ» подвела итог работы канала в Чебоксарах: «Июль на «Матч ТВ» оказался как никогда жарким, ведь он был проведен в компании «королевы спорта» – легкой атлетики. В период с 24 по 27 июля на «Матч Страна» были показаны прямые трансляции юбилейного 100-го чемпионата России по легкой атлетике, который проходил в Чебоксарах.

Производство сигнала трансляции обеспечила творческо-производственная команда «Матч ТВ» в составе 77 человек, собранных по всей стране. При организации съемки была использована современная телевизионная техника: ПТС (передвижная телевизионная станция), стедикам на радиоканале, коптер, управляемая телескопическая колонна PYLON, 7 микрокамер. Общее количество камер на съемках отдельных видов достигало 32 шт.

На трансляции была задействована виртуальная графика, с помощью которой



телезрителям показывались такие элементы, как расстояние (см) до планки во время прыжков в длину, отметки рекорда России и лучшего результата соревнований во время метания копья, диска и молота, а также толкания ядра».

Также своими впечатлениями от главного легкоатлетического старта сезона поделился Антон Анисимов, корреспондент «Матч ТВ», работавший в гуще событий: «Было круто поработать на 100-м чемпионате России. Я не так часто освещаю легкоатлетические соревнования, в основном футбол. Поэтому мне было вдвойне интересно, это индивидуальный вид спорта, в котором можно наблюдать за борьбой характеров, противостояниями один на один. Я люблю находиться в гуще событий, поэтому очень благодарен ВФЛА и пресс-службе, команде «Матч ТВ» за то, что мы с оператором могли находиться буквально в полуметре от спортсменов. Это непередаваемые ощущения. В этот момент ты находишься в таком котле, где варятся эмоции, переживания, и ты видишь, как горят люди, что у них внутри происходит, эти стержни, жилы рвутся. Вот Чичерова пошла настраиваться недалеко от сектора, вот Ласицкене сидит и трясет коленом, видно, как она переживает. Также мне было любопытно понаблюдать за Аксаной Гатауллиной в свете того, что она незадолго до этого пробежала с пледом вместо флага на международном турнире. Мне как журналисту было дико любопытно узнать, что это за девочка. В 19 лет сделать такой поступок – это очень смело. Я поговорил с Аксаной, понаблюдал, как она готовится, как общается с папой-тренером, как переживает. Это абсолютно открытый

человек, абсолютно обаятельный, не по годам рассудительный. Интересно было подмечать детали, смайлики на ее шестах.

Анжелика Сидорова, Дарья Клишина, Елена Соколова, прыгуны, метатели, бегуны – все крутые, все открытые. Никто мне не нахамил, не нагрубил, несмотря на то, что я их постоянно «дергал» прямо в процессе. Я хорошо понимаю спортсменов и их тренеров, понимаю, что им надо готовиться, настраиваться. Но и они знают, что им надо раскручиваться, становиться медийными персонами. Да, у нас есть Клишина, которая варится во всем этом, остальные не такие раскрученные. Открытость наших легкоатлетов поразила меня. Обычно я работаю на футболе, постоянно вижу футболистов, там, конечно, другой уровень популярности, кое-где видны понты, а здесь, в легкой атлетике, их нет совершенно. Это что касается эмоций. Если же говорить об организации, то все было на высшем уровне, учитывая, что это чемпионат России, а не международные соревнования. Единственное, что мне показалось странным, – это отсутствие точек питания вокруг стадиона».

Подводя итоги юбилейного чемпионата страны, главный тренер сборных команд России по легкой атлетике Юрий Борзаковский сказал:

«100-й чемпионат России прошел на высшем уровне по организации, спасибо за это региону, Министерству спорта РФ, Всероссийской федерации легкой атлетики. Действительно это был праздник, настоящий праздник для зрителей, для спортсменов, поэтому, думаю, в приоритете местом для следующего чемпионата страны все-таки являются Чебоксары.

На мой взгляд, самые яркие моменты чемпионата – это, конечно, Маша Ласицкене с ее прыжком на 2 метра и попытками преодолеть высоту 2.08 м, это были очень хорошие попытки, и я уверен, со временем Маше покорится заветная высота. Запомнился Миша Акименко с прыжком на 2.33 м. Жаль, что у него нет допуска, иначе бы он создал серьезную конкуренцию всем прыгунам на мировом уровне. Конечно, потрясающе прыгнула Анжелика Сидорова на 4.86 – это было

нечто! Даша Клишина, улетевшая на 6.82, – тоже потрясающая попытка. И Дима Сорокин, который с результатом 17.31 выполнил не только норматив для поездки на чемпионат мира, он у него, кстати, уже был, но и олимпийский норматив. Теперь он может быть спокоен относительно будущего года.

Именно в Чебоксарах во время чемпионата России пришла новость о том, что мы стопроцентно едем на Олимпийские игры в Токио, причем едем под российским флагом, с национальным гимном, в российской форме и будем единой полноценной командой.

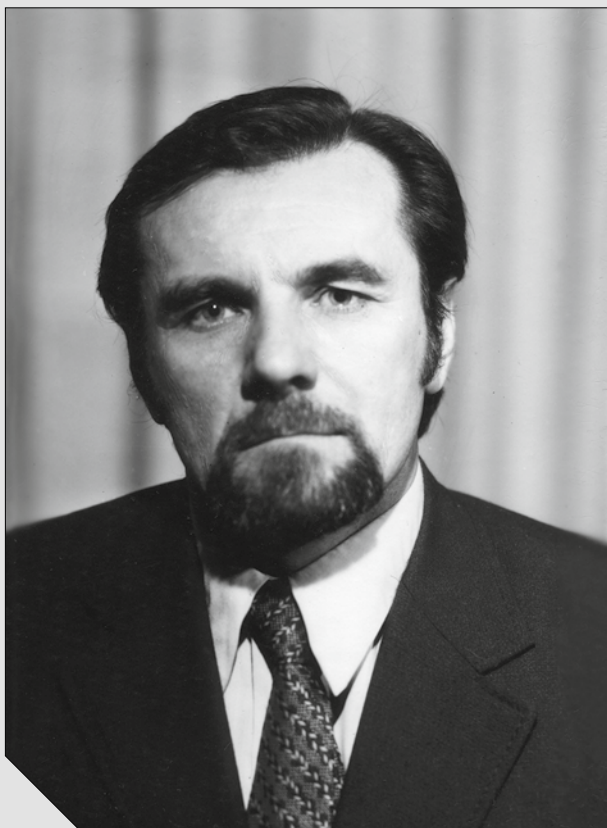
На любом чемпионате я, как главный тренер и спортсмен в прошлом, очень переживаю за каждого легкоатлета, понимаю каждого из них, понимаю их предстартовое волнение, и это сказывается на мне, поэтому после четырех соревновательных дней я выглядел изможденным и уставшим».

Вот таким выдался 100-й чемпионат России по легкой атлетике в Чебоксарах. Было ярко, быстро, далеко, высоко, а также легко и атлетично! Что ж будем ждать новых стартов и новых рекордов!



Юрий Борзаковский

СМЫСЛ ТРЕНИРОВКИ – ГАРМОНИЯ



25 апреля исполнилось бы 80 лет со дня рождения заслуженного тренера СССР по прыжкам в высоту Бориса Николаевича Купоросова.

Идет время, и уходят из спорта тренеры, отличительной особенностью которых являлось глубочайшее знание методики подготовки прыгунов, и ученики которых отличались филигранной техникой. Такой личностью в тренерском ремесле был Борис Николаевич Купоросов. Вот его послужной список. Свыше 100 раз его ученики выигрывали первенства Ленинграда, 10 раз побеждали на чемпионате СССР в различных возрастных группах. Многие их результаты и сейчас вызывают уважение: Жанна Некрасова владела высшим достижением страны для залов – 1,97 (1982 год); Валерий Середа – победитель Кубка Европы 1981 года, победитель Спартакиады народов СССР и альтернативных Олимпиаде соревнований «Дружба», экс-рекордсмен Европы – 2,37; Юрий Готовский – неоднократный чемпион России (2,29).

Главное, что я вынес из общения с этим неординарным человеком, чьи ученики еще около 40 лет назад показывали результаты,

достойные уважения и в наши дни, – следующее. Огромное значение в работе тренера имеет атмосфера состязательности, созданная в группе или спортивной школе. На первом месте должна стоять культура тренировки, заключающаяся в качественном подборе используемых упражнений и заданий, исключение балластных нагрузок, убивающих свежесть мышечной и нервной систем, выполнение любого задания с максимальной концентрацией и установкой на качество.

Красной нитью через все его взгляды на методику развития качеств проходит вариативный метод, заключающийся в сочетании весов, режимов, скорости выполнения, чередования интервалов отдыха, чередования тренировочных средств и их сочетания. Будучи человеком творческим, он искал пути, позволяющие обойти изнуряющие тренировочные режимы и избежать травмирования учеников. Он сумел доказать, что в области скоростно-силовых видов спорта это вполне реально. Каждому ученику он индивидуально подбирал сочетание уровней физической, технической и психологической подготовленности, другими словами, создавал гармонию состояния. Глубокое проникновение в биомеханику прыжка и умение найти причину ошибки также было его очень сильной стороной как тренера.

Умение расшатать неэффективный навык и построить после этого новый, не ломающийся в условиях жесткого соперничества, умение идти от личности спортсмена, воспитывая в нем характер бойца – все это было его главными тренерскими козырями. Кстати, описание структуры состязательной подготовки, подобной той, что разработал Б. Купоросов, я не встречал ни в одной книге методического характера. Поражала его открытость и то, как щедро он, авторитетный наставник, подготовивший 4 международника и более 20 мастеров спорта, делился своими секретами со всеми, кто в этом нуждался, выступал на семинарах для учителей физкультуры, тренеров, студентов. При этом он не стеснялся учиться даже у менее опытных своих коллег, считая, что почти у каждого из них можно что-то взять в свою методическую «копилку».

Кстати, я считаю его одним из самых сильных специалистов у нас в стране по реабилитации спортсменов (в первую очередь прыгунов) после травм. Он владел колоссальным арсеналом упражнений и методов их использования для восстановления или укрепления отдельных звеньев опорно-двигательного аппарата. Он всю жизнь над этим работал, в конце своего земного пути составив огромный арсенал упражнений, помогающих восстановиться для дальнейшей тренировки.

Многие годы он мечтал издать большую энциклопедию, где были бы систематизированы несколько тысяч физических упражнений для различных групп мышц. Многие упражнения из его коллекции – авторские. Остается только надеяться, что его вдова мастер спорта Елена Вьюкова доведет дело создания энциклопедии до конца. И тогда многие тренеры получат уникальное учебное пособие для работы со спортсменами любой специализации и квалификации.

Недавно мне на глаза попало интервью с Борисом Николаевичем, которое было записано мной и опубликовано 20 лет назад. Оно посвящено основным задачам, проблемам и закономерностям тренировочного процесса и организации подготовки прыгунов высокого класса. С удивлением я увидел, что многое из того, о чем тогда говорил известный тренер, не потеряло значения и в наши дни. В этом нет ничего удивительного, так как и сегодня результаты его лучших учеников позволяют быть среди лидеров на состязаниях самого высокого уровня. И это притом, что изменилось покрытие стадионов и секторов, резко улучшилась экипировка, шагнуло далеко вперед научно-медицинское и фармакологическое обеспечение.

Думается, многим специалистам в прыжках в высоту, особенно молодым, будут интересны воззрения заслуженного тренера, выстраданные и вынесенные в результате долгой и плодотворной тренерской жизни.

Геннадий Геращенко (Железногорск)

– заслуженный работник физической культуры РФ, кандидат педагогических наук, тренер высшей категории.

ОТ РЕДАКЦИИ. Представляем вашему вниманию интервью с Б.Н. Купоросовым, опубликованное в журнале «Легкая атлетика» №1-2 за 1999 год.

– Борис Николаевич, Вы прошли долгий путь в спорте как наставник и как ученый. Кого Вы считаете своими учителями, и как шло становление Вас как спортивного педагога?

– У меня была возможность консультироваться, учиться и получать дружеские советы у таких тренеров, как В.И. Алексеев, В.М. Дьячков, В.А. Лонский, В.Я. Розенфельд, Я.П. Сидоров, В.С. Цимбалюк, В.П. Сухотии, В.А. Миронов и многих других. Дружба с тренером-самородком В.В. Воиновым подтолкнула меня к идее систематизации упражнений. Я благодарен за литературные труды спортсмену, тренеру и ученому А.Н. Воробьева, атлету и писателю Ю.П. Власова, а также американскому тренеру по плаванию и ученому Д. Каунсилмену. Лично мне книги Виктора Лонского и общение с ним дали в период моего становления как тренера больше, чем все вместе взятые прочитанные мной авторефераты диссертаций, посвященные прыжкам в высоту.

Весь мир и, естественно, меня поразила победа Роберта Шавлакадзе над Джоном Томасом на Олимпийских играх в Риме. Именно тогда во мне загорелась мечта заняться прыжками в высоту. К сожалению, к тренировкам в прыжках мне удалось приступить лишь после окончания института, когда мне было уже 23 года. Через год созрело отчаянное желание поехать в Ленинград тренироваться у заслуженного тренера СССР Павла Наумовича Гойхмана. Всегда буду благодарен ему за то, что он взял в свою группу меня, 24-летнего парня, имеющего личный рекорд всего 1,85. Именно у Гойхмана я понял, как должен работать тренер. Все свободное время я просиживал на ленинградском «Зимнем стадионе», наблюдая за работой тренеров. Учился, спрашивал, проверял на себе. Считаю, что тренер, как и врач, приближается к овладению педагогической и методической мудростью в своей работе лишь к 50 годам и не имеет права ни на один день прекращать свой творческий поиск.

Тренер обязан постоянно, круглогодично заниматься самообразованием, пересматривать и обновлять собственный педагогический опыт, всегда чувствовать ответственность за доверие учеников

и сохранять свободу и независимость мышления.

Вершина тренерского мастерства – это умение казаться не пользующимся никакими методами. В этом случае процесс направляет и корректирует опыт и интуиция.

Мудрость и мастерство тренера определяется умением сосредоточенно, без суеты и лишних слов, при постоянном сокращении объемов и увеличении интенсивности совершенствовать технику, мышцы и психику учеников. Кончина личности происходит после того, как человек перестал мечтать, делать дело и очень – очень хотеть!

– Есть несколько стилей работы спортивного наставника – от авторитарного до либерального. Как Вы представляете отношения с группой, учениками?

– Именно при приближении к вершине крайне необходимо абсолютное доверие, дружба, взаимопонимание и совместное творческое дерзание тренера и ученика в поиске оптимального тренировочного



С первыми воспитанниками

пути. Именно на этом спортивном этапе авторитарное общение с учеником становится демократичным. Тренеру все чаще необходимо прислушиваться к мнению и ощущениям ученика.

– На Ваш взгляд, настала ли эра высокорослых прыгунов, или «малыши» тоже могут рассчитывать на успех?

– Еще в 50-х годах низкорослый И. Берхин при росте 166 см прыгал на 1,99. В 70-х годах канадец Ф. Джекобе при росте 173 см имел результат 2,32. В 80-е годы В. Котович при росте 180 см прыгал на 2,36. В. Середа при росте 186 см – на 2,37. А. Морозов при росте 185 см – на 2,33. На сегодняшний день неофициальный мировой рекорд прыжка выше своего роста принадлежит румынскому прыгуну И. Матеи: рост 180 см, результат 240 см – 60 см! Убежден, что это не предел. Обязательно появится «тандем» – прыгун-наставник, которые смогут довести этот показатель до 65-70 см.

– Поговорим о воспитании физических качеств. Давайте начнем с силы.

– Силовая подготовка прыгуна в высоту должна иметь подчеркнuto выраженный мощностной характер. Подбор упражнений со штангой, ее вес должны соответствовать уровню физической подготовленности, чтобы прыгун мог выполнять упражнения с околоредельной скоростью при высоком темпе повторений в каждом подходе.

Развиваемая сила не должна идти в ущерб подвижности, ловкости, гармонии выполняемых движений.

Нельзя забывать, что гипертрофированное развитие любого двигательного качества может послужить причиной разрушения гармонии движения.

Прыжки международного уровня не прощают ни одного набранного грамма лишнего веса в погоне за грубой силой.

– Еще ни одному прыгуну не удалось разбежаться перед прыжком так быстро, как ему позволяют его скоростные возможности. Надо ли так много сил и времени отдавать развитию этого качества?

– Запас скорости и скоростно-силовых качеств дает возможность контролировать

и совершенствовать технику на околопредельных скоростях. От этого будет зависеть способность прыгуна переносить достигнутую «гладкую» скорость на скорость при разбеге в прыжке в высоту. Успех в прыжке в высоту определяется не скоростью на последних шагах разбега, а скоростью вылета прыгуна вверх.

– Ваши лучшие ученики Жанна Некрасова и Валерий Середа обладали блестящей техникой. Давайте поговорим о наиболее важных элементах прыжка «фосбери».

– Техника бега предельно естественна – нет отдельной техники бега для прыжков в высоту. Искажение структуры бега даже в одном шаге (особенно в предпоследнем) приведет к потере скорости и снижению результата. Чрезвычайно важно сохранить естественность взаимодействия рук и ног при беге и органичность выполнения предпоследнего шага перед взлетом в высоту.

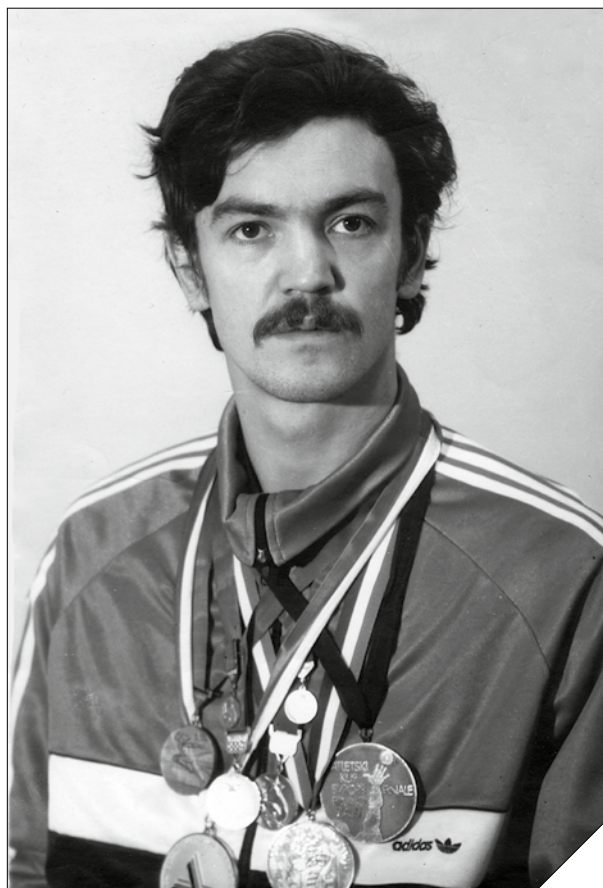
Речь идет о беговом наклоне туловища и перекрестной работе рук и ног. Уход вперед таза относительно плеч на предпоследнем шаге выключает из работы мышцы спины и приводит к преждевременному «свалу» на планку еще при опоре на толчковой ноге перед взлетом.

Скорость в конце разбега увеличивается за счет мягкого нарастания частоты при сохранении или даже незначительном сокращении длины шагов.

Когда все фазы прыжка согласованы, то достигается незаметный для глаз «гладкий» переход из разбега во взлет без акцентирования отталкивания. Это является признаком высокого мастерства прыгуна и его тренера.

Постановка стопы в последнем шаге должна быть также строго по направлению разбега и сверху «взахват». Разворот стопы наружу ведет к преждевременному «свалу» на планку, вследствие чего возникают технические ошибки на взлете и при переходе планки.

Развернутая стопа и постановка ее стопорящим движением, «вышагивание» из дуги маховой ногой на предпоследнем шаге влекут за собой потерю скорости, опускают и уплощают свод стопы, приводят



Рекордсмен Европы 1984 года Валерий Середа

к ее травмам, защемляют внешнюю пяточную часть толчковой стопы, могут привести к повреждению мениска.

Недопустимо понижение общего центра массы при вбегании в дугу и, особенно, при пробегании предпоследнего шага. Это неизбежно ведет к потере скорости на последних трех шагах разбега и к силовому, а не скоростному варианту прыжка.

Ритмо-темповая «атака» начинается за 4-5 шагов до отталкивания и не должна быть визуально слишком заметной, не должна ярко выделяться в структуре прыжка. Техника должна совершенствоваться в субмаксимальных зонах интенсивности, не нарушая достигнутой структуры движений и сохраняя способность к совершенствованию навыка. Соблюдение этих условий дает возможность постоянно улучшать результаты и показывать высокие достижения на ответственных стартах.

Техническое совершенство должно быть путеводной звездой тренировочного процесса. Ритмическая мелодия

технического навыка строится на гармонии, пропорциональности, синхронности и адекватности всех движений, выглядит внешне эффективно, комфортно, согласованно, с прочно и логично состыкованными звеньями двигательного навыка.

Одно из важнейших средств повышения технической работоспособности прыгуна – это тренировочные прикидки и соревнования внутри группы. Они являются существенным тренирующим фактором в мобилизации сил и возможностей прыгуна.

– Какому методу освоения двигательного навыка вы отдаете предпочтение – целостному или расчлененному?

– Наиболее эффективным представляется применение оптимального сочетания двух методов обучения двигательному действию – целостного и расчлененного. В этом случае по мере необходимости в тренировочный процесс «вкрапливают» имитационные упражнения. Выделенное из общей схемы звено корректируют, подвергают изменению и в обновленном виде вводят и согласовывают со всеми элементами основного двигательного навыка. Практика показала, что чрезмерное увлечение использованием расчлененного метода обучения с применением

большого количества имитационных упражнений создает в дальнейшем проблемы.

Навык на средней высоте и навык на большой высоте – это совершенно разные вещи. Коррекция и построение двигательного навыка при использовании преимущественно целостного метода обучения имеет ряд преимуществ, так как прыжок выполняется с сохранением ритма и последовательности всех технических элементов, входящих в него.

– Как устранить наиболее типичные ошибки?

– Устранение такой ошибки, как «овал» в сторону планки или изгиб туловища наружу от дуги, возможно утрированным наклоном туловища внутрь или установкой – пронести маховую сторону таза выше толчковой стороны, опустить плечо, скулу или ухо внутрь дуги. Итак, ошибки можно устранить, «проглаживая» фазы прыжка – как с первого шага, так и с приземления, которое необходимо завершать лицом к месту отталкивания, а не поперек направления разбега.

Бег на отрезках длиной от 120 до 300 м и барьерный бег в 5-7 шагов (91 см) способствует совершенствованию беговой структуры разбега.



На тренировке

Прислушайтесь к своему разбегу. По звуку можно определить следующие ошибки: жесткая постановка стопы в беге, натывание на предпоследнем шаге, нарушение ритма в конце разбега. Босая нога дает больше информации о погрешностях в технике бега и о состоянии беговой дорожки, чем обутая, что позволяет корректировать двигательный навык без применения каких-либо специальных упражнений.

– А теперь поговорим о самом святом для прыгунов – о скоростно-силовой подготовке.

– Постоянное применение вариативного, контрастного метода: выше – ниже, быстрее – медленнее, за пределами закрепощенно – предельно расслабленно, с весом – без веса, в гору – под гору и так далее – помогает избежать излишней стабилизации двигательного навыка, вскрыть заторможенность центральной нервной системы.

Контрастное чередование большого веса (60-80% от максимального) и малого (от 10 до 30%) мобилизует нервно-мышечную систему спортсмена. Все это позволяет высоко прыгать.

«Продуманная непредсказуемость» контрастных, ступенчатых, скачкообразных сочетаний тренировочных средств допустима на средних и высших этапах спортивного совершенствования. Вопрос о скоростно-силовых качествах при контрастном методе тренировки прыгунов в высоту еще ждет своего тщательного, экспериментального исследования. Интуиция подсказывает, что здесь кроются большие возможности для борьбы с земным притяжением.

– А как пройти по «лезвию бритвы», до какой степени повышать объем и интенсивность тренировки?

– Злоупотребление тяжелыми нагрузками обращает тренировочный процесс в тяжелый, «пахотный» труд, неизбежно подавляет эмоции, свежесть восприятия, радость творчества. В незамученном теле – здоровый дух!

Нагрузились, подержались в тяжелых зонах работы и вовремя, неповрежденными, вышли... Вот и вся тренировочная премудрость. Восстанавливается тело,



Разбор полетов

восстанавливается дух, уверенность, приходит желание высоко прыгать. Возвращается способность чувствовать, воспроизводить, корректировать технику прыжков.

Упражнение может действовать удивительно эффективно, если попасть «в десятку», если найти ему в тренировочном процессе точное место, дозировать и качественно выполнять. Если испытанное упражнение перестало нести эффект развития, не торопитесь его сбрасывать, поищите ему замену в тренировочной схеме, поменяйте местами с другими средствами, и оно начнет действовать не менее эффективно.

Изменение интенсивности в силовых упражнениях возможно при изменении величины сопротивления, амплитуды и темпа движений. Развитие мощности происходит до тех пор, пока тренировочное средство выполняется на высокой скорости и качественно. Основной объем тренировочной работы следует выполнять не позднее, чем за 8 дней до первого старта, а стрессовую тренировку или ударный микроцикл следует планировать за 10 дней до старта.

Увеличение количества упражнений с высокой интенсивностью неизбежно требует сокращения объема тренировочной нагрузки. Если ударные тренировочные воздействия прекращаются не менее чем за 10-12 дней до главного

старта, то тонизирующие тренировки некоторые спортсмены проводят и в день соревнований.

– Можно быть сильным и не уметь высоко прыгать. Есть такая проблема, как реализация двигательного потенциала. Как ее решить?

– Необходима эмоциональная стимуляция, обеспечивающая интенсификацию скоростного режима. Лишь при высоком эмоциональном фоне тренировочного процесса возможно преодоление уже достигнутых рубежей любого из показателей тренировочного процесса.

Для реализации двигательного потенциала необходимо сфокусировать волевые, мышечные и творческие усилия на решение двигательной задачи, раздувая желание достичь поставленной цели, кажущейся всем недосягаемой.

– Борис Николаевич! Специалисты уже многие десятилетия ломают голову над проблемой питания: появились системы голодания, сыроедения, вегетарианства, сбалансированного, раздельного, целебного питания и многое другое. Как относитесь к этому вопросу Вы?

– Прыгуны, у которых возникают проблемы с весом, в первую очередь должны убрать из рациона сладкое, мучное и печеное. Никогда не голодайте без совета с врачами-специалистами. Желательно сгонять и балансировать вес тренировочной работой, а не голоданием.

– Что, кроме физической одаренности, Вы поставили бы в основу успеха в спорте?

– Даже если природа одарила прыгуна отменными физическими качествами, не надо забывать, что «гадкий утенок» острее испытывает желание стать «белым лебедем» и трудится самоотверженнее.

В спорте талант проявляется не за счет внешних физических данных, а благодаря силе духа и умению напряженно, творчески трудиться. Высокому результату необходима мотивация, огромный заряд сконцентрированной энергии. Влюбленных и одухотворенных остановить нельзя. Атлет и писатель Юрий Власов сказал: «Человека, который верит, победить нельзя». Кто управляет своей волей, тот обречен на успех.

«Вроде хотеть нельзя. Хотеть надо до смерти!».

– Говорят, что высший смысл жизни – это гармония. Как Вы это понимаете применительно к спорту?

– Высокое спортивное мастерство – это гармония, равновесие души и тела.

На пути к спорту высших достижений недопустимы метания и гипертрофированное отношение к одному из разделов специализированного тренировочного процесса.

Умение параллельно вести работу над совершенствованием техники, не опережая ее значительным превышением скоростно-силовых возможностей, красивое и свободное выполнение скоростно-силовых задач, определяют мастерство спортсмена и квалификацию его наставника, гармонию их отношений.

Добейтесь гармонии накопленных скоростно-силовых возможностей и достойных их спортивных результатов, а затем поднимайте эти качества выше.

Гармония мощи и техники – это умение проявлять силу в движении при высокой скорости разбега. Гармония при выполнении двигательного действия, приближенного к совершенству, доставляет мышечную радость самому исполнителю и эстетическое удовольствие зрителям.

– В чем Вы видите резерв в организации работы с прыгунами у нас в стране?

– Опыт работы югославского тренера Д. Танчича в Германии показал, насколько перспективна роль общей организации, руководимой из центра, где есть квалифицированный тренер. У нас есть масса одаренных юных прыгунов, исчезающих ежегодно из-за плохой организации дела или полного ее отсутствия.

Настало время создавать клубы и присваивать тренировочным группам ДЮСШ статус клуба. В этом случае реальнее подыскать спонсоров. Очень перспективной видится возможность создания нескольких специализированных клубов в областных городах России, которые могли бы иметь базу для тренировок на высоком спортивном



Жизнь – это испытание высотой

уровне, продолжение тренировок во время получения образования, в вузах, в спортроде при СКА. Старший тренер такого клуба мог бы объединить несколько тренеров-единомышленников и организовать их, чтобы между ними установилась методическая и организационная преемственность. Условия для создания подобных клубов есть в Краснодаре, Ростове, Белгороде, Ярославле, Курске, Воронеже и других городах России.

Нужны специализированные залы, где прыгуны имели бы все условия для технических и скоростно-силовых тренировок.

Попадая в наэлектризованную желанием высоко прыгать обстановку клуба, новые ученики, находившиеся на разном уровне спортивного мастерства, достигали за один год результатов, на 10-15 см и более превышающих личный рекорд на момент поступления в клуб. Приведу лишь некоторые примеры из истории ленинградского клуба «Высота»:
К. Воронов 2,01-2,18; А. Старков, И. Марцелюк 2,01-2,16; Г. Курбыко – 2,01-2,19; Ж. Некрасова 1,86-1,97 (высшее достижение СССР), В. Середа – 2,20-2,30 (победа на Кубке Европы).

Именно с невероятной мечты началось создание и восхождение ленинградского

клуба «Высота». Одержат победу на европейском уровне или установить рекорд Европы! До сих пор кажется невероятным, что удалось и то, и другое: победа на Кубке Европы в 1981 году и рекорд Европы в Италии в 1984 году Валерия Середы – 2,37. Для решения этой задачи ушло 15 лет беспощадной работы «в три смены».

К сожалению, вышеназванный клуб просуществовал недолго. В день присвоения мне высокого звания «Заслуженный тренер СССР» я тщетно искал для себя работу.

– На рубеже седьмого десятка, прожив в спорте жизнь трудную, но яркую, Вы вправе давать советы молодым тренерам. Итак, что в тренерском ремесле самое важное?

– Непредсказуемость, умение постоянно искать, творить, изобретать и не успокаиваться при достижении успеха... Ищите! Найдя, продолжайте искать дальше. Тренерская деятельность – это не работа. Тренерство – это состояние души, состояние, когда голова работает в три смены. Тренеру необходимо научиться находить главное, то, что на сегодняшний день особенно актуально, злободневно, и то, что сегодня больше всего тормозит движение к вершинам мастерства и совершенству техники.

Достижение предельных результатов – это, прежде всего, отход от методических догм и поиск своего пути на грани своих возможностей – интеллектуальных, духовных и физических. Ибо идущий по следу никогда не будет первым!

Только великая цель рождает великую энергию. Поэтому в ученике необходимо в первую очередь видеть не чашу, которую надо заполнить, а факел, который нужно разжечь. К успеху скорее приведут интуиция, творческое дерзание, умение анализировать, слышать состояние организма, думать спокойно и критично, действовать горячо и азартно.

Гораздо легче и благоразумнее предупреждать появление травм, чем их лечить. Проблеме растяжения мышц и связок следует постоянно уделять внимание в начале и после окончания основной части тренировочного занятия, особенно после работы с отягощениями. Это может занять 5-10 минут, но избавит вас от многих неприятностей.

Любая техника и система тренировки должна подгоняться под конкретного спортсмена с учетом его ежедневного состояния и индивидуальных особенностей. Именно поэтому даже самый замечательный план не должен становиться догмой и ограничивать творческое отношение тренера и ученика к тренировочному процессу.

Очень важно при поиске и создании тренировочной колеи не увязнуть в

безграничном числе всевозможных сочетаний средств. Это, пожалуй, один из важнейших моментов в тренерской деятельности, если учесть, что, помимо определения тренировочных средств и их сочетания, на результат еще влияет их подобранное количество, интенсивность, техника, вес отягощений, интервалы (паузы) отдыха в тренировке и в недельном цикле, питание и общее состояние спортсмена в момент выполнения заданий и многие другие факторы, которые могут склонить чашу весов, определяющих успех, как в положительную, так и в отрицательную сторону.

Работу детского тренера надо оценивать не по победам в детском спорте, а по перспективности учеников в будущем, отсутствию у них травм и по приобретенному в детском возрасте арсеналу и культуре двигательных навыков, умению учеников самостоятельно и творчески мыслить, анализировать, дерзать!

– Какие мысли Вы вынесли из своего огромного жизненного опыта?

– Жизнь всегда состояла из черных и белых полос, такая уж она полосатая. Только падая и вставая, проигрывая и побеждая, прощая и не озлобляясь, учишься сам и оставляешь за собой право учить других. Если выдюжил, не сломался, не предал и пережил предательство, вопреки всему поднялся окрепшим, несогнувшимся, – значит, еще жив, вправе учить, давать ученикам советы, вправе быть Тренером.



С учениками на праздновании 30-летия спортивного клуба «Высота». СПб, Зимний стадион, 1997 г.

Послесловие (Г. Геращенко)

В последний период жизни Борису Николаевичу пришлось пожить в Тбилиси, Алма-Ате, Краснодаре и снова в Питере. Он искал место для работы. Он возил по вышеназванным городам контейнер с матами, стойками, барьерами, тумбами, измерительными приборами и до последнего момента заявлял: «Если мне предложат условия в подходящем городе, через неделю у меня будет лучшая по оборудованию база для тренировки высотников в стране». Но... не сложилось. И сейчас, когда Бориса Николаевича с нами нет уже 15 лет, не перестаешь думать – сколько бы мог сделать этот тренер, в котором сочетались качества спортивного наставника и ученого. Он не раз признавался, что мечтает вернуть рекорд мира по прыжкам в высоту в Россию. И книга, обобщающая тренерский опыт Б.Н. Купоросова, к выходу которой приложили руки и сердца автор данных строк и вдова тренера, мастер спорта Елена Вьюкова, на мой взгляд, является не только достойным памятником этому светлomu человеку, но и великолепным методическим пособием для прыгунов и молодых тренеров. Эта книга вышла в Санкт-Петербурге в издательстве ООО «Анатолия» в 2009 году и имеет название «Испытание высотой. Философия тренерства».

Факты биографии Б.Н. Купоросова

Годы жизни: 1939-2004. Родился в Тбилиси. Похоронен в Санкт-Петербурге. Образование высшее, доцент. Тренер высшей категории. Заслуженный тренер СССР. Общий стаж тренерской работы 40 лет. Специализация – прыжки в высоту.
Подготовил: мастеров спорта – 21; мастеров спорта международного класса – 4; из них присвоено звание «Заслуженный мастер спорта СССР» – 1. Высшие тренерские достижения: В.Середа – победитель Кубка Европы 1981, VIII Спартакиады народов СССР (1983), соревнований «Дружба-84», экс-рекордсмен Европы (1984), пятикратный чемпион СССР. Лучший результат – 2,37. Ж. Некрасова – экс-рекордсменка СССР, чемпионка СССР, победительница Кубка СССР. Лучший результат – 1,97. Ю. Готовский – чемпион России. Лучший результат 2,29. М. Евстигнеева – рекордсменка Грузии. Лучший результат – 1,94. Ю. Репиха, В. Шахов, С. Цыцин, О. Корчагин, С. Зайцев – неоднократные победители и призеры чемпионатов СССР среди юниоров. Результаты – от 2,18 до 2,22. Ким Гван Су и Ким Чон Ок в 1993 году установили соответственно мужской и женский рекорды КНДР.

С 1975 по 1985 год ученики Б.Н. Купоросова входили в состав сборной СССР. Он был старшим тренером сборной команды юниоров и членом тренерского совета сборной СССР.



В.Н. Купоросов – автор 10 тренажеров и 15 научно-методических рекомендаций. Он собрал и систематизировал более 8000 физических упражнений.

В заключение мы хотели бы предложить вниманию читателей стихотворение М. Каневского, посвященное 30-летию спортивного клуба «Высота».

Мне часто снится сектор для прыжков.
Я слышу, как упала с неба планка...
Разбег... Отметка у пяти шагов...
Хочу взлететь – но – результат «баранка»!

Хочу взлететь! Опять хочу взлететь,
Как в те года далекого застоя
Шиповку на толчковую надеть
И доказать, что я чего-то стою.

Что не напрасно в клубе «Высота»,
В забитом алексеевском манеже
Я выходил на сектор. Неспроста
Мне снятся сны ночами те же, те же...

Рукоплесканий шум над головой,
Корреспонденты с кучею вопросов,
И на вопрос – а кто же тренер твой?
Я гордо отвечаю – Купоросов!

Не верится, что клубу 30 лет.
Точнее в то, что нам уже под сорок.
И, несмотря на праздничный банкет,
Давайте не выбрасывать кроссовок!

Давайте прыгать только в Высоту!
Мечта – она живет под облаками!
Давайте верить только в Красоту
И окружать себя учениками!

Курсы повышения квалификации для тренеров

ВФЛА совместно с Олимпийским комитетом России организует 40-часовые курсы повышения квалификации для тренеров на тему «Современные подходы к построению тренировочного процесса в легкой атлетике».

Занятия будут проходить в Москве в здании Олимпийского комитета России.

Курсы будут организованы дважды:

- 18-22 ноября 2019 г. (набор 50 чел.)
- 23-27 марта 2020 г. (набор 50 чел.)

Расходы по организации проведения образовательных мероприятий:

- за счет Олимпийского комитета России – обучение слушателей;
- за счет командующих организаций – проезд к месту проведения образовательных мероприятий и обратно, суточные, проживание в Москве.

По итогам образовательных мероприятий успешно освоившим учебную программу слушателям будут выданы удостоверения о повышении квалификации установленного образца в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

Предварительные заявки на обучение в ноябре 2019 г. принимаются до 10 октября 2019 г., на обучение в марте 2020 г. – до 10 февраля 2020 г. по почте cherkashin@rusathletics.info.

Справки по телефону 8 (495) 637-91-18.





Медаль I первенства России по легкой атлетике

В интернете на форуме коллекционеров представлена бронзовая медаль одного из дореволюционных первенств России по легкой атлетике. Некоторые участники даже считают, что эта медаль имеет непосредственное отношение к самому первому первенству, которое проходило в Петербурге летом 1908 года, и с которого начинается формальный отсчет чемпионатов страны по этому виду спорта. Другие сомневаются, что она вообще соотносится с легкой атлетикой. Попробуем разобраться в этой непростой истории.

На одной стороне медали расположена надпись «Первенство России», на другой изображена знаменитая скульптура А.В. Логановского «Юноша, играющий в свайку» и три слова из четверостишия А.С. Пушкина, посвященного этому творению – «строен, легок и могуч».

Целиком это стихотворение выглядит так:

«Юноша, полный красы, напряженья, усилия чуждый,
Строен, легок и могуч, – тешится быстрой игрой!
Вот и товарищ тебе, дискобол! Он достоин, клянуся,
Дружно обнявшись с тобой, после игры отдыхать».

Здесь Пушкин намекает на знаменитую скульптуру Мирона «Дискобол», что вызывает прямые ассоциации с легкой атлетикой. Кто-то считает, раз стихи посвящены свайке, значит, и медаль имеет отношение к этой ныне забытой игре. Напоминаем ее смысл. Итак, это русская народная игра, заключающаяся в попадании свайкой – заостренным железным стержнем с массивной головкой – в кольцо или несколько колец, лежащих на земле. Игра была широко распространена как среди взрослых мужчин, так и среди детей.

В романе Льва Толстого «Война и Мир» во втором томе упоминается игра в свайку: «Вечер разгулялся; около соседней землянки два офицера с юнкером играли в свайку... Ростов присоединился к ним». Из этого отрывка можно понять, что когда-то игра была популярна не только в народе, но и в среде аристократии.

Однако никогда и нигде никаких организованных соревнований по свайке не проводилось (какие тут могут быть первенства России), более того, к началу XX века эта игра практически исчезла в отличие от других народных игр (например, городки).

Таким образом, у нас есть все основания утверждать, что данная медаль имеет прямое отношение к дореволюционным первенствам страны по легкой атлетике – и возможно даже к первому! А слова великого Пушкина «строен, легок и могуч» как нельзя точно описывают атлета, посвятившего жизнь «королеве спорта».

ПОБЕДЫ, РЕКОРДЫ, ЛИДЕРСТВО



Анжелика Сидорова

24 июня в столице Чувашии Чебоксарах во второй раз состоялись Всероссийские соревнования «Мастера прыжков с шестом». Состязания проходили в рамках празднования Дня Республики. В этом году турнир оказался исключительно женским, и в нем приняли участие сильнейшие российские прыгуньи.

В этот день на Красной площади в Чебоксарах собрались многочисленные поклонники одной из самых захватывающих дисциплин легкой атлетики, которые пришли насладиться неповторимой красотой прыжков с шестом и, конечно же, поддержать спортсменов. По уже сложившейся традиции мероприятие посетил Глава Чувашской Республики Михаил Игнатьев, который поздравил жителей и гостей города с

праздником и пожелал спортсменкам ярких побед, внутренней уверенности в себе и силы духа для преодоления новых высот. Также на мероприятии присутствовал министр спорта Чувашии Михаил Богаратов, который принял участие в церемонии награждения победительниц.

Победу на турнире одержала двукратная вице-чемпионка мира, чемпионка Европы Анжелика Сидорова с результатом 4.75 м. Серебряным призером турнира стала Ирина Иванова с новым личным рекордом 4.56 м, который на 1 сантиметр выше ее предыдущего показателя. Кроме того, спортсменка выполнила норматив для участия в чемпионате мира-2019 в Дохе. Бронза соревнований у Ангелины Жук-Красновой – 4.46 м.



Мария Ласицкене

30 июня действующая чемпионка мира и Европы Мария Ласицкене выиграла этап «Бриллиантовой лиги» в Стэнфорде. Результат Марии – 2.04 м. Все высоты, начиная с 1.84 м (1.88, 1.92, 1.95, 1.98,

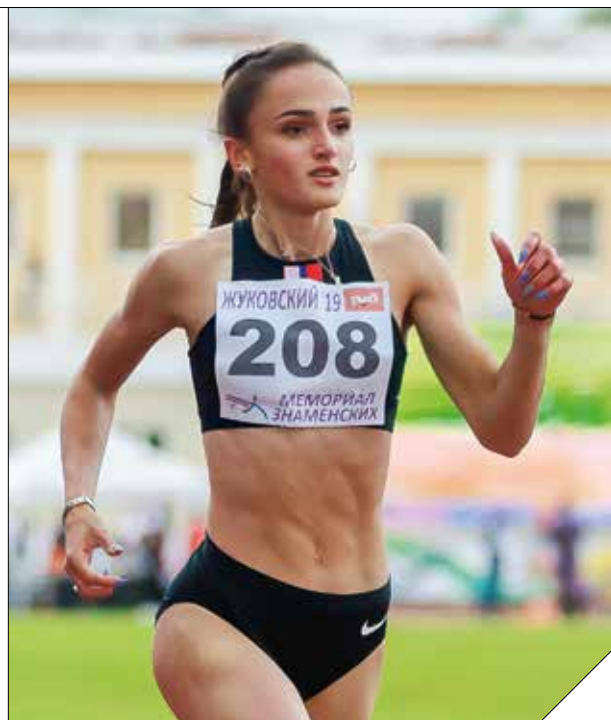
2.00, 2.02, 2.04), Мария брала с первой попытки. На высоте 2.08 три попытки, к сожалению, оказались неудачными. Серебро турнира завоевала американка Вашти Каннингем – 2.00 м. Замкнула тройку призеров, установив личный рекорд, украинка Ярослава Магучих – 2.00 м.

4 июля в швейцарской Лозанне проходил восьмой этап «Бриллиантовой лиги». И вновь очередную победу в прыжке в высоту одержала Мария Ласицкене – 2.02. Как мы знаем, именно здесь два года назад она установила свой личный рекорд – 2.06 (свое высшее достижение она повторила 20 июня этого года в чешской Острове). Выступая в Лозанне уже в ранге победительницы соревнований, она заказала 2.07 и в первой попытке была очень близка к успеху, но пока, к сожалению, преодолеть эту высоту ей не удалось.

Там же в Лозанне Анжелика Сидорова заняла второе место с результатом 4.72 м. Этот вид не входил в зачет «Бриллиантовой лиги» и проводился за день до основного турнира на городской площади. Золото этапа завоевала американка Кейт Нагеотте, обновившая личный рекорд – 4.82 м. Бронзовая награда турнира с прыжком на 4.72 м (SB) у англичанки Холли Брэдшоу.

5 и 6 июля в Жуковском на стадионе «Метеор» состоялись Всероссийские соревнования «Мемориал Знаменских». За медали турнира боролись 350 легкоатлетов со всей России. Соревнования запомнились красочной церемонией открытия с зажигательными барабанщиками, антидопинговой викториной «Outreach» от РУСАДА, розыгрышем призов лотереи ВФЛА. Но самое главное – наши спортсмены вновь порадовали всех борьбой за метры и секунды и, как следствие, высокими результатами, за которые Всероссийская федерация легкой атлетики установила дополнительные призовые.

В беге на 400 м 18-летняя Полина Миллер показала лучший результат европейского сезона среди юниоров до 20 лет – 51.59 сек, выполнив тем самым норматив



Полина Миллер



Михаил Акименко

для участия в чемпионате мира. Отметим и серебро Антонины Кривошапки (51.64), это тоже норматив в Доху. В метании молота Денис Лукьянов, который уже в феврале отправлял снаряд на 78.97 м, выиграл с результатом 78.30 м, выполнив норматив для участия в Олимпиаде–2020 в Токио. Невероятное время на 800 м показал Константин Холмогоров – 1:45.66, так быстро в России два круга давно никто не бегал. В метании копья Дмитрий Тарабин также показал отличный результат, он не просто отправил снаряд за 85 м, точнее на отметку 85.25 м, но и выполнил сразу два норматива – на ЧМ и ОИ. Практически без конкуренции, в одиночку, в секторе прыжка в высоту творил чудеса Михаил Акименко, прыгнув выше всех в мире в этом сезоне и установив личный рекорд. Его новая покоренная вершина – 2.32 м. В беге на 1500 м не было равных Александре Гуляевой, которая выполнила норматив для участия в чемпионате мира в Дохе. Результат Александры – 4:05.72. В секторе для тройного прыжка тоже не обошлось без выполненного норматива для участия в ЧМ. Так, Дмитрий Сорокин улетел за 17 м, его результат – 17.02 м. (позже на ЧР-2019 он выполнит олимпийский норматив).

По итогам двух дней соревнований ВФЛА определила обладателей восьми лучших

результатов соревнований, пересчитанных по таблице ИААФ (на 5 июля 2019 года). Ими стали: Михаил Акименко – прыжок в высоту (1197 очков, 2.32 м), Дмитрий Тарабин – метание копья (1176 очков, 85.25 м), Дарья Нидбайкина – тройной прыжок (1172 очка, 14.53 м), Денис Лукьянов – метание молота (1168 очков, 78.30 м), Дмитрий Сорокин – тройной прыжок (1167 очков, 17.02 м), Александра Гуляева – 1500 м (1160, 4:05.72), Елена Соколова – прыжок в длину (1158 очков, 6.73 м), Константин Холмогоров – 800 м (1153 очка, 1:45.66).

Все эти спортсмены будут поощрены дополнительными выплатами.

9 июля Илья Иванюк одержал победу в венгерском городе Секешфехервар на Мемориале Иштвана Гюляя – бывшего генерального секретаря Международной ассоциации легкоатлетических федераций. В секторе для прыжков в высоту Иванюк побил личный рекорд на 2 см, выполнил сразу два норматива (на ЧМ и ОИ) и стал лидером мирового сезона. И все это благодаря взятию высоты 2.33 м. Серебряный призер летних Олимпийских игр 2012 года в прыжке в длину Елена

Соколова на этих же соревнованиях одержала уверенную победу, показав свой лучший результат сезона (6.81 м).

12 июля на этапе «Бриллиантовой лиги» в Монако в секторе прыжка в высоту вновь не было равных Марии Ласицкене, которая в третий раз подряд выигрывает этап в Монако. На этот раз она победила с результатом 2 метра ровно. Серебро турнира завоевала болгарка Мирела Демирева – 1.94 м. Замкнула тройку призеров австралийка Никола Макдермотт, также справившаяся с высотой 1.94 м, но уступившая болгарке по попыткам.

С 11 по 14 июля в шведском портовом городке Евле, расположенном на берегу Ботнического залива, прошел главный континентальный турнир для легкоатлетов, чей возраст не превышает 23 лет. В соревнованиях приняли участие 14 российских спортсменов. Всего наши легкоатлеты завоевали на этом первенстве четыре медали – две золотые и две бронзовые.

Первую золотую медаль в Швеции выиграла метательница молота 21-летняя Софья Палкина. Спортсменка победила более чем уверенно и подтвердила



Софья Палкина

свое лидерство европейского сезона, показав лучший результат – 71.08 м в третьей попытке. Второе золото завоевал Василий Мизинов в ходьбе на 20 км. Победа Мизинова получилась особенно впечатляющей благодаря финишу. На последних метрах дистанции наш атлет обошел турецкого ходока Салиха Коркмаза, который в итоге установил национальный рекорд – 1:21:32. Время Василия – 1:21:29.

Бронзовой медалисткой турнира стала Яна Смердова. Спортсменка была третьей в спортивной ходьбе на 20 км с результатом 1:35:58. Золото в этой дисциплине завоевала турецкая спортсменка Айше Текдал – 1:34:47, серебро досталось Ольге Нидзялек из Польши – 1:35.54.

Прыгунья с шестом Елизавета Бондаренко выиграла бронзовую награду первенства Европы U23 в очень непростых погодных условиях. И, как оказалось, с травмой, о которой она не рассказывала в микст-зоне после квалификации. Третье место Елизавете принес прыжок на 4.35 м. Эту высоту наша спортсменка взяла со второй попытки. На 4.20 м Лиза заставила понервничать и всю нашу команду, и тренера (Владимира Геннадьевича Бондаренко, он же папа – прим. автора), и маму, которая тоже присутствовала на стадионе и болела за дочь. 4.20 м Лиза взяла с третьей попытки. После бронзовых 4.35 м, она штурмовала 4.45 м, но, к сожалению, все три попытки на этой высоте были неудачными. Золото этого турнира в прыжке с шестом завоевала опытная Ангелика Мозер из Швейцарии, победившая с результатом 4.56 м, и это лучший результат европейского рейтинга сезона U23. Второе место заняла чешка Амали Швабикова, опередившая Елизавету только по попыткам (4.35 м).

Континентальное первенство для легкоатлетов до 20 лет в этом году принимал шведский город Бурос. Соревнования прошли с 18 по 21 июля на Ryavallen Athletic Stadium. Всего в соревнованиях приняли участие 1114 атлетов (представляющих 48 федераций – членов ЕА), среди них 26 российских легкоатлетов, которые выступали в Швеции в нейтральном статусе. Наши легкоатлеты завоевали 4 медали (2 золота,



Аксана Гатауллина

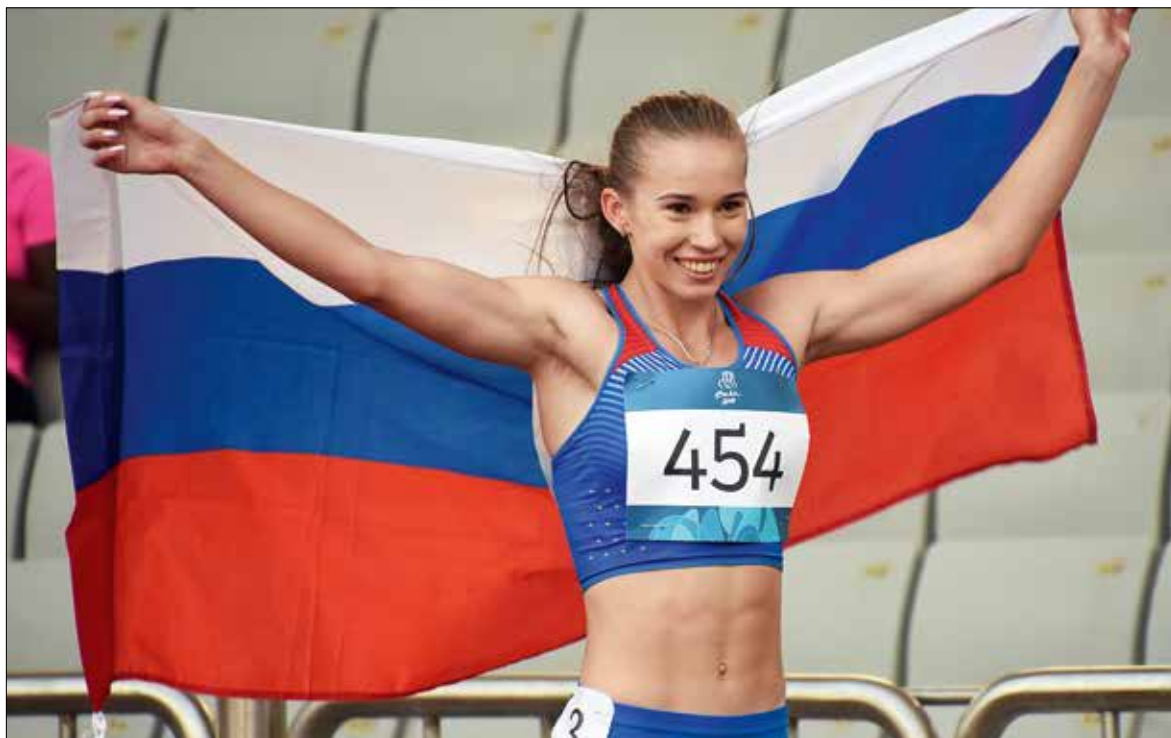
серебро и бронза), для них эти награды – первые на официальном турнире международного уровня.

Полина Миллер ехала в Швецию лидером европейского сезона U20, уже имея опыт выступления на международных стартах. Для нее было важным доказать, что сегодня в этой возрастной группе ей нет равных. И она сделала это великолепно, выиграв финал бега на 400 метров с

результатом 51.72 сек. Вторую золотую медаль для команды завоевала прыгунья с шестом Аксана Гатауллина. Спортсменка была на голову выше соперниц по финалу, преодолев планку на высоте 4.36 м, тогда как обладатели серебра и бронзы показали результат 4.16 м.

В третий день первенства Европы U20 наши высотницы устроили настоящую феерию, завоевав серебряную и бронзовую награды. Серебро Аделины Халиковой – явно с золотым отливом. Спортсменка дважды за вечер побила личный рекорд, последовательно взяв 1.87 и 1.90 м. Серебряную медаль Аделине принес прыжок на 1.90 м (с третьей попытки). Наталья Спиридонова завоевала бронзу, с третьей попытки взяв 1.87 м. Золото европейского первенства уехало на Украину вместе с Ярославой Магучих, которая победила с результатом 1.92 м.

20 июля на десятом этапе «Бриллиантовой лиги» в Лондоне вновь своих болельщиков порадовала Анжелика Сидорова. Она в упорной борьбе, как и подобает на соревнованиях такого уровня, одержала победу, взяв высоту 4.75 м. Такой же результат и у олимпийской чемпионки Екатерины Стефаниди (Греция), но она проиграла россиянке по попыткам и заняла в итоге второе место. Третье место у британки Холли Брэдшоу – 4.65.



Олеся Солдатова

С 21 по 27 июля в Баку прошел XV Европейский юношеский Олимпийский фестиваль, в котором приняли участие 11 российских легкоатлетов, выступавших в столице Азербайджана под национальным флагом нашей страны. Российские спортсмены победили в общекомандном зачете. 5 медалей из 66, завоеванных нашими спортсменами, принесли в копилку национальной сборной представители «королевы спорта».



Аделина Халикова

Олеся Солдатова завоевала золотую медаль фестиваля в беге на 400 метров. Результат нашей бегуньи – 53.57 сек. Золотой почин Олеся подхватила метательница диска Виолетта Игнатьева. Спортсменка в лучшей попытке отправила диск на 55.37 м, установив рекорд этого турнира. В секторе для прыжка в высоту чемпионкой стала серебряная медалистка первенства Европы U20 Аделина Халикова. Победу нашей легкоатлетке принес прыжок на 1.84 м, и уже в ранге победительницы она преодолела планку на высоте 1.86 м.

Толкатель ядра Семен Бородаев смог завоевать серебро турнира и показать в Баку свой лучший результат сезона – 18.83 м. Золотую медаль в этой дисциплине выиграл представитель Турции Мухамет Рамадани с результатом 19.75 м.

Нашему прыгуну тройным Владиславу Александрину всего 7 см не хватило до золота, наш спортсмен завоевал серебряную награду фестиваля, показав в пятой попытке свой лучший результат в сезоне – 15.38 м. Чемпионом с результатом 15.45 стал киприот Григорис Николау.

Отметим и то, что представители легкой атлетики отличились не только на дорожках и в секторах Республиканского стадиона имени Тофика Бахрамова, но и на официальных церемониях фестиваля. По решению Олимпийского комитета России Виолетта Игнатьева была знаменосцем на церемонии открытия соревнований. Аделина Халикова пронесла флаг нашей страны на церемонии закрытия фестиваля.

На одиннадцатом этапе «Бриллиантовой лиги», который состоялся 18 августа в английском Бирмингеме, Илья Иванюк занял второе место в прыжке в высоту. Спортсмен со второй попытки взял начальную высоту 2.19 м, с первой попытки (единственный из всех участников) справился со следующей – 2.23 м. Высота 2.26, к сожалению, в этот раз не покорилась. Выиграл этап австралиец Брендон Старк, с третьей попытки покоривший высоту 2.30 (SB).



Виолетта Игнатьева

АНАЛИЗ ТЕХНИКИ БЕГА на 110 м с БАРЬЕРАМИ СЕРГЕЯ ШУБЕНКОВА

Октай Мирзоев

доцент, кандидат педагогических наук

Сергей Клевцов

заслуженный тренер России



Бег на 110 м с барьерами физиологи относят к зоне максимальной мощности, и он имеет в большей степени анаэробно-гликолитическую направленность. Спортсмен может полностью проявить свои скоростные способности (первая половина дистанции) и продемонстрировать уровень специальной выносливости (вторая часть дистанции) на фоне сохранения эффективного технического мастерства.

На фоне утомления, признаки которого начинают проявляться уже после завершения 5^{го} барьерного цикла (50,28 м дистанции), техника бега более всего подвержена изменениям.

Данные изменения, например, связаны с нарушением преодоления барьеров (касания или сбивания), что, несомненно, оказывает отрицательное воздействие на конечный результат. Поэтому ведущими факторами в подготовке высококвалифицированных бегунов, специализирующихся в беге на 110 м с/б, следует считать специальную выносливость и техническое мастерство.

За счет совершенствования техники выполнения упражнения существенно снижаются энергозатраты, это происходит благодаря тому, что в работу вовлекаются лишь необходимые мышечные волокна.

В беге на 110 м с/б лучшие барьеристы мира затрачивают на выполнение соревновательного упражнения 13,00 и менее секунд. Их средняя скорость бега по дистанции составляет от 8,46 м/с и выше, у рекордсмена мира Арьеса Мерритта – 8,59.

Анализ пробегания отдельных участков дистанции, элементов техники и в целом всего соревновательного упражнения, дает возможность обоснованно вносить коррективы в технику бега, осуществлять для этого подбор эффективных упражнений в тренировочном процессе.

Для удобства анализа технического мастерства Сергея Шубенкова в беге на 110 м с/б вся дистанция условно нами была поделена на следующие участки (отрезки):

- старт – 1^й барьер (13,72 м);
- старт – 4^й барьерный цикл (41,14 м);
- 5^й – 7^й барьерный цикл (27,42 м);
- 8^й – 10^й барьерный цикл (27,42 м).
- 10^й барьер – финиш (14,02 м).

В качестве примера для сравнительного анализа были использованы собственные данные, полученные по итогам выступлений Сергея Шубенкова на чемпионатах мира (2013, 2015 и 2017 гг.) и Европы (2012 и 2018 гг.). В частности, исследованию подверглись результаты финальных забегов указанных соревнований. Акцент был сделан на общее время пробегания барьерных циклов, время пробегания каждого барьерного цикла в отдельности, где фиксировалось время фазы полета спортсмена над барьером и высчитывалось чистое время преодоления межбарьерного «коридора» (бег между барьерами) спортсменом, количество беговых шагов от стартовой линии до 1^{го} барьера и др.

Следует учесть, что под барьерным циклом нами подразумевается промежуток от момента «схода» с одного барьера (постановка «атакующей» ноги на дорожку) – до момента завершения преодоления следующего барьера – касания «атакующей» ноги дорожки.

После принятия окончательного решения о завершении выступлений Сергеем Шубенковым в зимнем соревновательном периоде (по итогам 2014 г.), требовались определенные изменения в подготовке. Кроме того, планировалось внести коррективы и в технику. Один из ключевых

моментов был связан с изменением ритма бега на отрезке «старт – 1^й барьер», то есть речь шла о пересмотре количества беговых шагов до момента преодоления первого препятствия.

Касаясь изменения количества шагов на участке «старт – 1^й барьер», необходимо отметить следующее.

Если в настоящее время наибольшее количество высококвалифицированных зарубежных барьеристов придерживаются семишагового ритма, то в прошлом веке, особенно в 50-80-е годы, крайне редко пользовались таким подходом. Например, все финалисты чемпионата мира 1987 года делали восемь шагов до первого барьера.

А на чемпионате мира 2017 года шесть из восьми финалистов указанный участок дистанции пробежали за семь шагов, а два барьериста – за восемь. Победитель соревнований Омар Маклауд (13,04) выполнил 8 шагов, а призеры Сергей Шубенков (13,14) и Балаш Баджи (13,28) – 7.

И пять сильнейших бегунов за всю историю бега на 110 м с/б, показавшие свои результаты с 2006 по 2012 год, использовали семь шагов: Арьес Мерритт (США) – 12,80, Дайрон Роблес (Куба) – 12,87, Лю Сян (КНР) – 12,88, Дэвид Оливер (США) – 12,89 и Доминик Арнольд (США) – 12,90. К этому следует добавить, что Мерритт первоначально бегал в восемь шагов.

Что касается российских барьеристов, к примеру, участников финального забега чемпионата России 2018 г., то трое из восьми легкоатлетов преодолели отрезок за 8 шагов, в том числе и победитель соревнований, тогда как остальные – за 7.

Участок «старт – 1^й барьер»

(до момента отталкивания для проведения «атаки» барьера). Старт в барьерном беге имеет большое значение для достижения высокого результата. Очень часто на соревнованиях барьеристов одного уровня подготовленности ритм, заданный с первого барьера, может уже определить победителя. При хорошо взятом старте повышается возможность быстро пробежать первый барьер, сконцентрировать внимание на ритме бега между барьерами с последующим пробеганием других барьерных циклов, минимизировать потери в момент преодоления препятствий и др.

Происходили какие-либо изменения у Шубенкова на конкретном участке дистанции до и после смены ритма?

До 2014 г. Сергей использовал восемь шагов до первого барьера. Затем тренер Сергей Клевцов принял принципиальное решение о переходе на семь шагов. По мнению тренера спортсмена, необходимость таких изменений назревала давно. Посредством такой смены ритма удалось улучшить преодоление барьеров, начиная с первого из них (здесь значение заданного ритма велико). До этого часто не удавалось пробегать дистанцию без сбитых или задетых барьеров, а порой приходилось заканчивать бег, как это планировалось до соревнования. Несмотря на минимальные сроки (весенний подготовительный период) новый вариант был успешно освоен. Тренер спортсмена использовал свое понимание, создав собственную модель для решения изменения ритмовой структуры.

Если при беге в восемь шагов, при установлении колодок на старте, левая нога, упирающаяся в колодку, располагалась ближе к стартовой линии, то при беге в семь шагов расположение ног на стартовой позиции изменилось – впереди на колодке была правая нога. Несмотря на это, толчковая нога при преодолении барьеров оставалась неизменной (левая).

Если обратить внимание на данные, приведенные в таблице 1, то наглядно видно, что при использовании 8-шагового ритма количество беговых шагов на первых 10 метрах составляло – семь, тогда как после перехода на ритм бега в 7 шагов, этот отрезок преодолевался от 6,00 до 6,63 шага. Это подтверждается и данными, полученными при исследовании отрезка от старта до места отталкивания для преодоления первого препятствия. Отсюда следует, что переход с одного ритма на другой последовал путем увеличения длины бегового шага при сохранении толчковой (левой) ноги.

Таблица 1

Кинематические характеристики технического мастерства С. Шубенкова на отрезке «старт - 1^й барьер» на различных международных соревнованиях

Занятое место на соревнованиях	Наименование соревнования. Спортивный результат (год и город проведения). Финальный забег	Показатели. Результаты					
		количество беговых шагов на отрезке «старт - 1 ^й барьер»	количество / длина беговых шагов на отрезке 0-10 м	расстояние от места отталкивания до 1 ^й барьера	расстояние от стартовой линии до места отталкивания	длина бегового шага на отрезке «старт - место отталкивания»	частота беговых шагов на отрезке «старт - место отталкивания»
3	Чемпионат мира, 13,24 с (2013 г., Москва)	8	7,00 / 1,428 м	2,34 м	11,38 м	1,422 м	3,391 ш/с
1	Чемпионат Европы, 13,16 с (2012 г., Хельсинки)	8	7,00 / 1,428 м	2,27 м	11,45 м	1,431 м	3,572 ш/с
1	Чемпионат Европы, 13,24 с (2018 г., Берлин)	7	6,63 / 1,508 м	2,11 м	11,61 м	1,658 м	3,044 ш/с
2	Чемпионат мира, 13,14 с (2017 г., Лондон)	7	6,23 / 1,605 м	2,16 м	11,56 м	1,651 м	3,182 ш/с
1	Чемпионат мира, 12,98 с (2015 г., Пекин)	7	6,58 / 1,519 м	1,93 м	11,79 м	1,684 м	3,004 ш/с
1	Международные соревнования, 12,92 с (2018 г., Секешфехервар)	7	6,23 / 1,605 м	1,63 м	12,09 м	1,727 м	--

По мере роста спортивного результата, после перехода на семь шагов, длина бегового шага на изучаемом участке дистанции постепенно увеличивалась на фоне вариативного «поведения» частоты шагов. Так, если при результате 13,24 длина шага от старта и до места завершения седьмого шага составила 1,658 м, то уже при установлении нового рекорда страны – 12,92 она достигла 1,727 м. То есть, по

мере роста результативности спортсмен сокращал расстояние до первого препятствия, для начала проведения необходимых «атакующих» действий.

Для решения поставленной цели был увеличен объем скоростно-силовых средств. Отдельные упражнения пришлось переориентировать и перераспределить на общеподготовительном и специально-

подготовительном этапах весеннего цикла подготовки.

Преобразование, которые были проведены за короткий срок на участке «старт – стартовый разгон», позволили спортсмену и тренеру практически решить вопрос о «чистом» преодолении барьеров по дистанции, то есть уже без задетых или сбитых препятствий.

Относительно представленных данных по временным характеристикам техники бега сравнение времени пробегания

участка, в целом, не показало каких-либо специфических изменений.

В трех случаях из пяти принципиальных различий не отмечается. Что касается результатов, показанных в 2018 и 2013 гг., то в одном случае влияние на время оказала стартовая реакция, а в другом – погрешность в технике, допущенная в процессе преодоления барьера. Постепенно стабилизируется непосредственное время преодоления первого барьера, исходя из данных за 2015 и 2017 гг. (табл. 2).

Таблица 2

Временные характеристики технического мастерства бега на 110 м с барьерами Сергея Шубенкова на чемпионатах мира и Европы (О. М. Мирзоев, 2013-2018)

Барьерные циклы. Показатели соревновательной деятельности		Результаты соревновательной деятельности. Финальный забег				
		28.08.2015 г., чемпионат мира 7 ^а дорожка, ветер: + 0,1 м/с	07.08.2017 г., чемпионат мира, 2 ^а дорожка, ветер: 0 м/с	31.06.2012 г., чемпионат Европы, 4 ^а дорожка, ветер: + 0,5 м/с	10.08.2018 г., чемпионат Европы, 5 ^а дорожка, ветер: 0 м/с	12.08.2013 г., чемпионат мира, 5 ^а дорожка, ветер: + 0,3 м/с
Стартовая реакция		0,139 с	0,132 с	0,154 с	0,204 с	0,154 с
1	Общее время	2,56	2,54	2,55	2,66	2,62 (задел – «а»)
	Время межбарьерного цикла	2,33	2,20	2,24	2,30	2,36
	Время фазы полета	0,33	0,34	0,31	0,36	0,36
	Место – в момент «атаки»	5	4	4	6	7
	Место – за барьером	5	4	3	8	8
2	Общее время	3,61	3,58	3,61	3,67	3,63
	Время барьерного цикла	1,05	1,04	1,06	1,01	1,01
	Время межбарьерного цикла	0,73	0,71	0,72	0,63	0,65
	Время фазы полета	0,32	0,33	0,34	0,38	0,36
	Место – в момент «атаки»	4	4	4	7	7-8
	Место – за барьером	5	4	3	6	8
3	Общее время	4,60	4,60	4,62	4,69	4,63 (задел – «т»)
	Время барьерного цикла	0,99	1,02	1,01	1,02	1,00
	Время межбарьерного цикла	0,69	0,69	0,70	0,68	0,68
	Время фазы полета	0,31	0,33	0,31	0,34	0,32
	Место – в момент «атаки»	4	4	3-4	3	6-7
	Место – за барьером	5	4	2	4	7
4	Общее время	5,59	5,60	5,64	5,70	5,63 (задел – «тз»)
	Время барьерного цикла	0,99	1,00	1,00	1,01	1,00
	Время межбарьерного цикла	0,67	0,67	0,70	0,66	0,68
	Время фазы полета	0,32	0,33	0,30	0,35	0,32
	Место – в момент «атаки»	4-5	3-4	2	3	6
	Место – за барьером	3	2	2	6	6
5	Общее время	6,57	6,60	6,64 (сбил тазом)	6,71	6,65 (задел – «а»)
	Время барьерного цикла	0,97	1,00	1,00	1,01	1,02
	Время межбарьерного цикла	0,66	0,68	0,70	0,68	0,69
	Время фазы полета	0,31	0,32	0,30	0,33	0,33
	Место – в момент «атаки»	1-2	2-3	2	3	5-6
	Место – за барьером	1-2	3	2	4	6
6	Общее время	7,57	7,60 (задел – «т»)	7,67	7,73	7,66
	Время барьерного цикла	1,00	1,00	1,03	1,02	1,01
	Время межбарьерного цикла	0,68	0,67	0,70	0,67	0,70
	Время фазы полета	0,32	0,33	0,33	0,35	0,31
	Место – в момент «атаки»	1	2	1	2	6
	Место – за барьером	1	2	1	2	6

7	Общее время	8,57	8,60	8,68	8,73	8,66 (задел – «т»)
	Время барьерного цикла	1,00	1,00	1,01	1,00	1,00
	Время межбарьерного цикла	0,69	0,68	0,69	0,66	0,67
	Время фазы полета	0,31	0,32	0,32	0,34	0,33
	Место – в момент «атаки»	1	2	1	2	6
	Место – за барьером	1	1	2	2	6
8	Общее время	9,57	9,63	9,71	9,75	9,68
	Время барьерного цикла	1,00	1,03	1,03	1,02	1,02
	Время межбарьерного цикла	0,66	0,67	0,70	0,68	0,71
	Время фазы полета	0,34	0,36	0,33	0,34	0,31
	Место – в момент «атаки»	1	2	1	2	6
	Место – за барьером	1	2	2	2	6
9	Общее время	10,60	10,66	10,74	10,78	10,68 (задел – «т»)
	Время барьерного цикла	1,03	1,03	1,03	1,03	1,00
	Время межбарьерного цикла	0,68	0,69	0,71	0,67	0,68
	Время фазы полета	0,35	0,34	0,32	0,36	0,32
	Место – в момент «атаки»	1	2	1	1	6
	Место – за барьером	1	2	1-2	2	6
10	Общее время	11,64	11,70	11,76	11,85 (задел тазом)	11,74 (задел – «а»)
	Время барьерного цикла	1,04	1,04	1,02	1,07	1,06
	Время межбарьерного цикла	0,71	0,69	0,70	0,67	0,73
	Время фазы полета	0,33	0,35	0,32	0,34	0,33
	Место – в момент «атаки»	1	2	1	1	5
	Место – за барьером	1	2	1	2	5
Ф	Результат (место)	12,98 с (1)	13,14 с (2)	13,16 с (1)	13,17 с (13,165) (2)	13,24 с (3)
	Время: 10й б. ц. - финиш	1,34	1,44	1,40	1,32	1,50
	Количество шагов	6,00	5,75	5,70	5,72	5,72
	☒ старт – 5 ^й барьерный цикл	6,57 с	6,60 с	6,64 с	6,71 с	6,65 с
	6 ^й барьерный цикл – финиш	6,41 с	6,54 с	6,52 с	6,46 с	6,59 с
	разница между циклами	-0,16 с	-0,06 с	-0,12 с	-0,25 с	-0,06 с

Примечание к таблице 2. Время (с) барьерных циклов фиксировалось в момент касания стопой «атакующей» ноги опоры (дорожки), при «сходе» с барьера. Первая строка – общее время (с) пробегания барьерных циклов (в скобках: какой частью туловища сбит или задет барьер). Вторая – время (с) пробегания каждого барьерного цикла. В столбце «Ф» – финиш – время бега от момента касания стопой «атакующей» ноги опоры (дорожки), после схода с 10го барьера и до финишной линии. Третья – время (с), потраченное на преодоление межбарьерного цикла, т. е. бег между барьерами. В столбце «Ф» – финиш, количество шагов от момента касания стопой «атакующей» ноги опоры (дорожки), после схода с 10го барьера и до финишной линии. Четвертая – время (с) фазы полета над барьером. В столбце «Ф» – финиш – занятое спортсменом место в забеге. Пятая – (в столбце «1» – четвертая строка) – место, занимаемое спортсменом в момент «атаки» барьера (фиксировался момент отрыва стопы толчковой ноги от опоры для начала преодоления препятствия). Шестая строка – (в столбце «1» – пятая строка) место, занимаемое спортсменом после преодоления каждого барьерного цикла в момент касания стопой «атакующей» ноги опоры за препятствием, по сравнению с другими барьеристами, участвующими в забеге. «а» – «атакующая» нога, «т» – толчковая нога.

Участок «старт – 4^й барьерный цикл»
(завершение преодоления 4^{го} препятствия).
Исходя из вышеизложенного, на данном участке дистанции фактически завершаются резервы спортсмена, связанные с проявлением скоростных способностей.

Сергей Шубенков затрачивал на преодоление этого отрезка, исходя из представленных данных в таблице 2, от 5,70 до 5,59. Время пробегания межбарьерного расстояния стабилизируется и составляет в пределах 1,00. Это может говорить о том, что к 4^{му} барьеру техника приобретает стабильный характер, что в свою очередь, позволяет поддерживать высокую скорость бега. Стоит отметить «чистое» преодоление препятствий на четырех исследуемых соревнованиях.

Участок «5^й – 7^й барьерный цикл».

Необходимость дальнейшего повышения и удержания скорости бега и на этом фоне поддержание техники преодоления барьера на третьем рассматриваемом нами участке дистанции приобретает особое значение. Отклонения в технике у спортсмена наблюдались на чемпионате мира 2013 г. На чемпионатах мира 2015 и 2017 гг. время преодоления барьеров и межбарьерного расстояния практически держится на одном уровне. Позиция спортсмена (место), занимаемая на этом отрезке бега, становилась определяющей на финише.

Участок «8^й – 10^й барьерный цикл».

Несмотря на утомление, проявляющееся по мере приближения к финишу, время непосредственного преодоления препятствий и бега между барьерами

стабилизируется, а нарушения в технике, кроме соревнований на чемпионате мира в Москве, не определены. Среднее время пробегания барьерных циклов находится в пределах от 1,02 до 1,03 с, такое же минимальное различие между результатами наблюдается и во временных значениях, полученных отдельно при беге между барьерами и преодолением барьеров.

Участок «10^я барьер – финиш». Среднее время бега на заключительном отрезке составляет $1,39 \pm 0,08$ с при выполнении

$5,77 \pm 0,13$ беговых шагов (без учета данных, полученных при демонстрации результата 12,92 с). Длина пробегаемого участка с момента постановки стопы правой ноги за препятствие и до финишной линии колеблется от 12,16 до 12,41 м ($12,33 \pm 0,11$ м). Столь значимых различий в изучаемом показателе нет. Ритмовая структура заключительных шагов остается фактически без изменений. Вариативность длины и частоты беговых шагов зависит от точки (места) постановки стопы на дорожку и времени бега после преодоления 10^{го} барьера (табл. 3).

Таблица 3

Кинематические характеристики техники бега С. Шубенкова на отрезке «сход с 10^{го} барьера – финиш» на различных международных соревнованиях

Занятое место на соревнованиях	Наименование соревнования. Спортивный результат (год и город проведения). Финальный забег	Показатели. Результаты					
		расстояние от места постановки стопы и до финиша (м)	количество беговых шагов на отрезке	время бега на отрезке (сек)	скорость бега на отрезке (м/с)	длина беговых шагов на отрезке (м)	частота беговых шагов на отрезке (ш/с)
3	Чемпионат мира, 13,24 с (2013 г., Москва)	12,40	5,72	1,50	8,266	2,167	3,814
1	Чемпионат Европы, 13,16 с (2012 г., Хельсинки)	12,39	5,70	1,36	9,110	2,173	4,192
1	Чемпионат Европы, 13,24 с (2018 г., Берлин)	12,16	5,72	1,32	9,212	2,125	4,335
2	Чемпионат мира, 13,14 с (2017 г., Лондон)	12,41	5,70	1,44	8,558	2,177	3,931
1	Чемпионат мира, 12,98 с (2015 г., Пекин)	12,27	6,00	1,34	9,156	2,045	4,477
1	Международные соревнования, 12,92 с (2018 г., Секешфехервар)	12,26	5,77	–	–	2,124	–

Примечание к таблице 3. Все представленные показатели фиксировались и подсчитывались от момента касания стопой маховой ноги дорожки после схода с 10^{го} барьера и до финишной линии.

Если на чемпионате мира в Москве Сергей Шубенков, после «схода» с 10^{го} барьера находился на пятой позиции, а на финишном отрезке приложил максимальные усилия к завоеванию бронзовой награды, то в остальных случаях свое место на пьедестале он обеспечивал уже благодаря бегу по дистанции (см. табл. 2).

Наряду с техническими аспектами, определяющими спортивный результат барьериста, большую роль играют, как

отмечалось ранее, скоростные способности и специальная выносливость.

Общеизвестно, что во время интенсивного бега максимальная скорость движения достигается к 5-6-ой секунде. Основная роль в энергообеспечении кратковременных упражнений максимальной мощности отводится креатинфосфату. В беге на 110 м с/б на 5-6-ой секунде спортсмен находится на четвертом барьере, а его скорость достигает в среднем 7,27 – 7,40 м/с.

Как показал корреляционный анализ, зависимость времени бега, полученного на этом отрезке, на итоговый результат составила 0,68 (при $P \geq 0,05$; при проведении корреляционного анализа наряду с данными указанными в таблице 2, были использованы собственные результаты по анализу соревновательной деятельности по итогам выступлений и на других стартах спортсмена при исполнении семишагового ритма).

При пробегании второй половины дистанции влияние фактора специальной выносливости значительно возрастает. Удержание скорости бега или ее повышение и создание предпосылок для стабилизации технического мастерства зависит от вышеназванного физического качества. На основании коэффициента корреляции можно говорить о вкладе специальной выносливости в общую успешность в достижении высокого

результата у Шубенкова как на отрезке «5^й – 7^й барьерный цикл», так и на участке «8^й – 10^й барьерный цикл», который составил 0,88 (при $P \leq 0,05$). Из чего следует, что время пробегания на двух исследуемых отрезках дистанции имеет высокую взаимосвязь со спортивным результатом. Если на участке дистанции «5^й – 7^й барьерный цикл» скорость продолжает расти и в среднем достигает 9,00-9,20 м/с, то на следующем наблюдается ее понижение в среднем до 8,80-8,90 м/с или на 2,23-3,26%.

Наряду с этими данными, была выявлена высокая взаимосвязь между средним временем преодоления барьеров с результативностью спортсмена – 0,88 (при $P \leq 0,05$). Стоит остановиться и на отдельных фазах техники, к примеру, с моментом, связанным с проведением «атакующих действий» и преодолением барьера Сергеем Шубенковым (рис. 1).

Рис. 1. Положение спортсмена над барьером. Фаза полета.



Движение рук. В процессе преодоления барьера руки продолжают выполнять естественные движения, за которыми мы привыкли наблюдать в процессе гладкого бега. Руки двигаются попеременно, согнутые в локтевом суставе, в пределах 90 градусов. В таком положении они

находятся и в момент преодоления барьера, только при этом левая – ведущая рука (у Шубенкова) описывает «эллипсообразное движение», тогда как правая («атакующая») нога проводит присущие ей необходимые действия над барьером. В таком положении не

следует тянуть, по убеждению тренера, левую руку вперед к маховой ноге, чтобы она находилась в вытянутом состоянии. Подобное часто встречается в технике бега барьеристов. Если говорить о правой руке спортсмена, то на наш взгляд, ей необходимо осуществлять «помощь» спортсмену при «сходе» с барьера. Подобно левой руке, ей присущи естественные движения как при гладком беге. К тому же она выполняет еще и функции по удержанию равновесия, сохраняя баланс туловища, в момент полета над барьером и «схода» с него.

Поведение туловища. По всей вероятности все обращают внимание на положение туловища спортсмена, находящегося над барьером. Однако следует отметить, что в момент отталкивания от опоры в начале «атакующих» действий верхняя часть туловища сохраняется в небольшом наклоне вперед, как это принято в беге. Нет необходимости в этот момент больше чем положено наклонять туловище ближе к бедру, то есть осуществлять группировку. Эти действия выполняются уже после отталкивания – в момент начала полета. Так называемое «складывание» проводится одновременно с началом необходимых действий, проводимых левой рукой. Левая рука выступает в качестве ведущего в этом звене технических действий. Благодаря вышеуказанным моментам в технике, спортсмен занимает необходимое Т-образное положение (проекция плеч по отношению к линии позвоночника) над барьером (см. рис. 1).

Момент опоры при «сходе» с барьера.

В момент опоры маховая, а затем и толчковая ноги опускаются только на переднюю часть стопы, при этом пятка не касается опоры и последующие отталкивания, для выполнения межбарьерных шагов, следуют из указанного положения стопы. В момент опускания правой («атакующей») ноги за барьер, левая (толчковая) нога постепенно подтягивается ближе к груди, а точнее к подмышечной ямке (рис. 2).

Вот уже на протяжении длительного времени тренер Шубенков постоянно ведет поиск, направленный на совершенствование техники выполнения целостного соревновательного упражнения.

Рис. 2. Положение спортсмена над барьером. Фаза движения толчковой (правой) ноги для преодоления препятствия.



Основа этого процесса заключается в постоянстве отдельных деталей в технике. К примеру, кроме смены ритма на стартовом участке барьерной дистанции, пришлось пересмотреть технологию бега между барьерами. Упор был сделан на упражнениях, позволяющих повысить частоту беговых шагов. Для этого на тренировках полностью был исключен бег, где расстояние между барьерами составляло, как на соревнованиях, 9,14 м. Взамен этому использовался бег на укороченных отрезках, а также гладкий бег по отметкам, расположенных на определенном расстоянии друг от друга. Все это способствовало повышению частоты беговых шагов, необходимого для эффективного бега между барьерами. Кроме того, вносились коррективы в технику, в частности, в положения отдельных частей тела в процессе полета над барьером и после «схода» с него. Итогом всей этой кропотливой работы являются высокие спортивные результаты и яркие победы.

Наш журнал продолжает публикацию материалов, посвященных региональным федерациям легкой атлетики. Как мы знаем, от их деятельности во многом зависит общая картина развития отечественной «королевы спорта», ее успехи и достижения на всероссийском и мировом уровне сегодня и в будущем.

В этом номере мы расскажем о Федерации легкой атлетики Краснодарского края. На сегодняшний день Кубань является одним из центров развития этого вида спорта: здесь создана современная инфраструктура, работают талантливые тренеры, постоянно появляются новые спортивные звезды, радующие нас своими победами и рекордами.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В КРАСНОДАРСКОМ КРАЕ.

ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

Свое начало на Кубани легкая атлетика берет в далеком 1912 году. Тогда в Екатеринодаре энтузиастами и любителями спорта был создан первый в крае спортивный кружок «Ахиллес», в котором занимались бегом, прыжками, борьбой, футболом и гимнастикой. Его председателем стал Яков Аракелов. 1 сентября 1912 года был принят устав кружка, в котором на тот момент состояло всего 16 членов. С этого момента начинается история легкой атлетики на Кубани. Толчком к развитию отечественного спорта и кубанской легкой атлетики в частности послужило участие сборной команды России на V Олимпийских играх в Стокгольме, которые проходили в том же году.

Знаменательно, что зарождение легкой атлетики на Кубани практически совпадает с созданием международной федерации этого вида спорта (17 июля 1912 г.), получившей вскоре официальное название – Международная любительская легкоатлетическая федерация (ИААФ).

После Октябрьской революции начинается стремительное развитие массового спорта. Знаковым событием в спортивной жизни края становится торжественное открытие 1 августа 1932 года в Краснодаре (Екатеринодаре) стадиона «Динамо». Во время Великой Отечественной войны этот стадион будет разрушен и полностью восстановлен в 1947 году. В дальнейшем он станет одним из главных мест проведения

спортивно-массовых мероприятий, а также различных соревнований – как городского, так и всесоюзного масштаба.

В послевоенные годы остро стал вопрос о дефиците спортивных кадров. Поэтому важнейшим событием, повлиявшим на развитие легкой атлетики на Кубани, стало открытие в 1948 году факультета физического воспитания при Краснодарском государственном педагогическом институте имени 15-летия ВЛКСМ (ныне это Кубанский государственный университет).

К зиме 1953 года в Краснодаре уже активно функционировали различные спортивные общества. А в 1960 году был открыт стадион «Кубань», который на сегодняшний день является основной тренировочной и соревновательной ареной всего Краснодарского края. В 1961 году открылась одна из сильнейших спортивных школ того времени – ДЮСШ 2 Краснодарского ГорОНО по легкой атлетике (первый директор – А.С. Михович).

В 1960-е годы краевая легкая атлетика стремительно развивалась и набирала обороты. Кубанские спортсмены входили в топ лучших легкоатлетов Советского Союза! Это же, конечно, легендарная

Людмила Брагина, а также Иван Шопша, Евгений Борисенко, Дмитрий Шапшин, Николай Герасимов и многие другие.

Хочется заострить внимание на великой спортсменке Людмиле Ивановне Брагиной. На сегодняшний день заслуженный мастер спорта СССР, олимпийская чемпионка 1972 года, установившая на Олимпиаде в Мюнхене три мировых рекорда в беге на 1500м (в забеге, полуфинале и финале), является председателем краевого совета ветеранов спорта, заслуженным работником физической культуры и спорта, а также почетным гражданином Кубани. С 1977 г. под эгидой ФСО «Динамо» традиционно проходят всероссийские соревнования по бегу на призы Людмилы Брагиной, и в настоящее время это – один из самых популярных турниров с участием лучших бегунов России. Всего же за спортивную карьеру Людмилы Брагиной было установлено 7 мировых рекордов!

В 1970-80-х годах легкая атлетика Кубани набирала обороты, и местные легкоатлеты достойно представляли свой край и свою страну на отечественных и зарубежных спортивных аренах. Среди них такие известные спортсмены, как Михаил Барибан, Нина Дербина (Маргулина) и многие другие.



Стадион «Динамо» (1963г.)



Людмила Брагина с юными спортсменками

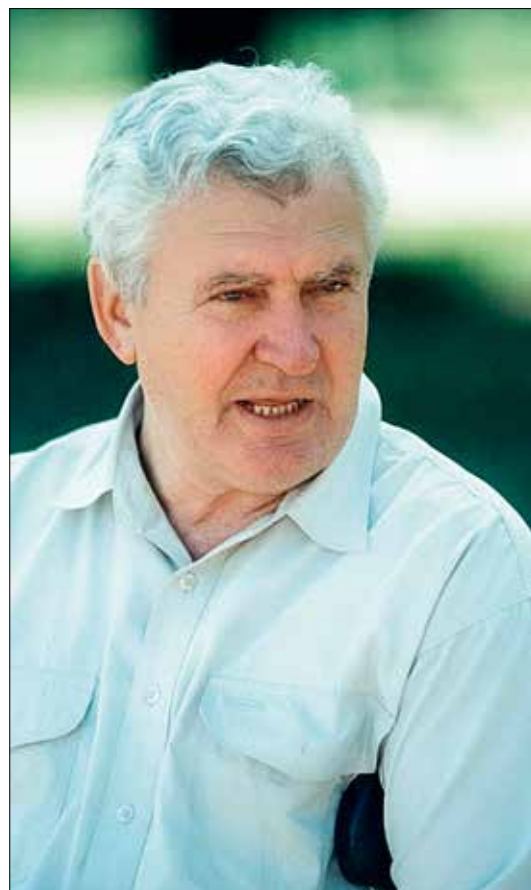
С 24 июля по 1 августа 1980 года в Москве проходили XXII летние Олимпийские игры. Два представителя Кубани были приглашены отстаивать честь страны на беговых дорожках Олимпийского стадиона им. В.И. Ленина в Лужниках. Евгений Евсюков (тренировался под руководством Г.С. Солодова) остался в шаге от пьедестала в спортивной ходьбе на 20 км., заняв в итоге 4-е место с результатом 1:26:28.3.

Людмила Зенина-Чернова стала олимпийской чемпионкой в эстафетном беге 4x400м. Готовилась она под руководством заслуженного тренера СССР Анатолия Никитина. Под его руководством также тренировались и выступали: именитая легкоатлетка Татьяна Сторожева (Гарбуз) – чемпионка СССР (1977 г.), экс-рекордсменка мира (1977 г.); Екатерина Фесенко-Грунь – чемпионка мира в беге на 400м с/б (1983 г.), победительница Всемирной Универсиады-1983; Галина Гопченко (Береславская) – бронзовый призер зимнего чемпионата Европы 1976 года. И многие-многие другие достойные спортсмены прошлого и современности. Анатолий Михайлович является одним из самых именитых тренеров кубанской легкой атлетики. В настоящий момент он продолжает передавать свой опыт и знания молодому поколению, тренируя юных спортсменов в ГБУ КК «ЦОП по легкой атлетике».

Целая плеяда тренеров представляли и продолжают представлять кубанскую легкую атлетику на спортивных аренах

страны. Хочется выразить огромную благодарность за профессиональный труд и высокие достижения заслуженным тренерам СССР Виктору Казанцеву, Евгению Мартианову, Анатолию Никитину, Николаю Нарожиленко, а также заслуженным тренерам России Петру Валькову, Петру Безъязычному, Валерию Карапетову, Александру Сеницыну, Игорю Пасечному, Марии Поддубновой, Вячеславу Султанову, Сергею Чернову, Николаю Кривошапову, Сергею Грипичу, Анне Рябухиной, Галине Абакумовой.

Нельзя не назвать тренеров, которые на протяжении многих лет работают с резервом, передают талантливых юных спортсменов на новый уровень. Это заслуженные работники физической культуры и спорта Валерия Кудрявцева, Тамара Горбунова, Нина Смолева, Анатолий Коваленко, Игорь Наймит, отличник народного просвещения России Наталья Кондратенко, и это не полный список тренеров, посвятивших свою жизнь подготовке легкоатлетического резерва Кубани. Подавляющее большинство из них сегодня являются тренерами ГБУ КК «ЦОП по легкой атлетике».

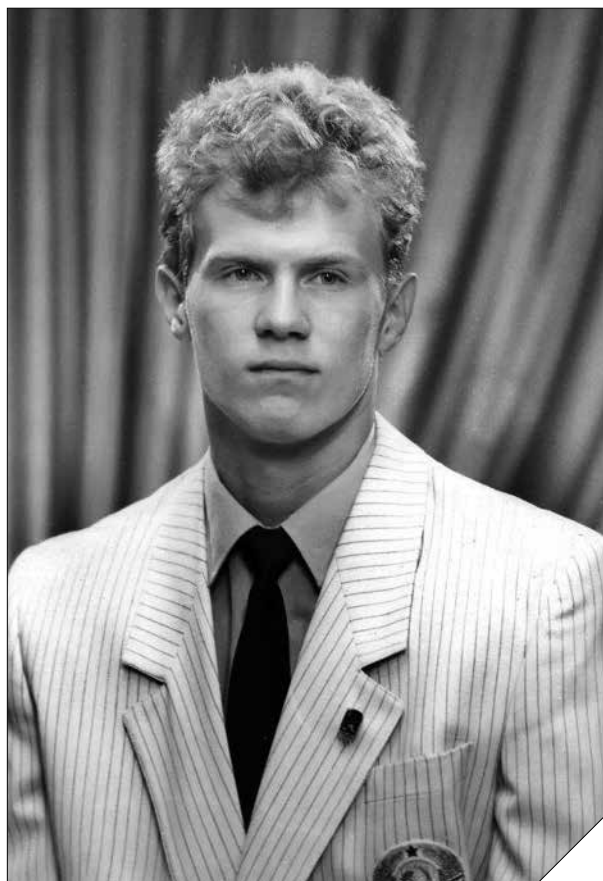


Заслуженный тренер России Петр Безъязычный

В 1991 году Советский Союз прекратил свое существование, поэтому с 1993 года Российскую Федерацию (как и другие бывшие советские республики) на различных международных турнирах представляют национальные команды. Необходимо отметить, что представительство кубанских спортсменов в составе сборных команд России во всех возрастных группах было и остается значительным.

В 1998 году в Краснодаре была открыта краевая СДЮШОР «Юность России» по легкой атлетике, которую возглавила заслуженный мастер спорта СССР, олимпийская чемпионка Людмила Чернова. К тому моменту она уже много лет отработала тренером по легкой атлетике вместе со своим мужем, ныне заслуженным тренером России Сергеем Черновым. В 2006 году «Юность России» прекратила свое существование. Однако в том же году «королева спорта» продолжила свое развитие благодаря созданию новой краевой СДЮШОР по легкой атлетике. Директором спортивной школы стала МСМК по легкой атлетике Мария Максименко. На сегодняшний день это учреждение носит название «Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр олимпийской подготовки по легкой атлетике» (руководитель – мастер спорта Виктория Юрина) и занимается развитием юношеского спорта. Что же касается взрослых, перспективных и уже состоявшихся спортсменов – все они работают в ГБУ КК «Региональный Центр спортивной подготовки по легкой атлетике» (директор Леонид Волошин). В настоящее время этот центр – важная структура краевой легкой атлетики.

С 2006 года кубанский спорт возглавляла Людмила Чернова, занимавшая первоначально должность начальника департамента физической культуры и спорта, позже – министра спорта Краснодарского края. За время ее работы на посту краевого руководителя были построены около 35 тренировочных легкоатлетических стадионов в различных муниципальных образованиях региона. На данных объектах было уложено профессиональное покрытие, а также закуплено спортивное оборудование для полноценных занятий легкой



Заслуженный мастер спорта СССР
Леонид Волошин (1980-е гг.)

атлетикой. Все это позволило сохранить легкоатлетические традиции и привлечь еще больше людей на Кубани к занятиям этим видом спорта, а также сформировать новые тренерские кадры.

Что же касается Федерации легкой атлетики Краснодарского края (ФЛАКК), то в разные годы ее руководителями были: Артем Агаев (с 1948 по 1966 г.), Юрий Колотовкин (с 1966 по 1984 г.), Геннадий Губарь (с 1984 по 1987 г.), Леонид Шульгатый (с 1988 по 1992 г.). В 1992 г. на краевой конференции тренеров руководителем региональной федерации легкой атлетики избирается Петр Феоктистович Безъязычный. С 1988 по 1992 г. он был государственным тренером спорткомитета СССР по Краснодарскому краю. С 2002 г. Петр Безъязычный занимал должность руководителя ШВСМ, далее ГБУ КК «Центра спортивной подготовки по легкой атлетике».

Важным направлением в работе федерации является ветеранское спортивное движение, которое возглавляет заслуженный работник физической культуры и спорта Кубани, мастер спорта СССР Валерия Кудрявцева.

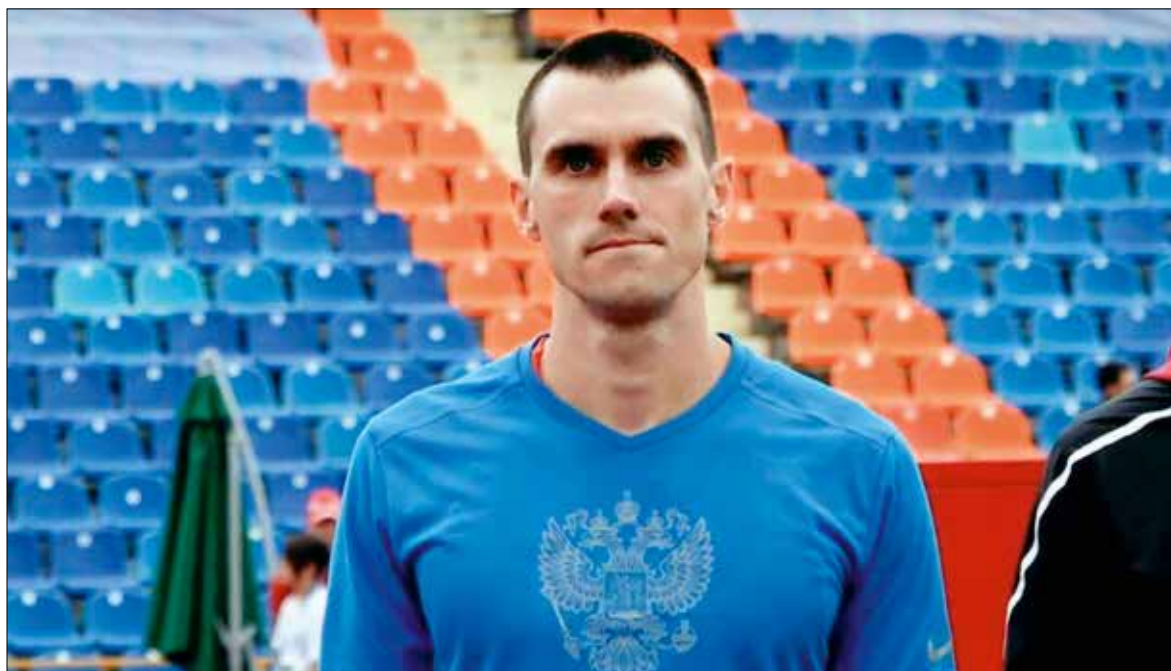
Валерия Александровна на протяжении многих лет осуществляет большую работу по объединению ветеранов спорта, организует для них спортивные мероприятия и праздники, ведет учет результатов – и это далеко не полный перечень добрых дел, которыми она занимается. Кроме того, начиная с 1960 года и по сегодняшний день, она работает тренером по легкой атлетике!

Одним из важнейших звеньев в работе ФЛАКК всегда было и есть судейское направление. Краснодарский край имеет одну из самых многочисленных судейских коллегий страны. На сегодняшний день в ней насчитывается 350 судей всероссийской и первой судейской категории. Судьи Краснодарского края провели огромное количество соревнований – от городского до всероссийского уровня, а также принимали участие в самых крупных международных турнирах. Одними из самых известных спортивных арбитров Краснодарского края являются судья международной категории Наталья Георгиевна Шубина, а также судьи всероссийской категории Анатолий Никитин, Мария Максименко, Нина Смолева, Тамара Горбунова, Артем Азизьян, Сергей Грипич, Александр Сеницын и многие другие квалифицированные специалисты.

Краснодарская легкая атлетика славится не только своими выдающимися взрослыми

спортсменами, но и совсем юными, только начинающими свой спортивный путь. В настоящее время легкая атлетика является одним из самых массовых видов спорта на Кубани – в каждом краевом первенстве в командных и личных состязаниях, начиная от младших юношей, соревнуются от 500 до 700 участников из 34 муниципальных образований. Это и есть наш резерв, наша перспектива, наше будущее! Поэтому организация и проведение детских и юношеских соревнований по легкой атлетике рассматриваются как важнейшее направление работы федерации, которое требует серьезного внимания, большого количества квалифицированных судей и современного материально-технического оснащения. Необходимым условием массовости в легкой атлетике являются и молодые тренерские кадры, которые, перенимая опыт старших товарищей, с энтузиазмом продолжают работу по воспитанию новых чемпионов.

Под руководством Петра Безъязычного легкую атлетику Кубани представляли многие яркие спортсмены. Среди них: заслуженные мастера спорта Леонид Волошин (тройной прыжок), Инга Буткус-Бабакова (прыжки в высоту), Наталья Шиколенко (метание копья), Элина Зверева (метание диска), Татьяна Котова (прыжки в длину), Татьяна Чернова (семиборье), Мария Абакумова (метание копья), Евгений Лукьяненко (прыжки с шестом), Александр Грипич (прыжки с



Серебряный призер Олимпийских игр 2008 года Евгений Лукьяненко

шестом); мастера спорта международного класса и мастера спорта Светлана Дробязко (семиборье), Елена Чичерова (прыжки в длину, семиборье), Дмитрий Шевченко (метание диска), Дина Корицкая (семиборье), Ирина Мушаилова (тройной прыжок, прыжки в длину), Юрий Наумкин (прыжки в длину), Любовь Кремлева (3000 м), Лариса Баранова (метание молота), Ольга Сухомазова (семиборье), Дмитрий Сухомазов (десятиборье), Ольга Кузекмаева (эстафетный бег 4x100 м, 100 м., 200 м), Максим Адамович (800м), Павел Фоменко (прыжки в высоту),

Анна Богданова (семиборье), Евгений Третьяк (прыжки в длину), Александр Волков (100 м), Юлия Кацура (100 и 200 м), Михаил Левин (метание молота), Виктория Гурова (тройной прыжок), Дмитрий Плотников (прыжки в длину), Николай Тищенко (десятиборье), Алексей Пушкарев (100м), Дмитрий Бобков (прыжки в длину), Екатерина Малышева (прыжки в длину, семиборье), Анна Гурова (100 м) и многие другие. В период с 1968 по 2012 г. в Олимпийских играх приняли участие 15 легкоатлетов Краснодарского края.

ВПЕРЕД В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ!

Виталий Смирнов

главный тренер сборной Краснодарского края по легкой атлетике



Что касается меня, то я переехал из Узбекистана в Краснодар в 2012 году. Вся свою спортивную жизнь я занимался

десятиборьем. Так, в 2003 году в Маниле я стал чемпионом Азии (победа была одержана с личным рекордом – 8021, на тот момент это был лучший результат за всю историю данных соревнований). Являюсь также неоднократным призером международных соревнований серии Гран-при, участником трех летних чемпионатов мира в Хельсинки, Париже, Осаке, участником Олимпийских игр в Афинах (2004 г.) и Пекине (2008 г.). Далее я продолжил работу в качестве старшего тренера по прыжкам сборной команды Узбекистана по легкой атлетике. Мною были подготовлены: Валерия Канатова (тройной прыжок) – бронзовый призер чемпионата мира среди юношей (2009 г.); Юлия Тарасова (длина, семиборье) – чемпионка Азиатских игр (2010 г.), победительница Континентального кубка ИААФ (Сплит 2010 г.); Рифат Артыков (десятиборье) – участник Олимпийских игр в Лондоне (2012 г.).

И вот в 2012 году министр спорта Краснодарского края Людмила Чернова предложила мне занять место руководителя краевой СДЮСШОР по легкой атлетике. Я пришел в легкую

атлетику Кубани, которая была богата своими традициями и насчитывала великое множество известных спортсменов и тренеров. Предстояла большая и ответственная работа. Федерация легкой атлетики Краснодарского края всегда была на слуху в нашей стране. Мне же хотелось продолжить начинания предшественников, а также воплотить в жизнь новые идеи и четко сформулировать пути достижения желаемых результатов. Хотелось реализовать массу идей в юношеском и юниорском спорте, так как учреждение, в которое я пришел работать, максимально охватывало детско-юношескую легкую атлетику края. Было также желание активно поддержать взрослых профессиональных спортсменов и их тренеров. Всех нас объединяла любовь к «королеве спорта».

И теперь предстоял новый этап в работе, который не только продолжил бы славные спортивные традиции, но и приумножил бы их, шагая вперед в ногу со временем. Хотелось масштабности, новых достижений и побед. Одной из основных наших задач стал командный соревновательный результат во всех возрастных категориях на первенствах и чемпионатах страны, кубках и спартакиадах. Зародилась дерзкая мечта, цель – победить в командных состязаниях на летней

Спартакиаде учащихся России. На Кубани эта спартакиада с момента ее возрождения сразу же приобрела статус одного из важнейших спортивных событий – быть победителем и призером этого турнира стало престижно и почетно! Большая личностная мотивация спортсменов и тренеров, коллективный, командный дух проникли во все уголки Краснодарского края, объединили всю нашу большую спортивную семью!

Мы активно занялись организационной, аналитической и спортивной деятельностью. Работа с резервом всегда интересна и перспективна. Насколько могли подпитывали и стимулировали интерес юных спортсменов и их наставников к этому мероприятию. При этом первенства и чемпионаты России так же, как и во все времена, оставались главными стартами в сезоне. К сожалению, речь о международных соревнованиях практически не шла, за исключением единичных возможностей, в связи со сложившейся трудной ситуацией в данном виде спорта у нас в стране. Мы постарались максимально систематизировать тренировочный процесс команды и организовать командные тренировочные сборы в течение всего календарного года, а также разработать график выступлений на промежуточных



стартах и этапах Спартакиады учащихся России. Медицинское обеспечение, контроль за динамикой результатов претендентов на попадание в спортивную сборную команду края для участия в спартакиадах и первенствах страны стали приоритетными направлениями в нашей работе. Немаловажным фактором является материальная поддержка: экипировка, заработная плата тренеров и спортсменов.

Результат командной борьбы на Спартакиаде-2013 был промежуточным, так как мы со своей командой единомышленников только начали работу и реально смотрели в будущее и готовились к Спартакиаде-2015 в Саранске, где заняли только пятое место! Наша команда была сильной, мы были уверены в успехе и в реальности призового места. Но увы! Соперники оказались очень сильными и достойными. Нас обошли команды Москвы, Московской и Челябинской областей, а также Санкт-Петербурга. И это был ключевой, переломный момент, когда пришло понимание того, что было сделано правильно, а где были допущены ошибки. Проанализировав ситуацию, мы сделали необходимые выводы и решили вывести нашу команду к следующей VIII Спартакиаде учащихся в 2017 году на новый рубеж – выиграть командное золото! С еще большим энтузиазмом и спортивной злостью, жадной реванша мы принялись за целенаправленную подготовку.

В 2016 году президентом ФЛАКК был избран Иван Артеменко. Я занял должность главного тренера сборной Краснодарского края по легкой атлетике, а также начал активно помогать ему в краевой федерации. Вместе мы продолжили работать над реализацией поставленных задач, тем более, что Иван Петрович оказывал и продолжает оказывать всяческое содействие и помощь нашему виду спорта. В основе работы наших краевых учреждений ГБУ КК «РЦСП по легкой атлетике» и ГБУ КК «ЦОП по легкой атлетике», а также региональной федерации лежит тесное сотрудничество со старшими тренерами нашей сборной по всем возрастным группам, которые отслеживают работу тренеров с их подопечными, решают текущие вопросы, владеют подробной информацией о каждом тренере и спортсмене, выезжают с командой на сборы и соревнования.



Президент ФЛАКК Иван Артеменко

Это позволяет нам решать те или иные вопросы достаточно быстро и максимально объективно.

Хочу отметить, что за последние пять лет порядка 80 кубанских спортсменов регулярно входят в состав сборных России по легкой атлетике. В состав сборной команды Краснодарского края входят: ЗМС – 6 чел., МСМК – 10 чел., МС – 63 чел., КМС – 25 чел. Спортсмены вместе со своими наставниками готовятся к соревнованиям на тренировочном стадионе КСК, а также на стадионе «Кубань». Это две основные спортивные арены Краснодара. В крае же в настоящее время легкой атлетикой занимаются 14 410 учащихся, трудятся около 400 тренеров. Благодаря многолетней весомой поддержке губернатора Краснодарского края, а также краевого министерства спорта, многое стало возможным, многое стало реальным. Наш регион с гордостью может констатировать наличие огромного числа спортивных объектов, стадионов и спортивных площадок. Современная материально-техническая база, целенаправленная подготовка команды и многое другое – все это имеет место быть вследствие профессионального подхода к нашим проблемам со стороны Министерства спорта Краснодарского края. На Кубани вообще существует культ спорта! Многие годы руководство края выделяет достойные средства на спорт и на легкую атлетику в частности.



Легкоатлетический манеж «Олимпиец» в Славянске-на-Кубани

Без государственной поддержки наше развитие, наше движение вперед, наши победы были бы невозможны! В течение года наша сборная команда регулярно выезжает на тренировочные сборы в Кисловодск, Ялту, Майкоп. Зимний сезон проходит в легкоатлетическом манеже «Олимпиец» в Славянске-на-Кубани. От всей нашей команды хочется выразить глубокую благодарность главе Славянского района Роману Синяговскому и начальнику управления по физической культуре и спорту администрации муниципального образования Славянского района Александру Прищепе за гостеприимство, за прекрасные условия для подготовки кубанских спортсменов в любое время года, за поддержку и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятий. В течение нескольких лет манеж города Славянска-на-Кубани радушно принимал спортсменов со всего края. На арене «Олимпийца» регулярно проводятся краевые состязания, а также традиционные соревнования «Кубок губернатора Краснодарского края». В этом году мы впервые провели всероссийские соревнования среди юношей и девушек среднего и старшего возраста по нестандартным правилам, что вызвало большой интерес у юных атлетов. Соревнования прошли успешно, и мы надеемся, что они станут традиционными.

В Краснодаре есть легкоатлетический манеж, который принадлежит Кубанскому государственному университету физической культуры, спорта и туризма. В этом году закончилась его реконструкция, поэтому надеемся, что в следующий зимний сезон мы все-таки будем тренироваться дома.

Продолжу рассказ о реализации наших целей. Так вот, к 2017 году мы подошли максимально настроенными на победу. Финалу Спартакиады учащихся России предшествовало еще одно знаковое соревнование – первенство страны среди юношей и девушек, которое проходило в Челябинске. Состав нашей команды был максимально близок к полному составу спартакиадной команды. И в упорнейшей командной борьбе мы обыграли всех главных соперников – сборные Москвы, Санкт-Петербурга и Московской области! Это говорило о том, что мы готовы осуществить свою заветную мечту. В тесном сотрудничестве руководства легкой атлетики Краснодарского края, нашей краевой федерации, а также спортивного руководства и Федерации легкой атлетики Республики Адыгея было принято решение взять на себя работу по организации и проведению финального этапа летней Спартакиады учащихся России. Это очень сложное и ответственное

мероприятие в плане организации. Судейская коллегия Краснодарского края приняла самое активное участие в этом мероприятии на адыгейской земле. И мы справились! Проходили соревнования на прекрасном легкоатлетическом стадионе «Дружба». При поддержке главы Республики Адыгея Мурата Кумпилова и под патронажем Комитета Республики Адыгея по физической культуре и спорту (председатель Мурат Дагужиев) мероприятие было проведено на достойном уровне! Хозяева соревнований подготовили красочную церемонию открытия соревнований. Прекрасные условия для состязаний, отличная материально-техническая база стадиона, объективное и профессиональное судейство, а также солнечная погода – все это способствовало тому, что результаты были высокими, а победы яркими. Не могу не отметить триумфальную победу с рекордом России в шведской эстафете, которую одержала сборная эстафетная команда Краснодарского края. Наши девушки показали очень высокий результат 2.06.86! Вот имена победительниц: Анастасия Малышева, Полина Миллер, Дженнифер Акиниймика, Олеся Солдатова. Итак, цели были достигнуты. Команда Краснодарского края одержала безоговорочную победу в командном зачете. Это был настоящий праздник кубанского спорта! Первый раз в истории современной легкой атлетики кто-то обыграл сборную команду Москвы в командном зачете. Наша победа была настолько желанной и выстраданной, что казалась единственно возможным результатом в этой борьбе, хотя жизнь и спорт коварны, и может случиться всякое, но не в этот раз. С нами был Бог – и все получилось! Далее пришло понимание, что надо двигаться дальше, надо продолжать начатое и не уронить столь высокую планку на других не менее значимых соревнованиях.

Одним словом, 2017-2019 годы принесли нам много ярких индивидуальных и командных побед, множество призовых мест на первенствах и чемпионатах страны. Мы уверенно закрепили свои позиции среди лидеров команд суперлиги наряду с Москвой и Московской областью, достойно соперничаем также с командой Санкт-Петербурга. В этой напряженной спортивной борьбе рождаются достойные

результаты, новые имена и рекорды. Летний сезон этого года отмечен успехами на международных турнирах, на которые наши спортсмены наконец-то получили допуск. Полина Миллер победила на первенстве Европы среди юниоров в шведском Буресе в беге на 400 м с результатом 51.72. На XV Европейском юношеском Олимпийском фестивале в Баку Олеся Солдатова завоевала золото в беге на 400 м с результатом 53.57 (тренер Елена Коротаева), а Виолетта Игнатьева не только победила в секторе для метания диска, но и установила новый рекорд этого турнира с результатом 55,37 м (тренирует спортсменку ее отец Олег Игнатьев).

Кульминацией российского летнего сезона стал юбилейный, 100-й по счету чемпионат страны по легкой атлетике в Чебоксарах. Прекрасно организованное зрелищное мероприятие, которое подарили нам хозяева города, было богато на высокие результаты и яркие спортивные имена. Команда Краснодарского края заняла третье общекомандное место. Среди наших побед хочется выделить золото Артема Примака (прыжки в длину) и Дмитрия Сорокина (тройной прыжок). Хотелось бы также отметить нашего толкателя ядра Александра Лесного, который



Дженнифер Акиниймика и Олеся Солдатова



Бронзовый призер чемпионата мира 2013 года
Дмитрий Тарабин

готовится под руководством Александра Сеницына – блестящего профессионала, воспитавшего многих достойных метателей современности. Кстати, на этом чемпионате еще один его ученик Борис Бездольный стал бронзовым призером в метании копья. Также завоевали золото Дмитрий Тарабин (метание копья), Константин Плохотников (3000 м с/п), эстафетная команда 4x100 м в составе Дмитрия Хомутова, Дмитрия Лопина, Руслана Перестюка, Евгения Плохого. Ребята подарили нам яркие победные эмоции! Среди призеров отличную спортивную волю к победе продемонстрировали Даниил Цыплаков (прыжки в высоту), Алексей Сокирский (метание молота), Наталья Погребняк (бег на 100 м и 200 м), Полина Лукьяненко (прыжки в длину), Вячеслав Шаламов (10 000 м). От всех, кто причастен к легкой атлетике края, хочется поблагодарить наших взрослых спортсменов за достойное выступление и высокие результаты! Для меня, как для главного тренера, очень важны эти достижения, они говорят о том, что мы двигаемся в верном направлении. И не только в юношеском и юниорском спорте. Под нашим пристальным вниманием находится и взрослая сборная. Как и по всей стране, взрослые спортсмены в нашем регионе, находятся в затруднительном положении, так как по

большому счету международная арена для них недоступна. И они, конечно же, вместе со своими наставниками нуждаются в особом внимании и поддержке. А время не стоит на месте – нужно продолжать развиваться и показывать результаты. Вообще, работа с основным составом сборной команды Краснодарского края – очень сложный и тонкий момент в нашей общей работе. И я думаю, все согласятся с тем, что мы очень стараемся поддерживать нашу взрослую команду, чтобы легкоатлеты не потеряли мотивацию, желание дальше тренироваться и выступать. Для этого мы не жалеем ни сил, ни средств, ни внимания.

После юбилейного чемпионата страны там же в Чебоксарах в начале августа соревновались участники IX летней Спартакиады учащихся России. Наша команда только что вернулась с этого мероприятия и привезла командное серебро, что для нас сродни золоту, так как мы уступили лишь очень сильной команде Москвы. Героями-победителями этой спартакиады стали: Ярослав Кутковой (прыжок в высоту), Никита Насонов (метание копья), Полина Миллер (100 м, 200 м и эстафетный бег), Солдатов Олеся (400 м и эстафетный бег), Александр Урицкий (3000 м с/п), Виолетта Игнатьева (метание диска), Елена Лысенко (толкание ядра). А самым приятным моментом стал новый рекорд России в шведской эстафете в исполнении наших девушек – 2:06.38! На беговой дорожке блистали Анастасия Малышева, Полина Миллер, Анастасия Воинова, Олеся Солдатов.

На сегодня кубанская легкая атлетика – очень яркая, достойная, у нее четкие и хорошие перспективы. Наши молодые спортсмены, приезжая на соревнования, с гордостью говорят: «Мы из команды Краснодарского края!» Разве это не показатель успеха?! Наш энергичный тренерский состав на любых соревнованиях всегда на трибунах, всегда с флагом! У нас есть единая форма, в которой наши спортсмены поднимаются на пьедестал почета. Единый командный дух делает нас из года в год увереннее, помогает стабильно выступать. Конечно, не могу не сказать о спортсменах, которые переехали жить и тренироваться в Краснодарский край, кто-то поменял место жительства целыми семьями, кто-то просто имеет с нами параллельный



Полина Миллер

зачет и максимально тесно сотрудничает. Например, Сергей Шубенков. Он выступает за нас с 2014 года. Для нас честь участвовать в процессе подготовки звезды мирового барьерного бега – насколько это возможно и допустимо. А вот заслуженный тренер России Александр Викторович Цыплаков переехал к нам с целым отрядом звезд. Его воспитанники: Екатерина Конева с мужем Сергеем Полянским, сын Цыплакова Даниил, Артем Примак, Дмитрий Сорокин с женой Натальей Погребняк – это, бесспорно, большое подспорье для команды нашего края, и мы рады, что все эти спортсмены во главе с Александром Викторовичем теперь вместе с нами делают общее дело. Полина Миллер со своей наставницей Надеждой Клевцовой – ярчайшие представители легкой атлетики нашего края. Мы участвуем в их подготовке с 2016 года и очень рады, что имеем непосредственное отношение к этим талантливым людям, наблюдаем за их спортивным ростом и растем вместе с ними. Несмотря на то, что родом Полина и ее тренер из Барнаула, мы успешно сотрудничаем, находимся все время на связи и чувствуем себя одной командой! Миграция спортсменов в современном спорте – процесс неизбежный и абсолютно законный. Да, в нашей сборной команде, как и в любом другом регионе, есть так называемые «параллельщики», то есть те, кто приехал учиться или создал семью в Краснодарском крае, но это очень небольшой процент. Со всеми

этим людьми мы имеем тесный контакт, стараемся помогать им в спортивном росте, а не просто пожинать плоды в виде результатов.

Подводя черту, хочу назвать имена, которые определяют настоящее и, как надеюсь, будущее кубанской легкой атлетики: Артем Распутин, Александр Храмов, Александр Урицкий, Юрий Калашников, Виктория Червякова, Анастасия Воинова, Валерия Путилина, Анастасия Еремянц, Анастасия Воинова, Ангелина Литвинова, Никита Насонов, Ярослав Кутковой, Анастасия Малышева, Елена Лысенко, Надежда Андрюхина, уже не раз упомянутые Виолетта Игнатьева и Олеся Солдатова. Сегодня основной состав нашей сборной составляют: Александр Грипич, Екатерина Конева, Артем Лукьяненко, Наталья Погребняк, Сергей Полянский, Анатолий Ряполов, Артем Примак, Дмитрий Сорокин, Алексей Сокирский, Дмитрий Тарабин, Вячеслав Шаламов, Борис Бездольный, Алексей Кислица, Руслан Кислых, Маргарита Корнейчук, Дмитрий Лопин, Дмитрий Хомутов, Евгений Плохой, Полина Лукьяненко, Сергей Панчехин, Руслан Перестюк, Константин Плохотников, Алина Подгорнова, Даниил Цыплаков, Кирилл Коваленко, Александр Лесной, Татьяна Чернова... И это далеко не полный список, многие другие талантливые ребята тренируются и выступают за нашу команду.



Заслуженный мастер спорта России Екатерина Конева

В этом номере журнала мы начинаем новую рубрику, которая расскажет о спортивных музеях страны, в которых представлена экспозиция, посвященная звездам отечественной легкой атлетики. Как известно, современный спортивный музей – это особое информационное пространство, которое включает в себя физические экспонаты и различные аудиовизуальные материалы. В настоящее время помимо традиционных музеев большую популярность набирают виртуальные экспозиции, существующие исключительно в просторах интернета.

МУЗЕЙ СПОРТИВНОЙ СЛАВЫ ЦСКА



Начальник ЦСКА полковник Артем Громов

В июле этого года в Москве прошли праздничные мероприятия, приуроченные к очередному, 39-му по счету Дню рождения Музея спортивной славы Центрального спортивного клуба Армии. Официальная часть праздника стартовала с приветствия начальника ЦСКА полковника Артема Громова. «Музей – это не просто место хранения каких-то реликвий. Это в первую очередь душа организации, потому что здесь пересекаются и прошлые поколения, и действующие. Это наша история, которая останется после нас, и которая будет маяком для будущих поколений атлетов», – сказал начальник ЦСКА. Он подчеркнул, что у армейцев есть славные традиции, связанные с Музеем: именно здесь чествуют новых чемпионов, проводят сборы перед отбытием на крупные международные соревнования, а также церемонии приведения к военной присяге спортсменов ЦСКА: «Именно пропитываясь этим духом, а дух здесь



Подарок от Государственного музея спорта

один – дух Победы, наши команды и спортсмены достойно защищают честь Вооруженных Сил и Российской Федерации на международных аренах». Артем Громов выразил благодарность сотрудникам Музея за трудную и кропотливую ежедневную работу.

Двукратная олимпийская чемпионка по биатлону, заместитель начальника Клуба по военно-политической работе полковник Светлана Ишмуратова познакомила собравшихся с историей Музея, рассказала о всероссийских и городских проектах, в которых он сегодня участвует, таких как «Ночь в Музее» и «Ночь искусств», а также о выездных экспозициях. По ее словам, Музей спортивной славы ЦСКА постепенно превращается в важный образовательный и культурный центр.

На праздничном вечере присутствовали друзья и партнеры Музея. Директор Государственного музея спорта Елена Истягина-Елисеева передала армейцам картину Евгения Уткина «Первая Победа». К поздравлениям также присоединилась заместитель директора Современного музея спорта Наталья Брук, которая преподнесла памятную плакетку и пожелала коллегам новых интересных проектов.

Собрание Музея постоянно пополняется новыми экспонатами. Так, во время торжеств заслуженный мастер спорта СССР, четырехкратная чемпионка мира в личном и командном первенстве по пятиборью Ирина Киселева передала Музею полную коллекцию своих медалей. Спортсменка также напомнила, что ранее экспозиция



ЦСКА воспитал многих известных легкоатлетов



Заслуженный мастер спорта СССР Ирина Киселева

была пополнена ее дневниками. «Надеюсь, что мои дневники, которые я вела с 13 лет, помогут не одному поколению спортсменов и подскажут им верный путь в спорте», – сказала Киселева.

Музей спортивной славы ЦСКА был открыт в 1980 году в преддверии XXII Олимпийских игр в Москве. Долгое время он располагался в офицерском клубе, пока в апреле 2013 года ему не дали другое помещение, которое расположено там же на Ленинградском проспекте в крытом легкоатлетическо-футбольном комплексе (ЛФК). Именно здесь размещены многочисленные экспозиции, регулярно проводятся экскурсии для всех желающих посетить Музей спортивной славы ЦСКА.



В настоящее время в залах Музея представлено более 2500 экспонатов основного фонда. Все они посвящены победам и достижениям армейских спортсменов в различных видах спорта. Как известно, Центральный спортивный клуб Армии всегда был кузницей кадров для национальной и олимпийской сборных СССР и России. Он воспитал и подготовил многих легендарных легкоатлетов. Среди них олимпийские чемпионы разных лет – Нина Пономарева (1952), Владимир Куц (1956), Виктор Цыбуленко (1960), Ромуальд Клим (1964), Янис Лусис (1968), Юрий Седых (1976, 1980), Елена Слесаренко (2004), Ольга Каниськина (2008), Анна Чичерова (2012), а также рекордсмены





Экспозиция, посвященная армейским легкоатлетам

мира Нина Откаленко, Геннадий Агапов, Анатолий Егоров и многие другие.

В экспозиции представлены фотографии и спортивные награды знаменитых армейских легкоатлетов, их личные вещи, предметы экипировки и пр. Если же говорить об общей атмосфере Музея, то в ней незримо присутствует энергетика спортивных побед и рекордов. Несомненно, собрание Музея представляет большой интерес для всех, кто интересуется спортом и легкой атлетикой в частности.

Адрес музея: Москва, Ленинградский проспект, д.39, строение 1.

Как добраться: станция метро «Аэропорт», выход к Спорткомплексу ЦСКА, троллейбус № 12, 70 (до остановки «Спортивный комплекс ЦСКА»), а также пешком от метро «ЦСКА».

Режим работы: ежедневно с 10.00-17.00, суббота, воскресенье – выходные дни.

Телефон: +7 (495) 613-25-43.

E-mail: museum@cska.ru или delo@cska.ru



Коллективная фотография на память

ЖУКОВСКИЙ ДАРИТ ВЕТЕРАНАМ ЭКСТРИМ

Юрий Чирков

Председатель Комиссии ветеранов ВФЛА



Вообще-то ветеранский спорт по своей сути является экстремальным занятием. Человеку далекому от спорта никогда не понять, зачем москвич Борис Носков, перешагнувший 80-летний рубеж, атакует в прыжке с шестом рекордную планку на отметке 2 м 50 см, а спортсменка из затерявшегося в Пермском крае городка Кунгура Тамара Федотова в возрасте 78 лет продолжает выходить на старт марафонской дистанции, приближая их счет к сотне... Или что заставляет обладательницу всех высших титулов в мировом ветеранского спорта Галину Коваленскую, несмотря на 83 года и проблемы со здоровьем, снова и снова выходить в сектор для метания...

Реализовать свои возможности спортсмен может только за счет максимального напряжением всех физических, моральных и духовных сил. Вот почему достижение рекордных высот является для организма сильнейшей экстремальной нагрузкой. Но, видимо, королеве спорта этого драйва мало и она нередко подбрасывает легкоатлетам еще одно испытание – преодолеть капризы разыгравшейся природной стихии. Соревноваться в таких условиях некомфортно, а порой небезопасно для здоровья. Но такова природа спорта – именно в сложнейшей обстановке проявляется и закаляется характер спортсмена, его способность выстоять и победить.

Четвертый день в центральной полосе России, потемневшее небо источало монотонный холодный дождь. Температура воздуха медленно, но неуклонно снижалась. Метеорологи не ошиблись в прогнозах – 29 июня – в день проведения Кубка России – провал температуры достиг своего дна. В утренние часы она опустилась ниже 10 градусов...

Вполне понятно волнение организаторов – затянувшееся ненастье ставило под вопрос проведение Кубка. Но ветеранов не смутило затянувшееся ненастье. В день старта мандатная комиссия работала с полной нагрузкой. Уже закончилось официальное время регистрации, а желающие стартовать на Кубке все продолжали прибывать.

Когда подвели итоги, оказалось, что, несмотря на «нелетную» погоду, в авиационную столицу России прибыло 124 спортсмена из 28 регионов страны! Элиту отечественного ветеранского спорта представляла золотая дюжина – многократные чемпионы мира, Европы и России москвички Галина Коваленская, Любовь Столяр, Оксана Доронкина, Любовь Самошенина (Тосно), Александр Абрамов (Санкт-Петербург), Виталий Романович (ХМАО), Павел Бубнов (Самара), москвичи Валерий Ухов и Леонид Кряжков, Феликс Щербина (Мурманск), Александр Корнажицкий (Дзержинский) и Александр Кузовников (Коломна). Отметим также участие в соревновании мастеров спорта международного класса Григория Мылыхина, Владимира Пузырева и Алексея Сысоева, что, безусловно, украшало Кубок.

Приехали в этот день в Жуковский легендарный советский шестовик середины прошлого столетия Борис Сергеевич Носков, продолжающий свою удивительную спортивную карьеру, и лучший спортсмен-ветеран России 2018 года, многократный чемпион мира в тройном прыжке среди ветеранов мастер спорта международного класса Дмитрий Бызов. В то время оба спортсмена залечивали травмы в надежде выступить на летнем чемпионате страны.

На открытии соревнований спортсменов тепло приветствовали член Общественной палаты г. Жуковский, заслуженный тренер России Владимир Фомин, президент Федерации легкой атлетики г. Жуковский Игорь Марков и председатель Комиссии

ветеранов ВФЛА Юрий Чирков. После чего спортсмены отправились принимать «водные процедуры» на арене стадиона «Метеор».

Самым удивительным в этот момент было, пожалуй, то приподнятое настроение, улыбки, шутки и смех, с которыми спортсмены покидали теплый манеж, начиная борьбу со стихией. Все воспринимали предстоящий старт как своеобразный вызов и проверку своей готовности выступать в любых условиях.

Страсти на беговой дорожке

Спринт всегда остается спринтом при любой погоде. Это зримый накал быстротечной борьбы, яркие эмоции и торжество победителей! Быть самым быстрым очень престижно. Посмотреть было на кого! На звание абсолютного победителя претендовали сильные москвичи из группы 55-54 года Владимир Сухачев, Александр Колодченков и, конечно, чемпион мира и Европы среди ветеранов Павел Бубнов из Самары.

Владимир и Александр, невзирая на непогоду, до последнего метра вели бескомпромиссную борьбу. Первым на финише был Сухачев 13.23 (приведенный результат 11.42). У Александра 13.51 (11.52). Судьба Кубка России в спринте решалась в последнем забеге, где стартовал Павел Бубнов (40-44). Ожидалось, что он уверенно выиграет забег. Неожиданно возмутителем спокойствия стал впервые выступающий в соревнованиях всероссийского масштаба Станислав Орлюк. Москвич мощно провел бег на второй половине дистанции и финишировал с лучшим временем дня – 11.66! Волжанин на финише был вторым с результатом 11.89, но его приведенное время 11.12 оказалось лучше, чем у дебютанта – 11.54. Отметим достойные секунды Александра Гриценко (60-64) из Жигулевска 13.65 (11.43).

В беге на 400 м главным фаворитом считался многократный чемпион и рекордсмен России на этой дистанции Владимир Денисов (55-59) из Жуковского. Долгое время его результат 1:00.0 оставался лучшим достижением дня. Однако быстро прогрессирующий в группе 40-44 года Роман Емельянов из Серпухова решительно вмешался в борьбу за главный приз. Стартуя в последнем



Алексей Куличев – победитель в беге на 5000 м

забеге, он в острой борьбе с бегуном из Подмоскovie Сергеем Суслиным показал отличное время 54.75, опередив соперника на полсекунды. И все же победу в Кубке России праздновал Владимир, приведенное время которого оказалось лучше, чем у Романа: 49.64 против 50.84.

На дистанции 800 м обладателем Кубка России стал Александр Горошков (50-54) из столичного клуба «Бегущий человек». Мужественно пробиваясь через дождевую завесу, он показал лучший результат дня 2:21.85 (2:02.31). Его приведенное время оказалось всего на 0.16 лучше, чем у Владимира Трофимова – победителя группы 70-74. Постепенно восстанавливает былую форму чемпион и рекордсмен Европы 2004 года Александр Кузовников из Коломны, опередивший всех в группе 65-69 с результатом 2:42.46 (2:05.18).

Чем длиннее дистанция, тем больше трудностей приходилось преодолевать спортсменам. 14 человек рискнули выйти на старт дистанции 5000 м. Однако в условиях разгулявшейся стихии, похоже, как рыба в воде, чувствовал себя известный стайер из Тульской области многократный чемпион России Алексей Куличев (65-69). Ничто не могло нарушить темпа его бега на протяжении всей дистанции. Результат 19:22.4 принес ему

Кубок России с отличным приведенным временем 14:29.38. Алексей третий год подряд становится победителем Кубка в беге на 5000 м. Интересно, что в прошлом году в Калуге он преодолел «пятерку» в комфортных условиях за 19:40.46. Обладателем лучшего результата дня стал представитель Росгвардии из Костромы Николай Смирнов (45-49). Мужественный атлет преодолел трудную дистанцию за 16:48.2!

В спортивной ходьбе на эту дистанцию сильнейшим стал Григорий Малыхин (50-54) с результатом 26:11.20 (22:09.87). После финиша Григорий, придя в себя, поделился своим впечатлением о старте: «Действительно, выступление в таких условиях является непростым испытанием. Шел вроде с тем же напором и желанием, что и на недавних соревнованиях, а результат на три минуты хуже». В борьбе за Кубок ему совсем немного уступили 71-летний Александр Торопов из Кирова (22:20.69), Михаил Крохмалев (55-59) из Кемеровской области (22:25.69) и Алексей Семикин из столичного клуба «Факел» (22:52.46).

В беге на 100 м с барьерами обладателем Кубка России стал Владимир Сухачев, преодолевший дистанцию за 17.19 (15.43).

Цена одного сантиметра

В прыжковых секторах можно было увидеть многих известных атлетов. Приходится только удивляться, как в столь холодную погоду Павлу Бубнову удалось трижды приземляться за шестиметровой отметкой. Но даже отличный прыжок на 6.20 (7.13) не гарантировал ему победу в борьбе за Кубок. В группе 75-79 лет не менее страстно боролся за победу известный прыгун из Мурманска Феликс Щербина. Уже первая попытка северянина на 3.76 (7.10) означала, что именно он является главным конкурентом Павла. Но прибавить заветные сантиметры Феликсу так и не удалось. Отметим прыжки Владимира Пузырева (Одинцово) на 4.95 (6.83), москвича Александра Недвига на 5.28 (6.80) и нижегородца Дмитрия Котова на 5.09 (6.73).

В секторе для прыжков в высоту судьи долго боролись с лужами с помощью специального оборудования. Возможно, именно непогода способствовала рождению здесь сенсации. Безусловный

фаворит соревнования чемпион мира Виталий Романович (50-54) в абсолютном зачете занял только второе место. Уверенно преодолев в первой попытке высоту 1.65, Виталий неожиданно «спотыкнулся» на отметке 1.70. Это означало, что успешный прыжок на 1.25 позволил известному питерскому многоборцу Александру Абрамову (75-79) стать обладателем Кубка России! И здесь судьбу главного приза решил всего один сантиметр – 2.09 против 2.08!

В тройном прыжке, напротив, чемпион мира Леонид Кряжков (65-69) из Москвы не испытывал в секторе особых проблем. Уже во второй попытке на 9.77 (15.88) он стал абсолютным лидером в борьбе за Кубок. Азартно спорили с непогодой Андрей Земцов (45-49) и Дмитрий Котов. Для экстремальных условий они показали вполне достойные результаты 11.70 (14.02) и 10.85 (13.91).

Кубок едет в Калугу

За недолгую историю Кубка России гостеприимная Калуга дважды принимала этот турнир ветеранов. При этом обнаружилась удивительная закономерность – хозяевам ни разу не удавалось выиграть заветный приз. Из калужан ближе всех к нему подошел в прошлом году дискобол Андрей Захаров, занявший второе место с результатом 34.49. Кажется, что эта не очень приятная традиция продлится и в Подмосковье.

18 человек соревновалось в метании диска. Делать это под дождем – задача не из простых: снаряд редко подлетал к 30-метровой отметке. Тем удивительней была серия, которую продемонстрировал Андрей: 37.12-х – 38.10 – 38.02.

Она позволила ему уверенно занять в абсолютном зачете первое место с приведенным результатом 42.79! Дебют спортсмена в возрастной группе 60-64 года оказался успешным. Так Андрей стал зачинателем победных традиций калужан на Кубке России!

Что же касается выступления известного российского десятиборца Алексея Сысоева, которому для полноценного получения статуса ветерана осталось ждать менее года, то броском на 52.62 он подтвердил готовность через парадную дверь войти в мировую элиту дискоболов ветеранского спорта.



Чемпион мира по прыжкам в высоту среди ветеранов Виталий Романович

Москвич Виктор Клыпин второй год выступает в возрастной группе 85-89 лет. За это время он успел собрать в различных видах изрядную коллекцию рекордов России. Последний из них – 8.72 в толкании ядра – Виктор установил две недели назад на чемпионате Москвы. На Кубке России ветеран, не обращая внимания на погоду, стремился улучшить это достижение. Во второй попытке ядро приземлилось на отметке 8.62 (19.61)! Рекорд пошатнулся, но все же устоял. Второе место в абсолютном зачете занял 69-летний толкатель ядра из Касимова Владимир Ерохин 10.21 (17.21), третье у Николая Кузнецова (80-84) из Мантурово 8.35 (16.06).

А ну-ка, девушки, а ну, красавицы!

Безусловно, в эмоциональном плане выступления женщин всегда более зрелищны, чем старты мужчин. А если они сдобрены высоким мастерством и запредельной мотивацией, то оторваться от захватывающих выступлений представительниц слабого пола невозможно!

Но даже на таком ярком эмоциональном фоне выступление многократной



К попытке готовится чемпионка мира Оксана Доронкина

чемпионки мира, Европы и России Любы Столяр (55-59) буквально потрясло знатоков, понимающих, что почем в ветеранском спорте. В абсолютно неприемлемых для установления высших достижений погодных условиях она, подобно молнии в грозном небе, пролетела 100 м с рекордным для России электронным временем 14.37! Приведенный результат 11.39! Второй в абсолюте стала Раиса Сапегина из Кирова. 69-летняя спортсменка преодолела 100 м за 18.52 (13.23). Третье место у Анны Смолиной 13.97 (13.50).

В беге на 400 м обладательницей Кубка стала опытная москвичка Александра Моргунова с результатом 1:15.19 (58.69). На 800-метровой дистанции успех сопутствовал Ольге Чигриновой (45-49) из Узловой. Спортсменка затратила на два круга 2:42.26 (2:29.71). Еще одна тульская спортсменка Наталья Медведева (55-59) стала обладательницей Кубка России. Под непрерывным дождем она пробежала 5000 м за 24:43.71 (18:52.22). Лучший

результат дня на этой дистанции показала Вера Макарова (35-39) из клуба «Факел» – 19:23.25. Отметим и Тамару Федотову, мужественно преодолевшую «пятерку» за 42:54.9.

Как сюрреалистическое видение в условиях грозной погоды, пролетел суперскоростной бег на 80 м с барьерами в исполнении двух спортсменок экстра-класса. И вновь Люба Столяр останавливает неумолимую электронику на рекордной отметке 13.41! Свое прошлогоднее достижение 13.59 спортсменка улучшила сразу на 0.18! Результат Любы Самотошковой 16.16 (14.45).

Спортсменка из Тосно отличилась и в прыжках в длину, приземлившись совсем рядом с рекордом России 3.68. Нина Савостина (45-49) из Саранска получила Кубок за удачный тройной прыжок на 7.43, а москвичка Татьяна Кенарева (40-44) за успешный штурм высоты 1.45.

В метании диска борьбы за первое место не получилось. Известная спортсменка из Рыбинска Вера Кокшина (65-69) в последней попытке отправила летающую тарелку на 24.59 (48.74) и сняла все вопросы о судьбе Кубка России. В толкании ядра она была явно настроена завоевать почетный приз второй раз.

Вера боролась за него до последней попытки, где показала лучший результат 7.89 (16.19). Но легенда российского ветеранского спорта Галина Коваленская сумела собраться и в четвертой попытке отправила ядро на 5.22. Высокий возрастной коэффициент вывел ее на первое место в абсолюте с результатом 16.67! Отметим высокие и стабильные результаты в толкании ядра Оксаны Доронкиной. Во всех попытках москвичка стабильно посылала ядро за 10 метров, а в лучшей отправила его на 10.93! Но возрастной коэффициент не позволил ей вмешаться в борьбу за главный приз.

Так завершился четвертый Кубок России по легкой атлетике среди ветеранов. Будь моя воля, я бы каждого участника соревнований наградил еще одним кубком – Кубком мужества. Таким трудным, а потому необычайно достойным и памятным этот турнир останется в летописи нашего спортивного движения и спортивной биографии всех его участников.

Чемпионат России среди юниоров

САРАНСК (21-23.06)

Мужчины

100 м (21) (0.0): Р.Кислых (Кр-Блг) 10,62; В.Домарев (Курск) 10,64 (в заб. 10,63); В.Доронин (Врж) 10,71 (в п/ф 10,65); М.Тумбаев (Смр) 11,03 (в п/ф 10,90); М.Радионова (Астр) 11,04 (в п/ф 10,81); И.Шаповалов (Ект) 11,07 (в п/ф 10,92); Д.Тен (Блгв) 11,07 (в п/ф 10,85).

200 м (22) (-0.4): В.Доронин (Врж) 21,51; В.Шемелин (М-Тула) 21,51; Р.Кислых (Кр-Блг) 21,75; Е.Ламанов (Нс) 22,04; И.Гончаренко (Кр) 22,07 (в заб. 21,99); В.Касторных (М-Лпц) 22,17 (в заб. 22,11); Т.Гайнуллин (М) 22,29 (в заб. 22,28); Н.Овсянников (Ир) 22,35 (в заб. 22,25).

400 м (22): А.Распутин (Кр) 46,45; Д.Боев (Курск) 47,41; Д.Нетяго (Схл) 47,54; М.Тиряков (Ект) 47,57; Н.Матвеев (ЯНАО-Влд) 47,59; А.Воронков (М) 47,69; А.Ткаченко (М.о.) 48,15; И.Орехов (Ир) 48,21.

800 м (22): С.Савлуков (Брнл) 1.50,95; Я.Шмелев (Ул) 1.51,14; Н.Александров (Ярс) 1.52,31; Э.Захаров (Кз) 1.52,67 (в заб. 1.52,63); А.Челейкин (Чбк) 1.52,85; А.Матвеев (Орел) 1.53,55 (в заб. 1.52,06); Р.Зайдулов (Чл) 1.54,20; А.Баранов (Иж) 1.54,22 (в заб. 1.53,12).

1500 м (23): А.Гольцрихтер (Ект) 3.50,29; Г.Корепин (СПб) 3.50,68; С.Евдокимов (Ект) 3.51,11; А.Свечников (Чл) 3.53,28; В.Подзвездов (Кр-Мк) 3.53,60; Э.Захаров (Кз) 3.55,23; Ф.Хусаенов (Кз) 3.56,30; В.Фетисов (Крв) 3.57,28.

5000 м (21): В.Гаврин (Смр) 14.41,32; Т.Егинов (Чбк-Ярс) 14.44,09; Д.Тундыков (Срн) 14.57,26; Х.Амилов (М.о.) 15.02,13; А.Попов (Абк) 15.06,05; А.Чипизубов (Чита) 15.06,06; С.Галеев (Влд) 16.28,97.

10 000 м (23): Т.Егинов (Чбк-Ярс) 32.25,84; Д.Тундыков (Срн) 32.52,89; Д.Зюзин (Пнз) 33.07,50; И.Фазлиев (Иж) 34.13,39; Я.Бякин (Кз) 35.08,49.

110 м с/б (99,1 см) (21) (0.0): С.Манакон (Кз) 13,73; Д.Робертон (СПб) 14,08 (в заб. 14,04); Е.Ламанов (Нс) 14,15; Т.Батаев (Омск) 14,40 (в заб. 14,18); А.Зиняков (СПб-Л.о.) 14,64 (в заб. 14,43); И.Манышев (М) 14,81; К.Рудаков (Срн) 14,83; М.Кетух (Кр) 14,85 (в заб. 14,71).

400 м с/б (22): Д.Ефимов (Клг) 52,26; Д.Захаров (М.о.) 53,50; И.Васильев (СПб) 53,66; Е.Логвинов (Нл) 54,01; И.Чапышев (СПб) 54,23; В.Соколенко (Томск) 55,27; В.Ростокин (Влг) 55,72 (в заб. 54,66).

4х100 м (23): Курская о. (В.Тумаркин, И.Лыков, А.Дроздов, В.Домарев) 41,62; Москва (А.Евтеев, А.Карпов, А.Кудряшов, В.Шемелин) 41,69; Иркутская о. (Э.Полухин, Е.Дронов, А.Мамбергер, Н.Овсянников) 41,97; Московская о. (С.Ермаков, Р.Жолтиков, А.Гизатуллин, Д.Титов) 42,38; Нижегородская о. (Д.Шубин, Г.Плотников, И.Потапкин, М.Галанов) 43,22; ЮФО (К) (И.Панфилов, Т.Фурса, А.Кадуха, Д.Палашов) 44,41.

4х400 м (23): Красноярский кр. (И.Гончаренко, А.Марченко, Н.Меланченко, А.Распутин) 3.14,77; Москва (А.Берендяев, Т.Гайнуллин, А.Воронков, В.Касторных) 3.14,98; Ульяновская о. (Н.Егоров, Я.Шмелев, А.Долганов, Р.Халиуллов) 3.15,40; С.-Петербург (Д.Вешняков, И.Васильев, Н.Ларин, Н.Большаков) 3.17,96; Челябинская о. (Г.Асеев, А.Грехов, И.Двоенко, М.Тиряков) 3.18,56; Курская о. (А.Дроздов, М.Сажнев, Н.Будз, Д.Боев) 3.18,67; Иркутская о. (Э.Полухин, С.Хохлов, Е.Дронов, Н.Овсянников) 3.18,72; Самарская о. (В.Миркулов, М.Овчинников, Д.Петренко, В.Шепелев) 3.20,29.

Высота (22): Я.Кутковой (Кр) 2,18; Л.Отческий (Хб) 2,12; А.Фадеев (М-Ярс) 2,12; А.Ухтин (Брн-Ивн) 2,09; О.Брайко (СПб) 2,09; И.Чупахин (Л.о.-СПб) 2,06; Т.Юдин (Ярс) 2,06; М.Шнайдер (Нс) 2,03.

Шест (22): Д.Качанов (М) 5,45; М.Шмыков (Ир) 5,40; И.Долбин (М) 5,25; М.Волков (Ир) 5,15; К.Яромич (СПб) 5,00; И.Дворников (Чл2) 4,90; В.Пинтугов (М-Ярс) 4,80; С.Щербатов (Чл) 4,80.

Длина (22): А.Чермошанский (М-Брн) 7,61 (1.8); Е.Богатиков (Р/Д) 7,55 (0.1); Д.Чечела (Крс) 7,53 (0.9); А.Кадуха (Кр) 7,35 (0.3); К.Саушкин (М.о.) 7,30 (0.3); А.Пустовит (Кр) 7,25 (0.2); Е.Щербич (Влг) 7,20 (0.0); Е.Щербич (Влг) 7,17 (0.8)

Тройной (23): О.Брайко (СПб) 16,26 (1.2); А.Бульдов (М) 15,90 (0.8); Д.Филиппенко (М-ЮФО) 15,77 (1.7); Р.Кулешов (Кз) 15,52 (0.9); А.Пустовит (Кр) 15,33 (1.3); Д.Гайнутдинов (Кз) 15,27 (1.2); В.Ивлев (Влд) 15,23 (-1.4)

Ядро (6 кг) (21): Т.Магаев (М) 18,25; П.Стургес (М.о.) 17,73; В.Босоногов (М.о.-Птрз) 17,47; А.Маслов (М) 17,00; К.Родионов (М) 16,04; А.Гошуляк (Чл) 15,81; Н.Горбунов (М.о.-Лпц) 15,59; Д.Ловриков (М-Брн) 15,05.

Диск (23): Д.Ловриков (М-Брн) 49,43; Д.Бондарчук (М.о.) 47,21; С.Козлов (М) 47,08; В.Босоногов (М.о.-Птрз) 46,27; Д.Ефименко (СПб) 44,35; Д.Иванов (Ярс) 44,00; Д.Борисов (Ств) 43,76.

Молот (22): С.Зверев (Ств) 64,63; А.Ванюгов

(Брн) 63,34; Д.Матлай (Р/Д) 61,70; М.Дорошев (Кр) 59,36; Н.Репенко (Кр) 59,23; Н.Калинин (Н-Н) 58,33; И.Вакуленко (Р/Д) 58,26; Д.Розна (Тмн) 57,04.

Копье (22): Е.Брющенко (ЮФО) 61,26; А.Мурыгин (Крым) 61,02; Н.Насонов (Крв) 60,10; К.Бокарев (Ств) 53,37; П.Полосмак (Смл) 53,32; И.Николаев (Смр) 59,83.

Женщины

100 м (21) (0.0): А.Ерастова (СПб) 11,96 (в п/ф 11,85); А.Мальшева (Кр) 11,98 (в заб. 11,78); И.Личман (Лпц) 12,04 (в п/ф 11,93); И.Курбакова (Срн) 12,09 (в п/ф 11,90); С.Карпова (Н-Н) 12,11 (в п/ф 11,98); Е.Алисова (СПб-Лпц) 12,19 (в заб. 12,16); К.Титаева (Схл) 12,32 (в заб. 12,15); Д.Муранова (Чл) 12,44 (в заб. 12,23).

200 м (22) (0.0): Н.Комбарова (Чл) 24,41; А.Мальшева (Кр) 24,44; С.Карпова (Н-Н) 24,86 (в заб. 24,83); В.Иванова (СПб) 24,90; Е.Алисова (СПб-Лпц) 25,01; А.Волкова (Тула) 25,10 (в заб. 24,99); Е.Зорина (Иж) 25,14; В.Лабутина (Хб) 25,48 (в заб. 25,41).

400 м (22): С.Шевнина (Ект) 53,87; К.Коротченко (М.о.) 54,23; В.Архипова (М.о.) 54,46; А.Паренчук (Брнл) 54,89 (в заб. 54,83); Т.Бибики (Ект) 54,90; Е.Алтухова (Крусск) 55,49; К.Краснова (М.о.-Тула) 55,75; М.Асоева (Тверь) 56,91 (в заб. 55,87).

800 м (22): О.Родиошкина (Ир) 2.05,58; И.Гущенец (Ир) 2.07,14; А.Еремянц (Кр) 2.07,14; А.Полякова (Смл) 2.08,45; Е.Рудакова (СПб) 2.10,35 (в заб. 2.07,7); М.Изотова (М.о.) 2.11,14 (в заб. 2.10,1); К.Туктарева (Иж) 2.11,24 (в заб. 2.10,5); А.Микрюкова (М) 2.12,36 (в заб. 2.09,9).

1500 м (23): Я.Озерова (М) 4.28,67; Л.Мендаева (М-Х-М) 4.29,85; А.Еремянц (Кр) 4.32,60; А.Савельева (Влг) 4.33,79; Я.Распопова (Влг-Срт) 4.34,75; А.Невзорова (Чл) 4.36,74; М.Комышенкова (М.о.) 4.39,30; Л.Семенова (Пнз) 4.40,37.

3000 м (21): А.Шукшина (Срн) 9.20,04; Я.Потапова (М) 9.40,59; К.Кузнецова (Ект) 9.58,20; О.Сидорова (Кз) 9.58,31. Е.Сулова (СПб) 10.13,02; А.Арсентьева (Чбк) 10.24,92.

5000 м (23): А.Шукшина (Срн) 16.35,62; О.Сидорова (Кз) 18.00,48; О.Сергеева (М.о.-Чбк) 18.21,79; Е.Моргунова (Орел) 18.31,55; П.Рухлина (Блг) 19.37,39.

100 м с/б (21) (0.0): К.Лабыгина (Иж) 13,94; В.Громова (СПб) 14,05; А.Эргарт (М) 14,17; Е.Тимакова (М.о.) 14,18; В.Солдатенкова (Брн) 14,55; А.Бозюкова (Врж) 14,68; В.Щербинина (Чл) 14,76; А.Попова (М) 15,00 (в заб. 14,55).

400 м с/б (22): В.Чехович (Ярс) 59,50; О.Топольскова (Ств) 60,51; М.Тарабанская

(М.о.) 60,58; К.Вершинина (М) 61,16; Э.Тангара (Врж) 61,42; М.Кравченко (М) 62,02 (в заб. 60,98); О.Викторова (СПб) 62,59 (в заб. 62,38); А.Шаркова (М, ФСО) 63,80.

3000 м с/п (22): И.Шипицына (Прм) 10.30,38; К.Костромина (Нс) 10.59,72; К.Кузнецова (Ект) 11.07,97; С.Минина (Прм) 11.31,55; А.Подоксенова (Ект) 11.39,88; А.Труфанова (Ств) 11.53,46.

4x100 м (23): С.-Петербург (В.Громова, А.Ерастова, В.Иванова, Е.Алисова) 46,85; Челябинская о. (В.Щербинина, Д.Муранова, Е.Анциферова, Н.Комбарова) 46,89; Московская о. (Е.Тимакова, К.Краснова, А.Жукова, С.Бородин) 47,97; Москва (В.Савенкова, А.Жргардт, А.Попова, М.Эртан) 48,36; Брянская о. (В.Солдатенкова, А.Герасина, С.Лапина, О.Грудько) 48,63; Пензенская о. (В.Умарова, Е.Потапова, В.Таркина, М.Юрина) 48,66; Дагестан (А.Джалиева, М.Курбанмагомедова, К.Сайфулина, А.Хидирбекова) 49,10.

4x400 м (23): С.-Петербург (О.Викторова, В.Иванова, Д.Кушнир, М.Асоева) 3.43,25; Москва (М.Кравченко, А.Микрюкова, К.Вершинина, В.Колобродова) 3.44,12; Московская о. (В.Архипова, М.Изотова, К.Краснова, К.Коротченко) 3.44,85; Нижегородская о. (О.Дубинова, Е.Уткина, А.Завьялова, Л.Васильева) 3.59,51.

Высота (23): Н.Спиридонова (М-Пск) 1,88; М.Кочанова (СПб) 1,86; Д.Слепова (М) 1,86; А.Халикова (М-Смр) 1,86; Н.Андрюхина (Кр) 1,86; М.Попова (Влг) 1,73; П.Хисматова (Чл) 1,73; Д.Полевкина (Срн) 1,70.

Шест (21): А.Целовальникова (Чл) 3,65; Т.Калинина (М) 3,65; С.Игнаткова (СПб) 3,50.

Длина (22): Д.Кушнир (СПб) 6,10 (0.3); А.Малахова (Н-Н) 5,97 (1.2); О.Соколова (Блг) 5,95 (0.0); Д.Мислимова (Р/Д) 5,88 (0.3); В.Горлова (М.о.) 5,85 (-1.2); Е.Переверзева (Блг) 5,83 (0.9); А.Рошу (М.о.) 5,83 (0.6); Ж.Толоконникова (Врж) 5,71 (0.6).

Тройной (23): А.Ячменева (СПб) 13,31 (0.6); М.Привалова (М) 13,31 (0.6); М.Кобелева (Рз) 12,91 (1.8); М.Кочанова (СПб) 12,73 (0.5); А.Федорова (Смл) 12,73 (0.4); В.Сыкалова (СПб) 12,70 (0.9); Д.Дрозд (М) 12,60 (0.9); А.Рошу (М.о.) 12,52 (-2.1).

Ядро (21): П.Соколова (М) 14,71; Е.Лысенко (Кр) 14,65; Д.Шинкевич (Хб) 14,48; А.Боброва (М.о.) 14,05; В.Евдокимова (М) 13,79; Е.Соколова (Ект) 13,57; Л.Зеленкова (СПб) 13,32.

Диск (23): В.Игнатьева (М.о.) 53,03; П.Соколова (М) 43,74; Я.Мельникова (М)

42,93; З.Пекова (Нл) 41,65; К.Мингалиева (Кз) 40,22; А.Пушкарева (Влг) 37,61.

Молот (22): А.Коробова (М.о.) 59,50; В.Якименко (М) 55,67; М.Горохова (М) 55,36; А.Кузнецова (М.о.) 55,30; А.Лаптева (Ств) 54,62; Ю.Сидорова (Срн) 53,52; А.Денщикова (Брн) 53,40; С.Пичугина (Л.о.) 51,20.

Копье (23): Е.Поротикова (М.о.) 50,22; Е.Карачева (Прм) 47,58; А.Перова (СПб) 47,52; Я.Стародубцева (Ств) 45,00; М.Арефина (М.о.) 44,11; М.Кузьменкова (ЮФО) 40,68.

Чемпионат России

ЧЕБОКСАРЫ (24-27.07)

Мужчины

100 м (24) (-0.3): Р.Абдулкадеров (М) 10,44; А.Лаптев (Ект) 10,54; А.Усов (М) 10,56; А.Лукин (Птрз) 10,58; Р.Перестюк (Кр) 10,65; Е.Плохой (Кр) 10,66; К.Чернухин (М-СПб) 10,68 (в п/ф 10,67); Н.Захарченко (ЮФО(К)) 10,79 (в п/ф 10,76).

200 м (26) (1.2): А.Лукин (Птрз) 20,57; И.Садеев (Ул) 20,83; А.Новиков (М) 20,88; А.Ефимов (Тула) 20,92; А.Кухаренко (СПб) 20,93; К.Чернухин (М-СПб) 20,97; Д.Росляков (Влгд) 21,00; В.Шемулинкин (М-Тула) 21,28 (в заб. 21,24).

400 м (25): А.Буяновский (Смр) 45,98; А.Арасланов (М) 46,39; М.Филатов (СПб) 46,44; П.Тренихин (Тмн) 46,56; А.Чернышов (Курск-Блг) 46,65; А.Галацков (Ул) 46,86 (в заб. 46,84); М.Рафилович (СПб-Влгд) 46,91; Д.Ефимов (М-Н-Н) 47,79 (в заб. 46,98).

800 м (25): К.Холмогоров (Прм-М) 1.46,51; К.Толоконников (М.о.-Р/Д) 1.48,42; Н.Вербицкий (М.о.-У-У) 1.48,67 (в заб. 1.48,05); Е.Шаров (Ект-Брнл) 1.48,71; Р.Шабаев (Врж) 1.49,71 (в заб. 1.48,05); А.Козлов (М-ЯНАО) 1.49,88 (в заб. 1.49,62); Р.Троценко (У-У) 1.50,33 (в заб. 1.49,23); А.Исайчев (Ект-Орб) 1.51,11 (в заб. 1.49,31).

1500 м (27): В.Смирнов (СПб-Чл) 3.41,80; К.Плохотников (Кр) 3.41,86; М.Александров (СПб) 3.42,95 (в заб. 3.41,83); Е.Кунц (Брнл-М) 3.43,38; Е.Николаев (М.о.-Уфа) 3.43,91; Н.Горин (М-Срн) 3.44,56 (в заб. 3.43,80); А.Попов (Врж) 3.46,76 (в заб. 3.45,42); С.Петров (М-Чбк) 3.46,79 (в заб. 3.43,67).

5000 м (24): В.Никитин (М-Прм) 13.22,72; Е.Рыбаков (Кмрв) 13.25,12; А.Рыбаков (Кмрв) 13.26,35; Е.Николаев (М.о.-Уфа) 13.50,04; А.Дорофеев (Тула) 13.51,26; И.Максимов (Нс) 13.57,00; А.Попов (Врж) 13.59,61; Д.Чертыков (Абк) 14.03,86.

10 000 м (27): Е.Рыбаков (Кмрв) 28.18,90; А.Рыбаков (Кмрв) 28.18,91; В.Шаламов

(Кр) 29.04,58; К.Тришканов (Иж) 29.20,62; А.Именин (Рз) 29.22,58; О.Григорьев (М) 29.29,31; Д.Чертыков (Абк) 20.30,53; А.Викулов (Нс-Чита) 29.37,01.

110 м с/б (24) (-1.0): К.Шабанов (М-Пск) 13,67; А.Макаренко (М-Крс) 13,73; Ф.Шабанов (М-Пск) 13,88; С.Солодов (СПб) 14,06; В.Зюков (М-Брн) 14,10; Д.Ежов (Кр-Нл) 14,15; Г.Егоров (Ект) 14,28; О.Спиридонов (Клнг-СПб) 14,36 (в п/ф 14,29).

400 м с/б (25): А.Скоробогатько (Тмн-Кр) 49,83; Д.Кудрявцев (Тмн) 49,97; Т.Чалый (Крс-М.о.) 50,25; В.Кукалев (Тмн) 50,32; А.Бакай (Кр) 51,19; Р.Чубровский (Нс) 51,94 (в заб. 51,76); Н.Высочин (Кмрв) 52,09.

3000 м с/п (25): К.Плохотников (Кр) 8.29,85; М.Якушев (Ект) 8.33,52; Ю.Клопцов (М-Брнл) 8.34,32; И.Надыров (Брнл) 8.40,71; Н.Чавкин (М) 8.40,82; И.Миншин (М-Клг) 8.41,84; И.Лукьянов (М) 8.43,74; Э.Батыршин (Уфа) 8.54,44.

4x100 м (27): Краснодарский кр. (Д.Хомутов, Д.Лопин, Р.Перестюк, Е.Плохой) 40,02; С.-Петербург (И.Шаров, Д.Шкурупатов, К.Чернухин, А.Рейсбих) 40,37; Вологодская о. (М.Новослугин, К.Петряшов, Д.Росляков, М.Цыпкус) 40,39; Ульяновская о. (О.Никитин, А.Юфимов, А.Галцков, И.Садеев) 40,39; Свердловская о. (В.Черепанов, Г.Егоров, А.Токарев, А.Лаптев) 40,58; Москва (А.Усов, Е.Харин, А.Карпов, Р.Абдулкадеров) 40,84; Курская о. (П.Пахомов, Р.Емельянов, А.Чернышов, К.Лямин) 41,24.

4x400 м (27): С.-Петербург (М.Рафилович, К.Лужинский, А.Кухаренко, М.Филатов) 3.07,26; Московская о. (Л.Карасев, Т.Чалый, Е.Филиппов, Я.Ткалич) 3.08,24; Москва (Д.Ефимов, Н.Евсеев, А.Новиков, А.Арасланов) 3.08,61; Ульяновская о. (И.Садеев, А.Галацков, А.Федотов, О.Никитин) 3.09,49; Тюменская о. (Р.Созонов, А.Скоробогатько, П.Тренихин, В.Кукалев) 3.10,87; Самарская о. (В.Шепелев, Е.Малахов, А.Важов, А.Буяновский) 3.10,87.

Высота (26): М.Акименко (М-Нл) 2,33; Д.Цыплаков (Кр-Хб) 2,28; Н.Анищенков (М-Чл) 2,24; И.Иванюк (Смл-Брн) 2,24; А.Асанов (М) 2,24; М.Веревкин (М-Ивн) 2,15; С.Поздняков (М-Брн) 2,15; А.Гайнутдинов (Кз) 2,15.

Шест (26): И.Мудров (М.о.-Ярс) 5,65; Г.Горохов (М-Брн) 5,55; Д.Желябин (М-Ств) 5,55; Е.Лукьяненко (Кр-М) 5,45; А.Грипич (Кр) 5,30; Д.Акиншин (М) 5,30.

Длина (25): А.Примак (Кр-Хб) 8,01 (1.4); П.Шалин (М-Лпц) 7,88 (0.3); Д.Богданов (М-Влг) 7,87 (0.2); А.Ряполов (Кр) 7,85 (0.4);

Ф.Кисельков (М-Влдв) 7,84 (0.0); А.Петров (М-Брн) 7,66 (0.3) (в кв. 7,68); Р.Ндимбе (СПб) 7,62 (0.0); С.Полянский (Кр) 7,56 (0.6).

Тройной (27): Д.Сорокин (Кр) 17,31 (0.0); А.Юрченко (М-Смр) 16,77 (0.0); А.Федоров (М.о.-Смл) 16,68 (0.0); В.Павлов (М-Влг) 16,61 (0.3); А.Молотков (М-Орел) 16,54 (0.5); К.Коваленко (Кр) 16,05 (0.5); С.Лаптев (М-Прм) 15,93 (0.0); И.Глазунов (Кр-Хб) 15,75 (0.0).

Ядро (25): А.Лесной (Кр) 20,56; К.Лядусов (М-Р/Д) 20,02; М.Афонин (М-М.о.) 19,83; М.Сидоров (М.о.) 19,81; П.Деркач (М-Н-Н) 19,56; Н.Жидков (М) 18,13 (в кв. 18,28); И.Березуцкий (М) 17,19; А.Крутиков (Крв) 16,27.

Диск (26): А.Худяков (М) 62,45; А.Бутенко (Ект) 61,42; Г.Сидорченко (М-Ств) 60,57; Н.Седюк (М-Н-Н) 60,54; А.Добренский (М.о.-Нл) 59,79; А.Сысоев (М) 56,45; А.Кириа (Кр) 55,52; А.Горбачев (Врж) 52,61.

Молот (26): Е.Коротовский (М-Смл) 77,17; А.Сокирский (Кр-ЮФО) 75,63; Д.Лукьянов (М.о.-Р/Д) 75,35; А.Романов (М.о.) 74,96; В.Пронкин (М-Н-Н) 74,21; Н.Башан (Срн) 68,96; И.Евсеев (М-Ств) 67,48; А.Полешко (ЮФО (К)) 63,99.

Копье (25): Д.Тарабин (Кр-М.о.) 80,49; Н.Орлов (М.о.) 77,62; Б.Бездольный (Кр) 72,82; И.Филиппов (М.о.-Смл) 71,27; В.Панасенков (М.о.-Смл) 70,87; Д.Костин (Влг) 70,79; Я.Новицкий (СПб) 68,58; А.Садовников (М-Смр) 67,21.

Женщины

100 м (24) (-0.5): К.Сивкова (М) 11,35; Е.Черняева (СПб-Влг) 11,52; Н.Погребняк (Кр) 11,55 (в п/ф 11,53); Е.Смирнова (М) 11,64 (в п/ф 11,60); А.Григорьева (СПб) 11,65 (в п/ф 11,56); М.Максимова (Н-Н-Чбк) 11,70; И.Белова (Срн) 11,81 (в п/ф 11,69); Т.Сластникова (Нс) 11,87 (в п/ф 11,74).

200 м (26) (-0.1): Е.Черняева (СПб-Влг) 23,16; Н.Погребняк (Кр) 23,25; М.Максимова (Н-Н-Чбк) 23,44; К.Хорошева (Пнз-Тула) 23,47 (в заб. 23,36); А.Соколова (Ект-Чл) 23,68; Е.Смирнова (М) 23,71 (в заб. 23,64); М.Михайлюк (Прм) 23,92 (в заб. 23,69).

400 м (25): А.Кривошапка (М-Влг) 51,25; К.Аксенова (Ект-Слх) 51,75; А.Мамина (М.о.-Ект) 52,08; Ю.Спиридонова (М.о.-Хб) 52,62; Е.Реньжина (М-Тула) 52,64; Н.Котлярова (М-Птрз) 52,76 (в заб. 52,40); А.Жданова (Ект) 54,02 (в заб. 53,07); А.Котова (Птрз) 54,03 (в заб. 53,18).

800 м (25): А.Гуляева (М-Ивн) 2.00,24; В.Васильева (Чбк) 2.02,45; Е.Купина (Курск) 2.02,73; С.Тхакур (М, ФСО) 2.02,97; Т.Виноградова (Мрм) 2.02,97; О.Онуфриенко (Н-Н) 2.03,27; Е.Алексеева

(М.о.-Ств) 2.03,41; С.Улога (Кз) 2.03,84 (в заб. 2.03,46).

1500 м (27): А.Гуляева (М-Ивн) 4.04,92; Д.Александрова (Курск) 4.07,25; Е.Сторожева (СПб) 4.08,35; А.Шагина (М) 4.09,01; С.Аплачкина (Врж) 4.10,00; А.Калина (М.о.-СПб) 4.11,09; Е.Паушкина (М.о.-Хб) 4.14,00 (в заб. 4.13,37); И.Гусарова (Блг-Брн) 4.14,62 (в заб. 4.10,65).

5000 м (24): С.Аплачкина (Врж) 15.22,14; Е.Коробкина (М-Лпц) 15.22,17; Е.Седова (М.о.-Нс) 15.43,27; Е.Ишова (М.о.-Чбк) 15.57,88; У.Авакуменкова (СПб) 16.00,20; А.Якоби (Тула) 16.01,22; М.Титова (Смр) 16.02,62; С.Каменева (М-Прм) 16.13,45.

10000 м (27): Е.Коробкина (М-Лпц) 32.16,01; Е.Седова (М.о.-Нс) 32.20,45; Л.Лебедева (М-Й-О) 32.28,45; С.Симакова (М-Лпц) 33.14,48; А.Белокобыльская (Нс) 33.14,74; М.Титова (Смр) 33.22,23; Н.Леонтьева (М-Як) 33.26,63; С.Каменева (М-Прм) 33.47,86.

100 м с/б (24) (-0.5): А.Николаева (М.о.-Смр) 13,33; Н.Морозова (Кр-Брн) 13,40; Е.Блескина (Чбк-Крс) 13,57 (в п/ф 13,51); В.Печенкина (Нс) 13,63; А.Ватропина (Чл) 13,69; Е.Тропина (Нс) 13,76 (в п/ф 13,75); Т.Дементьева (Кр) 13,85 (в п/ф 13,72).

400 м с/б (25): В.Рудакова (М-Прм) 55,57; В.Андреева (Смр) 55,91; А.Кибаккина (Ул) 57,29; Е.Зуйкевич (Клн-Прм) 58,78; А.Бланк (Чл) 57,77; И.Колесниченко (М-М.о.) 58,70; О.Калабашина (Н-Н) 58,89; Н.Мосеева (СПб-Л.о.) 59,08 (в заб. 58,97).

3000 м с/п (25): А.Тропина (Ект) 9.31,86; Н.Колоскова (М-Влдв) 9.38,18; А.Петрова (СПб) 9.47,84; Е.Соколенко (Тмск-Нс) 9.49,87; Н.Леонтьева (М-Як) 9.57,10; Н.Аристархова (Крс) 10.13,92; Г.Бубнова (Уфа) 10.16,63; М.Именина (Рз) 10.20,30.

4х100 м (27): С.-Петербург (В.Альмова, Е.Черняева, Е.Блескина, А.Григорьева) 44,62; Новосибирская о. (В.Печенкина, Е.Тропина, А.Брагина, Т.Сластникова) 45,64; Пензенская о. (А.Стародубова, К.Хорошева, В.Муромская, Д.Трялина) 45,76; Москва (Е.Нилова, П.Чекан, И.Желябина, И.Манаква) 46,11; Волгоградская о. (А.Татьянова, А.Жолобова, Ю.Кученева, А.Шерстобитова) 46,24; Иркутская о. (А.Сайфушева, К.Байкова, Е.Иванова, К.Елизова) 46,82; Ульяновская о. (А.Кибаккина, Е.Галицкова, Н.Перякова, А.Альгина) 47,11.

4х400 м (27): Московская о. (А.Беднова, В.Андреева, Ю.Спиридонова, А.Мамина) 3.30,54; Москва (Е.Реньжина, И.Колесниченко, Е.Аникиенко, Н.Котлярова) 3.31,35; Пермский кр. (Л.Габдуллина, В.Рудакова, Е.Матвеева, Е.Зуйкевич) 3.37,16; Москва-3 (М.Михайлюк,

В.Цыганова, А.Устинова, А.Булахова) 3.37,80; С.-Петербург (В.Альмова, Н.Мосеева, Н.Тюрина, Е.Цыганская) 3.38,41; Москва-2 (А.Попова, С.Тхакур, А.Емельянова, В.Бочарова) 3.38,58; С.-Петербург-2 (Е.Лопунова, О.Кузминчук, М.Рухляда, Е.Копрова) 3.41,27; Курская о. (А.Рыбкина, Е.Котельникова, Е.Шмыгарева, Е.Купина) 3.41,47.

Высота (24): М.Ласицкене (М.о.-Прхл) 2,00; А.Чичерова (М-Р.о.) 1,91; Т.Одинева (М) 1,91; А.Ярышкина (М) 1,91; Т.Ермаченкова (Л.о.-СПб) 1,85; Н.Аксенова (Брнл) 1,82; К.Королева (Лпц-Кмрв) 1,82; Е.Степанова (Крс) 1,82.

Шест (25): А.Сидорова (М-Чбк) 4,86; А.Краснова (М-Ир) 4,61; И.Иванова (Омск) 4,56; А.Лутковская (М.о.-Ир) 4,56; П.Кнороз (СПб) 4,46; А.Гатауллина (М) 4,36; А.Сурова (Кз) 4,36; Т.Швыдкина (М-Брн) 4,36.

Длина (25): Д.Клишина (М-Тв) 6,82 (0.0); Е.Соколова (М-Блг) 6,70 (0.0); П.Лукьяненко (Кр) 6,61 (0.0); В.Семашко (СПб) 6,52 (-0.1); Я.Никулина (Хб) 6,22 (0.0) (в кв. 6,26); А.Красина (Брн) 6,03 (0.0) (в кв. 6,07); В.Самитова (Кз) 6,02 (0.0) (в кв. 6,07); М.Белевская (Кр) 5,99 (0.0) (в кв. 6,04).

Тройной (27): Д.Нидбайкина (М-Брн) 14,50 (0.8); А.Крылова (Кз) 13,89 (0.4); Н.Евдокимова (М) 13,81 (0.4); В.Косолапова (Влг-М) 13,72 (1.0); И.Гуменюк (СПб) 13,65; Е.Кропивко (М) 13,35 (1.1); О.Вельямкина (Смр) 13,29 (0.8); В.Садохина (Смр) 13,20 (1.1).

Ядро (25): А.Гордеева (М-Тверь) 18,25; А.Авдеева (Смр) 18,05; Е.Соловьева (М.о.-Чл) 17,70; Е.Бурмистрова (СПб) 16,28; Н.Тронева (Кр) 15,96; С.Трофимец (М-Уфа) 15,79; А.Попова (М) 15,31; Е.Безрученко (Р/Д) 14,86.

Диск (24): Е.Строкова (М-Н-Н) 63,06; Н.Карпова (СПб-Омск) 59,68; Е.Панова (М-Влд) 58,48; Ю.Мальцева (М-Сргт) 57,44; А.Витюгова (М-СПб) 56,21; М.Огрицко (М) 55,28; Н.Деркач (М-Н-Н) 55,21; Е.Бурмистрова (СПб) 51,38.

Молот (24): Е.Царева (М.о.-Р/Д) 71,94; С.Палкина (Смр) 69,33; А.Лысенко (М-Влд) 65,09; А.Бородулина (М-Ярс) 63,57; Н.Поспелова (Ект-Ств) 62,91; А.Шкуратова (М.о.) 62,84; В.Садова (М-Н-Н) 61,86; Д.Крючкова (Влг) 60,04.

Копье (25): М.Рыбникова (Кр) 58,30; В.Ребрик (М) 56,02; М.Курбатова (Р/Д) 50,93; Н.Коваленко (Влг) 50,91; А.Маликина (Птрз) 48,39; С.Печникова (СПб-Влд) 48,39; Э.Веденева (СПб) 47,25; К.Зыбина (СПб) 47,01.

Мемориал Знаменских

ЖУКОВСКИЙ (5-6.07)

Мужчины

100 м (6) (-0.8): Р.Абдулкадеров (М) 10,39; А.Лукин (Птрз) 10,48; А.Лаптев (Ект) 10,51; А.Усов (М) 10,54; К.Петряшов (Влгд-СПб) 10,65; Р.Перестюк (Кр) 10,69; Н.Захарченко (ЮФО(К)) 10,83 (в заб. 10,75); Н.Чабан (Крс) 14,90 (в заб. 10,62).

200 м (5) (-0.9): А.Лукин (Птрз) 21,07; А.Кухаренко (СПб) 21,25; В.Шемулинкин (М-Тула) 21,32; И.Садеев (Ул) 21,34; Н.Чабан (Крс) 21,38; А.Новиков (М) 21,43; Д.Росляков (Влгд) 21,43; К.Петряшов (Влгд-СПб) 21,49.

400 м (6): А.Галацков (Ул) 46,90; М.Филатов (СПб) 47,43; А.Балькин (Ект) 47,49; Я.Ткалич (Смл) 47,63; К.Лямин (Курск) 47,69; М.Рафилович (СПб-Влгд) 47,86; Д.Ефимов (М-Н-Н) 48,14; А.Воронков (М) 48,18.

800 м (6): К.Холмогоров (Прм-М) 1.45,66; Н.Вербицкий (М.о.-У-У) 1.47,39; С.Дубровский (М.о.-Блг) 1.47,61; Е.Шаров (Ект-Брнл) 1.47,95; К.Плохотников (Кр) 1.48,17; С.Савлуков (Брнл) 1.48,50; Е.Малахов (Смр) 1.48,52; Д.Переметов (Кр) 1.48,91.

1500 м (5): В.Смирнов (СПб-Чл) 3.38,39; К.Плохотников (Кр) 3.38,69; С.Дубровский (М.о.-Блг) 3.41,74; Д.Стрельников (Уфа) 3.45,86; В.Овчинников (Ект) 3.46,98; А.Гущин (М-Орел) 3.47,61; А.Дорофеев (Тула) 3.46,89; А.Анисимов (Врж) 3.48,06.

5000 м (6): В.Никитин (М-Прм) 13.37,14; Е.Рыбаков (Кмрв) 13.44,33; А.Рыбаков (Кмрв) 13.44,46; Т.Голоктионов (Орел) 14.26,95; С.Соловьев (У-У) 14.39,63.

110 м с/б (6) (-1.9): К.Шабанов (М-Пск) 13,82 (в заб. 13,74); Ф.Шабанов (М-Пск) 13,95; О.Спиридонов (Клн-СПб) 14,16 (в заб. 13,99); В.Зюков (М-Брн) 14,18; Д.Ежов (Кр-Нл) 14,27; М.Лобков (Влг) 14,50 (в заб. 14,46); С.Солодов (СПб) 14,62 (в заб. 14,19); С.Ветлугин (Крс) 14,64 (в заб. 14,49).

400 м с/б (5): Д.Кудрявцев (Тмн) 49,61; А.Скоробогатько (Тмн-Кр) 49,94; В.Кукалев (Тмн) 50,05; И.Логинов (М-Влд) 50,11; В.Лысенко (М.о.-Врж) 51,19; А.Бакай (Кр) 51,45; Р.Чубровский (Нс) 51,79; Д.Захаров (М.о.) 52,21.

3000 м с/п (6): М.Якушев (Ект) 8.30,38; Ю.Клопцов (М-Брнл) 8.38,95; Н.Дворецкий (Брн-Смл) 8.47,93; Н.Калганов (Орел) 8.57,93; И.Миншин (М-Клг) 8.58,37.

Высота (5): М.Акименко (М-Нл) 2,32; Н.Анищенков (М-Чл) 2,20; А.Асанов (М) 2,15; М.Рудник (Кмрв-Омск) 2,15; С.Курбатов (Влг) 2,15; А.Ефанов (Лпц) 2,10.

Шест (5): И.Мудров (М.о.-Ярс) 5,45; И.Просвирина (Ярс) 5,30; В.Пинтусов (М-Ярс) 5,15; Д.Мицкий (М, ФСО) 5,00; А.Хамидов (М, ФСО) 4,80.

Длина (6): А.Меньков (Крс-Срн) 8,01 (0.6); Д.Богданов (М-Влг) 7,97 (0.9); А.Ряполов (Кр) 7,80 (1.8); А.Сехин (М-Брн) 7,73 (0.1); А.Петров (М-Брн) 7,70 (0.9); Е.Губин (М-Чл) 7,69 (1.2); В.Муравьев (Крс) 7,58 (0.9); Е.Лиханов (Крс) 7,46 (1.3).

Тройной (5): Д.Сорокин (Кр) 17,02 (0.3); С.Лаптев (М-Прм) 16,35 (-0.9); А.Федоров (М.о.-Смл) 16,15 (0.3); Д.Чижиков (М) 16,05 (-0.2); Д.Обертышев (Кр-Смр) 15,97 (-0.7); Д.Целоусов (Крс) 15,77 (0.5).

Ядро (6): А.Лесной (Кр) 20,10; М.Сидоров (М.о.) 19,83; К.Лядусов (М-Р/Д) 19,81; П.Деркач (М-Н-Н) 19,15; С.Панчехин (Кр) 17,21; И.Березуцкий (М) 17,12; А.Чижеликов (М) 16,40; В.Трифонов (М) 15,59.

Диск (5): Г.Сидорченко (М-Ств) 60,69; А.Худяков (М) 60,33; Н.Седюк (М-Н-Н) 59,66; А.Сысоев (М) 58,09; А.Добрянский (М.о.-Нл) 56,79; А.Кислица (Кр) 50,54; М.Качанов (Врж) 46,74.

Молот (6): Д.Лукиянов (М.о.-Р/Д) 78,30; Е.Коротковский (М-Смл) 74,88; А.Романов (М.о.) 74,18; В.Пронкин (М-Н-Н) 74,09; Н.Башан (Срн) 73,36; С.Литвинов (Срн) 71,62; И.Виниченко (М.о.-Срн) 63,24; И.Евгеньев (М, ФСО) 63,19.

Копье (5): Д.Тарабин (Кр-М.о.) 85,25; Н.Орлов (М.о.) 76,24; Б.Бездольный (Кр) 73,23; В.Панасенков (М.о.-Смл) 72,72; И.Филиппов (М.о.-Смл) 70,64; С.Слюсаренко (М.о.) 66,57; В.Бубнов (Ю-С) 60,54; Д.Мишаков (М.о.) 58,82.

Женщины

100 м (6) (0.0): К.Сивкова (М) 11,39; В.Вручинская (М) 11,68; Н.Погребняк (Кр) 11,69; Е.Черняева (СПб-Влг) 11,74; А.Григорьева (СПб) 11,78; Т.Сластникова (Нс) 11,82; А.Соколова (Ект-Чл) 11,91.

200 м (5) (1.2): Д.Акиниймика (М-Кр) 23,57; К.Хорошева (Пнз-Тула) 23,57; Е.Черняева (СПб-Влг) 23,73; Н.Погребняк (Кр) 24,06; В.Альмова (СПб-Брн) 24,21; А.Соколова (Ект-Чл) 24,37; К.Разгуляева (М.о.) 24,81; А.Еремеева (М.о.) 24,88.

400 м (6): В.Цаплина (Крв) 43,86; П.Миллер (Кр-Брнл) 51,59; А.Кривошапка (М-Влг) 51,63; Е.Реньжина (М-Тула) 51,91; К.Аксенова (Ект-Слх) 52,34; М.Михайлюк (Прм) 53,45; В.Бочарова (М) 53,49; О.Палиенко (Нс) 53,76.

800 м (6): А.Гуляева (М-Ивн) 2.02,30; Е.Купина (Курск) 2.02,56; Д.Александрова (Курск) 2.03,27; О.Онуфриенко (Н-Н)

2.03,43; С.Улога (Кз) 2.03,49; А.Шагина (М) 2.04,41; Е.Сторожева (СПб) 2.04,78; Е.Алексеева (М.о.-Ств) 2.04,83.

1500 м (5): А.Гуляева (М-Ивн) 4.05,72; Е.Коробкина (М-Лпц) 4.08,39; Е.Сторожева (СПб) 4.08,43; И.Гусарова (Блг-Брн) 4.11,80; А.Шагина (М) 4.12,16; А.Сиблани (М) 4.14,79; А.Шухтуева (Уфа) 4.15,93; О.Онуфриенко (Н-Н) 4.15,93.

5000 м (6): Е.Седова (М.о.-Нс) 15.44,73; А.Шукшина (Срн) 15.48,30; С.Симакова (М-Лпц) 15.51,24; Е.Ишова (М.о.-Чбк) 15.55,53; У.Аввакуменкова (СПб) 16.31,96; Е.Беспалова (М) 16.53,32.

100 м с/б (6) (-1.4): А.Николаева (М.о.-Смр) 13,36; И.Манаква (М-СПб) 13,54; Е.Блескина (Чбк-Крс) 13,58 (в заб. 13,56); Н.Морозова (Кр-Брн) 13,57; А.Ватропина (Чл) 13,61; Т.Дементьева (Кр) 13,97 (в заб. 13,80); А.Грошева (Нс) 14,00 (в заб. 13,94); К.Лабыгина (Иж) 14,03 (в заб. 13,94).

400 м с/б (5): В.Андреева (Смр) 56,32; Е.Зуйкевич (Клн-Прм) 57,42; И.Колесниченко (М-М.о.) 57,47; И.Баулина (Врж) 58,76; А.Бланк (Чл) 59,07; Н.Мосеева (СПб-Л.о.) 59,29; Е.Аникиенко (М-М.о.) 59,48; К.Зимарева (М.о.) 59,72.

3000 м с/п (5): Н.Аристархова (Крс) 9.42,17; Н.Колоскова (М-Влдв) 9.44,26; А.Тропина (Ект) 9.46,49; Н.Леонтьева (М-Як) 9.51,91; А.Петрова (СПб) 9.54,62; А.Салова (М-Курск) 9.55,12; Е.Соколенко (Тмск-Нс) 9.57,54; А.Павлутенкова (М.о.) 10.19,44.

Высота (6): А.Чичерова (М-Р.о.) 1,91; Т.Ермаченкова (Л.о.-СПб) 1,88; А.Ярышкина (М) 1,85; Т.Одинева (М) 1,85; С.Николенко (Омск) 1,79; Е.Степанова (Крс) 1,79; Н.Лаврентьева (М) 1,75.

Шест (6): И.Иванова (Омск) 4,50; А.Лутковская (М.о.-Ир) 4,40; П.Кнороз (СПб) 4,25; Т.Швыдкина (М-Брн) 4,25.

Длина (5): Е.Соколова (М-Блг) 6,73 (-0.5); В.Семашко (СПб) 6,67 (0.1); П.Лукьяненко (Кр) 6,43 (1.1); Н.Кузовкина (Влдв) 6,25 (-0.8); Е.Кропивко (М) 6,17 (-0.9); А.Евстюнина (М-Птрз) 6,15 (0.4); М.Привалова (М) 6,03 (1.2); А.Кучиерская (М) 5,95 (-0.5).

Тройной (6): Д.Нидбайкина (М-Брн) 14,53 (0.7); Н.Евдокимова (М) 14,00 (-0.4); Е.Кропивко (М) 13,39 (0.2); А.Красина (Брн) 13,29 (0.5); В.Косолапова (Влг-М) 13,06 (-0.7); О.Вельмайкина (Смр) 12,96 (1.3); А.Скобел (М.о.-Смл) 12,86 (1.3); А.Абашева (Ств) 12,59 (1.0).

Ядро (6): А.Гордеева (М-Тверь) 18,15; А.Авдеева (Смр) 17,95; Е.Соловьева (М.о.-Чл) 17,88; Е.Бурмистрова (СПб) 15,88;

А.Попова (М) 15,09; П.Соколова (М) 14,48; П.Чернега (Ект) 14,33; А.Боброва (М.о.) 14,23.

Диск (5): Н.Карпова (СПб-Омск) 59,76; Е.Панова (М-Влд) 57,76; Е.Строкова (М-Н-Н) 57,65; А.Витюгова (М-СПб) 57,64; Ю.Мальцева (М-Сргт) 55,09; Н.Деркач (М-Н-Н) 54,41; М.Огрицко (М) 52,35; Е.Бурмистрова (СПб) 51,28.

Молот (6): Е.Царева (М.о.-Р/Д) 70,64; С.Палкина (Смр) 67,66; А.Лысенко (М-Влд) 66,35; А.Бородулина (М-Ярс) 62,72; А.Шкуратова (М.о.) 61,55; Ю.Пронкина (Н-Н) 60,23; В.Садова (М-Н-Н) 59,33; Н.Поспелова (Ект-Ств) 57,20.

Копье (5): М.Рыбникова (Врж) 57,34; В.Ребрик (М) 54,44; Е.Поротикова (М.о.) 48,13; А.Адысева (М) 46,59; К.Зыбина (СПб) 46,59; А.Иванова (М.о.) 45,69; М.Арефина (М.о.) 52,66.

Спартакиада учащихся

ЧЕБОКСАРЫ (2-4.08)

Мужчины

100 м (2): В.Доронин (Врж) 10,57; М.Тумбаев (Смр) 10,74; И.Шаповалов (Ект) 10,79; А.Михайловский (Хб) 10,86; Р.Фоменко (Схл) 10,92 (в п/ф 10,82); Д.Тен (Блгв) 10,94 (в заб. 10,91).

200 м (3) (1.2): В.Шемункин (М-Тула) 21,38; В.Доронин (Врж) 21,73 (в заб. 21,49); Р.Кибкалов (Р/Д) 21,88 (в заб. 21,78); Н.Матвеев (ЯНАО-Влд) 21,98; И.Гончаренко (Кр) 22,08; М.Радионон (Астр) 22,52.

400 м (2): Д.Нетяго (Схл) 48,36; А.Распутин (Кр) 48,64; М.Тиряков (Ект) 48,93; Н.Матвеев (ЯНАО-Влд) 48,94; В.Шепелев (Смр) 49,25; Я.Черушев (Чл) 49,34.

800 м (3): Н.Савлуков (Орб) 1.51,39; Я.Шмелев (Ул) 1.52,18; А.Храмов (Кр) 1.52,34; С.Ионов (Ект) 1.52,95; А.Челейкин (Чбк) 1.55,32 (в заб. 1.54,49); А.Коврижных (Ект) 1.56,09 (в заб. 1.55,26).

1500 м (4): С.Евдокимов (Ект) 3.51,15; Г.Корепин (СПб) 3.52,85; А.Гольцрихтер (Ект) 3.55,99; Ф.Хусаенов (Кз) 3.57,06; А.Коврижных (Ект) 3.59,45; И.Стародубцев (Врж) 4.00,32.

3000 м (2): С.Евдокимов (Ект) 8.31,68; Г.Корепин (СПб) 8.32,65; А.Гольцрихтер (Ект) 8.34,65; А.Свечников (Чл) 8.36,08; В.Гаврин (Смр) 8.41,70; О.Сильченко (Ир) 8.44,61.

5000 м (4): А.Свечников (Чл) 15.10,00; В.Гаврин (Смр) 15.25,61; Е.Коптев (Врж) 15.30,71; Я.Бякин (Кз) 15.34,74; В.Кожухов (Влг) 15.43,73; Д.Максимов (Чбк) 15.46,44.

110 м с/б (99,1 см) (3) (1.3): С.Манаков (Кз) 13,96 (в заб. 13,93); Е.Ламанов (Нс) 14,09; А.Ворончук (Томск) 14,28 (в заб. 14,27); Д.Шубин (Н-Н) 14,59; А.Завьялов (Врж) 14,92 (в заб. 14,85); М.Школьников (Чл) 15,07.

400 м с/б (3): Д.Ефимов (Клг) 52,08; И.Васильев (СПб) 53,87; Д.Кайибанда (Р/Д) 54,60; И.Чапышев (СПб) 54,67; Д.Колесниченко (Влг) 54,84; А.Самсонов (Смр) 57,85 (в заб. 57,37).

3000 м с/п (3): А.Урицкий (Кр) 9.31,58; К.Герасимов (Кз) 9.32,09; В.Кожухов (Влг) 9.32,95; Д.Зюзин (Пнз) 9.35,11; О.Сомов (Нс) 9.37,80; Ю.Кашпурович (Схл) 9.45,90.

Ходьба 10 км (3): С.Кожевников (Срн) 39.51,54; С.Илькаев (Срн) 40.36,50; А.Ишмаматьев (Чл) 41.21,33; А.Селин (БабуркинЧл) 42.59,19; И.Бабуркин (Иж) 44.15,00; В.Руди (Чл) 44.25,26.

Высота (3): Я.Кутковой (Кр) 2,19; А.Натальчук (СПб) 2,17; Е.Ермаков (Н-Н) 2,12; И.Чупахин (Л.о.-СПб) 2,09; В.Кисляков (Р/Д) 2,06; М.Шнайдер (Нс) 2,06.

Шест (4): В.Галкин (СПб) 5,30; В.Пинтусов (М-Ярс) 5,30; И.Долбин (М) 5,25; М.Шмыков (Ир) 5,20; К.Яромич (СПб) 4,80; И.Дворников (Чл) 4,60.

Длина (3): Е.Богатиков (Р/Д) 7,47 (0.2); К.Саушкин (М.о.) 7,47 (0.3); Д.Чечела (Крс) 7,47 (0.2); Д.Морозов (Хб) 7,38 (0.6); М.Петров (Крс) 7,26 (0.1); Д.Гайнутдинов (Кз) 7,19 (0.2).

Тройной (4): Р.Кулешов (Кз) 15,82; А.Бульдов (М) 15,80 (0.3); Н.Усяев (Хб) 15,26 (0.2); Д.Филипоненко (М-ЮФО) 15,26 (0.6) (в кв. 15,36); М.Моргалев (Н-Н) 15,00; Д.Хорощак (Блг) 14,92 (0.2).

Ядро (6 кг) (2): В.Босоногов (М.о-Птрз) 17,89; А.Маслов (М) 17,70; Т.Магаев (М) 17,48; С.Бородаев (Ств) 17,45; П.Стургес (М.о.) 17,44; Г.Анушкевич (Ств) 16,45.

Диск (1,75 кг) (3): С.Бородаев (Ств) 53,67; С.Козлов (М) 52,53; В.Босоногов (М.о-Птрз) 48,71; С.Демидов (М.о.) 48,12; Д.Бондарчук (М.о.) 47,73; Д.Ефименко (СПб) 46,28.

Молот (6 кг) (3): О.Якушкин (Смр) 66,97; С.Зверев (Ств) 65,21; И.Вакуленко (Р/Д) 60,94; Д.Матлай (Р/Д) 60,76; А.Ванюгов (Брн) 60,52; Н.Калинин (Н-Н) 59,72.

Копье (4): Н.Нассонов (Крв) 57,90; Д.Сизых (Крс) 56,08; Н.Костылев (Чл) 55,42; А.Елфимов (М.о.-Ярс) 54,76; Р.Блохин (Кз) 54,53; И.Николаев (Смр) 54,06.

Десятиборье (3): А.Елфимов (М.о.-Ярс) 7267 (11,26-6,90-14,02-1,90-53,16-15,35-45,72-4,60-50,67-4,57,44); А.Виссель (СПб-Пск)

7013 (11,54-6,88-13,62-1,90-52,44-15,27-42,11-4,00-45,51-4,37,69); А.Ширкунов (Ул) 6919 (11,56-6,76-12,61-1,87-51,12-15,22-36,92-4,20-44,17-4,32,18); М.Бурдин (Кз) 6866 (11,44-6,82-14,06-1,90-54,36-15,37-37,81-4,30-45,78-4,52,07); И.Ремхе (Чл) 6488 (11,47-6,60-11,67-1,84-53,66-15,13-33,03-3,80-44,28-4,41,35).

100+200+300+400 м (4): Самарская о. (Д.Петренко, М.Тумбаев, А.Помоев, В.Шепелев) 1.56,27; Сахалинская о. (Е.Сергеев, Д.Страковский, Р.Фоменко, Д.Нетяго) 1.56,66; Краснодарский кр. (А.Пустовит, И.Гончаренко, А.Распутин, А.Храмов) 1.56,81; Хабаровский кр. (А.Улухпаев, А.Михайловский, П.Филанцев, В.Максимов) 1.57,32; Свердловская о. (И.Шаповалов, Д.Губайдулин, А.Ломакин, А.Пирогов) 1.57,40; Воронежская о. (В.Мацеевич, А.Завьялов, В.Доронин, С.Паншин) 1.57,79.

Женщины

100 м (2): Д.Акиниймика (М-Кр) 11,57; П.Миллер (Кр-Брнл) 11,60; А.Ерастова (СПб) 11,89 (в п/ф 11,80); П.Чернобай (Прм) 11,97 (в заб. 11,91); Е.Алисова (СПб-Лпц) 12,02; И.Курбакова (Срн) 12,03 (в п/ф 11,96).

200 м (3) (1.4): П.Миллер (Кр-Брнл) 23,54; Д.Акиниймика (М-Кр) 23,80; А.Иванова (СПб) 24,12; Н.Комбарова (Чл) 24,34; П.Чернобай (Прм) 24,42 (в заб. 24,36); А.Малышева (Кр) 24,65 (в заб. 24,54).

400 м (2): О.Солдатова (Кр) 53,95; С.Шевнина (Ект) 54,09; А.Паренчук (Брнл) 54,46; Т.Бибик (Ект) 55,06; В.Архипова (М.о.) 55,12; Е.Алтухова (Круск) 56,25 (в заб. 55,72).

800 м (3): О.Родиошкина (Ир) 2.05,69; И.Гущенец (Ир) 2.05,86; Э.Овсянникова (М) 2.07,86; А.Еремянц (Кр) 2.08,21; А.Невзорова (Чл) 2.12,40; А.Полякова (Смл) 2.13,57 (в заб. 2.12,13).

1500 м (4): Я.Озерова (М) 4.26,41; Л.Мендаева (М-Х-М) 4.27,44; А.Невзорова (Чл) 4.34,59; Я.Распопова (Влг-Срт) 4.35,82; Е.Рудакова (СПб) 4.37,32; Д.Волошина (Р/Д) 4.43,58.

3000 м (2): Л.Мендаева (М-Х-М) 9.38,37; К.Кузнецова (Ект) 9.50,86. О.Сидорова (Кз) 10.05,41; А.Савельева (Влг) 10.06,75; Д.Волошина (Р/Д) 10.19,64.

5000 м (4): А.Шукшина (Срн) 16.55,30; К.Кузнецова (Ект) 17.27,64; О.Сидорова (Кз) 17.32,74; Е.Домнина (Мгн) 17.42,01; И.Шипицына (Прм) 18.25,28; О.Спасенная (Нс) 18.42,54.

100 м с/б (3) (1.2): Е.Тимакова (М.о.) 13,71; К.Лабьгина (Иж) 13,80; В.Громова (СПб)

14,06; А.Эргардт (М) 14,34; В.Щербинина (Чл) 14,51 (в заб. 14,48); В.Солдатенкова (Брн) 14,63.

400 м с/б (3): К.Коротченко (М.о.) 60,23; К.Вершинина (М) 60,68; М.Тарабанская (М.о.) 62,04; Э.Тангара (Врж) 62,85; К.Васина (Птрз) 63,94; П.Осина (Смр) 64,39.

3000 м с/п (3): И.Шипицына (Прм) 10.41,80; Е.Домнина (Мгн) 10.49,58; К.Костромина (Нс) 10.59,74; В.Авакян (Мк) 11.19,11; А.Подоксенова (Ект) 11.32,99; В.Иванова (Нс) 11.39,15.

Ходьба 10 км (3): Э.Хасанова (Срн) 41.45,84; Д.Голубечкова (Срн) 45.30,29; Ю.Халилова (Чл) 46.43,95; А.Денисова (Чбк) 51.22,63; Э.Иванова (Ств) 52.58,08.

Высота (3): Н.Спиридонова (М-Пск) 1,91; М.Кочанова (СПб) 1,82; М.Нижегородцева (Смл) 1,79; Н.Андрюхина (Кр) 1,79; А.Халикова (М-Смр) 1,79; Д.Блинова (Влг) 1,76.

Шест (2): А.Гатауллина (М) 4,25; Т.Калинина (М) 4,00; М.Распутина (Ир) 3,50; Д.Хоменко (Р/Д) 3,50; М.Постникова (Чл) 3,35; П.Грибак (Чл) 3,35.

Длина (3): В.Воловликова (Р/Д) 6,11 (0.2); А.Малахова (Н-Н) 6,04 (0.3); В.Иванова (Ект-Чл) 5,96 (0.3); Д.Кушнир (СПб) 5,70; Н.Кондрашина (Хб) 5,70 (0.1); Д.Русакова (Кр) 5,69.

Тройной (4): М.Привалова (М) 13,23 (0.1); В.Воловликова (Р/Д) 13,05 (0.2); А.Ячменева (СПб) 12,79 (0.3); В.Сорокина (Влг) 12,54 (0.1); Н.Ефремова (Тмн) 12,28 (0.4); А.Стрелкина (Влг) 12,20 (0.1).

Ядро (2): Е.Лысенко (Кр) 15,09; П.Соколова (М) 14,76; Д.Шинкевич (Хб) 14,08; А.Боброва (М.о.) 14,08; В.Игнатъева (М.о.) 13,83; Е.Соколова (Ект) 12,93.

Диск (3): В.Игнатъева (М.о.) 54,88; П.Соколова (М) 46,30; З.Пекова (Нл) 45,47; Я.Мельникова (М) 43,44; С.Морозова (Кз) 36,79; А.Пушкарева (Влг) 34,32.

Молот (3): А.Коробова (М.о.) 56,81; В.Якименко (М) 54,60; А.Кузнецова (М.о.) 53,21; А.Лаптева (Ств) 51,92; С.Сушкова (Р/Д) 51,04; В.Филиппова (Ект) 48,92.

Копье (4): А.Перова (СПб) 49,30; В.Червякова (Кстр) 49,04; М.Арефина (М.о.) 47,66; Е.Поротикова (М.о.) 47,32; З.Пекова (Нл) 46,09 (в кв. 47,96); А.Дурманова (М.о.) 45,72.

Семиборье (4): Ю.Сохацкая (Кз) 5024 (14,76-1,66-10,48-26,25-5,60-32,07-2,24,54); А.Войнова (Кр) 4881 (14,67-1,51-10,38-25,92-5,40-31,19-2,19,16); Я.Лаптева (Н-Н) 4763 (15,55-1,69-10,48-27,72-5,48-

37,03-2,34,89); А.Быковская (Блг) 4742 (15,95-1,72-12,12-28,30-5,16-29,69-2,22,23);

100+200+300+400 м (4): Краснодарский кр. (А.Войнова, А.Малышева, П.Миллер, О.Солдатова) 2.06,38; Свердловская о. (Д.Бондарева, М.Голубева, Т.Бибик, С.Шевнина) 2.10,94; Московская о. (Е.Тимакова, П.Чернобай, В.Архипова, К.Коротченко) 2.11,70; Иркутская о. (А.Доманина, Е.Комарова, И.Гущенец, О.Родиошкина) 2.13,89; Сахалинская о. (Е.Рощина, К.Титаева, А.Платонова, А.Большакова) 2.14,64; Москва (А.Эргардт, М.Привалова, Д.Акиниймика, К.Вершинина) 2.14,80.

Чемпионат Европы среди юниоров (U20)

БУРОС (18-21.07)

Мужчины

100 м (19) (0.0): Л.Пайссан (Ит) 10,44 (в п/ф 10,42); А.Плихта (Пол) 10,52 (в п/ф 10,46); Ч.Миллер (Вбр) 10,53 (в п/ф 10,47); Л.Анса-Пепра (Герм) 10,55 (в п/ф 10,48); С.Вульф (Герм) 10,57 (в п/ф 10,53); Н.Коцевар (Герм) 10,62 (в п/ф 10,52). Р.КИСЛЫХ 10,80 (8п1), 10,78 (4з4).

200 м (20) (-1.2): О.Адигида (Нид) 21,08; Э.Гер (Герм) 21,16 (в заб. 21,07); М.Донола (Ит) 21,18; А.Секстон (Ирл) 21,18 (в п/ф 21,13); П.Олатоке (Вбр) 21,21; Т.Немейц (Чех) 21,40 (в п/ф 21,22). Р.Кислых 21,66 (3з4).

400 м (20): Э.Скотти (Ит) 45,85; Б.Эрта (Исп) 46,24; Р.Петруччани (Швцр) 46,34; М.Крсек (Чех) 46,37; Э.Браун (Вбр) 46,45; И.Чанакчи (Турц) 46,48. Н.МАТВЕЕВ 48,22 (6з2).

800 м (21): О.Дастин (Вбр) 1.50,56; Б.Паттисон (Вбр) 1.50,68; Ф.Маклир (Вбр) 1.51,19 (в заб. 1.48,82); Л.Варга (Венг) 1.52,26 (в заб. 1.49,16); Я.Вукович (Слов) 1.52,36 (в заб. 1.49,12); Л.Ван-Ниувенхейзе (Нид) 1.52,76 (в заб. 1.50,77); С.САВЛУКОВ 1.52,91 (в заб. 1.51,94).

1500 м (20): Н.Перейра (Порт) 3.55,85; Р.Ван-Рил (Нид) 3.56,03; Д.Лей (Вбр) 3.56,20; М.Слука (Герм) 3.56,54; Р.Ван-Рил (Нид) 3.57,15; А.Жервэ (Фр) 3.57,19.

3000 м (20): Э.Шремль (Герм) 8.16,07; М.Малешевич (Серб) 8.16,68; О.Амачтан (Турц) 8.17,51; А.Краковецкий (Укр) 8.18,48; М.Хейден (Вбр) 8.18,73; А.Майхо (Исп) 8.20,88.

5000 м (21): А.Лас-Эрас (Исп) 14.02,76; А.Айланхан (Турц) 14.05,01; Д.Макэлини (Ирл) 14.06,05; И.Палковиц (Венг) 14.06,90; О.Амачтан (Турц) 14.09,25; Д.Чеколе (Изр) 14.09,45.

110 м с/б (20) (-1.7): Д.Зеллер (Вбр) 13,39; М.Хейден (Нид) 13,58; П.Шаботи (Фр)

13,64; Э.Льопоис (Исп) 13,66 (в п/ф 13,54); Ш.Фольцер (Герм) 13,75 (в п/ф 13,63); К.Флетчер (Фр) 13,75.

400 м с/б (21): К.Бенгтстрем (Шв) 50,32; С.Дербишир (Вбр) 50,86; М.Балух (Слвк) 51,26; Л.Пука (Ит) 51,62; Я.Поль (Герм) 51,64; Т.Джордъевич (Серб) 51,87 (в п/ф 51,66).

3000 м с/п (21): М.Ялчинкая (Турц) 8.58,20; О.Нуур (Шв) 8.58,79; Э.Баррош (Порт) 9.01,85; Л.Семерей (Венг) 9.03,08; Э.Хеландер (Финл) 9.04,01; В.Висиоса (Исп) 9.06,70. Д.ЗЮЗИН 9.42,54 (15з2).

4х100 м (21): Германия (Ф.Олберт, С.Вульф, Э.Гер, Л.Анса-Пепра) 39,79; Италия (М.Донола, Л.Пайссан, Л.Ианес, Л.Патта) 39,89; Нидерланды (К.Остерволде, М.Хейден, Г.Ван-Вейк, Б.Дафф) 40,28.

4х400 м (21): Турция (О.Кайя, К.Энку, Б.Акчам, И.Чанакчи) 3.08,34; Чехия (Л.Топфер, Ф.Лицман, Д.Лехар, М.Крсек) 3.08,50; Испания (Э.Солаво, Х.Санчес, В.Антунес, Б.Эрта) 3.08,66.

Ходьба 10 км (21): Н.Коляда (Блр) 41.10,03; Р.Орциони (Ит) 41.51,71; Л.Недзялек (Пол) 42.20,66; А.Кози (Ит) 42.39,91; П.Ольховик (Блр) 42.54,25; Я.Шмидт (Герм) 43.00,73.

Высота (21): Т.Кармой (Белг) 2,22; О.Дорошук (Укр) 2,14; А.Маттила (Финл) 2,12; А.ФАДЕЕВ 2,12; Т.Мино (Фр) 2,05 (в кв. 2,09); М.Ландо (Ит) 2,05 (в кв. 2,09)... 8. Е.ЕРМАКОВ 2,05 (в кв. 2,09).

Шест (20): П.Лиллефоссе (Норв) 5,41; И.Кравченко (Укр) 5,31; Р.Эмиг (Фр) 5,31; Д.КАЧАНОВ 5,31; А.Сантас (Гр) 5,21; М.Орбан (Фр) 5,11. В.ПИНТУСОВ 5,00 (кв). И.ДОЛБИН 5,00 (кв).

Длина (19): Ж.Поммери (Фр) 7,83 (-2.7); Я.Бия (Швцр) 7,78 (-0.4); А.Букса (Рум) 7,53 (1.2); Д.Пазманди (Венг) 7,48 (-0.9) (в кв. 7,61); Т.Кампань (Фр) 7,43 (-0.6); М.Чеко (Хорв) 7,22 (-0.6) (в кв. 7,25). А.ЧЕРМОШАНСКИЙ 7,14 (кв).

Тройной (21): А.Коноваленко (Укр) 16,50 (0.4); М.Мажейка (Блр) 16,22 (1.7); А.Пантазис (Гр) 16,08 (0.3); Т.Гоуга (Фр) 15,84 (0.9); А.Маланда (Фр) 15,54 (1.1) (в кв. 15,65); К.Форселлес (Шв) 15,46 (0.3); О.БРАЙКО 15,43 (1.0) (в кв. 15,63).

Ядро (19): О.Томашевич (Блр) 21,32; В.Марок (Пол) 20,07; А.Карахан (Турц) 19,76; А.Александрович (Блр) 19,73; Д.Тупи (Чех) 19,36; Т.Нортофф (Герм) 19,16.

Диск (21): Я.Сотеро (Исп) 62,93; М.Фореит (Чех) 62,17; Я.Фореит (Чех) 61,64; К.Хаслер (Герм) 60,13; Д.Томлинсон (Вбр) 60,01; Ш.Эммануэльсон (Нид) 57,70.

Молот (19): М.Кохан (Укр) 84,73; Х.Франтзескакис (Гр) 84,22; Д.Оливьери (Ит) 78,75; Д.Варга (Венг) 78,43; В.Андреев (Болг) 77,15; Д.Федоров (Укр) 74,40.

Копье (21): С.Виланд (Швцр) 79,44; К.Сунтажс (Латв) 79,23; Д.Цицос (Гр) 77,79; С.Соргелос (Белг) 74,32; М.Флориан (Чех) 73,16; Т.Лайне (Финл) 72,20.

Десятиборье (20): С.Эхаммер (Швцр) 7851 (10,70-7,68-14,08-1,97-48,22-13,57-35,24-4,70-49,45-5,04,25); Л.Мак (Нид) 7700 (11,15-6,55-14,10-1,94-49,39-14,47-45,32-4,60-55,77-4,39,15); М.Роот (Норв) 7692 (11,26-7,08-14,15-1,85-49,69-14,56-43,43-4,60-56,95-4,37,28); Л.Нойгебауэр (Герм) 7669 (11,50-7,38-15,91-1,94-50,15-14,86-51,04-4,20-44,91-4,42,85); М.Клут (Герм) 7589 (11,05-6,96-15,10-1,91-49,03-15,30-44,59-3,90-50,09-4,21,15); Д.Дестер (Ит) 7589 (11,13-6,98-13,44-1,94-48,56-14,21-39,00-4,50-50,62-4,41,17)... 17. А.КОМАРОВ 7076... 21. С.КЕКИН 6467; А.РОДИКОВ 6062.

Женщины

100 м (19) (0.8): В.Фонтана (Ит) 11,40; Н.Седо (Нид) 11,40; Х.Бестуэ (Исп) 11,59 (в п/ф 11,52); И.Алиу (Вбр) 11,60 (в п/ф 11,58); М.Стефанович (Пол) 11,62; К.Шимпф (Герм) 11,63.

200 м (20) (-1.7): Э.Хант (Вбр) 22,94; Ж.Жозеф (Фр) 23,60 (в п/ф 23,55); Л.Ферож (Белг) 23,63; Г.Бьярнадоттир (Исл) 23,64 (в п/ф 23,63); Д.Адам (Вбр) 23,75; Д.Каддари (Ит) 23,78 (в п/ф 23,64). Д.АКИНИЙМИКА 24,22(в п/ф 23,71).

400 м (20): П.МИЛЛЕР 51,72; А.Аннинг (Вбр) 52,18; Б.Маликова (Чех) 52,37; Д.Паттерсон (Ирл) 52,72; А.Хименес (Исп) 53,22; Н.Диоп (Фр) 53,63 (в п/ф 53,52).

800 м (20): И.Боффи (Вбр) 2.02,92; Д.Склабас (Швцр) 2.03,36; К.Ходкинсон (Вбр) 2.03,40; Э.Коиро (Ит) 2.04,12; Н.Ракасан (Фр) 2.04,20; Д.Гарсия (Исп) 2.05,43. А.ЕРЕМЯНЦ 2.10,09 (5з4).

1500 м (21): Д.Склабас (Швцр) 4.25,95 (в заб. 4.22,51); С.Хили (Ирл) 4.27,14 (в заб. 4.22,34); Т.Топтас (Турц) 4.28,13 (в заб. 4.27,44); М.Мачаду (Порт) 4.28,57 (в заб. 4.27,14); К.Казимерская (Пол) 4.29,83 (в заб. 4.27,50); О.Сарнецкая (Пол) 4.30,02 (в заб. 4.22,19).

3000 м (21): З.Дудек (Пол) 9.30,06 (в заб. 9.29,82); М.Мачаду (Порт) 9.30,66 (в заб. 9.30,03); Э.Дуколи (Ит) 9.32,42 (в заб. 9.26,37); Н.Бломквист (Финл) 9.32,44 (в заб. 9.27,04); С.Миллард (Вбр) 9.33,77 (в заб. 9.27,12); Э.Саура (Исп) 9.33,86 (в заб. 9.30,94)... 8. Л.МЕНДАЕВА 9.38,36 (в заб. 9.35,58).

5000 м (21): К.Лукан (Слов) 16.03,62;

Н.Баттокетти (Ит) 16.09,39; Л.Петерсен (Дан) 16.10,44; И.Фрай (Вбр) 16.24,50; П.Кайзер (Герм) 16.25,72; Л.Кляйне (Герм) 16.27,86.

100 м с/б (20) (0.1): Т.Юханссон (Шв) 13,16; П.Скжишовская (Пол) 13,35; Л.Мэттьюс (Вбр) 13,38; М.Столова (Чех) 13,56; А.Агвази (Белг) 13,59 (в заб. 13,51); М.Йорневик (Норв) 13,60.

400 м с/б (21): Ф.Бол (Нид) 56,25; С.Мато (Венг) 56,89; С.Галльего (Исп) 57,44; Ш.Гребо (Фр) 57,57; Я.Мольнар (Венг) 57,64; М.Уинтер (Вбр) 58,18.

3000 м с/п (20): П.Шнайдерс (Герм) 10.08,66; К.Палу (Фр) 10.12,31; Й.Папенфус (Герм) 10.12,42; Э.Лиллемо (Шв) 10.22,90; С.Харинг (Швцр) 10.24,54; Л.Кавалли (Ит) 10.25,00... 12. И.ШИПИЦЫНА 10.42,51.

4х100 м (21): Великобритания (К.Пембертон, Э.Хант, Д.Адам, И.Алиу) 44,11; Нидерланды (М.Бишопс, З.Седней, Д.Ван-Вильденберг, Н.Седо) 44,21; Германия (К.Райнхардт, Д.Апхофф, К.Шимпф, Т.Препенс) 44,34.

4х400 м (21): Великобритания (Н.Харрисон, И.Боффи, Л.Эванс, А.Аннинг) 3.33,03; Белоруссия (Е.Живаева, А.Лимай, В.Чимбор, А.Лучшева) 3.37,06; Польша (А.Формелла, С.Нойманн, А.Всолек, С.Лახеле) 3.37,13.

Ходьба 10 км (21): М.Бекмеж (Турц) 44.44,50; Э.Демир (Турц) 46.38,68; М.Гарсия (Исп) 46.50,50; П.Стей (Фр) 47.09,85; К.Филтисаку (Гр) 47.13,92; М.Уррутия (Исп) 47.48,93.

Высота (20): Я.Магучих (Укр) 1,92; А.ХАЛИКОВА 1,90; Н.СПИРИДОНОВА 1,87; Л.Юргенс (Герм) 1,84; С.Лекки (Ирл) 1,84; Б.Сайдокова (Чех) 1,84. М.КОЧАНОВА 1,74 (кв).

Шест (21): А.ГАТАУЛЛИНА 4,36; М.Боннен (Фр) 4,16; Э.Векеманс (Белг) 4,16; К.Концовенко (Блр) 4,16; Л.Шойцов (Герм) 4,06; Д.Шойцов (Герм) 3,91.

Длина (21): Л.Иапикино (Ит) 6,58 (1.2); Т.Юханссон (Шв) 6,52 (-0.5); Х.Миллс (Вбр) 6,50 (-0.9); Л.Суза (Чех) 6,26 (-1.5); И.Грюнвальд (Авст) 6,21 (-0.9) (в кв. 6,23); А.Геркен (Герм) 6,20 (-1.0) (в кв. 6,24).

Тройной (20): С.Кариди (Гр) 14,00 (-2.4); А.Начева (Болг) 13,81 (0.9); Р.Ласмане (Латв) 13,48 (-3.1); К.Виттман (Герм) 13,17 (-0.7); Э.Пепельняк (Слов) 13,16 (-0.1); М.ПРИВАЛОВА 13,11 (0.5).

Ядро (21): Й.Ван-Клинкен (Нид) 17,39; П.Акъол (Турц) 16,19; Э.Гуннарссоттир (Исл) 15,65; Э.Болонья (Фр) 15,54; Е.Дорц (Блр) 15,38; Е.Розанская (Пол) 15,32.

Диск (19): А.Ван-Дален (Нид) 55,92; О.Беджерек (Турц) 54,17; А.Нганду-Нтумба (Фр) 53,22; К.Линдфорс (Шв) 53,08; Я.Плеймес (Нид) 52,38; Д.Гаркуша (Укр) 50,98.

Молот (20): В.Иваненко (Укр) 65,83; С.Борутта (Герм) 63,53; Ж.Немет (Венг) 61,99; Ш.Уилльямс (Вбр) 61,24; С.Космиду (Гр) 60,87; Л.Епсен (Дан) 59,90... 11. А.КОРОБОВА 57,95.

Копье (21): К.Виска (Ит) 56,48; Ю.Ульбрихт (Герм) 54,98; Г.Туги (Эст) 54,52; Э.Ценго (Гр) 53,99; Ф.Боттер (Ит) 53,03; Л.Трогер (Герм) 52,02.

Семиборье (20): М.Висенте (Исп) 6115 (13,68-1,72-11,96-23,76-6,25-44,19-2.16,29); К.О'Коннор (Ирл) 6093 (14,61-1,81-13,41-24,82-5,73-52,92-2.16,98); А.Калин (Швцр) 6069 (13,81-1,75-12,08-24,65-6,16-48,84-2.19,81); Х.Миллс (Вбр) 5802 (13,45-1,78-10,86-24,15-6,30-32,73-2.24,17); К.ТРУБИНОВА 5573 (14,54-1,60-12,71-24,96-5,84-38,08-2.14,13); М.Рей (Швцр) 5504 (15,07-1,75-11,87-25,87-5,72-41,21-2.18,96);

Первенство России среди юношей

ЧЕЛЯБИНСК (28-30.06)

Мужчины

100 м (28) (-0.1): В.Скулин (Ир) 10,88; И.Кузяков (Иж) 10,94; И.Ламеко (ЮФО) 10,97; А.Михайловский (Хб) 11,04 (в п/ф 10,99); Н.Ломидзе (М) 11,04; Д.Мартель (Прм) 11,16; С.Сычов (Крс) 11,17 (в п/ф 11,12).

200 м (29) (-1.8): И.Ламеко (ЮФО) 22,02; Д.Мартель (Прм) 22,28; А.Смирнов (Кэ) 22,44; Е.Колотилов (Ект) 22,44; А.Михайловский (Хб) 22,50; С.Поляков (М.о.) 22,57; Л.Бикбулатов (СПб) 22,74 (в заб. 22,63); С.Сычов (Крс) 22,89.

400 м (29): Н.Ленчиков (Тмб) 47,94; Р.Халиуллов (Ул) 48,12; А.Пирогов (Ект) 48,12; Н.Чернов (ЮФО) 48,35; М.Попов (Прм) 48,53; И.Алдошин (М.о.) 48,63; А.Серов (Н-Н) 48,97; И.Пикулов (Чл) 49,92 (в заб. 49,58).

800 м (29): А.Храмов (Кр) 1.52,34; В.Подзвездов (Кр-Мк) 1.52,90; М.Любовников (У-У) 1.54,52; З.Соболев (Брн) 1.55,31 (в заб. 1.55,11); А.Зорин (М.о.) 1.55,53 (в заб. 1.54,86); М.Былков (Хб) 1.56,09 (в заб. 1.54,17); А.Змейкин (Чл) 1.56,49 (в заб. 1.54,93); Д.Поздеев (Иж) 1.57,27 (в заб. 1.55,41).

1500 м (30): В.Подзвездов (Кр-Мк) 4.00,12; О.Сильченко (Ир) 4.02,96; К.Митрофанов (Ект) 4.04,32; А.Храмов (Кр) 4.04,56; К.Герасимов (Кэ) 4.06,51; А.Рыбалкин (М)

4.07,20; А.Губич (М) 4.08,71; Д.Егоров (Чбк) 4.09,21.

3000 м (28): Д.Егоров (Чбк) 8.36,03; Н.Павлов (Чл) 8.36,28; О.Сильченко (Ир) 8.36,76; Д.Максимов (Чбк) 8.43,97; А.Губич (М) 8.45,25; О.Ахметшин (Кз) 8.51,26; Т.Семенов (Абк) 8.54,39; Е.Коптев (Врж) 8.56,92.

110 м с/б (91,4 см) (28) (-0.7): Л.Бикбулатов (СПб) 13,93; Д.Лаврентьев (Як) 14,11; Д.Соболев (Брн) 14,13; А.Ерогов (Иж) 14,23; К.Волощук (М) 14,26; А.Федоров (Крг) 14,43; Ю.Никитников (Тмб) 14,61 (в заб. 14,52).

400 м с/б (29): Ф.Иванов (М) 50,83; М.Свиридов (Влг) 52,99; Д.Новосельцев (Р/Д) 53,59; А.Кузьмин (Кз) 54,17; С.Алексеев (Н-Н) 54,72; А.Головин (СПб) 54,99 (в заб. 54,91); И.Бурылов (Ект) 55,48; И.Кабиров (Кз) 55,84 (в заб. 55,82).

2000 м с/п (29): К.Митрофанов (Ект) 5.52,58; К.Герасимов (Кз) 5.59,69; Д.Успенский (М.о.) 6.06,27; В.Трофименко (Крс) 6.12,14; Б.Лушников (Крг) 6.13,33; А.Иванов (Прм) 6.13,40; Н.Павельев (Мк) 6.15,51; О.Ахметшин (Кз) 6.16,39.

4x100 м (30): Тульская о. (Л.Жуков, И.Костриков, Я.Никулин, С.Азаров) 43,06; Волгоградская о. (В.Шеин, М.Свиридов, П.Никитин, Я.Синев) 43,18; Брянская о. (М.Кураков, В.Никитин, А.Кузьменко, Д.Соболев) 43,50; Ульяновская о. (М.Кузьмин, Е.Негоров, М.Половов, Р.Халиуллин) 43,59; Ставропольский кр. (А.Моисеев, Д.Хижняк, И.Строкун, А.Вардинов) 43,70; Челябинская о. (А.Сергеев, М.Шульц, С.Жураковский, Н.Корнеев) 43,94.

4x400 м (30): Свердловская о. (Е.Колотилев, Т.Даллакян, И.Бурылов, А.Пирогов) 3.18,99; Московская о. (С.Поляков, Д.Шкробко, И.Афони, И.Алдошин) 3.21,81; Ульяновская о. (Н.Егоров, М.Ширяков, М.Кузьмин, Р.Халиуллов) 3.22,34; Иркутская о. (А.Бадейников, Е.Харлашкин, А.Тюленев, Д.Шведов) 3.22,42; Челябинская о. (В.Шагабутдинов, А.Змейкин, Д.Шарифов, И.Пиколов) 3.22,54; Ростовская о. (Д.Новосельцев, Н.Груздев, Р.Пинчуков, Д.Османов) 3.24,96.

Высота (29): Л.Отческий (Хб) 2,12; М.Тычинкин (Уфа) 2,09; В.Кисляков (Р/Д) 2,09; Г.Тарабаров (Хб) 2,03; Е.Кимеклис (СПб) 2,03; В.Безякин (Кр) 2,03; Е.Савченко (Омск) 2,00; Н.Долин (Лпц) 2,00.

Шест (29): М.Волков (Ир) 5,00; А.Соловьев (М) 4,90; Ф.Склярков (СПб) 4,90; Г.Фарафонов (М) 4,70; Д.Тарасов (Р/Д) 4,60; М.Зиновьев (М.о.) 4,60; А.Орлов (Омск) 4,50; Д.Ткаченко (Кр) 4,35.

Длина (29): М.Кузьмин (Ул) 7,26 (0.2); Д.Корнев (Кз) 7,25 (1.5); К.Саушкин (М.о.) 7,22 (1.0); И.Тимирязев (Брн) 7,04 (1.4); В.Матюшин (СПб) 6,99 (1.1); П.Бангура (СПб) 6,93 (2.0); М.Половов (Ул) 6,91 (0.8); Д.Фарафонов (Лпц) 6,85 (0.0).

Тройной (30): А.Марков (Ств) 15,76w (2.9); Н.Усаяев (Хб) 15,25w (3.9); В.Александрин (М) 15,17 (0.2); И.Телькунов (Чл) 14,81 (2.0); В.Глухоедов (Влг) 14,69w (2.4); Н.Шишкин (Кр) 14,57; И.Кузнецов (Ств) 14,38w (3.5); Д.Могильников (Крс) 14,17w (3.7).

Ядро (5 кг) (28): Р.Филатенков (М) 18,78; С.Бородаев (Ств) 18,24; А.Заплаткин (М) 17,23; А.Гурьев (Уфа) 17,20; М.Куликов (Иж) 16,64; Н.Шапран (Ств) 16,53; С.Дубинко (Кр) 16,51; А.Шатов (Хб) 16,36.

Диск (1,5 кг) (30): Р.Носов (Орб) 56,00; С.Бородаев (Ств) 54,90; Д.Юдин (Врж) 54,08; С.Рухов (Влг) 52,83; А.Бахтин (Уфа) 46,61; Д.Герасимов (Л.о.) 45,67; Н.Шапран (Ств) 44,12; А.Жуков (М.о.) 43,55.

Молот (5 кг) (29): О.Якушкин (Смр) 70,51; Н.Беленников (Ств) 66,77; В.Шульга (Брн) 64,21; А.Овсянников (Р/Д) 63,98; Д.Розна (Тмн) 62,30; А.Мухортов (Н-Н) 61,71; В.Моисеев (Ств) 61,16; А.Ермолов (Чл) 58,26.

Копье (700 г) (29): В.Шумилов (Кстр) 68,48; Е.Брюшенко (ЮФО) 64,52; Г.Бакрушев (Клг) 63,61; М.Гаврилов (СПб) 58,57; Д.Лаптев (Смр) 58,25; А.Филиппов (СПб) 56,26; А.Самсонов (ЮФО) 55,30; В.Овчинников (Кстр) 54,56.

Женщины

100 м (28) (0.3): А.Иванова (СПб) 11,82; М.Бурцева (Влд) 11,96; П.Чернобай (Прм) 12,03; В.Ермолаева (СПб) 12,09; А.Паронова (М) 12,13; К.Демина (Н-Н) 12,16 (в п/ф 12,13); П.Шауло (Брн) 12,18; С.Миронова (М.о.) 12,20.

200 м (29) (-0.9): А.Иванова (СПб) 24,38; П.Чернобай (Прм) 24,67; С.Сигавкина (Нс) 24,86; П.Бабочкина (Нс) 25,03; А.Паронова (М) 25,04; Е.Краснова (М.о.) 25,19; В.Лабутина (Хб) 25,24; С.Миронова (М.о.) 25,31.

400 м (29): О.Солдатова (Кр) 53,40; М.Девяткина (Н-Н) 54,41; В.Архипова (М.о.) 54,43; Т.Белова (Ект) 54,47; А.Паренчук (Брнл) 54,64; Е.Ирешева (Н-Н) 55,93; Д.Кушнир (СПб) 55,94; Д.Бушуева (Брнл) 56,22.

800 м (29): А.Полякова (Смл) 2.11,24 (в заб. 2.10,22); Э.Овсянникова (М) 2.11,52 (в заб. 2.10,76); А.Секретарева (Н-Н) 2.11,65; С.Валеева (Ярс) 2.12,57 (в заб. 2.10,88); В.Мазунина (Прм) 2.13,10 (в заб. 2.10,68); Е.Букина (Прм) 2.15,52 (в заб.

2.14,46); А.Модина (СПб) 2.15,56 (в заб. 2.13,23); А.Шереметьева (Ир) 2.15,99 (в заб. 2.14,79).

1500 м (30): А.Минуллина (Чл) 4.31,22; Д.Полева (Чл) 4.32,26; Д.Быкова (Брн) 4.34,99; М.Головина (Блг) 4.35,21; У.Андреева (М-У-У) 4.38,88; Н.Крайнова (Кз) 4.40,35; Е.Домнина (Мгн) 4.42,03; Ю.Самойлова (Смр) 4.42,42.

3000 м (28): А.Минуллина (Чл) 9.39,15; Д.Полева (Чл) 9.40,88; Д.Быкова (Брн) 9.57,09; У.Андреева (М-У-У) 10.00,87; А.Гришечкина (Тверь) 10.08,55; К.Сырникова (М) 10.09,88; Ю.Логвинова (Влгд) 10.20,38.

100 м с/б (28) (-0.9): В.Щербинина (Чл) 14,19; Д.Ковальчук (Крс) 14,23; Д.Гринева (Смл) 14,29; Е.Минина (СПб) 14,33; В.Болдырева (Ект) 14,47; К.Сидельникова (Орб) 14,57; У.Плешивцева (М.о.) 14,65 (в п/ф 14,57); В.Первушина (Нс) 14,73 (в п/ф 14,72).

400 м с/б (29): О.Топольскова (Ств) 59,68; Е.Кучеренко (М) 59,90; М.Тарабанская (М.о.) 60,18; О.Квечер (Ект) 61,60; А.Немцева (Блг) 62,90; М.Сюткина (СПб) 64,30 (в заб. 64,19); Д.Макарова (Влд) 64,70 (в заб. 63,53).

2000 м с/п (29): Е.Домнина (Мгн) 6.48,87; С.Минина (Прм) 6.57,64; В.Авакян (Мк) 7.07,32; А.Леонтьева (Чбк) 7.16,51; С.Врублевская (Хб) 7.31,91; Е.Кадошникова (Крг) 7.33,99; С.Григорьева (М) 7.34,92; К.Золотухина (С) 7.47,17.

4x100 м (30): Москва (В.Казакова, А.Паронова, А.Чочаева, М.Бурцева) 47,35; Московская о. (Е.Будаева, С.Миронова, Е.Краснова, П.Чернобай) 47,38; С.-Петербург (О.Сизова, Е.Минина, В.Ермолаева, А.Иванова) 47,90; Татарстан (М.Салахова, Ю.Кулакова, П.Денисова, С.Сигавкина) 47,95; Нижегородская о. (О.Лизьякина, О.Кожирнова, Т.Киселева, К.Демина) 48,00; Краснодарский кр. (В.Арутюнова, А.Нарижных, В.Москвитина, О.Солдатова) 48,08.

4x400 м (30): Московская о. (В.Архипова, П.Хомякова, Е.Краснова, М.Тарабанская) 3.44,72; Нижегородская о. (У.Полянская, А.Секретарева, Е.Ирешева, М.Девяткина) 3.48,60; С.-Петербург (А.Давлетгильдеева, А.Модина, А.Колесник, Д.Кушнир) 3.49,16; Свердловская о. (А.Некрасова, Е.Сухоносорова, О.Квечер, Т.Белова) 3.50,96; Татарстан (Д.Даминова, М.Салахова, Р.Юнусова, П.Денисова) 3.54,40.

Высота (29): Н.Спиридонова (М-Пск) 1,86; А.Халикова (М-Смр) 1,84; М.Кочанова (СПб) 1,84; П.Парфененко (Кмрв) 1,82; Е.Куличенко (М.о.) 1,80; Е.Уткина (Брнл) 1,77; Д.Блинова (Влг) 1,74; Е.Колесникова (Л.о.-СПб) 1,70.

Шест (28): А.Сагдеева (М) 3,90; О.Алексеева (Р/Д) 3,80; А.Благодарова (СПб) 3,65; Р.Тимофеева (Омск) 3,65; В.Меньшикова (Кр) 3,65; П.Аминжанова (СПб) 3,65; О.Малова (М) 3,50; И.Ревенко (Чл) 3,50.

Длина (29): А.Кукушкина (Срт) 6,24 (2.0); В.Воловликова (Р/Д) 6,15 (2.0); Д.Кушнир (СПб) 6,09w (2.7); М.Баталова (Прм) 6,09 (1.8); Е.Казанцева (Омск) 6,01 (1.4); А.Чиркова (Кр) 5,93w (2.6); Д.Гринева (Смл) 5,86 (1.0); М.Рубцова (Брнл) 5,78w (2.1).

Тройной (30): В.Воловликова (Р/Д) 13,21w (2.3); Е.Пронина (Смр) 12,85w (3.0); В.Сорокина (Влг) 12,72 (1.5); Т.Дмитриева (СПб) 12,65w (2.8); Я.Алейникова (Кр) 12,58w (2.5); Т.Зязина (Влг) 12,45w (3.0); Д.Катюхина (Кз) 12,41w (2.3); А.Чистякова (СПб) 12,30w (3.0).

Ядро (28): Д.Шинкевич (Хб) 16,95; О.Батырева (Блг) 16,80; И.Данчук (Р/Д) 15,37; В.Путилина (Кр) 15,06; В.Сысоева (Влг) 14,54; Л.Склярова (М) 14,50; А.Целовальникова (Чл) 14,33; А.Серовцова (Ств) 14,03.

Диск (30): Е.Донченко (М) 42,04; М.Грабко (ЮФО) 40,93; И.Криворучко (М.о.) 38,59; А.Зайченко (Р/Д) 34,58 (в кв. 35,29); Ю.Пронкина (Н_н) 34,14 (в кв. 34,81); Ю.Коршунова (М-Тверь) 34,10 (в кв. 34,27); Д.Мухортова (Н-Н) 33,43; Е.Белозерова (М.о.) 33,26 (в кв. 34,67).

Молот (3 кг) (29): А.Григорьева (Ярс) 64,74; В.Гренкова (Смл) 62,52; А.Наумова (Влд) 62,36; А.Черепанова (Чл) 61,42; А.Нюхневич (Чл) 59,87; В.Полякова (Смл) 57,60; К.Загорная (М) 54,86; Н.Рекова (М.о.) 54,11.

Копье (30): А.Перова (СПб) 51,58; Е.Репникова (Ств) 49,04; В.Червякова (Кстр) 47,93; Д.Залом (Кр) 47,17; А.Кривомаз (Кр) 46,32; В.Путилина (Кр) 43,58; Л.Буряя (СПб) 43,47; А.Конопатова (М.о.) 42,19.

Чемпионат Европы среди юниоров (U23)

ЕВЛЕ (12-14.07)

Мужчины

100 м (12) (2.2): Х.Ларссон (Шв) 10,23; О.Бромби (Вбр) 10,24; Й.Ван-Гол (Нид) 10,27; К.Кранц (Герм) 10,28; М.Шульте (Герм) 10,30; Д.Ашуэлл (Вбр) 10,37; А.Голитен (Фр) 10,38.

200 м (13) (-0.1): Ш.Болдизар (Вбр) 20,89; К.Влеминкс (Белг) 21,04 (в п/ф 21,03); Р.Зезе (Фр) 21,05 (в заб. 20,88); Т.Харриес (Вбр) 21,17 (в п/ф 20,97); П.Ретамаль (Исп) 21,19 (в заб. 20,95); Л.Превот (Фр) 21,21; К.Кадесталь (Шв) 21,24; М.Йохансен (Норв) 21,38 (в п/ф 21,29). А.КУХАРЕНКО 21,15 (1з4), 21,37 (4п1).

400 м (13): Ф.Сайди (Фр) 45,79; К.Чалмерс (Вбр) 45,92; Б.Лопес (Ит) 46,16; Т.Зимны (Пол) 46,52 (в п/ф 46,41); Ф.Буррай (Алб) 46,79 (в п/ф 46,66); Й.Стойоски (Мкд) 47,01; В.Ачети (Ит) 47,16 (в п/ф 47,03); Л.Кошир (Слов) 47,32 (в п/ф 46,91).

800 м (14): М.Борковский (Пол) 1.48,75; С.Томас (Вбр) 1.49,06; П.Санчес-Валльяда (Исп) 1.49,36; Э.Ромеро (Исп) 1.49,39; Г.Тюаль (Фр) 1.49,43; Д.Фицсиммонс (Ирл) 1.49,75; М.Эйнан (Норв) 1.49,79; С.Баронтини (Ит) 1.49,91.

1500 м (13): И.Фонтес (Исп) 3.50,38; П.Коупленд (Вбр) 3.50,89; Э.Бибиш (Серб) 3.50,90; Б.Мишлер (Фр) 3.50,97; П.Жоктер-Монрозье (Фр) 3.50,98; Э.Эррерос (Исп) 3.51,30; М.Проданов (Болг) 3.51,65; О.Меслек (Ит) 3.51,97.

5000 м (13): Д.Грессьер (Фр) 14.16,55; У.Ай (Фр) 14.17,00; А.Ухельфен (Исп) 14.17,23; Т.Гетахон (Изр) 14.17,43; С.Хассан (Шв) 14.19,96; Т.Новалес (Исп) 14.22,76; С.Мешаль (Исп) 14.24,41; Э.Бибиш (Серб) 14.26,40.

110 м с/б (12) (1.4): Д.Джозеф (Швцр) 13,45; М.Сероцкий (Пол) 13,63; К.Филлери (Вбр) 13,64 (в п/ф 13,60); А.МАКАРЕНКО 13,65 (в п/ф 13,57); М.Обасуи (Белг) 13,67 (в п/ф 13,65); Д.Жебровский (Пол) 13,90 (в п/ф 13,69); Д.Уивер (Вбр) 13,92 (в п/ф 13,90); М.Релья (Шв) 13,98 (в п/ф 13,85).

400 м с/б (14): В.Аппио (Фр) 49,03; Н.Смидт (Нид) 49,49; Э.Кваме-Эйджикум (Герм) 49,69; К.Прайс (Герм) 49,92; М.Синчуковс (Латв) 50,04; А.Поррас (Исп) 50,45; Р.Ангела (Нид) 50,51; А.Книбс (Вбр) 50,82 (в п/ф 50,56). В.ЛЫСЕНКО 51,16 (4з2), 51,50 (7п1). И.ЛОГИНОВ 51,20 (6п2), 51,58 (1з3).

3000 м с/п (14): Ф.Рупперт (Герм) 8.44,49; А.Фелю (Фр) 8.45,04; С.Сундстром (Шв) 8.45,82; И.Балабанов (Болг) 8.47,20; Л.Месеке (Герм) 8.47,61; Л.Жилавер (Фр) 8.48,28; Л.Магнуссон (Шв) 8.50,55; Э.Бушрак (Исп) 8.51,21.

4х100 м (14): Германия (К.Кранц, М.Шульте, Д.Альмас, Ф.Трутенат) 39,22; Франция (А.Голитен, Р.Зезе, Я.Аммур, М.Сиргей) 39,57; Бельгия (С.Верхерстратен, К.Влеминкс, А.Снайдерс, Р.Капенда) 39,77; Италия (А.Златан, Д.Петторосси, А.Федеричи, Н.Артузо) 39,96; Белоруссия (М.Богдан, С.Дорогокупещ, М.Граборенко, Ю.Заболотный) 39,99.

4х400 м (14): Германия (М.Группен, М.Шлегель, Ф.Даммерман, М.Сандерс) 3.03,92; Великобритания (А.Хайдок-Уилсон, Л.Томпсон, Д.Брир, К.Чалмерс) 3.04,59; Франция (Л.Превот, Т.Андан, Л.Мбайе, Ф.Сайди) 3.05,36; Польша (М.Жезничак, С.Мирослав, М.Холуб,

Т.Зимны) 3.07,37; Испания (А.Рокандио, М.Гихарро, Х.Серрано, А.Поррас) 3.07,62; Швейцария (В.Мотц, Ф.Могги, Р.Висс, Ч.Девантай) 3.10,46.

Ходьба 20 км (14): В.МИЗИНОВ 1:21.29; С.Коркмас (Турц) 1:21.32; К.Уилкинсон (Вбр) 1:22.13; Э.Забуженко (Укр) 1:23.54; М.Бермудес (Исп) 1:24.17; А.Имук (Турц) 1:24.34; Д.Лукьянчук (Блр) 1:24.41; И.Лопес (Исп) 1:24.59.

Высота (14): М.Недосеков (Блр) 2,29; Т.Гейл (Вбр) 2,27; Н.Кобельский (Пол) 2,23; С.Соттиле (Ит) 2,20; Я.Халили (Серб) 2,20; Й.Вагнер (Герм) 2,20; Д.Никитин (Укр) 2,16; М.Багник (Чех) 2,16.

Шест (13): Б.Лита-Бере (Герм) 5,65; Э.Каралис (Гр) 5,60; Т.Колле (Фр) 5,60; С.Гуттормсен (Норв) 5,50; Ч.Майерс (Вбр) 5,50; Д.Бенитес (Вбр) 5,50; А.Хейг (Вбр) 5,50; Р.Ноол (Эст) 5,40.

Длина (12): М.Тентоглу (Гр) 8,32 (0.9); Э.Сантос (Исп) 8,19 (-0.1); Г.Кила (Ит) 8,00 (0.5); Х.Хаусенберг (Эст) 7,86 (1.5); М.Розанский (Пол) 7,78 (1.0); А.Гурин (Блр) 7,77w (2.3); М.Шабун (Ит) 7,72 (1.0); В.Булахов (Блр) 7,67 (1.8).

Тройной (14): Н.Эр (Турц) 17,37 (1.1); Н.Бабаев (Азб) 17,03w (2.3); А.Даллавалле (Ит) 16,95 (1.6); Т.Боки (Ит) 16,59 (0.9) (в кв. 16,73); Р.Греку (Рум) 16,45 (1.1); Э.Одебар (Фр) 16,32 (1.8); Х.Герра (Исп) 16,30 (2.0); Ф.Визан (Рум) 16,15 (1.0) (в кв. 16,30).

Ядро (12): К.Буковецкий (Пол) 21,51; Л.Фаббри (Ит) 20,50; В.Петерссон (Шв) 19,53; М.Томсен (Норв) 19,41; Г.Мужаридзе (Груз) 19,33; Д.Карпук (Блр) 19,29; О.Музендис (Гр) 18,99; С.Тринемайер (Герм) 18,98.

Диск (14): К.Цех (Слов) 63,82; К.Прюфер (Герм) 62,15; О.Стахник (Пол) 60,01; Е.Богущий (Блр) 58,56; Я.Гарденкранс (Шв) 57,86; Г.Жук (Блр) 56,95; К.Генетли (Кипр) 56,59; Т.Ро (Фр) 55,87 (в кв. 56,02).

Молот (13): А.Гонзалес (Исп) 74,36; Б.Халас (Венг) 74,14; М.Гаврилюк (Укр) 72,21; Д.Раба (Венг) 70,80; А.Кангас (Финл) 70,58; А.Шиманович (Блр) 70,56; А.Яаккола (Финл) 70,08.

Копье (13): Ц.Мжиглод (Пол) 84,97; А.Новак (Рум) 81,75; А.Котковец (Блр) 80,31; П.Гайлумс (Латв) 79,81; М.Кихера (Исп) 79,22; Д.Йонссон (Исл) 76,30; Т.Керанен (Финл) 74,15; Л.Сааринен (Финл) 73,17... 11. Н.ОРЛОВ 71,42.

Десятиборье (14): Н.Кауль (Герм) 8572 (11,17-7,26-15,19-2,03-48,67-14,83-47,35-4,80-77,36-4.17,63); Й.Эрм (Эст) 8445

(10,73-7,97-14,66-2,03-47,41-14,33-43,24-4,70-59,60-4.34,04); М.Эйтель (Герм) 8067 (10,42-7,13-14,43-1,97-48,34-14,48-41,36-4,70-60,17-4.46,53); Р.Де-Вольф (Нид) 7982 (11,04-7,32-14,13-1,97-49,14-14,68-47,51-4,40-59,77-4.37,03); Л.Бессон (Фр) 7792 (10,86-7,26-14,65-2,00-51,18-14,96-41,54-4,70-56,53-4.47,01); Р.Рап (Нид) 7639 (10,94-6,99-13,68-2,00-49,29-15,03-44,34-4,50-53,52-4.54,20); Я.Рурманн (Герм) 7637 (11,34-6,88-15,79-1,91-49,75-16,21-48,97-4,40-56,10-4.35,21); Э.Бенкункас (Литв) 7584 (11,22-7,09-14,09-2,03-50,74-15,16-40,51-4,50-58,60-4.51,58)... А.МАКАРЕНКО сошел.

Женщины

100 м (12) (0.6): Е.Свобода (Пол) 11,15; С.Ледук (Фр) 11,40; Л.Ниппген (Герм) 11,45; Д.Вайсман (Изра) 11,48; К.Невилл (Ирл) 11,57; Л.Кемппинен (Финл) 11,59; С.Букша (Латв) 11,64; М.Скотт (Ирл) 11,70.

200 м (13) (-0.9): С.Букша (Латв) 23,24; Э.Раффе (Фр) 23,35; С.Ришар (Фр) 23,50; П.Севилья (Исп) 23,52 (в заб. 23,48); С.Юнк (Герм) 23,53; К.Авуа (Вбр) 23,66; М.Депуйд (Белг) 24,04; М.Бабои (Рум) 24,10 (в п/ф 24,04). М.МАКСИМОВА 23,71 (2з2), 24,26 (4п1).

400 м (13): Н.Качмарек (Пол) 52,34; Л.Вондрова (Чех) 52,40; А.Миклош (Рум) 52,66; Л.Бульман (Герм) 52,94 (в заб. 52,72); Н.Шмидт (Герм) 53,16 (в заб. 52,99); А.Брызгина (Укр) 53,20; Ш.Модсли (Ирл) 53,57 (в заб. 53,28); Р.Борга (Ит) 53,64 (в заб. 53,51).

800 м (13): Д.Рики (Вбр) 2.05,19; Э.Бейкер (Вбр) 2.06,33; Г.Гаянова (Слвк) 2.06,78; А.Сарна (Пол) 2.07,46; Е.Белло (Ит) 2.07,59; С.Фелер (Швцр) 2.07,79; В.Глуха (Чех) 2.09,34.

1500 м (14): Д.Рики (Вбр) 4.22,81; Э.Вандерелст (Белг) 4.23,50; М.Дзенони (Ит) 4.23,96; Э.Меггер (Пол) 4.25,12; С.Афонсо (Порт) 4.25,78; П.Сильва (Порт) 4.26,06; А.Муньос (Исп) 4.26,26; Л.Родригес (Исп) 4.26,26.

5000 м (14): А.Моллер (Дан) 15.07,70; А.Ре (Герм) 15.11,25; С.Антон (Исп) 15.28,66; М.Даттке (Герм) 15.40,61; Ф.Томмази (Ит) 15.44,90; Д.Джадд (Вбр) 15.51,67; Я.Килич (Турц) 15.52,88; С.Индека (Пол) 15.57,86.

10 000 м (12): А.Ре (Герм) 31.39,34; М.Даттке (Герм) 32.29,45; Я.Лау (Нид) 33.35,66; Я.Килич (Турц) 33.41,14; Э.Делани (Фр) 33.48,64; Д.Патернейн (Вбр) 33.51,31; В.Шкурко (Укр) 33.55,55.

100 м с/б (12) (1.8): Э.Герман (Блр) 12,70; К.Сицяж (Пол) 12,82; Л.Валетт (Фр) 12,97; С.Алесандрини (Фр) 13,12; Р.Рашкован (Блр) 13,22 (в п/ф 13,21); С.Парахонько

(Блр) 13,31 (в п/ф 13,29); К.Войтуник (Пол) 13,49 (в п/ф 13,46); П.Сали (Фр) 13,53 (в п/ф 13,47).

400 м с/б (14): П.Каукуит (Белг) 56,17; Л.Оливьери (Ит) 56,22; Я.Гигер (Швцр) 56,37; Р.Сартори (Ит) 56,93 (в п/ф 56,89); А.Зупин (Слов) 56,97; Л.Вондрова (Чех) 57,29; В.Лехикойнен (Финл) 58,24 (в п/ф 58,02); Н.Воштил (Пол) 59,69 (в п/ф 58,44). Е.ТЮРИНА 60,34 (5з3).

3000 м с/п (13): А.Моллер (Дан) 9.27,31; Э.Фланаган (Ирл) 9.51,72; К.Присекару (Рум) 9.53,21; А.Герс (Герм) 9.53,73; Л.Мейер (Герм) 9.55,37; С.Карайлан (Турц) 9.58,25; Я.Баккер (Нид) 9.59,02.

4х100 м (14): Германия (Д.Монтаг, К.Квадро, С.Юнк, Л.Ниппген) 43,45; Франция (Л.Регулье, Э.Де-Ла-Тэйль, Э.Раффе, С.Ришар) 43,82; Польша (К.Сицяж, М.Гола, М.Котвила, Е.Свобода) 44,08; Ирландия (М.Скотт, К.Невилл, Ш.Модсли, Д.Акпе-Мозес) 44,32; Великобритания (М.Робертс, А.Рис, Х.Брайер, Ш.Малоун) 44,54; Испания (А.Обрадорс, П.Гарсия, П.Севилья, Л.Гомес) 44,56; Италия (З.Доссо, С.Боникальца, Л.Фаттори, К.Мелон) 45,29; Швейцария (И.Блатти, З.Лемменс, К.Амброзини, Г.Фрей) 45,64.

4х400 м (14): Польша (К.Лозовская, Н.Воштил, Н.Видавска, Н.Качмарек) 3.32,56; Великобритания (Л.Бекфорд, Ф.Айджиапонг, Я.Ливерпул, Х.Уилльямс) 3.32,91; Германия (Н.Шмидт, К.Шваб, А.Шмидт, Л.Бульман) 3.33,83; Украина (Я.Качур, Н.Пироженко-Черном, И.Аврамчук, А.Брызгина) 3.34,33; Италия (А.Манджоне, А.Полилари, А.Монтези, Р.Борга) 3.36,96; Словакия (М.Пескова, Г.Гаянова, С.Малатинцова, М.Цидорикова) 3.46,26.

Ходьба 20 км (14): А.Текдаль (Турц) 1:34.47; О.Недзялек (Пол) 1:35.54; Я.СМЕРДОВА 1:35.58; М.Пенья (Исп) 1:37.12; А.Чамоса (Исп) 1:37.34; Л.Барчелла (Ит) 1:38.05; С.Аликаниоти (Гр) 1:39.11; Т.Цурек (Герм) 1:39.41.

Высота (13): Ю.Левченко (Укр) 1,97; К.Хонсел (Герм) 1,92; Э.Юннила (Финл) 1,92; К.Демидик (Блр) 1,92; К.Орсел (Белг) 1,89; М.Лейк (Вбр) 1,85; М.Нильссон (Шв) 1,85; С.Фернандес (Исп) 1,80.

Шест (14): А.Мозер (Швцр) 4,56; А.Швабикова (Чех) 4,35; Е.БОНДАРЕНКО 4,35; К.Хейманс (Нид) 4,20; Ш.Ива (Фр) 4,20; В.Мурто (Финл) 4,20 (в кв. 4,25); А.Муандро (Фр) 4,00 (в кв. 4,25); М.Бартоломе (Исп) 4,00 (в кв. 4,25).

Длина (14): И.Кпатша (Фр) 6,73 (0.5) (в кв. 6,81); П.Фаркаш (Венг) 6,55 (1.9); М.Гардасевиц (Серб) 6,43 (1.7); М.Хомайер

(Герм) 6,40w (2.6) (в кв. 6,52); К.Карлен (Шв) 6,33 (0.9); И.Митселена (Исп) 6,27 (1.8); Э.Хопкинс (Вбр) 6,12w (2.4) (в кв. 6,31); Ж.Баррейра (Порт) 6,10 (1.0).

Тройной (12): Д.Загайнова (Литв) 13,89 (0.4); Т.Данишмас (Турц) 13,85 (1.5); В.Скворцова (Блр) 13,79 (1.2); Н.Огбета (Вбр) 13,64 (1.3); Д.Анитей (Рум) 13,55 (1.7); Э.Вансет (Шв) 13,49 (1.1); М.Лобата (Исп) 13,18 (0.6); Е.Бабий (Укр) 12,95 (1.5).

Ядро (13): А.Кенцель (Герм) 17,94; К.Майш (Герм) 17,64; Ю.Риттер (Герм) 17,17 (в кв. 17,32); Д.Оладино (Вбр) 16,79; Д.Шильдер (Нид) 16,51; Б.Кониг (Нид) 16,37; М.Слеповронска (Пол) 15,96 (в кв. 16,09); Э.Роували (Финл) 15,70.

Диск (12): М.Толь (Хорв) 62,76; А.Емельянова (Молд) 57,30; А.Бранденбург (Герм) 56,52; Ю.Риттер (Герм) 55,54; В.Камга (Шв) 55,48; К.Ракоцевич (Чрнг) 54,43; Н.Фогарти (Ирл) 51,57; Х.Левеелахти (Финл) 51,03.

Молот (12): С.ПАЛКИНА 71,08; А.Маслова (Блр) 69,36; С.Фантини (Ит) 68,35; А.Смех (Пол) 66,87; Г.Алберг (Шв) 65,88; К.Терво (Финл) 63,82; Э.Тор (Шв) 63,10; Ф.Бот (Шв) 62,57... 10. А.БОРОДУЛИНА 62,06.

Копье (14): А.Фухс (Герм) 63,68; Э.Тугсуз (Турц) 61,03; Э.Менде (Фр) 55,57; Л.Синигалья (Ит) 52,23; Г.Рюкштуль (Швцр) 51,84 (в кв. 54,59); К.Феррейра (Порт) 51,27 (в кв. 52,27); С.Забарино (Ит) 51,02 (в кв. 55,16); П.Ласко (Блр) 50,78 (в кв. 52,09).

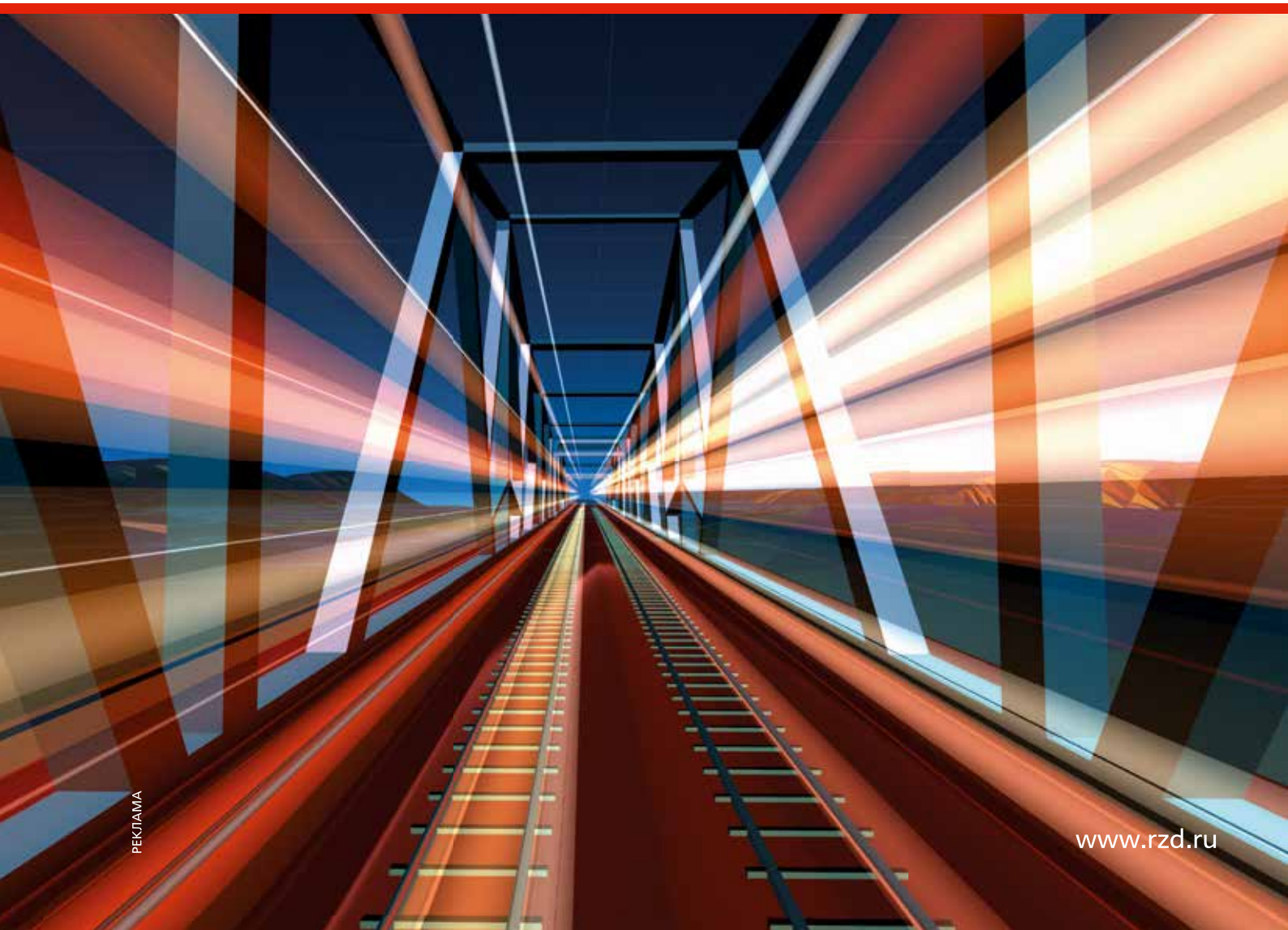
Семиборье (14): Г.Рюкштуль (Швцр) 6274 (14,22-1,76-14,58-25,22-5,87-54,82-2.12,05); С.Вайзенберг (Герм) 6175 (14,21-1,82-14,18-24,67-6,04-47,92-2.20,39); Х.Моденс (Белг) 6093 (14,06-1,73-13,36-24,17-6,22-37,40-2.08,79); Э.Остервегель (Нид) 6072 (14,21-1,70-13,47-25,12-5,86-52,04-2.12,68); С.Лаггер (Авст) 6026 (14,39-1,73-15,23-25,61-5,81-47,23-2.14,23); А.Суллек (Пол) 5954 (14,07-1,82-12,06-24,29-5,80-42,50-2.17,28); Б.Салминг (Шв) 5754 (15,03-1,88-13,56-27,08-5,48-48,25-2.18,37); А.Грефстад-Фройнс (Норв) 5706 (14,70-1,73-11,59-25,89-5,77-45,70-2.12,05).

Управляя расстояниями

Открытое акционерное общество «Российские железные дороги» является одной из самых крупных в мире железнодорожных компаний, обеспечивающей значительный объем грузовых и пассажирских перевозок, обладающей высокими финансовыми рейтингами, квалифицированными специалистами во всех областях железнодорожного транспорта, большой научно-технической базой, проектными и строительными мощностями, значительным опытом международного сотрудничества.

100% акций компании, владеющей железнодорожной сетью, протяженностью 85,3 тыс.км, принадлежат государству.

ОАО «РЖД» ежегодно перевозит более 1 млрд пассажиров и выполняет свыше 45,3% грузооборота всей транспортной системы страны (с учетом трубопроводного транспорта).





Владимир Никитин – победитель ЧР-2019 в беге на 5000 м