

# ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ

ОФИЦИАЛЬНОЕ  
ИЗДАНИЕ  
ФЕДЕРАЦИИ  
ФИГУРНОГО  
КАТАНИЯ  
НА КОНЬКАХ  
РОССИИ

**ИГОРЬ МОСКВИН –  
ЧЕЛОВЕК  
С БОЛЬШОЙ  
БУКВЫ**

**СОЧИ:** центр,  
открытый  
для будущего

**ОДИНОЧНИЦЫ  
РОССИИ:**  
прорыв, который  
готовили

**БРАЙАН ОРСЕР:**  
всегда на коньке

**ЕЛЕНА  
МАСЛЕННИКОВА:**  
училась на переводчика,  
а стала тренером



Стань  
**чемпионом**  
на ботинках **WIFA!**



*Champion Light*

Размеры: 1 - 8½, 6 размеров полноты  
Прыжки в 2 оборота и  
первые прыжки в 3 оборота

*Prima Intermediate*

Размеры: 26-35 & 3-8, 5 размеров полноты  
Прыжки в 2 оборота



*Prima*

Размеры: 24-35 & 3-12, 6 размеров полноты  
Прыжки в 1 оборот и более



*«Baby-Shoe»*

Размер 22 LL  
Первые шаги в правильном направлении



**WIFA®** **skates**  
Quality Leather Boots

Реклама

[www.wifa.at](http://www.wifa.at)  
[www.wifaskates.ru](http://www.wifaskates.ru)



[www.facebook.com/wifaskates](http://www.facebook.com/wifaskates)  
find us on facebook!

# Дорогие друзья!

Недавно Федерация фигурного катания на коньках России представила в Министерство спорта Целевую комплексную программу подготовки к Олимпийским играм 2018 года. Пока преждевременно давать какие-либо прогнозы, но важнейшая часть нашей программы посвящена преемственности того курса подготовки, который позволил нашим фигуристам блестяще выступить на Олимпийских играх 2014 года в Сочи, завоевав пять медалей: три золотые, серебряную и бронзовую. У нас молодая боеспособная команда, и мы направим все наши усилия на то, чтобы в Пхенчхане подтвердить высокий уровень результатов наших фигуристов, показанный на домашней Олимпиаде.

Ну а пока мы открываем новый сезон. Этот сезон, как и любой постолимпийский, – тяжелее обычного. Наступает новый четырехлетний олимпийский цикл, успехи Сочи забыты, началась будничная, рутинная работа.

Когда вы будете держать в руках этот номер журнала, борьба сильнейших фигуристов мира на этапах Гран-при будет в самом разгаре. Данная серия турниров – отличная возможность проверить свою физическую и техническую готовность, отшлифовать исполнение программ. Ведь впереди – главные старты: чемпионат России, чемпионаты Европы и мира.

Уже завершен отбор в финал Гран-при среди юниоров. Приятно отметить, что на счету россиян больше половины разыгранных золотых медалей – 14! Это наш лучший результат за весь период выступления на этапах Гран-при. И это является свидетельством качественной работы наших тренеров и специалистов. Значит, мы на правильном пути.



Александр Горшков,  
президент Федерации  
фигурного катания на коньках России,  
олимпийский чемпион



Реклама

# СОБЕРИ ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКТ



ТВ



ИНТЕРНЕТ



ТЕЛЕФОН

ВСЕГО ЗА

**499** РУБ.  
МЕС.

8 (800) 100 0 800 | RT.RU

Физическое лицо получает право на участие в акции «Комплект 3 в 1» при подключении от одной до трех Услуг: «Домашний Интернет» [1], «Интерактивное телевидение» [2], «Домашний телефон» [3], становясь обладателем Минимального пакета Услуг 1, 2 и 3. Услуги сверх Минимального пакета подключаются дополнительно. Период подключения к Акции с 18.08.2014 по 28.02.2015 включительно. Стоимость Минимального пакета Услуг от 499 руб. с НДС, действительна 4 календарных месяца, с момента подключения Акции, далее – согласно действующим тарифам. Подробности об организаторе – ОАО «Ростелеком», технической возможности, правилах и условиях подключения по Акции в регионах РФ – на сайте [www.rt.ru](http://www.rt.ru) или по телефону 8 (800) 100-0-800.



Ростелеком

№ 3 (12) | 2014

«ОФИЦИАЛЬНОЕ  
ИЗДАНИЕ  
ФЕДЕРАЦИИ  
ФИГУРНОГО КАТАНИЯ  
НА КОНЬКАХ РОССИИ.  
ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ»

Учредитель:  
ООО «Издательский Дом  
«Фигурное катание»

Главный редактор  
Тонкачева Оксана

№ 3 (12) 2014  
от 17.11.2014  
тираж 750 экз.  
свободная цена

Адрес редакции:  
198217, Санкт-Петербург,  
ул. Танкиста Хрустицкого,  
д. 54, лит. А

Адрес издателя совпадает  
с адресом редакции

Тел. +7 911 988 61 68  
E-mail: fsmagazine@mail.ru

Адрес типографии:  
143400, Московская обл.  
Красногорский район,  
а/м «Балтика», 23 км  
полиграфический комплекс

Свидетельство  
о регистрации СМИ  
ПИ № ФС 77-55833  
от 30.10.2013

Фото на обложке:  
Александр Фалдин

Статьи и фотографии,  
присланные в журнал,  
не рецензируются  
и не возвращаются.

Мнение редакции не всегда  
совпадает с мнением  
авторов.

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

# Содержание



## ГЛАВНЫЙ СТАРТ

Залог успеха – контроль  
за качеством исполнения

4

## ЛЕД РЕГИОНОВ

В Невинномысске соскучились  
по чемпионам

37

## ГОРЯЧАЯ ТЕМА

Выборы: отчитались за прошлое,  
наметили планы на будущее

10

## ПРОИЗВОЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Нарисовать свой танец?  
Почему бы нет!

38

## VIP-ЛОЖА

Почему Александр Коган  
любит парное катание

16

## ВЗГЛЯД С ТРИБУНЫ

До встречи в Пхенчхане

42

## KISS&CRY

Игорь Москвин:  
выдающийся тренер  
отметил 85-летний юбилей!

18

## Россиянки начинают... и выигрывают!

46

Они знают секрет успеха

48

## ПУТЬ К ПЬЕДЕСТАЛУ

Йошкар-Ола приглашает...

26

## СОПЕРНИКИ, КТО ВЫ?

Брайан Орсер: не маг,  
не волшебник

52

## МЕДОСМОТР

Эти нелегкие первые шаги

34

## ТРЕНЕРСКАЯ

Елена Масленникова:  
«Пришла к своему тренеру Наталье  
Ильиничне Дубовой. Попросила, чтобы  
замолвила словечко, а Дубова в ответ  
предложила поработать с ней»

56

# Все под контролем

**От того, насколько внимательны  
к критике тренер и спортсмены,  
зависит очень многое**

Фото: Ольга Тимохова  
и Анастасия Бочкарёва



К выходу на лед готовятся Александр Энберт, Александр Смирнов, Василиса Даванкова, Юко Кавагути, Юрий Ларионов, Наталья Забияко



Юлия Липницкая

*По установившейся традиции перед началом сезона фигуристы сборной России представили специалистам новые программы, чтобы услышать рекомендации профессионалов и быстро устранить недочеты. Предстоящий сезон для всех болельщиков российского фигурного катания обещает стать едва ли не интереснее олимпийского. В строю все герои Сочи-2014, за исключением взявшего паузу Евгения Плющенко.*

Открытые прокаты – мероприятие чисто рабочее: увидеть ошибки в постановках, послушать, как звучит музыка, проверить уровни сложности элементов. Это не тот старт, где следует делать далеко идущие выводы на основании увиденного: программы, как правило, не вкатаны и не производят должного впечатления. Можно понять разве что тенденции и прикинуть, от кого из спортсменов стоит ждать прорыва, а кто так и будет довольствоваться вторыми ролями. Но, по мнению большинства специалистов, в целом по сравнению с прошлым годом выступления спортсменов основной и юниорской сборных России, состоявшиеся в первые выходные сентября в Новогорске и Горках-2, прошли на более высоком уровне. Это относится к построению программ, композициям, подбору музыкального сопровождения.

Но есть и общие недоработки. Слово – специалистам. Ведь новый сезон только начинает набирать обороты.



Татьяна Тарасова  
переживает за Артура  
Гачинского

Максим Ковтун с членами своей  
команды: Еленой Буяновой,  
Максимом Завозиным  
и Петром Чернышовым



**Виктор  
КУДРЯВЦЕВ –  
о том, что  
улучшилось  
в парном  
и одиночном  
катании и чему  
еще необходимо  
уделить внимание**

### Юниорский состав

В юниорской сборной особенно выделяются девочки. Радует их достаточно высокий уровень не только в технике, но и в хореографии. Причем все спортсменки не похожи друг на друга, в каждой есть своя «изюминка». К сожалению, о мальчиках-юниорах этого не скажешь. А ведь для победы на международных соревнованиях, этапах Гран-при, официальных чемпионатах катание каждого спортсмена должно обладать своим неповторимым почерком, отличительными чертами. Это касается как программ в целом, так и исполнения отдельных элементов. Необходимо добиваться того, чтобы спортсмены запомнились зрителям, ведь судьи – те же зрители. И от того, какое впечатление фигуристы произведут на публику своими программами, своим катанием, зависят и оценки.

Сразу скажу, что программы юниоров как в парном катании, так и в одиночном стали более выразительными. Они довольно интересно составлены, и видно, что в межсезонье тренеры привлекали к работе специалистов из разных областей: хореографов, постановщиков, акробатов, танцоров, которые трудились над скольжением, шагами, связками, улучшали качество, что повысило и скорость катания.

Но почему следует уделить внимание нашим юниорским парам и их тренерам? Индивидуальной работе с каждым партнером. Да, ребята хорошо исполняют парные элементы: поддержки, выбросы, подкрутки. А вот с параллельными прыжками, вра-

щениями, связками и шагами есть проблемы. Это сразу бросается в глаза.

Почему так происходит? Во-первых, потому, что у многих фигуристов отсутствует базовая подготовка. На низовом уровне тренеры не обучают азам детей, ошибочно считая, что нет такой необходимости, а сразу переключаются на прыжки. Получается, что ребенок, только что пришедший в фигурное катание, не научился грамотно скользить, но уже начинает прыгать – и прыгать с места. Ни правильного захода на прыжок, ни красивого уверенного выезда. Прыжок получается фактически на одном месте, а он должен исполняться в поступательном движении, не снижая скорости скольжения. Однако тренерам, похоже, неважно, с какого ребра фигурист прыгнул, на какое ребро приземлился, лишь бы провернулся в воздухе.

Но зачастую как раз эти самые «детали» через какое-то время оборачиваются минусами в оценках и тормозят процесс. Как известно, переучивать всегда сложнее, чем изначально правильно поставить технику. За этим надо обязательно следить.

## Проблема юниорского парного катания заключается в самой ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Во-вторых, в парное катание набирают девочек, которые еще не полностью освоили базовые элементы одиночного катания. В силу возраста им просто не хватило на это времени. Встав в пару, юные фигуристки вместе с партнером и тренером начинают нарабатывать парные элементы и осваивают

Настроение – отличное! Юлия Липницкая, Морис Квилеташвили, Адьян Питкеев, Артур Гачинский, Николь Госсияни и Сергей Воронов



Анна  
Погорилая

## Фигуристы не «продают свой товар», а прячут его под прилавок. Зачем?

их достаточно быстро и успешно. Но проблемы с прыжками и вращениями остаются.

Каким мне видится выход из положения? Предложить тренерам на тренировках уделять больше внимания индивидуальной работе с каждым спортсменом. По моим наблюдениям, большую часть времени фигуристы тренируют парные элементы, и очень малый процент отводится на работу с каждым из партнеров. Совершенно очевидно, что в особенности недостает такой работы партнершам. То есть проблема юниорского парного катания заключается в самой организации тренировочного процесса. Необходимо внести корректировки, сделать упор на повышение индивидуального мастерства, потому что без этого в современном фигурном парном катании продвигаться вперед будет очень тяжело.

Алена Леонова  
и ее новый наставник  
Евгений Рукавицын



Артур Дмитриев-младший

### Основной состав

Что мне особенно бросилось в глаза – настрой ребят. Казалось бы, после олимпийского сезона должен наступить спад: все устанут, возьмут время на перерывы. Однако получилось наоборот. Наши ведущие одиночники и парники прибавили.

В парном катании отмечу следующее. В межсезонье многие фигуристы поменяли партнеров и на прокатах дебютировали в новом сочетании, на мой взгляд, очень успешном. Это тот самый случай, когда от перестановки слагаемых сумма выиграла. Все новые дуэты выглядели на прокатах гармонично, катание стало увереннее, ярче, техничнее. Повысились уровень и качество катания, прежде всего, за счет грамотно организованных тренировок и привлечения специалистов из танцев на льду. Вроде бы делают то же самое, но за счет качественного скольжения, высокой скорости получилась совсем другая картина.

Я присутствовал на всех прокатах как юниоров, так и мастеров. И сформулировал некие общие рекомендации, которые, думаю, будут полезны тренерам и спортсменам не только уровня сборной команды.

### Рекомендации

1. Мне кажется, надо обратить внимание на распределение элементов по площади катка. Как правило, самые сложные элементы спортсмены выполняют по краям. Даже на тренировках. Образно выражаясь, выходит, что они не «продают свой товар», а прячут его под прилавок. Зачем? Если фигурист исполнит прыжок в центре катка, вскинет руки, продемонстрирует свободный выезд, то это будет другой коленкор. Надо научиться «продавать» свой элемент, и оценка станет выше. Судья ведь тоже понимает: одно дело прыгать в углу, а другое – перед глазами арбитров. Тут и мастерство, и уверенность, и рисунок. Прыжок у бортика, на кромке льда получается «зажатым», потому что банально не хватает места. В итоге: ни вида, ни красоты.

Максим Ковтун



Некоторые тренеры ссылаются на то, что из-за композиции программы спортсмены просто не успевают выехать на середину катка. Значит, надо хореографически составить программу так, чтобы успевали.

**2.** В исполнении того или иного элемента хотелось бы видеть более эстетический подход. Что я имею в виду? Многие прыжки спортсмены тренируют по принципу «лишь бы выехать». А сейчас настало время качественного исполнения прыжков. Они должны быть красивыми, эстетичными, свободными. Возьмите, например, балет. Там тоже немало прыжков. Но мы и представить себе не можем, чтобы танцоры исполняли их абы как, в некрасивых для глаза позах. В работе со своими учениками я очень много внимания уделял именно этому моменту. Мне лестно слышать, когда говорят, что у того или иного фигуриста видна техника Кудрявцева. За счет чего мы добивались такого результата? За счет того, что изо дня в день работали над тем, чтобы прыжки получались не просто выше и шире, но и красиво смотрелись, имели хореографические позиции на выезде. А сейчас зачастую на тройных прыжках не следят за позициями рук, выезжают с прыжка с наклоном, глядя вниз, «на бровях». Но ведь это совершенно незрелищно.

**3.** Прокаты показали, что недостаточно времени уделяется работе колена и голеностопа, а ведь именно от них зависят скорость скольжения и стабильность выполнения элемента. Готовясь к прыжку, спортсмену надо помнить, что нога должна быть мягкой, подготовленной, согнутой в колене. Прыжок начинается с ног. А мы часто видим, что фигурист входит в прыжок



Аделина Сотникова



Александр Горшков

с корпуса, с наклона плеч. Или прыгает на «прямых ногах». Это совершенно неправильно и влечет за собой ошибки.

Неправильная работа колена и голеностопа приводит к потере скорости, поэтому и получается, что дорожки поставлены интересные, но спортсмен не скользит, а «идет пешком», потому что не работают ноги. Делает поворот на дорожке и останавливается. Нет скорости, нет зрелищности. Возьмите для примера Патрика Чана. Он может и упасть, но катается, скользит, как Бог, потому что «едет» на мягких ногах.

Для того чтобы это качество появилось, нужно отдельно работать. Не просто поставить и «долбить» дорожку, а основательно «прорабатывать» ее. Сделать крюк, сесть, встать, сесть, перетяжка, переход с внутреннего ребра на наружное... Вот тогда и будут работать голеностоп и колено. Этим, кстати, как раз и занимаются танцоры, которых все чаще привлекают в качестве тренеров в парное и одиночное катание. Посмотрите, как в результате преобразились наши спортивные дуэты и одиночники.

**4.** Скорость на вращениях у наших фигуристов еще недостаточная, и это негативно сказывается на восприятии. Если вращаться медленно, то пусть и выдерживаются позы и уровни, но плюса все равно

Сергей Воронов и Этери Тутберидзе





Адъян Питкеев  
и Максим Ковтун



Вера Базарова/  
Андрей Депутат

не получить. А плюс – это дополнительные баллы. Так что нужно стремиться к тому, чтобы вращения были скоростными, техничными, интересными и не шаблонными.

**5.** В юниорском одиночном катании надо разнообразить подход к тройному лутцу. Уж очень он стандартный. Наверное, стоит поискать какие-то свои переходы, повороты. Одно дело – сложный заход, а другое – просто ногу подставить. В этом моменте мы уступаем соперникам.

Вывод, который после прокатов напрашивается сам собой и очевиден для специалистов: в современном фигурном катании одному тренеру уже не справиться. Одиночное и парное катание превратились в некий синтез с танцами на льду, и все чаще в программах одиночников и пар можно увидеть сложные танцевальные дорожки. Для того чтобы спортсмен успешно выступал на высоком уровне, необходима работа целой команды: тренеров по ОФП, акробатов, танцоров, постановщиков и хореографов. Требования к спортивным парам и одиночникам за последнее время очень возросли. Следует отметить, что наши фигуристы, члены сборной команды, несмотря на отдельные недочеты, двигаются в ногу со временем.

**1.** Прошедшие прокаты показали, что в технике скольжения у нас еще имеются резервы. Танцевальным парам необходимо чище исполнять элементы, особенно дорожки шагов. С этого сезона будут строже подходить к исполнению поворотных элементов в дорожках шагов, а также местоположению свободных ног. Если в прошлом сезоне специалисты не очень обращали на это внимание, то теперь изменились критерии оценки дорожек шагов. В связи с этим спортсменам следует быть более внимательными и аккуратными.

**2.** Существует ряд недостатков в исполнении кипайнов (ключевых моментов) в обязательной части короткого танца, так называемом паттерне. Во время консультаций со специалистами и разбора программ на прокатах в Новогорске мы указали на этот момент фигуристам и тренерам, так что все знают, над чем нужно работать. Сейчас только начало сезона. Время есть.

**3.** С этого года в коротком танце появился новый элемент, который называется «частичная дорожка шагов». Основная идея введения этого элемента продиктована стремлением осовременить обязательные танцы, расширить их список.

Ни для кого не секрет, что копилка обязательных танцев, используемых в фигурном катании, не пополнялась много лет. Есть более современные – «Танго Романтика» Людмилы Пахомовой – Александра Горшкова, «Золотой вальс» Марины Климовой – Сергея Пономаренко, финнstep Сюсанны Рахкамо – Петри Кокко, янки-полька. Они отвечают современным требованиям, уровню конька и технике танцоров на сегодняшний день. А вот пасодобль, румба, килиан, фокстрот и тому подобные несколько устарели.

В связи с этим по инициативе Технического комитета и была выдвинута идея ввести новый элемент, который удовлетворял бы требованиям обязательного танца и представлял собой собственную версию новых танцев на заданную тему.



### АЛЛА ШЕХОВЦОВА – о нововведениях в танцах на льду, вступивших в силу в этом сезоне

Я не стану говорить об ошибках: уверена, в ближайшем будущем их удастся избежать. Остановлюсь на рекомендациях и на тех моментах, на которые необходимо обратить внимание.

## С этого года в коротком танце появился НОВЫЙ ЭЛЕМЕНТ. Идея интересная, но не все наши тренеры ее сразу поняли



Яна Яновская/  
Сергей Мозгов



Юко Кавагути/  
Александр Смирнов

Например, если обязательным танцем является пасодобль, то сначала танцевальный дуэт исполняет традиционный пасодобль, описанный в правилах, а дальше представляет собственную вариацию, свое видение этого танца, каким он должен быть в будущем. Безусловно, авторская версия должна отражать основную идею танца, сохранять катание в позициях, на дугах, чистоту исполнения поворотных элементов, шагов и так далее.

Думаю, что такая инициатива позволит нам создать информационную базу новых танцев, которые мы могли бы использовать в обозримом будущем. Кроме того, авторские версии дадут возможность проанализировать, в каком направлении следует двигатьсяся, каков перспективный вектор. Не исключено, что какие-то новые версии через некоторое время станут обязательными танцами для всех.

Идея интересная, но не все наши тренеры ее сразу поняли, хотя она неоднократно озвучивалась на судейских митингах и семинарах. В самом названии элемента есть словосочетание «дорожка шагов». Однако многие восприняли новый элемент просто как «транзишн», связующие шаги, и сделали акцент на ки-пойнты. Это не совсем правильное понимание. Все эти нюансы мы объяснили тренерам и спортсменам в Новогорске. И на открытых прокатах новый элемент уже выглядел интереснее и свежее.

**4. Композиция программ.** С этого года изменились требования, предъявляемые к композиции танца: бывшие правила № 609 (короткий танец) и № 610 (произвольный). С нынешнего сезона нумерация поменялась: теперь это правила № 709 и № 710.

В этих правилах четко прописаны все требования к композиции, в частности: сколько разрешено разъединений, какова должна быть их максимальная продолжительность, ограничено расстояние между партнерами, количество остановок и так далее. Сразу отмечу, что перечень ограничений, которые

спортсмены должны выполнять, достаточно большой. Но требованиям необходимо следовать, поскольку с этого года за их нарушение введен «дидашн» за хореографию и композицию.

Для чего это было сделано? Раньше за различные нарушения в композиции танца судьи снимали баллы в компонентах. Но, как правило, это не работало, да и спортсмены не очень понимали, что и как. Теперь с введением специальной кнопки, о которой я уже упомянула, тренерам и спортсменам надо очень серьезно отнестись к данному вопросу. На прокатах мы увидели, что до сих пор есть разъединения, превышающие допустимую продолжительность; вызывают вопросы и расстояния между партнерами во время разъединений, а за все такие «мелочи» фигуристов будут серьезно наказывать баллами. [ФК](#)

Кристина Астахова/  
Алексей Роганов



# Завтра начинается сегодня

**Отчетно-выборная конференция подвела итоги работы ФФКР за четыре года, выявила самые острые проблемы и наметила пути, куда двигаться дальше**

**18 сентября в подмосковном Новогорске прошла отчетно-выборная конференция ФФКР, на которой были избраны руководители организации, приступившие к работе в новом олимпийском цикле. На конференции присутствовали 54 делегата, представлявшие 71 региональную структуру ФФКР: 42 региональные спортивные федерации по фигурному катанию и 19 общественных объединений.**

Текст: Ольга Ермолина, пресс-атташе ФФКР, специально для «ФК»

С итоговым отчетным докладом на конференции выступил президент ФФКР олимпийский чемпион Александр Горшков. Первоначально планировалось, что доклад заранее будет опубликован на официальном сайте ФФКР, издан отдельной брошюкой и роздан делегатам, собравшимся в Новогорске. Однако, учитывая важность и результативность олимпийского сезона, глава федерации счел необходимым озвучить доклад с трибуны.

Подробно остановившись на результатах российских фигуристов в течение двух сезонов с момента последней отчетной конференции, прошедшей в 2012 году, и подготовке к Олимпийским играм в Сочи, глава ФФКР выделил главную проблему отечественного фигурного катания на сегодняшний момент – острый дефицит высокопрофессиональных тренерских кадров.

Об этой проблеме говорили и все выступавшие на конференции делегаты, обсуждая доклад руководителя ФФКР: президент Федерации фигурного катания Москвы Ирина Рабер, бывший глава федерации Санкт-Петербурга Олег Нилов, тренеры Татьяна Тарасова и Нина Мозер, представители Свердловской, Омской и Забайкальской федераций фигурного катания, а также Ямало-Ненецкого округа. О задачах, которые были решены и которые предстоит решить, рассказали председатель тренерского совета Леонид Хачатуров, а также председатель Коллегии судей Юлия Андреева.

В частности, Олег Нилов обратил внимание присутствующих на принятый закон об образовании, согласно которому начинающие тренеры спортивных секций по фигурному катанию потеряли статус педагога. Следствием этого явилось снижение заработной планы руководителей таких спортивных образований.

На данный момент в среднем она составляет порядка 5–7 тысяч рублей в месяц, хотя не должна быть ниже средней месячной зарплаты по регионам, а это около 30 тысяч рублей.

По словам депутата Госдумы РФ Нилова, он вносил на рассмотрение необходимые поправки в соответствующий закон, однако получил отрицательный ответ. Тем не менее бывший руководитель Федерации фигурного катания Санкт-Петербурга считает, что этот вопрос не следует оставлять и необходимо исправить возникшее недоразумение.

Также он остановился на теме сотрудничества ФФКР с телевидением. Ведь ни для кого не секрет, что, несмотря на рейтинг популярности фигурного катания, все важные чемпионаты и соревнования показывают отнюдь не в прайм-тайм, к тому же нередко за трансляции требуют дополнительных денег с федерации. Нилов пояснил, что летом в Госдуме заинтересованные организации пролоббировали вопрос о возвращении рекламы пива на ТВ и использовании ее на спортивных мероприятиях. В этой связи, по его словам, надо постараться сделать все, чтобы «жидкие деньги» действительно работали на благо российского спорта. Выступавший добавил, что если со стороны пивных производителей не будет таковых инициатив, то он готов с трибуны Госдумы заявить, что все их аргументы в поддержку спорта – наглая ложь.

Президент Федерации фигурного катания Москвы Ирина Рабер поддержала коллегу и говорила о теме тренерских кадров. «Все мы прекрасно помним слова замечательной песни: «Да разве сердце позабудет того, кто хочет нам добра? Того, кто нас выводит в люди? Кто нас выводит в мастера?» И в этой связи абсолютно непонятно, почему представителям госструктур приходят в голову мысли, которые затем

материализуются в непонятные решения и документы», – задавалась вопросом делегат.

Речь шла о подготовке тренеров высокого уровня в Москве, точнее, о закрытии в Педагогическом университете факультета, который готовил тренеров, в том числе, и для фигурного катания. А между тем в этом вузе обучались многие спортсмены сборной страны, которые затем переходили на тренерскую работу. По словам Ирины Рабер, этот вопрос нельзя оставлять и необходимо решать совместными усилиями, с привлечением Министерства спорта РФ. На волне популярности фигурного катания, в особенности после Олимпийских игр в Сочи, проблему тренерских кадров испытывает даже такой крупный город, как Москва.

Глава московской Федерации фигурного катания также уточнила, что, со своей стороны, попытается использовать все возможности. К примеру, многие ученики тренера Виктора Кудрявцева – Виктория Буцаева, Илья Климин, Елена Соколова, Александр Успенский – в настоящий момент работают со спортсменами, и Федерация Москвы делает все, чтобы поддержать молодых специалистов.

Ирина Рабер также остановилась на теме спонсорства, предложив инициировать вопрос о представлении льгот тем организациям, которые реально помогают спорту, и фигурному катанию в частности. Однако, чтобы это осуществить, необходимо добиться «прозрачности» деятельности спортивных федераций.

Бывший президент Федерации фигурного катания Забайкальского края Сергей Добрин рассказал о проблемах, которые волнуют регион. Это отсутствие льда, устаревшая система подготовки, недостаток тренерских кадров... Из-за отсутствия приемлемых условий подготовки практически все талантливые фигуристы стараются перебраться в столичные города, поэтому делегат призвал обратить внимание на тему переходов спортсменов. В качестве примера выступавший привел хоккей и попросил руководство ФФКР более тщательно продумать контрактную систему.

Взявшая затем слово Татьяна Тарасова прежде всего поздравила делегатов с тем, что ФФКР располагает большими финансовыми средствами. Ранее, в отчете председателя ревизионной комиссии, был озвучен факт отзыва лицензии у банка «Софрино», вследствие чего задолженность банка ФФКР составила более 70 млн рублей. Тарасова подняла вопрос о целесообразности использования финансовых средств ФФКР, надежности их вложений, дабы впредь избежать ненужных рисков.

Кроме того, тренер высказала озабоченность низким качеством поставляемого для членов сборной России инвентаря и отсутствием ответственного лица за подобные «проколы».

Татьяна Анатольевна не обошла стороной и вопрос о раскрутке и рекламных контрактах олимпийских чемпионов. По ее словам, после такого громкого успеха наших фигуристов в Сочи необходимо тщательно продумать работу в этом направлении.

Тренер олимпийских чемпионов Нина Мозер вкратце рассказала о непростом пути, который они прошли вместе с учениками Татьяной Волосожар и Максимом Траньковым, прежде чем те стали двукратными олимпийскими чемпионами. Однако, несмотря на ценность золотых наград, все это в прошлом. И перед тренером стоят новые насущные вопросы. Группа увеличилась, необходимы своевременная помощь со стороны ФФКР, как финансовая, так и организационная, а также наличие в группе врачей, массажистов, других профильных специалистов.

По мнению Нины Мозер, надо активнее использовать более современные методы и подходы в работе, перенимать лучший опыт Международного союза конькобежцев (ИСУ).

Делегаты конференции признали работу ФФКР за отчетный период удовлетворительной, после чего утвердили «Положение о почетных должностях».

На должность президента ФФКР на безальтернативной основе единогласно был переизбран действующий глава федерации Александр Горшков. В качестве почетного президента ФФКР был выдвинут Валентин Писеев, кандидатура которого также была поддержана единогласно. Писеев, претендовавший на место генерального директора ФФКР, после избрания почетным президентом взял самоотвод и призвал делегатов поддержать второго кандидата – Александра Когана. Заместителем генерального директора ФФКР единогласно стала Галина Голубкова, а ответственным секретарем – Вячеслав Зайцев.

На должность вице-президентов ФФКР избраны: Владимир Грибанов, Сергей Кононыхин, Александр Лакерник, Олег Нилов и Ирина Рабер. Директор УТЦ «Новогорск» Николай Доморацкий, ранее являвшийся вице-президентом федерации, сославшийся на занятость, еще до голосования взял самоотвод.

Затем прошли выборы членов исполкома. За них делегаты голосовали с помощью бюллетеней. Для входления в состав исполкома необходимо было набрать более 2/3 голосов. Набравшие меньше автоматически отсеивались.

В новый состав исполкома ФФКР вместе с ранее названными руководителями вошли: Юлия Андреева, Евгений Безменов, Вера Богуш, Петрос Гаспарян, Владислава Глазкова, Николай Долгополов, Николай Доморацкий, Галия Кобылкина, Павел Лисицын, Сергей Свиридов, Алексей Тюрюканов, Алексей Урманов, Леонид Хачатуров, Алла Шеховцова и Лариса Якушева. **ФК**

# Александр Горшков: «Фигуристы внесли достойный вклад в общую победу»

## Выдержки из доклада президента ФФКР



ЮЛИЯ КОМАРОВА

Олимпийские игры в Сочи были признаны Международным олимпийским комитетом, всеми участниками и зарубежными гостями одними из лучших в истории. Российские фигуристы внесли достойный вклад в общую победу, завоевав три золотые, серебряную и бронзовую медали, и одержали яркую победу в командных соревнованиях, проводимых впервые в истории зимних Олимпиад.

\*\*\*

Члены ФФКР – региональные общественные объединения и организации. Сегодня это 58 территориальных спортивных федераций, а также Кировская региональная общественная физкультурно-спортивная организация «Олимпийская орбита» и общественно-государственная организация «Динамо». Количество полномочных членов федерации за два последних года выросло на 12 организаций и достигло 60.

\*\*\*

Только в течение завершившегося спортивного сезона зарегистрировались и стали членами Федерации России региональные общественные организации Брянской, Магаданской и Сахалинской областей, Хабаровского края, а также окружная общественная организация Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и региональная организация Республики Северная Осетия – Алания. А в мае этого года в качестве регионального отделения была признана Федерация фигурного катания на коньках города Севастополя.

\*\*\*

Следует отметить активную работу федераций городов Москвы и Санкт-Петербурга, республик Мордовии, Татарстана и Марий Эл, Пермского края, Белгородской, Новгородской, Самарской, Челябинской и Тюменской областей. Прежде всего это проявилось в оказании действенной помощи в

подготовке спортсменов, контроле за работой школ и тренеров, в организации и проведении соревнований, участии в ежегодном смотре-конкурсе «Ростелеком».

\*\*\*

В то же время надо сказать, что работа с региональными федерациями на современном этапе требует нового подхода. Нужны постоянная реальная помощь, выезды на места, постановка вопросов на коллегиях соответствующих ведомств органов исполнительной власти, организация и поддержка новых начинаний.

\*\*\*

За отчетный период значительно расширилась география развития вида спорта в стране, возросла численность занимающихся фигурным катанием как среди детей, так и среди других групп населения. Если в 2010 году фигурное катание на коньках культивировалось в 51 субъекте, в 2012 году – в 66, то в настоящее время – уже в 9 федеральных округах, включая Крым, и 71 субъекте Российской Федерации с общим числом занимающихся 89 тысяч человек. Это на 19 тысяч больше, чем в 2012 году. При этом количество тренеров увеличилось на 50 человек и составляет 1136.

\*\*\*

Более 27 тысяч спортсменов проходят подготовку в СДЮШОР, ДЮСШ, училищах, отделениях и секциях в региональных и муниципальных образованиях, где работают 1013 тренеров (два года назад их было 992). Всего в стране насчитывается 180 таких образований.

В настоящее время более 11 тысяч занимающихся является спортсменами-разрядниками, в том числе более 9,5 тысячи имеют массовые разряды, 86 – мастеров спорта, 44 – мастеров спорта международного класса и 11 – заслуженных мастеров спорта (два года назад их было 3).

\*\*\*

По числу занимающихся лидирующие позиции занимает Москва – около 20 тысяч человек, Московская область – свыше 5,5 тысячи, свыше 4 тысяч в Санкт-Петербурге, Свердловской, Самарской, Саратовской, Челябинской, Нижегородской областях и Республике Татарстан.

\*\*\*

За последние годы фигурное катание получило значительное развитие в южных регионах страны, прежде всего в Краснодарском крае, где насчитывается свыше 3 тысяч занимающихся, и в Республике Северная Осетия – Алания, а также в ряде северных регионов – в Ямало-Ненецком и Ханты-Мансийском автономных округах. [ФК](#)

# Валентин Писеев: «Буду помогать регионам»

**– Валентин Николаевич, вы руководили отечественным фигурным катанием на различных должностях с 1967 года, собирались и дальше претендовать на пост генерального директора федерации. Почему решили изменить планы?**

Я не ухожу из фигурного катания, буду заниматься главной проблемой, о которой говорили на конференции, – проблемой поднятия регионов, создания центров, материально-технической базы, поиска тренерских кадров. А почему решил поменять должность... Я 47 лет нахожусь на руководящей работе, все видел, все прошел. Долгое время возглавлял Федерацию фигурного катания СССР и Российской Федерации... И если кто помнит, то на прошлой конференции я задал риторический вопрос: чего еще мы не добились в жизни? Только одного – у нас не было олимпийской чемпионки в женском одиночном катании. Наконец в Сочи эта задача была решена. Мы провели большую работу, чтобы этот вид фигурного катания сначала поднять, а потом продвинуть вперед, и в итоге моя последняя мечта осуществилась. Теперь мне уже надо спокойно жить и спокойно на все реагировать, естественно, оставаясь в фигурном катании.

**– По-прежнему будете принимать участие в организации каких-либо мероприятий, связанных с деятельностью ФФКР?**

Конечно. Буду помогать регионам. Вы знаете, жизнь одна, не хочу сказать, что у меня такой уж почтенный возраст, потому что состояние человека, его самочувствие зависит не от количества лет. Мне приятно, что я принимал активное участие в организации сочинских Игр, чтобы все было сделано в срок, к началу Олимпиады. Приятно, что впервые на этой Олимпиаде были проведены командные соревнования, где наша команда стала первой. Приятно, что наша федерация получила высокую оценку за организацию и проведение олимпийских соревнований по фигурному катанию. Хочу добавить, что никаких разногласий с Александром Коганом, как это пытались представить некоторые СМИ, зачем-то сталкивая нас лбами, нет. Александр Ильич в фигурном катании тоже давно, но он намного моложе меня. Пусть попытается продолжить ту политику, что была, а может быть, создаст что-то лучше.

**– А чем конкретно планируете заниматься в работе с регионами?**

На конференции очень много говорили об этом. Фактически у нас есть один классный центр – Москва. Санкт-Петербург на сегодняшний день потерял свои позиции. Есть Пермь, Самара, Екатеринбург... Так вот нужно, чтобы там работали и результат был не только на юниорском уровне, но и на взрослом.

В первую очередь необходимо, конечно, решать проблемы материально-технической базы, строительства спортивных сооружений. Ситуации ведь везде разные. Например, в Екатеринбурге есть тренерские



ЮЛИЯ КОМАРОВА

кадры, но страдает материальная база. В другом месте наоборот: есть материальная база, а тренировать некому. Вот и надо сейчас все отрегулировать: там, где есть условия, должны работать высококлассные специалисты. Тогда будет фундамент, появится резерв. Сейчас он появляется в каких-то точках, а должна быть система. Есть у нас регионы, где на катках – сплошной хоккей. Катки строятся, но все для хоккея. Появляется мужская хоккейная команда – строят для женской. Здесь тоже перекоса не должно быть: если, допустим, губернатор играет в хоккей, не должна вся область играть только в хоккей. А такое, к сожалению, происходит. Все, о чем говорили многие делегаты на конференции, те задачи, которые были озвучены и поставлены, я постараюсь реализовать.

**– В последнее время в Россию стали возвращаться тренеры, которые когда-то уезжали из-за невозможности работать на родине. Стоит продолжать этот курс?**

Если работу в этом направлении строить только на том, чтобы кого-то возвращать, – на мой взгляд, это не тот путь. Кто хочет здесь работать – пожалуйста. Но систему надо строить по-другому. У нас всего четыре вуза, которые занимаются подготовкой тренерских кадров. Это Московская область, Москва, Санкт-Петербург и Краснодар. Естественно, надо, чтобы были вузы на Урале, в Сибири, в других регионах. И потом, очень важно проводить семинары. Например, мы проводим «Звездную дорожку» – объехали с ней всю Россию. Настолько эта программа прижилась, что она привлекает детей к занятиям фигурным катанием, а молодые тренеры учатся у прославленных специалистов. Следует проводить мастер-классы. Например, проходят у нас показательные выступления – надо эту возможность использовать для открытого урока. Нужно любые возможности стараться использовать, чтобы от великих была отдача.

...Еще раз хочу сказать большое спасибо всем, и особенно президенту нашей федерации Александру Георгиевичу Горшкову. Мы не прощаемся. Мы продолжаем работать. **ФК**



## Александр Коган: «Спортсмены, тренеры и специалисты должны четко понимать – мы работаем для них»

**Новый генеральный директор ФФКР – о своей программе и задачах, которые необходимо реализовать в ближайшем будущем**

*– На итоговой пресс-конференции вы сразу обратили внимание журналистов на то, что ваша программа – это не изменение курса ФФКР, а продолжение того, что уже сделано и делается в настоящий момент.*

На самом деле мои притязания очень просты: я хотел бы приносить пользу российскому фигурному катанию, спортсменам, тренерам и специалистам, самой федерации... У меня есть свое видение дальнейшего развития нашей организации, но не резкое изменение ее курса. Хочу сказать еще и о том, что я давно работал с Валентином Николаевичем Писеевым, знаю его многие годы, вместе мы проводили огромное количество соревнований – как российских, так и международных, вместе закончили Олимпийские игры. Теперь Валентин Николаевич будет заниматься направлением, требующим сейчас особого внимания, – развитием нашего вида спорта в регионах. А я попытаюсь создать некий маркетинговый продукт, организацию с четко определенным финансированием, которого будет хватать на различные проекты, связанные и с нашими ведущими спортсменами.

**– Речь идет о поисках спонсоров?**

В том числе. После Олимпийских игр в Сочи мы, к сожалению, сразу не могли воспользоваться теми предложениями, которые посыпались. Но сейчас мы попытаемся эти предложения вернуть. Многие вопросы ведь все равно будут упираться в основном в финансовые проблемы. Моя идея – не экономить, а как можно больше зарабатывать, чтобы потом эти деньги тратить на тех же спортсменов, тренеров и специалистов, приносящих результаты. Так делается во многих зарубежных федерациях. При этом нужно обязательно дать возможность спортсменам больше зарабатывать в шоу, в рекламе. Одним словом, сама

федерация должна быть привлекательна в маркетинговом плане. Есть идея – создать специальные отделы внутри федерации: коммерческий, который может приносить доход, маркетинговый, продвигающий образ спортсмена сборной страны...

Одной из первоочередных задач, например, является создание принципов вознаграждения спортсменов за достигнутые результаты. Могу сказать, что эти принципы мы уже разработали, согласовали с президентом ФФКР и обсудим на ближайшем исполнкоме федерации. Кроме того, нам необходимо более четко определить, чем и как мы можем помогать спортсменам и тренерам сборных команд. Это касается и оплаты за аренду жилья для спортсменов и специалистов, и стипендии «Ростелекома». Вполне логично привязать данные выплаты к выполнению спортсменами их индивидуальных планов, достижению спортивных результатов.

**– На конференции было озвучено, что в одном из коммерческих банков ФФКР потеряла 70 млн рублей. Их реально вернуть?**

Реально. У банка отобрали лицензию, но ведь есть определенная система, которая работает в таких ситуациях. У нас все сделано по закону. Федерация внесена в реестр кредиторов. Сейчас проходят стандартные процедуры, мы ждем их окончания, стоим в очереди и надеемся, что все эти деньги будутозвращены федерации, и мы сможем с ними работать.

**– Одна из глобальных проблем, о которой говорили и Александр Горшков, и другие делегаты конференции из регионов, – недостаток или полное отсутствие высококвалифицированных тренерских кадров на местах...**

Да, причем раньше эта проблема упиралась в недостаточное количество катков с искусственным льдом,

где могли тренироваться фигуристы высокого уровня, поэтому практически все одаренные спортсмены уезжали из регионов в крупные города. Соответственно тренеры на местах лишались не только учеников, но и стимулов, заинтересованности в дальнейшей работе. Сейчас количество современных катков возросло. Появились прекрасные спортивные центры не только в столичном регионе, но и на Урале, за Уралом, в Сибири, Южном федеральном округе. Но мы столкнулись с другой проблемой – дефицитом тренерских кадров. Провал в подготовке специалистов по фигурному катанию нашими вузами и другими учебными заведениями таков, что пока его невозможно восполнить. За примерами далеко ходить не надо. Санкт-Петербургский университет физической культуры выпускает 5–7 специалистов в год. В Москве примерно схожая картина.

В Сибирском государственном университете физической культуры набор проводится раз в два года. Но там проблема иного характера. Учебное заведение готово ежегодно набирать студентов, но желающих поступать нет. Все хотят учиться в центре.

**– Не секрет, что спортсмены и тренеры часто жалуются на некачественные ботинки.**

Проблема известная, и в ближайшее время мы постараемся ее решить. Прежде всего будем требовать от поставщиков соблюдения критериев качества выпускаемой продукции. В особенности это касается инвентаря для спортсменов сборных команд страны. И одним из приоритетных направлений станет оказание помощи в обеспечении спортивным инвентарем наших региональных организаций. Например, весь Дальний Восток катается в китайской обуви. Это дешевле, проще и ближе. Но все региональные организации по фигурному катанию должны иметь доступ к качественному спортивному инвентарю. Мы продумываем систему поощрения региональных организаций, которые участвуют в различных соревнованиях, планируем для лучших спортсменов на местах предоставлять такой инвентарь бесплатно.

**– В своем докладе вы говорили о расширении и привлечении в Россию различных турниров. Считаете, что их проводится недостаточно?**

Все, что мы имеем сейчас, – этап Гран-при в Москве и детский международный турнир в Одинцово. У меня же есть желание привлечь как можно больше турниров на территорию всей страны. Ведь если мы проводим турниры не только в столице, значит, популяризуем фигурное катание в регионах, которые сейчас очень нуждаются в такой подпитке. Плюс, я считаю, нужно как можно больше организовывать

совместных сборов с представителями других стран, семинаров для тренеров, специалистов, судей.

**– Но те турниры, которые есть сейчас, остаются?**

Что касается этапа Гран-при – конечно! А по поводу детских соревнований – будем думать об их дальнейшей судьбе. Возможно, сейчас они уже не будут иметь той актуальности, хотя бы потому, что изменилась политическая ситуация. Этот турнир объединял государства Балтии и СНГ, а сейчас я не уверен, что мы сможем собрать достаточное число стран для полноценного международного турнира. Будем думать, как их сейчас организовывать. Что касается новых соревнований... Есть, например, идея провести на территории России этап юниорского Гран-при, сделать целую серию турниров, которые будут входить в новую серию – «Челленджер», дебютирующую в нынешнем сезоне... В будущем, возможно, в России пройдет турнир по специализации, например в парном катании. Ни для кого не секрет, что в ISU Challenge Series не во всех турнирах есть соревнования по парному катанию. Возможно, мы продумаем организацию матчевых встреч, совместных «кэмпов», как это делается в других странах.

Мне хочется попытаться привезти в нашу страну ведущих зарубежных специалистов, которые вместе с нашими тренерами, хореографами смогут вести семинары и занятия в этих лагерях, обмениваться опытом, разрабатывать совместные программы.

Что-что, а организовывать и проводить турниры мы хорошо умеем, тем более в Международном союзе конькобежцев нашу идею поддерживают, стараются следовать принципу «спорт – вне политики». Перед Олимпиадой-2014 тоже было очень много разговоров о сложной ситуации в нашей стране. Но мы же смогли все это преодолеть.

**– Во время Олимпиады в Сочи вы отвечали за организацию и проведение турнира фигуристов. А сейчас, как один из руководителей ФФКР, понимаете, насколько сложная задача стоит перед вами на следующий четырехлетний олимпийский цикл? Повторить результат Сочи-2014 в Корее-2018 будет очень непросто.**

Безусловно, достичь такого же успеха в Корее будет архисложно, хотя, знаете, все зависит от наших спортсменов, тренеров и специалистов. А они у нас есть, к тому же сегодня они – самые лучшие в мире. После такого успеха все заряжены на работу, все хотят достичь большего. А наша задача – организовать процесс так, чтобы помогать им и дальше достигать таких же фантастических результатов. [ФК](#)

# Александр Коган:

## «Как я поступил в фигуристы»



Ольга Тимохова.

**Специалистам из мира фигурного катания эта фамилия хорошо знакома. Для остальных сведения об Александре Когане исчерпывались двумя фразами: судья чемпионатов Европы и мира, президент Ассоциации фигурного катания Омской области. ФК решил восполнить этот пробел и попросил рассказать нового генерального директора ФФКР о своей карьере в спорте и о семье**

...Заниматься фигурным катанием я стал по примеру отца, Ильи Абрамовича Когана, который стоял у истоков создания школы фигурного катания в Омске. По специальности папа был медиком, но в молодости очень увлекался этим видом спорта, пробовал себя в парном катании. Однажды даже участвовал в соревнованиях вместе с прославленными нашими фигуристами Людмилой Белоусовой и Олегом Протопоповым, чем очень гордился. После завершения спортивной карьеры отец не оставил лед, начал формировать спортивные группы, тренировать ребят. Понятно, что и я много времени проводил на катке.

Моими первыми тренерами в парном катании были Алексей Трушков и Наталья Варяш, которая подготовила знаменитую фигуристку Наташу Анненко. Наташа затем перебралась в Москву, в группу Людмилы Пахомовой, и добилась успеха, выступая в паре с Генрихом Сретенским.

Моя же карьера спортсмена сложилась не так ярко. Дошел до кандидата в мастера спорта, участвовал в первенстве России, чемпионатах Сибири. Так что парное катание знаю на своем опыте и очень люблю.

После окончания школы поступил в Омский институт физкультуры. Затем работал в строительной организации и параллельно занимался тренерской деятельностью. Поступил в аспирантуру, защитил диссертацию по теме «Оценка перспективности юных фигуристок на этапе начальной спортивной специализации». В тот период очень много работал с

**Дошел до кандидата в мастера спорта, участвовал в первенстве России, чемпионатах Сибири. Так что парное катание ЗНАЮ на своем опыте и очень ЛЮБЛЮ**

выдающимся нашим тренером Станиславом Жуком. Кстати, он одним из первых применил на практике некоторые тесты из моей методики, даже рассказывал об этом в одном из интервью, которое появилось в «Советском спорте».

Стоит отметить, что в те годы, несмотря на удаленность Омска от центров фигурного катания, какими являлись Москва и Ленинград, у нас очень неплохо обстояли дела с подготовкой тренерских кадров. В Омском институте физкультуры, где открыли кафедру конькобежного спорта и фигурного катания, преподавала многократная чемпионка СССР Юлия Николаева, которая также сыграла огромную роль в становлении фигурного катания в Сибири.

Правда, поначалу конкурс на отделение фигурного катания в нашем институте был невелик, и многие абитуриенты «поступали в фигуристы», чтобы впоследствии поменять вид спорта, перейти на тот, который им больше нравился. Мало кто знает, что известный дзюдоист, победитель и призер чемпионатов мира и Европы Александр Хош начинал спортивный путь с фигурного катания. В свое время в нашем институте обучался и Михаил Маковеев – первый тренер Евгения Плющенко. В фигурном катании Маковеев оказался потому, что конкурс на тяжелую атлетику, которой он занимался, был очень большим, – вот так причудливо складывается жизнь...

Потрясающим тренером был Игорь Ксенофонтов, который делал просто фантастический «волчок» – вращался по 60 оборотов. Он также учился в Омском институте и сделал очень много для развития этого вида спорта в стране.

Кстати, после защиты диссертации я тоже работал в нашем институте на кафедре теории и методики, преподавал «Теорию спорта и основы спортивной тренировки».

Помимо преподавания я начал заниматься судейством на соревнованиях по фигурному катанию, работой в секретariate. Благодаря общению с классными специалистами – Маргаритой Комарковой и Софьей Хилькевич – достаточно быстро освоился и вник в эту работу. В то время внутри страны проводилось много разных турниров с участием большого количества спортсменов (спартакиады, региональные старты) и потребность в управленцах, способных четко организовать процесс, а также в судьях, которые объективно оценивали выступления спортсменов, была всегда. Возможно, это нескромно звучит, но я был



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АЛЕКСАНДРА КОГАНА

одним из самых молодых судей, получивших сначала республиканскую, а затем и всесоюзную категорию.

Естественно, следующим шагом в этом направлении стало судейство международных соревнований. На первых порах мне много помогали наши замечательные «профи» Людмила Кубашевская, Ирина Абсалимова, Евгения Богданова, они научили меня всем премудростям профессии и вооружили знанием правил. Безусловно, огромную поддержку оказал молодой в то время судья, а ныне председатель технического комитета ИСУ по одиночному и парному катанию Александр Лакерник, с которым мы стали настоящими друзьями. Он очень часто ссылался на слова Станислава Жука о том, что правила соревнований должны знать не только судьи, но и тренеры, чтобы эти правила правильно применять. Так что при подготовке к каждому новому сезону я старался помогать нашим тренерам и спортсменам, объясняя им особенности и нюансы всяких нововведений. Был включен в группу координаторов соревнований, техническим делегатом Международного союза конькобежцев (ИСУ) на чемпионаты мира, Европы, «Четырех континентов».

Надо сказать, что я достаточно долго работал в Институте физкультуры, получил звания кандидата педагогических наук, доцента, стал и.о. профессора кафедры. Параллельно занимался бизнесом, потому что надо было кормить семью. В какой-то момент понял, что мне недостает знаний в управленческой деятельности, и поступил в Вышшую школу корпоративного управления Академии народного хозяйства при Правительстве РФ, успешно ее окончил, получил второе высшее образование – по управлению крупными организациями.

Безусловно, эти знания очень пригодились при подготовке к Олимпийским играм в Сочи. Я руководил департаментом фигурного катания Оргкомитета «Сочи-2014», непосредственно занимался дворцом спорта «Айсберг» и тренировочной ареной, где проходили соревнования по фигурному катанию и шорт-треку, являлся руководителем олимпийских соревнований.

К слову, несмотря на занятость, все это время я продолжал возглавлять Ассоциацию фигурного катания Омской области и неформальное объединение спортивных организаций по фигурному катанию Сибири и Дальнего Востока. Мы проводили много соревнований, чемпионаты Сибири. Объединение стало для нас некой площадкой для обмена опытом, знаниями. Сообща мы пытались решать проблемы, которые были характерны для нашего региона.

Я рад, что, несмотря на сложные времена, удалось сохранить центры по фигурному катанию в Сибири и на Дальнем Востоке, что сегодня Школа фигурного катания в Омске является одной из лучших в регионе. Конечно, на местах существует множество проблем, тем не менее тренеры не перестают «поставлять» талантливых спортсменов – кандидатов в сборную страны.

При моей помощи в Москву была направлена Яна Смехнова, а сейчас – Полина Цурская. Обе девочки катались у тренера Татьяны Одиноковой, которая является очень грамотным специалистом и проводит большую методическую работу в зоне Сибири и Дальнего Востока. Она поддерживает тес-

Младшая дочь, которой в феврале исполнится семь, тоже занимается фигурным катанием



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА АЛЕКСАНДРА ЛАКЕРНИКА



С президентом ИСУ Оттавио Чинквантой

ную связь с консультантом нашей сборной Виктором Кудрявцевым, а раньше плодотворно сотрудничала со Станиславом Жуком и Игорем Ксенофонтовым.

Не могу не вспомнить и такой момент. Как-то на соревнованиях, которые мы проводили в Омске, я заметил очень неординарного мальчика и убедил его в необходимости ехать тренироваться в Москву. Этот мальчик – Денис Тен – в Сочи стал бронзовым призером Олимпиады. Прежде чем уехать в США, Денис готовился в Москве, в ЦСКА у Елены Водорезовой; она и сформировала техническую базу, позволившую развить его талант. Так что мне приятно, что многие спортсмены, которые сегодня на виду, прошли через мои руки.

Естественно, нельзя не сказать несколько слов о семье. Живу в Москве. Женат. У меня две дочери. Старшая живет и работает в Омске, у нее своя семья, ребенок. Младшей в феврале исполнится семь лет. Предвосхищу вопрос, занимается ли младшая дочь фигурным катанием. Да, занимается, потому что пока ей это нравится. Я убежден, что любое дело должно сопровождаться не только желанием родителей, но и самого ребенка. Но спорт непременно должен присутствовать в жизни любого человека.

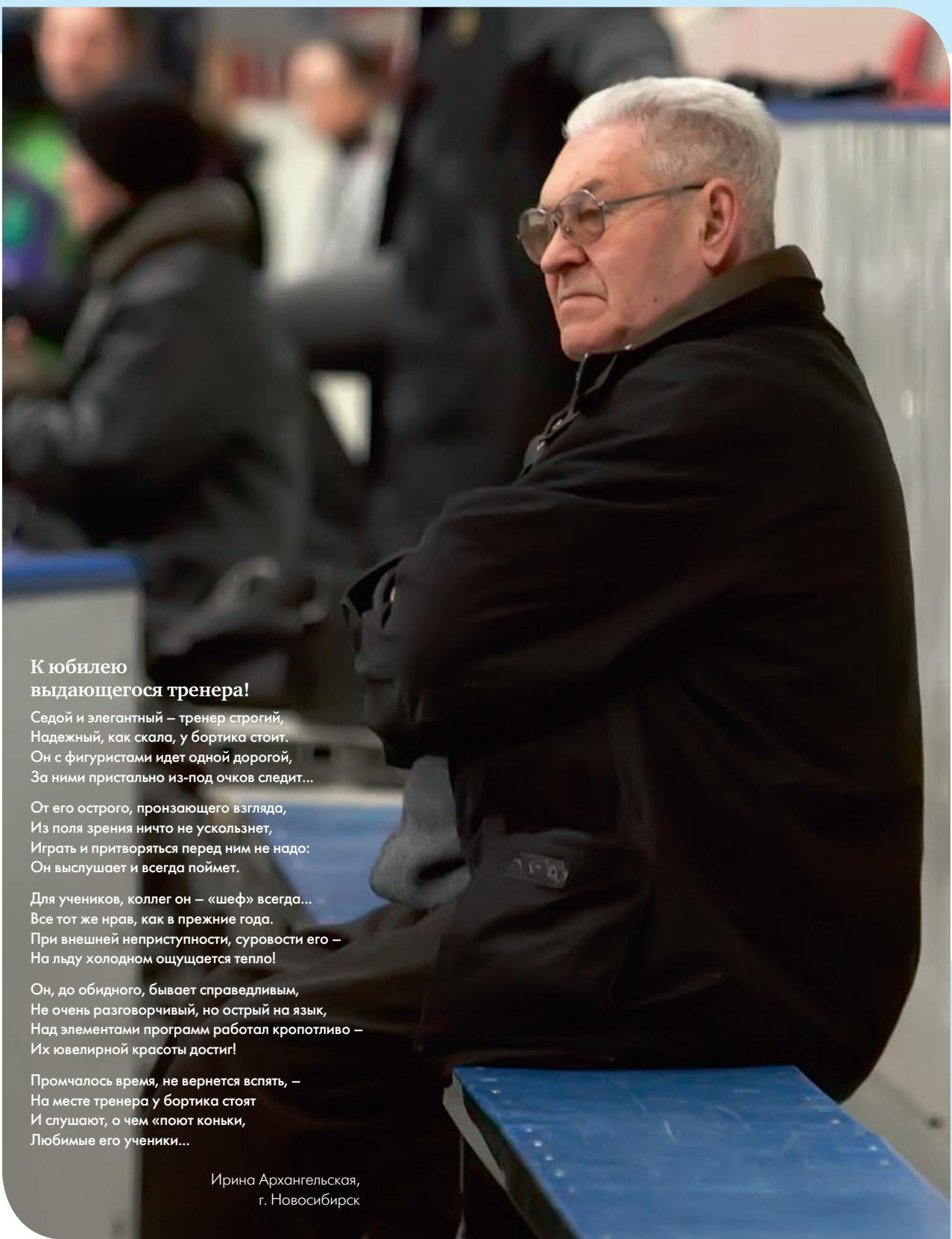
Кстати, старшая дочь профессионально занималась плаванием. Тренировалась в известном Центре водных видов спорта в Омске. Была кандидатом в мастера спорта. Окончила Сибирский университет физкультуры. Затем получила второе высшее образование – юридическое. Сейчас работает по специальности в крупной омской организации.

Надо сказать, что в нашей семье все имеют отношение к спорту. Супруга – мастер спорта по фигурному катанию. В свое время была солисткой в английском балете под управлением Тони Мерсера. Но так случилось, что, когда мы приняли решение сочетаться узами брака, она оставила шоу и отправилась за мной в Омск. Из Англии – в Сибирь. Как жены декабристов. [ФК](#)

**Я убежден, что СПОРТ непременно ДОЛЖЕН ПРИСУТСТВОВАТЬ в жизни любого человека**

# Учитель

Жизнь  
и философия  
Игоря Москвина



## К юбилею выдающегося тренера!

Седой и элегантный – тренер строгий,  
Надежный, как скала, у бортика стоит.  
Он с фигуристами идет одной дорогой,  
За ними пристально из-под очков следит...

От его острого, пронзающего взгляда,  
Из поля зрения ничто не ускользнет,  
Играть и притворяться перед ним не надо:  
Он выслушает и всегда поймет.

Для учеников, коллег он – «шеф» всегда...  
Все тот же нрав, как в прежние года.  
При внешней неприступности, суровости его –  
На льду холодном ощущается тепло!

Он, до обидного, бывает справедливым,  
Не очень разговорчивый, но острый на язык,  
Над элементами программ работал кропотливо –  
Их ювелирной красоты достиг!

Промчалось время, не вернется вспять, –  
На месте тренера у бортика стоят  
И слушают, о чем «поют коньки,  
Любимые его ученики...

Ирина Архангельская,  
г. Новосибирск

*Он наотрез отказался праздновать свой юбилей, выпавший на последнюю неделю августа. Запретил близким звать гостей в дом, устраивать какую бы то ни было шумиху вокруг собственной персоны. До хрипоты ругался по этому поводу с близкими. А утром, проводив жену на работу, вдруг понял, что остался в большом загородном доме один...*

Текст: Елена Вайщеховская, «Спорт-Экспресс», специально для «ФК»  
Фото: из семейного архива Москвиных

К этому дачному дому в пригороде Санкт-Петербурга Игорь Борисович Москвин привыкал долго. Он всегда был однолюбом, поэтому, скрепя сердце, принял решение жены перебраться из старого и все еще крепкого деревянного дома в новый, каменный, где было все, но не было привычного, ни с чем не сравнимого запаха дерева – и воспоминаний... О том, как когда-то вместе с друзьями он собственными руками сносил лишние перегородки, чтобы в доме было просторно, пристраивал веранду, оборудовал ванную, возился с отоплением, распределяя трубы по дому таким образом, чтобы без тепла не остался ни один уголок.

В воспоминаниях всплывали и многочисленные домашние праздники, в частности самые традиционные – новогодние, когда неизменно съезжались друзья. Так весело тогда было... Или все дело лишь в том, что все они тогда были моложе?

В разгар этих воспоминаний позвонила жена. Как всегда, ничего не объясняя, сказала, чтобы супруг собирался: нужно зачем-то заехать в городскую квартиру.

В этой квартире Игорю Борисовичу постоянно приходилось что-точинить. Как сказал он однажды, что тут поделаешь, если у его девочек определенно есть талант к поломке даже таких вещей, которые на первый взгляд и сломать-то невозможно: начиная от разнообразной бытовой техники и заканчивая какими-то полочками и дверцами.

Когда-то Москвин собственноручно занимался вообще всем домашним ремонтом. Сам мастерил деревянную лестницу на второй этаж. Замышлял устроить там спальню, но получился музей. Правда, потом по инициативе супруги квартиру тоже перестроили,

что стало для главы дома очередным поводом для внутреннего расстройства.

Иногда он ворчал: «Если бы я занимался ремонтом сам, то никогда не положил бы в кухне деревянный пол – взял бы плитку. Никогда не сделал бы планировку квартиры таким образом, что в ней практически не осталось дополнительных спальных мест. Мне не нравится, когда в дом приезжают гости, а я вынужден доставать для них раскладушки...»

В пустом доме снова зазвонил телефон. В трубке раздался голос давнего приятеля: «Едешь в город? Как это кстати! Не попросишь супругу заскочить ко мне на пару минут? Я тут по делам, на корабле».

А когда не подозревающий подвоха Москвин шагнул на палубу, весь корабль взорвался аплодисментами. Чуть позже в трюме «случайно» обнаружились и торжественно накрытый стол, и все самые близкие друзья, включая дальних родственников, приехавших в Питер из других городов.

«Самым сложным было не проговориться, – призналась мне Тамара Москвина, которой и принадлежала идея устроить мужу сюрприз. – Между тренировками я постоянно моталась кого-то встречать, везла родственников в нашу городскую квартиру, и, если бы Игорь вдруг захотел вернуться с дачи чуть раньше, ему было бы просто негде спать...»

Стоят ли удивляться, что Москвиным до сих пор очарованы все женщины его большой семьи, где он по-прежнему остается единственным мужчины?  
Слева направо:  
Сестра Тамары Татьяна, внучка Даша, Игорь Борисович, сестра Тамары Ольга, старшая дочь Ольга, Тамара



## МОСКВИН ИГОРЬ БОРИСОВИЧ

Родился 30.08.1929 в г. Беженцы Брянской обл.  
Одиночное и парное катание.  
Мастер спорта СССР. Окончил ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта.  
Заслуженный тренер СССР.  
Первый отечественный фигурист, который в 1956 году вместе с М. Беленькой и другой спортивной парой, Л. Герасимова – Ю. Киселев, принял участие в чемпионате Европы в соревнованиях спортивных пар (11-е место).  
Партнерша в парном катании – Майя Беленькая.

АЛЕКСАНДР ФАДДИН

**Наверное,  
иногда просто  
СУДЬБА сводит  
людей вместе...**

Тамара  
и Игорь перед  
бракосочетанием.  
1969 год



\*\*\*

Для всех своих учеников, а потом – коллег Москвин всегда был Шефом. Собственно, большинство этих коллег (все питерские тренеры – так наверняка!) выросли именно из его бывших учеников. Из тех, кого он тренировал на льду, кому читал лекции в школе тренеров и Институте физкультуры. Он умел учить как бы невзначай: что-то показывая, о чем-то рассказывая. При этом никогда не выпячивал свою тренерскую роль и не жаждал славы.

Вряд ли это происходило от чрезмерной скромности или от желания показаться таковым, скорее Москвин всегда представлял собой тот редкий тип специалиста, кому прежде всего был интересен не сам результат, а процесс его достижения.

Больше всего, безусловно, повезло Тамаре Москвиной. Из года в год, наблюдая за звездной парой, я убеждалась, что именно Игорю Борисовичу, ее собственному когда-то тренеру, Тамара постоянно стремилась соответствовать, перенимая знания, секреты, отношение к профессии. Именно ему она ежеминутно старалась доказать, что оказалась хорошей ученицей. И именно его внимания стремилась добиться на протяжении всей своей жизни, чем бы ни занималась. Хотя сам он частенько ворчал: «Тамара никогда не спрашивает моих советов. Возможно, мне просто не удалось сформировать ее как тренера. А может, наоборот – сформировал слишком самостоятельную личность...»

Безусловно, было бы большим преувеличением назвать Москвина самой талантливой и самой удачливой спортсменкой знаменитой в 60-х годах прошлого века питерской группы Москвина. Как одиночница она никогда особо не блестала, хотя и принимала участие в нескольких чемпионатах Европы. До того как Тамара встала в пару с Алексеем Мишиным, на счету их тренера были многолетняя работа с Людмилой Белоусовой и Олегом Протопоповым и, как результат, две золотые олимпийские

## **ОСНОВНЫЕ СПОРТИВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Одиночное катание:** двукратный (1950, 1952) серебряный призер первенства Ленинграда, бронзовый призер первенства ЦС «Динамо» (1952)

**Парное катание:** трехкратный (1952–1954) чемпион СССР, четырехкратный (1950, 1954–1956) серебряный призер первенства СССР

медали – на Играх в Инсбруке и Гренобле. Еще в его тренерском послужном списке были семь медалей этой легендарной пары на чемпионатах мира (из них четыре – золотые) и четыре победы – на чемпионатах Европы. В сравнении с таким количеством выдающихся титулов единственная серебряная медаль Москвина и Мишина на мировом первенстве 1969 года в американском Колорадо-Спрингс выглядела не бог весть каким достижением.

Но в отношении собственной жены Игорь Борисович однажды признался:

– Как тренер Тамара была гораздо лучше «подкована», чем я. Она знала английский язык, много общалась с иностранными коллегами, постоянно принимала участие во всевозможных семинарах. Жена – прирожденный менеджер и всегда была такой, более честолюбива, использует абсолютно все рычаги, чтобы добиться желаемого результата. Столько, сколько она мелькает на всевозможных светских и деловых мероприятиях, не мелькает ни один спортсмен. Меня это никогда не раздражало. Если Тамаре нравится постоянно быть на виду и она считает, что это полезно, – почему нет? Более того, я тоже считаю, что это полезно. Тамара – молодец. Если чего-то не знает, то или очень умело это маскирует, или приглашает себе в помощь профессиональных людей, поэтому никому даже в голову не приходит, что она может чего-то не знать.

– Что же вас настолько привлекло в ученице, что вы предложили ей выйти за вас замуж?

– Как тут ответишь? Не знаю. Хорошая семья, хорошая девочка. Наверное, иногда просто судьба сводит людей вместе...

\*\*\*

Судьба оказалась довольно жестока к Москвину, да и вообще ко всему довоенному поколению – тем, кто родился незадолго до Великой Отечественной. Отца 12-летний Игорь хоронил сам – в Йошкар-Оле. Зимой



1942-го Бориса Москвина отправили на месяц на фронт – проверить, как работают оптические приборы, над разработкой которых он тогда трудился: прицелы, системы наблюдения... Вернулся отец с сыпным тифом. И через неделю его не стало. Позже выяснилось, что роковую роль сыграла сущая мелочь – отсутствие шелкового белья. Таким бельем были обязаны обеспечивать всех, кого направляли из эвакуации на фронт: шелк был единственной доступной тканью, на которой не держались вши – соскальзывали. Но Москвина-старшего откомандировали тогда на передовую в срочном порядке и экипировать должным образом просто не успели.

В те годы погибли или были ранены очень многие специалисты завода. И получилось, что в 1945-м, когда бывший отцовский завод вернулся в Ленинград, вся лабораторная работа Оптического института замкнулась на чуть подросшем Игоре.

Специально для него тогда из Казани вызвали специалиста, который владел какими-то уникальными секретами и приемами стеклодувной профессии. Тот целую неделю возился с 15-летним мальчишкой, потом уехал, оставив Москвина разбираться с тонкостями стеклодувного дела в одиночку.

Сам Игорь Борисович вспоминал по этому поводу:

«Некоторые стеклодувные работы требовали довольно продолжительного времени. Иногда уходило двое суток: с точки зрения технологии было принципиально, чтобы стекло правильно и равномерно остывало. Я тогда долго думал, как и где можно сэкономить на каждом этапе, чтобы не пострадало качество изделия. В результате придумал. И весь технологический процесс стал укладываться не в два, а в полтора дня. Соответственно и производительность стала гораздо выше».

Одновременно с этим нужно было еще и учиться – заканчивать школу. Первое полугодие 1945 года в школу Игорь почти не ходил: было слишком много работы в Оптическом институте. Иногда его забирали на завод прямо с урока – присылали к школьному крыльцу черную «Победу» с водителем. Так что в школе мальчишка считался очень важным человеком.

Тогда же Игорь Борисович научился готовить. О таких ситуациях обычно говорят: «Жизнь застала». Во время войны семья, состоявшая из мамы и бабушки, всегда заготавливала очень много капусты. По воспоминаниям Москвина, он обожал наблюдать, как бабушка шинкует созревшие кочаны, отделяя от них верхнюю часть листьев – хряпну, как аккуратно пересыпает нарубленную капусту солью, не перетирая ее руками – чтобы сок не выделялся слишком быстро. И приговаривала: «Рука сама знает, сколько чего положить».

Бабушка была прекрасным кулинаром, как и мама. У них Игорь учился добавлять в фарш для котлет терпкую сырую картошку и маленькие кусочки холодного сливочного масла. В процессе жарки масло таяло, и котлеты получались более сочными.

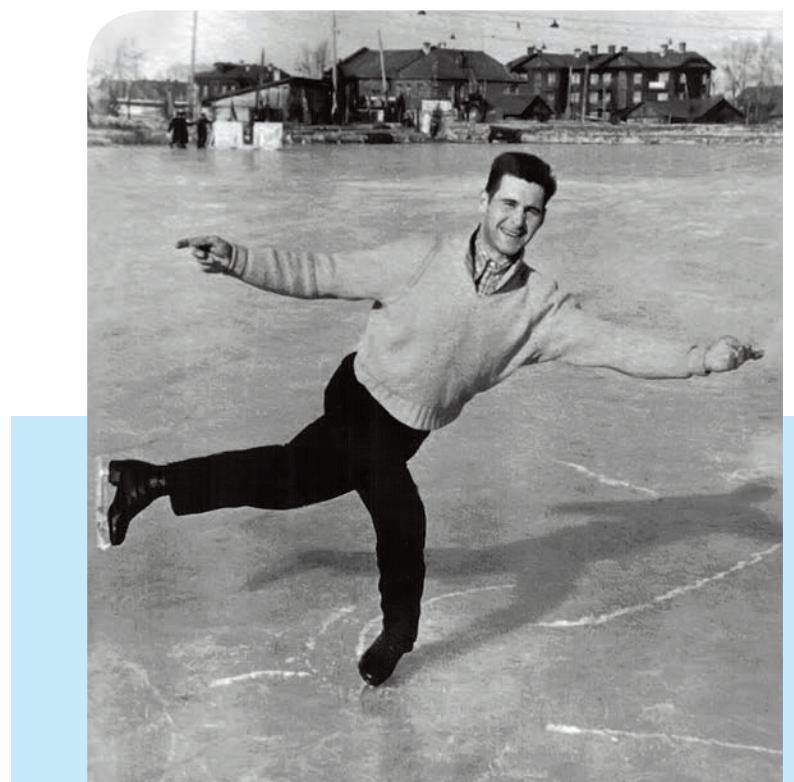
Еще бабушка делала плов. Не настоящий, конечно, – в обычной гусятнице. Баранины на рынке тогда продавали много, вот бабушка часто ее и готовила. После войны Москвины жили рядом с рынком, в доме дореволюционной постройки. Дрова, чтобы топить печь, Игорь носил с улицы на четвертый этаж, сделав себе специальные ремни-постройки, позволяющие за раз принести в дом более 70 поленьев. Холодильника семья не имела: по тем временам это была абсолютная роскошь. И для хранения продуктов Игорь – единственный мужчина в семье – просто выдолбил нишу в толстенной, сложенной из камня стенке дома.

Тогда же – через два года после окончания войны – в жизнь Москвина навсегда вошло фигурное катание...

\*\*\*

Первые соревнования, в которых участвовал Игорь Борисович, – в январе 1947 года – были в каком-то смысле историческими: в качестве почетного гостя

**Через два года  
после окончания  
войны в жизнь  
Игоря Москвина  
навсегда вошло  
ФИГУРНОЕ  
КАТАНИЕ**





**В фигурном  
катании  
обстановка  
такая, что  
мужики, бывает,  
ломаются,  
не говоря уже  
о женщинах...**

там присутствовал знаменитый Николай Александрович Панин-Коломенкин, фигурист, ставший первым российским олимпийским чемпионом в 1908 году. Патриарх фигурного катания приходил на каток в длинной – то ли лисьей, то ли волчьей – шубе, валенках, садился в специально приготовленное для него кресло и смотрел, как катаются молодые спортсмены.

Не выделить Москвина среди остальных было трудно: площадка катка была крошечной и 16-летний Игорь безудержно носился по ней. «Как псих, – позже с иронией говорил он о себе. – Мне казалось, что раз уж соревнования по конькам, надо обязательно кататься быстро, тем более что до этого я и в конько-бежных соревнованиях поучаствовать успел».

На тех соревнованиях Москвин в итоге занял первое место, получил в качестве приза спортивный костюм и ботинки и очень этим гордился. Хотя очень рассчитывал еще и на коньки...

Коньки для Москвина всегда были любимой темой. Он постоянно размышлял: если на конько-бежных лезвиях человек скользит лучше, чем на фигурных, то в чем разница? Конько-бежные коньки тоньше? Значит, и для фигурных коньков надо делать лезвия более тонкими.

Как заядлый яхтсмен и буерист (это была вторая помимо фигурного катания страсть) Москвин знал, в частности, что полозья буеров делаются из бронзы. И тут же сделал бронзовые коньки для будущей жены, причем было это, еще когда она каталась как одиночница.

Историю о бронзовых коньках я слышала и от Тамары – о том, как она перед выступлением клала эти коньки на батарею, чтобы нагрелись лезвия, а потом быстро надевала и шла на лед. И они, пока не остывали, совершенно потрясающе скользили.

«Я просто знал, что внутреннюю часть подшипника, чтобы добиться лучшего скольжения, иногда делали из

бронзы, – рассказывал Москвин. – Вот и попробовал выточить конек из бронзовой пластины. Не знаю уж, насколько это было лучше, но коэффициент скольжения у такого конька, безусловно, был выше, чем у обычного. Проблем, чтобы сделать такие коньки, по тем временам не было. У меня имелось достаточно много связей среди инструментальщиков, к тому же основные заготовки я делал сам. Да и людям, к которым я обратился, в какой-то момент стало просто интересно, что из моей затеи получится, поэтому и помогали охотно.

Когда я впервые этим занялся, то сначала пробовал другой вариант: внутренняя часть лезвия – из инструментальной ножевой стали, а внешняя – из алюминия. Но такие коньки скользили плохо: слишком жесткой получалась стальная часть. На них можно было ездить год без дополнительной заточки, но лезвия так и оставались шероховатыми – не заполировывались. А это для фигурного катания достаточно принципиально. То, что лезвия получались легче, чем другие, большого преимущества тоже не давало. Ведь основной груз на ногу дает не конек, а ботинок...»

\*\*\*

Наверное, нет ничего удивительного в том, что Москвина стал постоянно помогать Панин-Коломенкин. В 1949-м, когда Игорь Борисович закончил школу тренеров, именно Панин предложил организовать в Институте имени Лесгафта кафедру фигурного катания. И это при том, что, кроме Москвина, в городе на тот момент не было ни одного человека, кто официально мог считаться тренером по фигурному катанию. Легендарный олимпийский чемпион Николай Александрович тогда заканчивал рукопись собственной книжки о фигурном катании, и третий рукописный экземпляр подарил ученику – еще до того, как книжка была издана.

**Панин встал,  
пожал Москвиру  
руку и сказал:  
«Теперь я верю,  
что российское  
фигурное  
катание  
В ОПЫТНЫХ  
РУКАХ»**

## УЧЕНИКИ:

### **Одиночное катание:**

Тамара Братусь, Владимир Куренбин, Инна Крундышева, Наталья Стрелкова, Александр Яблоков, Юрий Овчинников, Игорь Бобрин, Игорь Лисовский, Владимир Котин и др.

### **Парное катание:**

Людмила Белоусова – Олег Протопопов, Тамара Москвина – Александр Гаврилов, Тамара Москвина – Алексей Мишин, Ирина Воробьева – Александр Власов, Ирина Воробьева – Игорь Лисовский, Людмила Смирнова – Андрей Сурайкин, Марина Ельцова – Андрей Бушков, Лариса Селезнева – Олег Макаров и др.



Именно из этой книжки Москвин брал какие-то методические вещи, учился составлять тренировочные планы. С Паниным-Коломенкиным он советовался постоянно. И был очень горд, когда однажды, выслушав какие-то доводы, Панин встал, пожал Москвина руку и сказал: «Теперь я верю, что российское фигурное катание в опытных руках».

Эта профессиональная дружба продолжалась почти 10 лет.

«У него до самой смерти сохранялась невероятно высокая ясность мышления, – вспоминал Игорь Борисович. – Николай Александрович прекрасно стрелял, более 10 раз выигрывал чемпионат России по стрельбе из револьвера. Был большим хитрецом, кстати: всегда досконально вникал в суть правил и блестательно умел находить в них нужные лазейки. Например, первым сообразил, что в правилах нигде не сказано, что производить выстрелы спортсмен обязан при полностью заряженном магазине. И приспособился стрелять из одного и того же гнезда. Сам заряжал гильзы: взвешивал порох и пули на аптекарских весах, сам эти пули подтасчивал, создавал собственный арсенал. Один раз судьи сделали ему замечание, что он перед каждым выстрелом перезаряжает барабан, но он нашелся, сказал: «Покажите мне правила, которые запрещали бы это делать». А ведь правила спортивных состязаний тогда были очень жесткими, не то, что сейчас в фигурном катании...»

\*\*\*

О своем виде спорта Москвин говорил всегда без иллюзий:

«Я много лет параллельно с фигурным катанием занимался парусом. Там бывают ситуации, когда ты можешь спровоцировать соперника на нарушение правил, сделать так, что он будет дисквалифицирован. Но соперник знает, что ты можешь его поймать,

и в свою очередь старается поставить в такое же положение тебя. Это в какой-то мере игра. Нет грязи, постоянных склок, интриг. А в фигурном катании обстановка такая, что мужики, бывает, ломаются, не говоря уже о женщинах...»

Олимпийская чемпионка в танцах на льду Наталья Бестемьянова, чей муж, Игорь Бобрин, много лет тренировался у Москвина, однажды сказала:

«Перед Игорем Борисовичем не нужно играть и притворяться. Можно позволить себе совершенно обнажить душу – он никогда не уколет. Это такая редкость для фигурного катания...»

Собственно, и Тамара Москвина, которая когда-то пришла в группу будущего мужа в 16-летнем возрасте, была очарована тем, как сильно Игорь Борисович отличался от остальных молодых людей ее окружения.

«Поначалу было вообще странно думать о том, что тренер когда-либо обратит на меня внимание, – вспоминала она. – Игорь был красивый, высокий, в модном пальто с меховым воротником. И я – маленькая, в черной цигейковой шубке и войлочных ботах «прощай молодость». Почти все ведь так после войны ходили... Ну а потом, когда мы поняли, что хотим быть вместе, даже мой пapa спокойно к этому отнесся, несмотря на то что Игорь был значительно старше меня. Когда он пришел к нам домой – разговаривать с моими родителями, папа сказал: «Пусть... Игорь – хороший и порядочный человек».

Стоит ли удивляться тому, что Москвина до сих пор очарованы все женщины его большой семьи, где он по-прежнему остается единственным мужчиной?

Татьяна Москвина, одна из двух родных сестер Тамары, как-то призналась:

«Я всегда восхищалась Игорем Борисовичем, хотя, если честно, не очень люблю славословия. Обожала бывать на его тренировках. Могла сидеть на

---

Именно Москвин стал в свое время обладателем крупной коллекции уникальных видеозаписей катания легендарных мастеров прошлых лет: снимал их во всех поездках, тщательно систематизируя и бережно храня все записи



Сколько бы  
неприступным  
ни выглядел  
Москвин на катке,  
в домашней жизни  
он преображался...  
С Олегом  
Протопоповым



Когда Игорю Борисовичу было уже под 70, он блестяще выучил английский язык. С женой Тамарой и американскими коллегами в Майами

них часами и смотреть, как на моих глазах из ничего возникает что-то. Словами это не объяснить.

Поражалась, насколько он удивительно молод и эмоционален – этому можно только позавидовать. Когда Игорю было уже под 70, он блестяще выучил английский язык. Профессиональными терминами в каком-то объеме он, как любой тренер, естественно, владел и раньше. Но знанием языка это назвать было трудно. С этим достаточно ограниченным запасом слов Игорь в конце 1990-х поехал вместе с Тамарой в Колорадо-Спрингс, а когда вернулся оттуда, я обалдела. Он говорил по-английски совершенно свободно. Речь лилась. Его все понимали, он всех понимал. Делал массу мелких ошибок, но это совершенно его не смущало. Я ловила себя на том, что, хоть в свое время и учила язык очень серьезно, никогда не говорила на нем до такой степени свободно: считала, что нужна определенная адаптация, прежде чем начать говорить. Игорь же заговорил без труда. У него потрясающие руки, он умеет все. Мне однажды из какой-то парусины даже джинсы сшил. Мужчина – одно слово. В нашей семье это особенно чувствуется, потому что он – единственный мужчина. Он, безусловно, обласкан нашим вниманием, как и вниманием двух дочек....»

Сколько бы неприступным ни выглядел Москвин на катке (а тренером он всегда был жестким и требовательным), в «домашней» жизни он преображался. Просто очень немногие догадывались о том, до какой степени Игорь Борисович любит и ценит свой дом и каким стрессом становится для него каждая поездка. Первая дочь Москвиных, Ольга, как-то по секрету сказала мне, что в поездки отец всегда брал какие-то старые любимые вещи. Его совершенно не волновало, соответствуют ли эти вещи его возрасту, социальному статусу. Они ему просто нравились тем, что напоминали о доме.

Именно в доме строгий и неприступный Шеф волшебным образом частенько преображался в шеф-повара: ставил на плиту кастрюли с бульоном или отправлял в печь баранью ногу, хорошенко наспилгивав ее чесноком и обмазав горчицей и медом.

Знаменитый в кругу москвиных друзей и учеников торт «День и ночь», рецепт которого уже много десятилетий хранится в семье Москвиных в строжайшем секрете, – вообще отдельная история, особенно для дочерей. В их сознании этот торт неизменно ассоциируется с праздником, с Новым годом, с тем, что мама и папа всегда готовят его вместе.

Но все это происходит за пределами льда. На льду Москвин по-прежнему остается для коллег непрекаемым авторитетом, способным мгновенно уловить любую тонкость или ошибку, хотя со стороны может казаться, что он даже не повернул головы.

\*\*\*

Если попытаться сформулировать суть характера Москвина одним словом, я бы сказала – «новатор». Даже выдающийся тренер Алексей Мишин, не очень склонный к тому, чтобы отмечать чужие тренерские заслуги, сказал о своем учителе, что именно у него позаимствовал сам подход к тренерской работе – предельно аналитический.

Именно Москвин стал в свое время обладателем крупнейшей коллекции уникальных видеозаписей катания легендарных мастеров прошлых лет: снимал их во всех поездках, тщательно систематизируя и бережно храня все записи. Он в свое время пришел и к тому, что в группе обязательно должно быть много сильных спортсменов – только тогда возможен их

прогресс. Сильная группа сама по себе заставляет прогрессировать, постоянно подталкивает людей, тащит их вперед. Ведь для того, чтобы произошел взрыв, должна накопиться определенная критическая масса.

Даже удивительно: при откровенной нелюбви к новым правилам, сильно ограничивающим, по мнению Москвина, элемент творчества, тренер в каком-то смысле сам предвосхитил их. Например, в олимпийском сезоне-1984 в качестве музыкального сопровождения короткой программы выбрал для своих

все стороны, а сплющенная – создает определенную жесткость для паруса.

И только через 10 лет знаменитый бразильский яхтсмен Йорг Брудер, став бизнесменом, заполонил мир своими мачтами, изготовленными по этому же принципу.

Новый покрой паруса – с вытачками по биссектрисам тканевого треугольника – Москвин тоже придумал первым. Над ним все тогда смеялись: мол, Игорь Борисович под бюстгальтером ездит. Сейчас же все большие яхты, участвующие в крупнейших между-



АЛЕКСАНДР ФАЛДИН

учеников Ларисы Селезневой и Олега Макарова блюз – мелодию, принятую у танцоров, но никак не в парном катании. Это был настоящий танцевальный блюз, с неординарными соединениями между элементами, – и совершенно новаторский эксперимент, который особенно бросался в глаза на фоне привычных заученных диагоналей с прыжками – в одну сторону и поддержками – в другую.

Правда, должно было пройти еще два десятка лет, чтобы мир фигурного катания осознал, как много сил отнимает у спортсмена сложность нестандартных соединительных шагов между элементами и что это обязательно должно оцениваться и поощряться.

К слову, будь Москвин чуть более практичен и живи он в другой стране, непременно стал бы миллионером. В парусном спорте, который Игорь Борисович всегда любил едва ли не больше всего на свете, именно он первым сделал мачту своей яхты не круглой, а сплющенной. Он вообще многое делал своими руками – как и в фигурном катании. Вот и сформировал однажды, что круглая мачта сильно гнетется во

народных регатах, имеют паруса, шитые именно таким образом.

Но, пожалуй, точнее всего о Москвине сказал один из его учеников – известный в Питере антиквар Владимир Куренбин:

«Игорь Борисович – очень мудрый человек. Я много занимался восточной философией, даже ходил на лекции, когда некоторое время жил в Китае. И как-то услышал притчу:

Однажды пожилой японец гулял со своим любимым учеником по саду. Проходя мимо цветущей вишни, ученик вдруг подумал: «Надо же, какая тонкая и незащищенная шея у учителя. Ее можно перерубить одним ударом руки». Когда они вернулись в дом, ученик спросил, почему учитель пребывает в печали. Тот ответил: «Я печален, потому что меня впервые в жизни подвела интуиция. Проходя мимо цветущей вишни, я вдруг испытал чувство опасности. Но ведь ее неоткуда было ждать?» И ученик понял, что до учителя ему еще очень и очень далеко.

Вот именно это есть в Игоре Борисовиче». **ФК**

**«Перед Игорем Борисовичем не нужно играть и притворяться. Можно позволить себе совершенно ОБНАЖИТЬ ДУШУ – ОН НИКОГДА НЕ УКОЛЕТ. Это такая редкость для фигурного катания...»**



# Даешь лето на коньках!

**ТДФК предложил свой вариант популяризации  
фигурного катания в регионах**

Текст: Алина Вольнова  
Фото: из архива редакции ФК

Нынешним летом девчонки и мальчишки из разных уголков России, больше всего на свете любящие фигурное катание, встретились в Йошкар-Оле, и городской дворец спорта с радостью распахнул для них свои двери...

В 8.00 подъем, завтрак, первая тренировка, обед, отдых, вторая тренировка... Привычный режим для тех, кто решил связать свою жизнь со спортом. И все же сборы, которые впервые организовал и провел в июле-августе в республике Марий Эл Торговый Дом «Фигурное катание», получились не совсем обычными.

— Лично мне то, что придумал и организовал ТДФК, больше напомнило не стандартный учебно-тренировочный сбор, а летний лагерь по фигурному катанию,

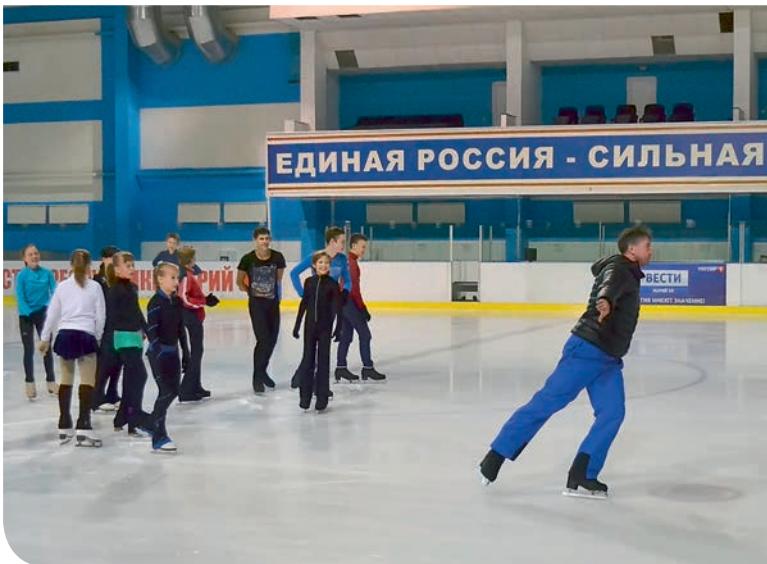
что очень популярно во многих западных странах, — говорит заслуженный тренер СССР и России **Виктор Кудрявцев**, принимавший самое активное участие в мероприятии в Йошкар-Оле. — В чем их отличие? Во-первых, желающие сами финансируют свою поездку и обучение. Иными словами — покупают путевку, а организаторы делают все, чтобы питание, проживание, а самое главное — тренировочный процесс оказались на самом высоком уровне. А во-вторых, в широкой географии участников.

В Йошкар-Оле побывали фигуристы из Хабаровска, Новосибирска, Челябинска, Ижевска, Екатеринбурга, Казани, Мурманска, Сыктывкара... Надо ли говорить о том, какую ценность представляет подобные тренировки для тех, кто в силу своей географической удаленности лишен в повседневной практике возможности общаться с ведущими фигуристами и специалистами?

— Свыше 70 фигуристов — от 7 до 15 лет — провели свое лето в лагере, — продолжает Кудрявцев. — В зависимости от уровня подготовленности их разбили на четыре группы, для каждой организовали двухразовые ледовые тренировки, хореографическую подготовку и занятия по ОФП. Дворец спорта в городе был полностью отдан под это мероприятие, так что и у местных фигуристов была возможность поучиться и пообщаться со сверстниками. Один сбор длился 14 дней. На мой взгляд, это оптимальный срок. С одной стороны — ребенок получает полную программу обучения, а с другой — не успевает пресытиться уроками, не так устает от тренировочного процесса.

Все, кто побывал в Йошкар-Оле нынешнем летом, собираются вернуться туда на следующий год





Одним из тренеров в летнем лагере был олимпийский чемпион Алексей Урманов



## Независимо от того, где ребенок учится кататься на коньках, он должен делать это в ПРАВИЛЬНОМ НАПРАВЛЕНИИ

Отдельная благодарность министру спорта республики Марий Эл Владимиру Михайловичу Чумакову, который поддержал идею, принял самое активное участие в создании лагеря и лично следил за тем, чтобы все прошло на высочайшем уровне.

Руководитель ТДФК Алексей Сучков считает, что идея сбора именно в таком формате продиктована самим временем. К слову, цены на него вполне приемлемые, так как одной из приоритетных задач авторов проекта, является его доступность для большинства любителей фигурного катания. Подать заявку и подробнее ознакомиться со всеми условиями можно на сайте [www.tdkfl.ru](http://www.tdkfl.ru) или по телефону – +7 499 268 39 61.

– Сегодня по всей стране мы наблюдаем небывалый подъем фигурного катания, посмотрите, сколько катков построено и продолжает строиться, а хороших специалистов не хватает. Поэтому одна из целей нашей программы – дать возможность повысить свое мастерство не только детям, но и их наставникам, – рассказывает Алексей Львович. – Тренеры выходили на лед вместе со своими учениками и пробовали повторить то, что показывали им Виктор Николаевич Кудрявцев, Сергей Чемоданов, Алексей Урманов, задавали вопросы. Не менее интересно проходили уроки хореографии под руководством Евгении Михайловны Антоновой. Многие тренеры говорили потом, что получили знания, которых им очень недоставало. Это касается и общих направлений развития фигурного катания, и конкретных методик, и построения тренировочного процесса. Ведь независимо от того, где ребенок учится кататься на коньках, он должен делать это в правильном направлении, под руководством настоящих профессионалов своего дела. Проводили мы и семинар по вопросам инвентаря и его обслуживания. Ведь в этом вопросе много нюан-



В свободное время дети знакомились с достопримечательностями города



сов, также хватает сложностей, а, например, людей, способных правильно наточить коньки – единицы. Словом, идей и вопросов, с которыми мы готовы поделиться – масса.

В ближайших планах ТДФК проведение уже трех таких сборов, с тем же тренерским составом. Я убежден: талантливых детей в российских регионах очень много, и наша задача заключается в том, чтобы помочь местным кадрам эти таланты выявить и дать им возможность раскрыться. **ФК**

Руководитель ТДФК Алексей Сучков и начальник сборов Евгений Безменов

# Приезжай за своей **Мечтой**



На берегу Черного моря  
начал работу Всероссийский  
детский спортивно-оздоровительный центр

*Юг России уже перестает удивлять парадоксами, которые случаются здесь. Еще совсем недавно казалось, что мы навсегда провожаем из Сочи не только зимние Олимпийские игры, но и виды спорта, связанные со снежком и с крепким морозцем. Но сегодня южный город в сфере спорта стал развиваться именно в «зимнем» направлении. Конечно, должно пройти время, чтобы в городе-курорте на берегу Черного моря появились свои лыжники, фигуристы или хоккеисты. Но начало положено...*

Текст: Рада Васильева, Зинаида Файт  
Фото: Наталья Ухова

Как использовать постолимпийское наследие на благо отечественного спорта? Этот вопрос раз в четыре года встает перед любым городом, гостеприимно распахнувшим свои двери для атлетов всего мира. Ответ Сочи получился ярким и неординарным: по поручению Президента Российской Федерации В.В. Путина на базе Малой ледовой арены «Шайба» и тренировочной арены для хоккея был создан Всероссийский детский спортивно-оздоровительный центр! И хотя название этих спортивных объектов навевает мысли о любителях погонять шайбу по льду, первыми гостями центра стали не только юные хоккеисты, но и фигуристы, и мастера шорт-трека со всей страны.

Что же это такое – Всероссийский детский спортивно-оздоровительный центр? В чем заключаются его главные задачи и основные направления развития?

По словам генерального директора ВДСОЦ Владимира Журавлева, основная идея состоит в том, чтобы дать детям возможность в комфортабельных условиях не только повышать свое спортивное ма-

стерство, но и продолжать получать образование, участвовать в разнообразной культурной программе, интересно проводить свое свободное время. Почти как настоящий Царскосельский лицей, только со спортивным уклоном.

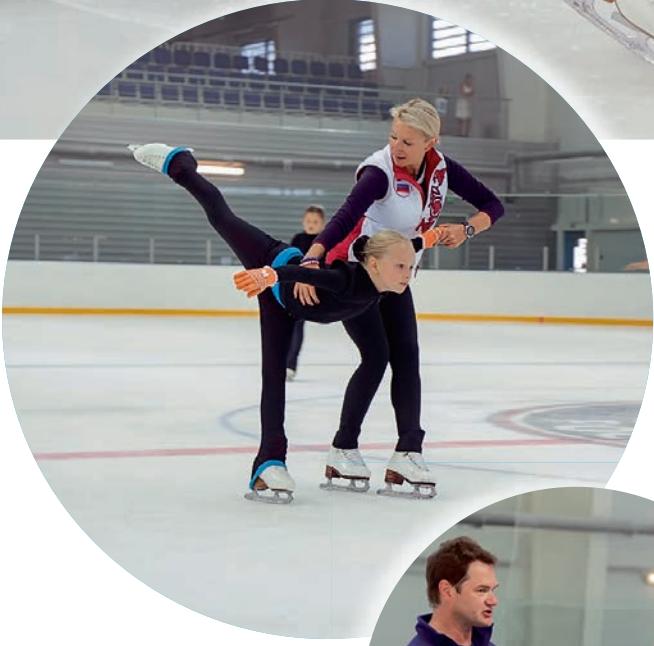
Долго раскачиваться в Сочи не стали. Центр открыл свои двери 1 июля и будет функционировать в круглогодичном режиме. Например, те, кто приехал в третью смену, выпавшую на осень (а смена – это 24 дня), с 1 сентября начали посещать школьные уроки. А как же иначе?



**Почти как настоящий Царскосельский лицей, только со спортивным уклоном**



## Сколько олимпийских чемпионов и чемпионов мира поделились с детьми СЕКРЕТАМИ МАСТЕРСТВА!



Мастер-класс  
проводят олимпийская  
чемпионка-1998  
Оксана Казакова  
и чемпион мира  
Алексей Тихонов

### Быстрый старт

За считанные месяцы в ВДСОЦ уже побывали не только три смены юных спортсменов, но и многие известные спортсмены. Особенно повезло фигуристам. Сколько олимпийских чемпионов и чемпионов мира поделились с детьми секретами мастерства! Мария Бутырская, Мария Петрова, Алексей Тихонов, Максим Marinin, Оксана Казакова... Впрочем, как выясняется, польза оказалась обоюдной. Например, первая российская чемпионка мира в женском одиночном катании, Мария Бутырская, призналась, что ей, как тренеру, тоже было очень интересно познакомиться с работой этого необычного проекта отечественного спорта. «Центр уникален уже потому, что создан на базе олимпийских объектов. Я даже немного завидую сегодняшним мальчишкам и девочкам. В моем детстве не было таких замечательных условий для тренировок. Здесь все организовано просто здорово! А еще и море в двух шагах», – поделилась она своими впечатлениями.

Одними из первых сочинский лед опробовали юные фигуристы из московского Училища олимпийского

резерва им. А.Я. Гомельского, ученики бронзового призера чемпионата Европы 2004 года в мужском одиночном катании Ильи Климкина. «Ребята просто в восторге! – рассказал тренер. – У нас одна из самых сильных школ, все дети уже исполняют тройные прыжки. Есть несколько восходящих звездочек. И эта поездка была очень важна прежде всего с точки зрения подготовки к крупным соревнованиям».

Неудивительно, что благодаря большому количеству тренировок на льду юные мастера устанавливают личностные рекорды: кто-то выучил трудный прыжок, кто-то освоил новое вращение, а кто-то скользить стал совершенно по-другому... Как говорит тренер Евгения Крайнюкова из Тихорецка, детям хочется сюда вернуться, а это очень важный показатель. Значит, будет стимул стараться, добиваться все новых и новых успехов. «За день до отъезда моя воспитанница Ксюша Цибинова сделала тройной лутц, а ведь в ее возрасте (ей только 10 лет) этот прыжок никто не делает. Можно ли сказать, что это случилось благодаря

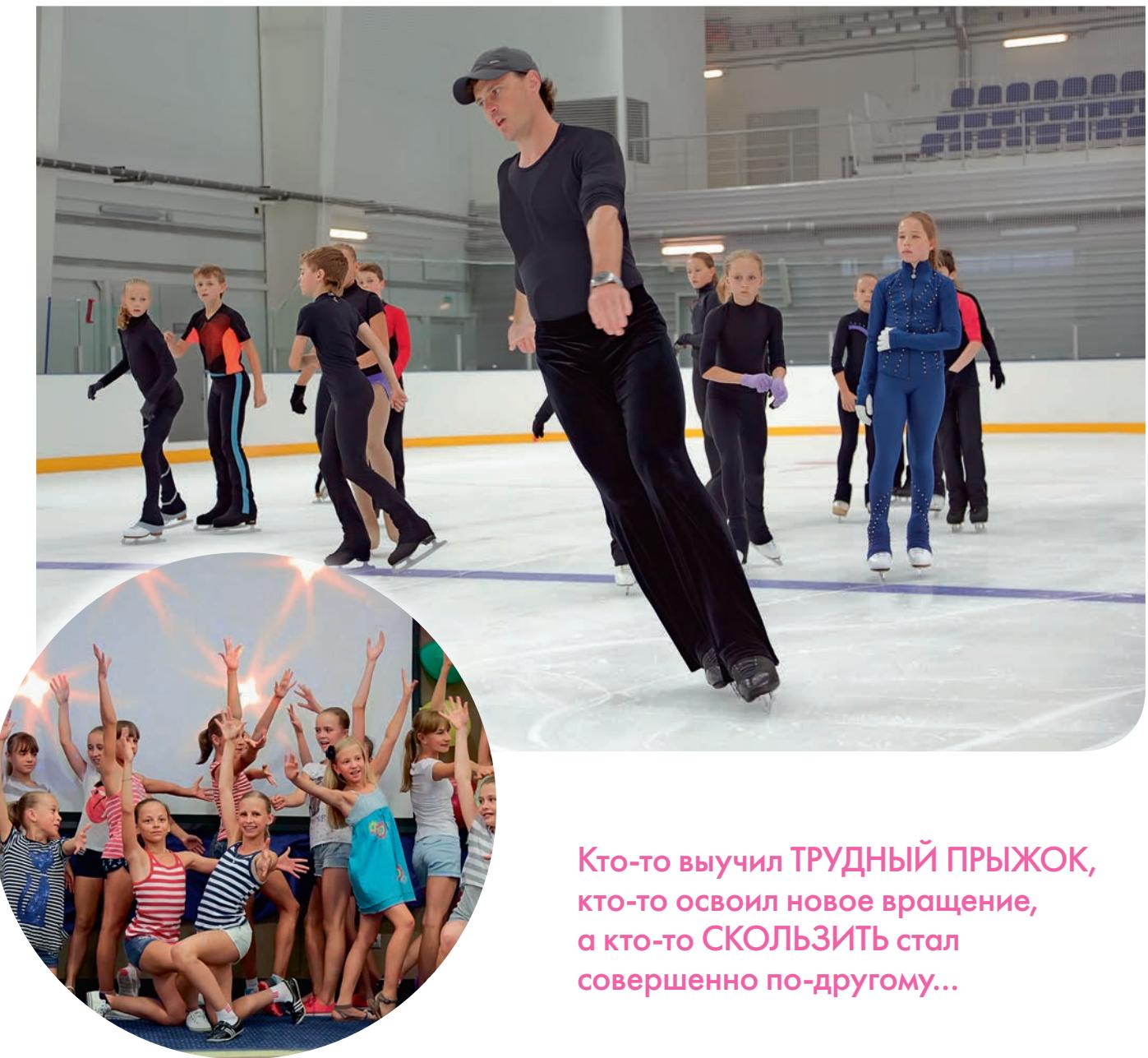
центру? Наверное. Ведь и детям, и нам, тренерам, были созданы все условия для хорошей работы», – поддерживает коллегу Илья Климкин.

### Так далеко, так близко

После того как вся страна увидела Олимпиаду-2014, для многих юных атлетов город Сочи стал неким городом-сказкой, мечтой, куда обязательно хочется попасть. А ведь эта мечта осуществима. Всероссийский детский спортивно-оздоровительный центр ждет ребят из всех уголков нашей страны. Кто же сможет приехать сюда?

Прежде всего такое право предоставляется воспитанникам спортивных школ, подготовивших олимпийских чемпионов, а также победителям региональных турниров по хоккею, фигурному катанию и шорт-треку. В будущем центр планирует принимать юных атлетов и из других зимних, а также летних видов спорта. Поскольку проект имеет федеральное значение, предложения формируются в региональных министерствах

**Олимпийский  
чемпион-2006  
Максим Маринин  
учил юных  
фигуристов новым  
разминочным  
шагам**



**Кто-то выучил ТРУДНЫЙ ПРЫЖОК,  
кто-то освоил новое вращение,  
а кто-то СКОЛЬЗИТЬ стал  
совершенно по-другому...**



**Мария Бутырская:  
«Центр уникален.  
Я даже ЗАВИДУЮ сегодняшним  
девчонкам и мальчишкам.  
В мое время не было таких  
замечательных условий.  
А еще и МОРЕ В ДВУХ ШАГАХ»**

спорта, а утверждаются в Министерстве спорта РФ. Но такого контроля бояться не стоит, напротив, это даже на руку профессиональным спортсменам. Ведь приглашение в Сочи – своего рода награда лучшим! Владимир Журавлев уверен, что одним из главных преимуществ центра является возможность для ребят прикоснуться к истории российского спорта, заниматься на аренах, где проходили тренировки и соревнования триумфальных для нашей страны Игр-2014. В том, что такое «соседство» с великими достижениями вдохновит не одно поколение юных атлетов на новые спортивные подвиги, нет никаких сомнений.

#### **Знаковое место**

Казалось бы, лед везде остается льдом, однако уникальный климат Сочи, его расположение повышают привлекательность этого места, в том числе, и в глазах профессиональных спортсменов. По словам Марии Бутырской, сюда готовы приезжать спортсмены достаточно высокого класса: «Они смогут не только потренироваться сами в прекрасных условиях, но и наглядно показать детям, как выполнять те или иные элементы. Такие мастер-классы очень полезны детям».

Центр уже называют жемчужиной в системе детского спорта нашей страны. И в этом нет никаких преувеличений. А главная его «изюминка» заключается в том, что впервые найдены точки соприкосновения в работе тренера и педагога, которые прежде никогда не пересекались. Тренеры стали более ответственно относиться к проведению досуга своих учеников, начали понимать, что важен не только спортивный



**Здесь понимают, что сейчас  
очень важно НАЛАДИТЬ  
СОТРУДНИЧЕСТВО  
со спортивными школами**



процесс, но и подготовка детей к взрослой жизни – образование, воспитание. О том, чтобы будущие чемпионы проводили свое свободное время весело и интересно, с пользой и не скучали по дому, думают педагоги-воспитатели, которые работают с молодыми спортсменами и днем и ночью. «Усилия педагогического коллектива направлены на то, чтобы воспитывать не просто высококлассных спортсменов, а высокообразованных, высококультурных и высоко-нравственных людей. А реализовывать эту далеко не простую задачу нам помогает дух олимпийских объектов», – объясняет В.В. Журавлев.

«Все было на самом высоком уровне, – рассказывает тренер команды фигуристок из г. Коломны Татьяна Яковleva. – Двухразовые ледовые тренировки, своя раздевалка, тренерская, хорошие спортивные залы – хореографический и тренажерный. И в выходные дни мы не скучали, ездили на всевозможные экскурсии...»

За свое недолгое существование центр успел не только определиться со своей идеологией и миссией, но и начать успешно воплощать их в жизнь. Здесь

понимают, что сейчас очень важно наладить сотрудничество со спортивными школами, ведь стремление заложить в подрастающем поколении любовь к спорту, здоровому образу жизни не в ущерб образованию, воспитать в молодом поколении лучшие человеческие ценности может дать потрясающий результат, оказать неоценимую помощь в формировании мощного спортивного резерва страны. И пускай уровни подготовки фигуристов в разных регионах России пока отличаются друг от друга. Центр в Сочи как раз станет той творческой лабораторией, инновационной площадкой, куда приезжают не только для того, чтобы повысить свое мастерство, но и обменяться опытом с коллегами.

Донести, передать молодому поколению все самое лучшее, что сейчас есть в наших школах фигурного катания, – одна из главных задач Всероссийского детского спортивного оздоровительного центра на берегу Черного моря. Неслучайно министр спорта Российской Федерации Виталий Мутко сказал: «Я думаю, юные спортсмены еще не раз скажут спасибо нашему президенту за этот центр». **ФК**

Слева направо:  
заместитель  
министра спорта РФ  
Юрий Нагорных,  
министр спорта РФ  
Виталий Мутко,  
директор центра  
Владимир Журавлев  
и заместитель главы  
администрации  
Краснодарского края  
Николай Долуда  
беседуют с будущими  
чемпионами



# Хорошо или плохо болит?

*Когда можно привести ребенка в секцию фигурного катания? Насколько это будет ему полезно? Какие существуют противопоказания? Может ли фигурное катание оздоровить ребенка? Как выбрать подходящую секцию?.. Каждый раз родители будущих юных фигуристов задают эти и многие другие вопросы. Но вот все волнения позади, ребенок начинает привыкать к новому режиму дня,ходить на первые тренировки, а вопросы не заканчиваются.*

АНДРЕЙ ГОЛОВАНОВ И СЕРГЕЙ КИРИН

Текст: Олег Васильев, тренер, врач, старший научный сотрудник НИИ Спорта РГУФКСМиТ

**Как понять, справляется ли ваш малыш с нагрузкой? Кормить ли его перед тренировкой? Что делать, если дети жалуются на боли в руках и ногах? Попробуем разобраться.**

Как и любой спорт, фигурное катание требует от занимающегося ребенка наличия определенного уровня здоровья. Но это важно лишь на последующих этапах обучения. На уровне начальной подготовки на первый план выходит отсутствие у ребенка про-

тивопоказаний, которые подразделяются на общие и специфические для данного вида спорта.

Общие противопоказания к занятиям фигурным катанием, как это ни странно, определяются возрастом. Не секрет, что в фигурное катание приводят детей даже с двух лет. Но дело в том, что опорно-двигательный аппарат ребенка в общих чертах формируется к 4–5 годам. Именно с этого возраста врач-ортопед может сделать заключение о наличии изменений в осанке или о плоскостопии, поэтому ко всем нагруз-



**Четкий режим дня, спокойная атмосфера, оптимистичный настрой ПОМОГУТ МАЛЫШУ СПРАВИТЬСЯ со всеми трудностями первых шагов на льду**

RENATA OSINSKA/PHOTOEXPRESS

кам на опорно-двигательный аппарат в возрасте до 4–5 лет следует относиться крайне осторожно.

#### На что следует обратить внимание

Прежде чем идти записываться в секцию, необходимо взвесить все «за» и «против» и при наличии любых врожденных диспластических изменений, особенно при наличии дисплазии тазобедренного сустава!

Необходимо знать, что диспластичные дети обычно достаточно стройны, гибки, имеют легкую кость – как раз таких и любят отбирать в фигурное катание. Однако мягкость связок присутствует у них не только в суставах, но и во внутренних органах, и жесткие приземления на лед могут провоцировать у таких детей опущение внутренних органов.

Но, конечно, каждый конкретный случай с противопоказаниями нужно рассматривать индивидуально. В младшем возрасте занятия фигурным катанием в группах начальной подготовки, наоборот, в определенной степени могут укрепить опорно-двигательный аппарат ребенка. Здесь очень многое зависит от профессионализма тренера и внимательности родителей. Ведь спортсменов младше шести лет обычно не осматривают в физкультурно-спортивных диспансерах, контроль за их здоровьем всецело ложится на плечи мам и пап, которые при необходимости могут обратиться в поликлинику по месту жительства. А вот на более высоком уровне, то есть с момента официального зачисления в спортивную школу, вопрос о возможности продолжения занятий фигурным катанием будет решаться врачами-специалистами из специальных медицинских учреждений.

#### На что следует обратить внимание

Существует целый спектр заболеваний, при которых нежелательно переохлаждение организма. Например, опасность подстерегает тех, кто страдает болезнями почек. А поскольку в ледовых залах температура, как правило, невысокая, в зимнее время тренировки часто

проходят на открытом воздухе. Подумайте – стоит ли подвергать своего ребенка риску? Может быть, лучше отдать его в другой вид спорта?

В любом случае, даже если вы решили отвести ребенка в фигурное катание исключительно в оздоровительных целях, отдавайте его в профессиональные спортивные коллективы.

А теперь поговорим о том, с какими проблемами приходится чаще всего сталкиваться малышам после того, как они начинают привыкать к новой жизни.

В первые дни и месяцы после начала тренировок внимательно наблюдайте за ребенком, расспрашивайте его обо всех ощущениях, которые он испытывает. Ваш малыш по-прежнему весел, энергичен, с удовольствием бежит на занятия? Отлично. Жалуется на то, что болят ножки или ручки? Не пугайтесь и не паникуйте раньше времени. Не все боли бывают опасными. Те, кто занимается спортом, должны знать, что боль бывает двух типов: хорошая боль, которая, как правило, возникает после того, как на тренировке мышцы испытывали сильную нагрузку, и плохая, деструктивная боль, сигнализирующую либо о какой-то микротравме, либо о более серьезных проблемах. Чаще всего дети жалуются на первый вариант: болезненные ощущения связаны с повышенным кровенаполнением капилляров в мышцах (так называемая забитость мышц) или с «болями роста», когда мягкие ткани растягиваются, не успевая увеличиваться в размере одновременно с костями, и тем самым доставляют неприятные ощущения.

#### На что следует обратить внимание

Но если ребенок просыпается ночью от болей в мышцах, костях или суставах, обязательно отведите его к травматологу-ортопеду. Это уже может быть симптомом грозных заболеваний. Со временем родители и спортсмены начинают не хуже врачей отличать опасные боли от тех, которые нужно просто перенерпеть, как говорится, перерости.


PATRICK HAMILTON/PHOTOEXPRESS

RAMONA SMIERS / PHOTOPRESS



## Воду МОЖНО пить до, во время и после занятий



RENATA OSINSKA / PHOTOPRESS

А пока ни в коем случае не оставляйте длительные болевые ощущения без внимания. Обязательно проинформируйте, врача, тренера и постарайтесь найти причину возникновения болей.

Не спешите мазать проблемные зоны всевозможными противовоспалительными мазями. В отличие от взрослых у ребенка до переходного возраста впитывается в кровь практически все, что нанесли на кожу, и мощные лекарственные вещества, содержащиеся в мазях, могут вызвать у него токсический шок. Причем спровоцировать сильную аллергическую реакцию способны даже препараты, приготовленные на травах. Если все же применение данного средства неизбежно, сначала нанесите мазь на небольшой участок кожи и подождите минут 10–20. Если аллергической реакции не последует, обрабатывайте большую поверхность.

### На что следует обратить внимание

Но самое эффективное средство при мышечных болях – хвойно-соляные ванны. Готовят их из расчета – 100 граммов морской соли на 10 литров теплой воды. В саму ванну обычно добавляют хвойный экстракт или иные расслабляющие эфирные масла.

Главное – не смывайте с ребенка растворенную соль, просто вытрите кожу сухим полотенцем. И не стоит принимать ванну непосредственно перед сном: у детей такая процедура вместо расслабления может вызвать сильное возбуждение и бессонницу.

Теперь о питании. Плотный обед или завтрак должен закончиться за полтора, а лучше за два часа до начала тренировки – об этом знают все. А вот то, что принимать пищу можно сразу после занятий, для многих покажется удивительным. Но дело в том, что первые полчаса после интенсивной тренировки процесс метаболизма в организме идет более активно и любая еда усваивается лучше. А вот в течение последующих полутора часов во время приема пищи уже следует соблюдать умеренность, через два часа – тем более, так как обменные процессы замедляются и излишние калории будут оседать в организме. Однако большинство спортсменов именно через два часа после окончания тренировки предпочитают хорошенько «восполнить силы». Не допускайте подобных ошибок.

Что касается приема воды, то на нее перечисленные выше правила не распространяются. Воду можно пить до, во время и после занятий. Только в процессе тренировки пить следует маленькими глотками, следуя правилу: лучше пить много, но по чуть-чуть, чем мало, но все сразу.

И последнее. Часто родители, чьи дети делают первые шаги в спорте, жалуются на то, что ребенок подолгу не может заснуть. Это типичный признак перетренированности. Поговорите с тренером: как правило, бывает достаточно просто снизить нагрузку, и все встанет на свои места.

Жизнь ребенка, увлеченного спортом, сильно отличается от жизни обычного школьника, поэтому призываю родителей: проявляйте выдержку и терпение. Четкий режим дня, спокойная атмосфера в доме, оптимистичный настрой помогут вашему малышу справиться со всеми трудностями первых шагов на льду. **ФК**



TATYANA GLADISKIY / PHOTOPRESS



# Счастливый год Невинномысска

Текст: Влада Васильковская  
Фото: автора

**На сегодняшний день отделение фигурного катания на коньках в нашей школе – МБУ ДО ДЮСШ ЗВС – насчитывает более 350 учащихся. Попробовать свои силы в двухдневных соревнованиях на первенство школы решили фигуристы всех возрастных групп. В первый день на льду хозяйствамичили малыши и юные спортсмены 2007–2010 годов рождения, а во второй – на лед вышли мастера восьми лет и старше.**

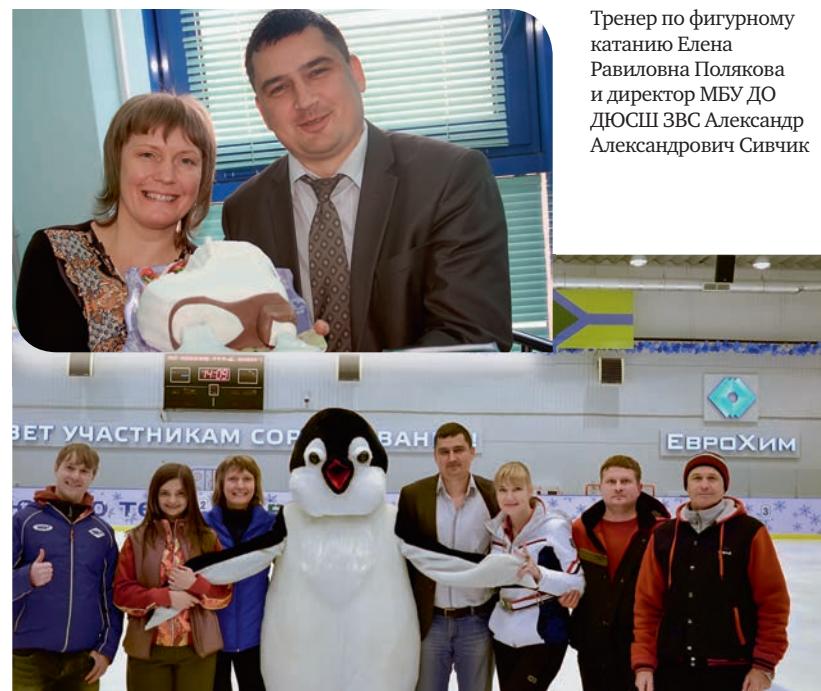
Тренеры признаются, что сейчас фигурное катание в городе приобретает все большую популярность, и это не может не радовать. Невинномысцы давно мечтают о том, чтобы славные традиции, которые когда-то сложились здесь (кто не знает олимпийскую чемпионку в парном катании Елену Бережную, родившуюся в Невинномысске!), возобновились. Всего лишь год с небольшим прошел с тех пор, как в городе открылся первый в Северо-Кавказском федеральном округе ледовый дворец, а жизнь на льду кипит с утра до вечера. «Нам нужно 2–3 года, чтобы наши дети вышли на достойный уровень», – рассказала ФК главный судья соревнований Елена Равиловна Полякова. – Мы намерены и дальше развивать фигурное катание, которое долгое время было забыто».

Свой лед для невинномысцев оказался счастливым. Местные мальчишки и девчонки в общей сложности завоевали 12 комплектов медалей разного достоинства. А те, кому не удалось попасть на пьедестал, все равно не остались без внимания. Все участники соревнований получили памятные призы от экипировочного центра «Торговый Дом Фигурного Катания», а точнее, от его отделения в г. Ростове-на-Дону.

Хочется отметить и специалистов нашей спортивной школы, делающих все для того, чтобы наши дети выросли настоящими мастерами. Это Владимир Иннокентьевич Попов, опытнейший тренер-хореограф, который начинал тренировать Елену Бережную; тренер-преподаватель по фигурному катанию

Андрей Валерьевич Ларёв и тренер-хореограф Лилия Александровна Ларёва, долгое время (с 2003 по 2013 год) работавшие артистами балета высшей категории Государственного казачьего ансамбля песни и танца «Ставрополье» Министерства культуры Российской Федерации; тренер по ОФП Александр Степанович Лычkin; мастер спорта международного класса Денис Анатольевич Сорокин – действующий участник ледового шоу Ильи Авербуха. А о тренере-преподавателе по фигурному катанию Елене Равиловне Поляковой говорят как о «мощном двигателе» в воспитании юных фигуристов!

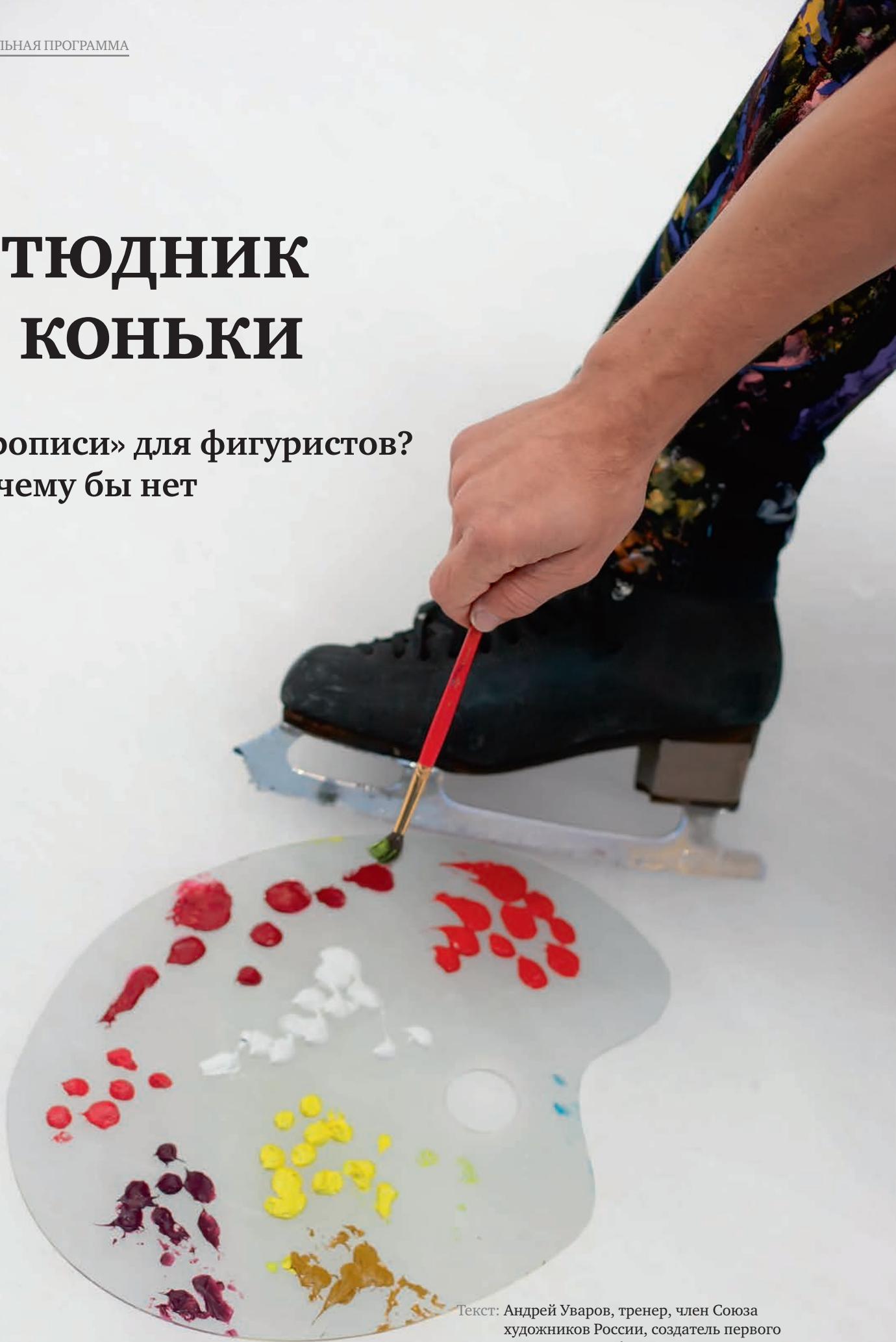
В конце соревнований все участники выступили с интересным номером на льду – танцевальным флэшмобом, заводилой в котором явился талисман нашей спортивной школы Пингвин! [ФК](#)



Тренер по фигурному катанию Елена Равиловна Полякова и директор МБУ ДО ДЮСШ ЗВС Александр Александрович Сивчик

# Этюдник и коньки

«Прописи» для фигуристов?  
Почему бы нет



Текст: Андрей Уваров, тренер, член Союза художников России, создатель первого в России Музея фигурного катания на коньках  
Фото: автора и Ольги Тимоховой

**Фигурист рисует образы на льду движениями и музыкой.  
Художник, чтобы создать прекрасное, пользуется кистями  
и красками. Но можно соединить и то и другое.**

«Плясать на льду учился он у музы», – писал о первом русском олимпийском чемпионе, Николае Панине-Коломенкине, Владимир Набоков и объяснял, как рождается волшебство:

Он вьется, и под молнией алмазной  
его непостижимого конька  
ломается, растет звездообразно  
узорное подобие цветка.  
(«Конькобежец»)

Сам Панин-Коломенкин называл след от конька «безгрешно чистым» и вдохновенно продумывал, а потом и воплощал на льду сложнейшие фигуры. Рисунком на льду первый в истории России олимпийский чемпион владел безукоризненно.

Или возьмем не столь отдаленные времена – Толлер Крэнстон... На этого канадского фигуриста смотрели как на чудо, называли его явлением в мужском одиночном катании, несмотря на то что он никогда не становился чемпионом. Самые высокие достижения Крэнстона – бронзовые медали на чемпионате мира-74 и Олимпийских играх-76. Но его победа заключалась в другом – Крэнстон оказал огромное, если не решающее влияние на развитие мужского одиночного катания. Как точно подметила Татьяна Тарасова, он открыл его эмоциональное направление, вывел на новый уровень художественную, артистическую составляющую, благодаря чему фигурное катание приобрело новые краски.

Краски для фигуриста стали и его судьбой. Художник на ледяной арене, художник в жизни... В свое время Крэнстон закончил художественную школу и, с тех пор как в 1997 году покинул лед, занимается только живописью. Он создал потрясающие картины, в которых живет и его фантастическое движение на льду.

Точнейшее попадание, если можно так сказать, в живопись, в рисунок получилось и у Алексея Ягудина в его знаменитой короткой программе «Зима». Считаю эту программу картиной, выполненной на высочайшем техническом уровне. Разнообразие живописных пятен, жесты спортсмена, музыка, композиционное построение вызывали у людей чувство сопричастности к божественному искусству и слезы.

Можно ли проверить «гармонию алгеброй» и попытаться создать алгоритмы творчества? Многие отвечают на этот вопрос отрицательно, веря только в глубинную одаренность спортсмена и случай, который поможет этому дару проснуться.



Андрей Уваров –  
тренер и художник

В этой ситуации тренер, как золотоискатель, вынужден пропускать через себя горы пустой породы, ждать счастливой встречи с Учеником. А если не ждать? В каком направлении двигаться?

Один из вариантов мне удалось выявить, обучая начинающих фигуристов, а убедиться в его праве на жизнь помогла работа над созданием Музея фигурного катания в Новогорске. Живая практика и живая традиция сошлись в одной точке. Назову эту точку соединением движения, рисования и живописи.

Педагоги, которые занимаются ранним развитием детей, выделяют сенситивный период воспитания чувств. В Монтессори-педагогике этот период длится

**Заниматься  
с юными  
фигуристами  
рисованием –  
это значит  
закладывать  
фундамент  
мастерства  
и артистизма  
будущего  
спортсмена**



Ассоциативные рисунки фигуриста: скольжение елочкой, троичный поворот



Цветные тройки и петли

Рисунки  
Корниловой  
Софии, УОР № 4  
им. Гомельского

приблизительно до шести лет. Двигательная активность ребенка в сочетании с развитием речи, пластикой, пением, изобразительной и конструктивной деятельностью способствуют утончению чувств. Фигурное катание, основанное на красоте и гармонии, избегает людей с грубыми чувствами. Заниматься с юными фигуристами рисованием – это значит закладывать фундамент мастерства и артистизма будущего спортсмена.

Появилась идея создать «Пропись для фигуристов», в которой ребенок поэтапно прорисовывает следы конька, остающиеся на льду после упражнений. В этой «Прописи» с ребенком надо разговаривать на созвучном его возрасту языке – языке символов. Все начинается с простых элементов: внутренние и наружные дуги, змейки разной конфигурации, петли. Затем необходимо ввести в пропись современные

У мольберта судья международной категории Евгения Богданова и заслуженный тренер СССР Нина Жук

**Ребенок младшего возраста МЫСЛИТ ОБРАЗНО.** Если предложить ему пунктирные рисунки тестов по скольжению, то, работая на бумаге, обводя точки и соединяя их в линии, он запомнит образ и с большей легкостью перенесет его на лед



Упражнения из прописи  
для фигуриста «Вариант задания»

тесты по скольжению, овладение которыми связано у юных фигуристов с большими трудностями. Ребенок младшего возраста мыслит образно, а здесь нужна логика. Если ему предложить пунктирные рисунки тестов, то, работая на бумаге, обводя точки и соединяя их в линии, он запомнит образ и с большей легкостью перенесет его на лед.

Проблему правой и левой ноги решат два цвета, которыми ребенок будет маркировать направления движения. Работа на всем пространстве листа, широко и свободно, поможет преодолеть типичный недостаток начинающих фигуристов, которые не используют все пространство катка, а мельчат и ломают движение, кружась на маленьком пятаке площадки. Овладение более сложными движениями на льду у ребенка еще впереди, а пока можно предложить ему раскрасить в прописи тюльпаны и другие олимпийские фигуры Николая Панина-Коломенкина.

«Длинный волос кисти погружается в жидкую краску, которая течет и капает на белый прямоугольник бумаги. На какой-то миг юный художник оказывается в одиночестве, он отрезан от всего мира и с головой ушел в игру ума и мышц, действия и отклика от него. Живопись, рисование красками – это готовая сенсорная связь между пальчиком ребенка, размазывающим пятнышко разлитого молока, и рукой мастера, написавшего Мону Лизу», – так пишет о значении живописи в воспитании детей итальянский педагог Джоан Буза Костер в своей книге «Растим художников. Преподавание искусства детям».





**Толлер Крэнстон  
создал потрясающие  
картины, в которых  
живет и его  
фантастическое  
движение  
на льду**



Работая с детьми в студии «Ступени», я неоднократно убеждался, как владение кисточкой развивает большие и малые мышцы руки, оттачивает телесно-кинематический интеллект, то есть учит передавать эмоции и чувства движениями тела. Неслучайно педагоги Китая сделали обязательным для всех детей страны занятие искусством, работу с тушью и кисточкой для написания иероглифов. Так же и занятия живописью помогают фигуристу найти свой колорит и стиль катания. Как нарисовать музыку? Энергию прыжка? Состояние грусти, любви, одиночества?

Эмоциональная составляющая программы и воздействие на зрителя усилия, если фигурист, катаясь, будет создавать живые картины. Это хорошо продемонстрировала программа Юлии Липницкой на Олимпиаде в Сочи, когда, рисуя на льду жестами, она словно убрала рамки катка, приглашая нас в художественную композицию.

Даже стили катания можно сравнить со стилями живописи. Например, академическое катание напоминает и академический рисунок: все выверено, все точно до мельчайших деталей и во всем – гармония. Этапон этого стиля – блистательная пара Людмила Белоусова и Олег Протопопов. А вот катается импрессионист – Толлер Крэнстон, у которого перетекание образов напоминает игру красок Дега и

## **КАК НАРИСОВАТЬ МУЗЫКУ? Энергию прыжка? Состояние грусти, любви, одиночества?**

Моне: все неожиданно и непредсказуемо. Есть на льду фигуристы, которым удаются театральные зарисовки, гротески и шаржи, например Игорь Бобрин и Илья Авербух. И напротив, иногда фигурист, взошедший на пьедестал, может вообще не иметь своего стиля, а отличаться хорошей техникой, но тогда, скорее всего, запомнят его только в узком кругу специалистов.

Поиски творческих решений не только в спорте, но и в сфере изобразительного искусства, несомненно, помогут фигуристам раскрыть новые грани своего потенциала и обрести большую уверенность в своих силах. Именно для этого задуман проект «Цветочный фигурист», который стартовал в сентябре и будет завершен в конце года выставками работ детей, занимающихся фигурным катанием, ветеранов этого вида спорта и действующих спортсменов. Занятия предполагается проводить в Музее фигурного катания в Новогорске или по желанию спортсменов и тренеров непосредственно на их тренировочных базах. Подробно о проведении акции можно будет прочитать на сайте <http://uvarov.taba.ru/>. **Фк**

# Голодные до побед

## Кто из героев Сочи-2014 продержится до Пхенчхана-2018?

*Послеолимпийский сезон – время появления новых лидеров, новых чемпионов. Они теснят прежних кумиров, предлагают новые направления. Наконец, они просто голодны до побед. Именно в этот сезон определяются лидеры предстоящего четырехлетия, среди которых будут и следующие олимпийские чемпионы. Однако и те, кто проиграл на предшествующих чемпионатам Играх, жаждут реванша, хотя бы в виде титула чемпиона мира.*

Текст: Юрий Вешкин

Участие в Олимпийских играх – уже успех, удача, выпадающая далеко не каждому. Победа на Играх – успех невероятный, и его достигают единицы. Золото Игр требует такого напряжения, после которого у большинства чемпионов практически не остается сил и желания продолжать спортивную карьеру. Немаловажен и тот факт, что долгожданная победа приносит заметные блага в виде рекламных контрактов, участия в различных шоу, солидных призовых... Этот фактор существенно влиял на сроки выступлений сильнейших фигуристов мира в любительском катании еще лет тридцать назад, так как сочетать выступления в шоу и в соревнованиях «любителей» было запрещено. Не утратил он своего значения и сегодня.

*За последние полвека можно по пальцам пересчитать чемпионов, продолживших выступать в любительских соревнованиях после олимпийского триумфа, и еще меньше тех, кто смог во второй раз подняться на высшую ступеньку пьедестала почета. И только одна фигуристка, Ирина Роднина, за это время сумела победить на Играх трижды.*

Людмила Белоусова и Олег Протопопов побеждали в парном катании в 1964 и 1968 годах, Ирина Роднина – в 1972 году с Алексеем Улановым, в 1976 и 1980

годах с Александром Зайцевым. Дважды становились олимпийскими чемпионами Екатерина Гордеева и Сергей Гриньков, в 1988 и 1994 годах. Наконец, Артур Дмитриев испытал это счастье с Натальей Мишкутенок в 1992-м и с Оксаной Казаковой в 1998-м. Парное катание по числу двукратных олимпийских чемпионов вообще «впереди планеты всей», а советские и российские фигуристы здесь явные лидеры.

В танцах на льду такой пример только один – россияне Оксана Грищук и Евгений Платов, олимпийские чемпионы 1994 и 1998 годов. В женском одиночном катании аналогичная картина: дважды покоряла олимпийский пьедестал только Катарина Витт из ГДР – в 1984 и 1988 годах. В мужском одиночном таких примеров нет вообще. Единственный за последние 50 лет двукратный олимпийский чемпион – Евгений Плющенко – выиграл второе золото в командных соревнованиях.

Два великолепных дуэта, олимпийские чемпионы 1984 года в парном катании Елена Валова – Олег Васильев и 2010 года в танцах на льду Тесса Вирчу – Скотт Мойр, продолжили карьеру в любительском спорте и на волне успеха выиграли первый после Игр чемпионат мира. Однако второго олимпийского золота эти дуэты так и не добились. Валова – Васильев в Калгари-1988 уступили Гордеевой – Гринькову.

Вирчу – Мойр на Играх-2014 в Сочи проиграли американцам Мэрил Дэвис и Чарли Уайту.

*За прошедшие 50 лет прошло 13 постолимпийских чемпионатов мира в одиночном и парном катании, 10 – в танцах на льду. На них определились 72 чемпиона мира. Если быть предельно корректным, чемпионов несколько меньше, поскольку некоторые побеждали дважды. Но мало кто из победителей первого после Игр чемпионата мира в итоге выигрывал Олимпийские игры.*

В женском одиночном катании победительницы постолимпийского чемпионата мира только дважды смогли выиграть следующие Олимпийские игры. Катарина Витт после победы в 1985 году стала олимпийской чемпионкой в 1988-м. Оксана Баюл, чемпионка мира 1993 года, выиграла и в Лиллехаммере-1994.

*Но 1993 год в фигурном катании стоит особняком: он оказался не только послеолимпийским, но и предолимпийским.*

Чемпионки мира швейцарка Дениз Бильман (1981), наша Мария Бутырская (1999) и двукратная чемпионка мира японка Мики Андо (2007, 2011) так ни разу и не смогли выиграть на Играх вообще никакой медали.

В мужском одиночном катании самыми большими неудачниками следует признать канадцев Курта Браунинга и Элвиса Стойко. Браунинг дважды выигрывал постолимпийские чемпионаты мира (1989, 1993), но выиграть какую-либо медаль на Играх так и не смог. Элвис Стойко, чемпион мира 1995 года, «жертва» российских фигуристов, дважды становился вторым. В 1994-м на его пути встал Алексей Урманов, в 1998-м – Илья Кулик. Канадцам вообще не везет: в Сочи Патрик Чан, которому заранее не отдавал золота только самый несведущий (или самый прозорливый), проиграл японцу Юдзуру Ханью. Не попадали в призеры Игр и чемпион мира 2007 года француз Бриан Жубер, и чемпион мира 1985 года Александр Фадеев.

В парном катании за эти полвека только две чемпионские пары не выигрывали олимпийские медали: чемпионы мира 1981 года Ирина Воробьева – Игорь Лисовский и чемпионы мира 1995 года из Чехии Радка Коваржикова – Рене Новотны. Надо отметить долгий и трудный путь к олимпийскому золоту китайцев Сю Шень и Чжао Хонбо. Бронзовые призеры двух Олимпиад (2002, 2006), чемпионы мира (2003, 2007), они выиграли олимпийское золото только в Ванкувере-2010.

Танцы на льду были включены в программу Олимпийских игр только в 1976 году. За это время два дуэта, выигравшие постолимпийские чемпионаты мира, так и не смогли стать призерами Игр: чемпионы мира

2003 года канадцы Шэ-Линн Бурн – Виктор Краатц и чемпионы мира 2007 года болгары Албена Денкова – Максим Ставийский.

*Итак, уже понятно, что титул чемпиона, завоеванный на первом после Игр чемпионате мира, не обещает на предстоящем главном старте четырехлетия не только золота, но и любой другой медали. Впереди еще три года тренировок, соревнований, борьбы за лидерство и, самое главное, появление новых конкурентов, на которых сегодня обращают внимание только специалисты.*

Конечно, чаще всего будущие олимпийские чемпионы уже оказываются в числе победителей или призеров постолимпийского чемпионата мира. Наиболее стабильны в этом отношении танцы на льду. Здесь победители предстоящих Олимпиад выиграли пять первых после завершившихся Игр чемпионатов мира из десяти, и на трех становились призерами. Исключения – это Татьяна Навка – Роман Костомаров, занявшие четвертое место в 2003-м, и Тесса Вирчу – Скотт Мойр, оставшиеся шестыми в 2007-м. В танцах совсем уж невероятных сюрпризов не было.

В остальных видах фигурного катания предсказать победителей Олимпийских игр было намного сложнее. Например, будущих победителей Сараево-1984 Елену Валову – Олега Васильева в 1981-м знала только их тренер, Тамара Москвина. Они не выступали даже на чемпионате СССР. Чемпионы Калгари-1988 Екатерина Гордеева – Сергей Гриньков в 1985-м выиграли чемпионат мира среди юниоров, а на «взрослом» льду появились только в следующем сезоне. Будущие олимпийские чемпионы Наталья Мишкутенок и Артур Дмитриев на чемпионате Европы 1989 года заняли третье место, а мировой чемпионат и вовсе пропустили.

В сезоне 1993 года, который был, как мы помним, одновременно пред- и постолимпийским, не выступали ни Гордеева – Гриньков, ни Мишкутенок – Дмитриев. Но именно тогда мир увидел будущую олимпийскую чемпионку Оксану Казакову – и не обратил на нее ни малейшего внимания. В паре с Дмитрием Сухановым она заняла на чемпионате мира 15-е место – более позорно наши мастера парного катания не выступали нигде и никогда.

Уже через год Оксана встала в пару с Артуром Дмитриевым, но в 1995-м они еще не созрели для выступлений на чемпионатах мира и Европы. Интересно, что будущие олимпийские чемпионы Елена Бережная и Антон Сихарулидзе тогда каталась не только с разными партнерами, но и за разные страны: Сихарулидзе с Марией Петровой занял на чемпионате мира шестое место, представляя Россию, а Бережная с Олегом Шляховым – седьмое, выступая за Латвию.

Правда, через четыре года парное катание вновь стало вполне предсказуемым: чемпионат мира 1999-го выиграли Бережная – Сихарулидзе, победившие в 2002-м в Солт-Лейк-Сити, Татьяна Тотьмянина – Максим Marinин взяли серебро в 2003-м и золото на Играх в 2006-м, Сю Шень – Чжао Хонбо стали в очередной раз чемпионами мира в 2007-м и наконец-то победили в 2010-м, а история Татьяны Волосожар и Максима Транькова всем хорошо известна. Но напомню, что на чемпионате мира 2011-го они выиграли серебро.

Немало сюрпризов преподносили и мужчины.

*Так, англичанин Робин Казинс на чемпионате мира 1977 года соревнования не закончил, а на чемпионате Европы был третьим. Больше того, единственное состязание, которое Казинс выиграл (не считая чемпионатов Великобритании), – это Олимпийские игры 1980-го. Еще интереснее то, что победа Казинса в Лейк-Плэсиде в 1980-м никого не удивила, так как потенциал фигуриста был виден задолго до Игр.*

Виктор Петренко в 1989-м был шестым, а через три года стал олимпийским чемпионом. Алексей Урманов на чемпионате мира 1993-го выиграл бронзу и через год в Лиллехаммере был в числе претендентов на победу далеко не первым. Но олимпийским чемпионом 1994 года стал именно он. В 1995-м Илья Кулик победил на мировом первенстве среди юниоров, на чемпионате мира среди взрослых занял девятое место, а три года спустя блестательно выиграл Игры в Нагано.

Американец Эван Лайсачек в 2007-м замкнул пятерку лучших фигуристов мира, и еще за полгода до главного старта в Ванкувере-2010 мало кто мог предположить его победу. Но именно Лайсачек сумел максимально использовать достоинства и недостатки новой системы судейства и стал олимпийским чемпионом. Наконец, победитель Сочи-2014 Юдзуру Ханью в 2011-м был вторым на чемпионате четырех континентов, остался на скромном четвертом месте на первенстве Японии и на чемпионате мира вообще не попал.

За три года до Игр немало примеров непредсказуемых победителей и у женщин. Так, американка Кристи Ямагучи в 1989-м заняла только шестое место в одиночном катании на чемпионате мира и все еще сочетала одиночное катание с парным, где каталась с Руди Галиндо. Более того, на том чемпионате в парном катании Ямагучи с Галиндо финишировали на пятом месте.

Будущая олимпийская чемпионка Нагано-1998 Тара Липински в 1995-м не попала в призеры на

чемпионате мира среди юниоров, а среди взрослых не выступала «по младости лет». В 1999-м Сара Хьюз, олимпийская чемпионка 2002 года в Солт-Лейк-Сити выиграла серебро на чемпионате мира среди юниоров. Среди взрослых Сара поднялась на достойное для юниорки седьмое место, хотя разглядеть в ней будущую олимпийскую чемпионку было невозможно ни в телескоп, ни в микроскоп.

Японка Шизука Аракава в 2003-м была восьмой, а в Турине-2006 выиграла олимпийское золото. Ким Юна в 2007-м выиграла бронзу, правда, уже тогда все специалисты видели в ней триумфатора Ванкувера-2010.

*Аделина Сотникова, столь блестательно победившая в Сочи, в 2011-м оставила за собой чемпионат мира среди юниоров, чемпионат России и серебро на зимних юношеских Олимпийских играх. Она по возрасту еще не имела права выступать на чемпионатах мира, и в то время мы только гадали, кто из россыпи наших юниорских талантов выступит в Сочи. Просто выступит, о медалях оставалось только мечтать.*

...Наступает очередной постолимпийский сезон. Его особенность в том, что в строю остались почти все олимпийские чемпионы. Исключение – взявшие паузу Мерил Дэвис – Чарли Уайт. Вернутся они или нет, но за время их отсутствия вполне могут вырасти такие конкуренты, что в споре с ними олимпийские чемпионы проиграют. К сожалению, распалась российская пара, которой все предсказывали триумфальное четырехлетие после Сочи. Кто займет место лидера? Рискну предположить: если даже чемпионы мира итальянцы Анна Каппеллини и Лука Ланотте сумеют повторить свой прошлогодний успех, в чем я очень сомневаюсь, в Пхенчхане они не будут и призерами.

В парном катании Татьяна Волосожар и Максим Траньков только вошли во вкус побед. Они были великолепны в прошлом сезоне, но насколько великолепны будут в наступающем? Легких побед не предполагается. Но, пожалуй, самая непредсказуемая ситуация – в одиночном катании. Ни Юдзуру Ханью, ни Аделина Сотникова не собираются завершать карьеру. Им еще много чего можно и нужно выигрывать, и они намерены это сделать. Олимпийская победа только разожгла аппетит. Но у олимпийских чемпионов в одиночном катании соперников очень много. Плюс подрастают конкуренты среди юниоров...

До чемпионата мира 2015-го осталось всего несколько месяцев. Мы не собираемся делать прогнозы. Мы просто взглянули на историю фигурного катания за полвека и попытались показать, что в спорте возможно все. Тем он и интересен. [ФК](#)

# MONDOR

Реклама



MONDOR.COM

# Теперь не одиноки

Никогда в отечественном женском одиночном катании не было столько ярких, самобытных фигуристок

*Долгие годы женское одиночное катание в нашей стране оставалось самым отстающим видом фигурного катания. Первую победу на чемпионатах мира в парном катании наши фигуристы одержали в 1965-м, в танцах на льду – в 1970-м, с 1975-го открыт счет побед у мужчин. И только женщины еще долго робко и безнадежно пытались пробиться в высшую лигу на международном льду.*

Текст: Юрий Вешкин

Фото: Ольга Тимохова

В 1960-х лучшим результатом наших одиночниц было 10-е место Елены Щегловой на чемпионатах мира 1968 и 1969 годов. Затем наступил спад, продолжавшийся почти десять лет, пока Елена Водорезова в 1977-м не поднялась на седьмое место и в 1978-м – на шестое место. И вновь спад на несколько лет. В 1983-м Водорезова впервые в истории нашего фигурного катания выиграла бронзовую медаль чемпионата

мира. Через год Кира Иванова стала бронзовым призером Олимпийских игр, а Анна Кондрашова – вице-чемпионкой мира. В 1985-м серебро выиграла Кира Иванова, а в 1987-м у нее – бронза. Казалось, наши девушки пробили дорогу на пьедестал, но уже в 1988 году наступил очередной кризис.

К середине 1990-х у нас наконец появились три перспективные фигуристки: Ирина Слуцкая, Мария Бутырская и Ольга Маркова. В 1998-м впервые в истории на пьедестале – две россиянки: серебро у Слуцкой, бронза у Бутырской, а в 1999-м открыт счет побед и наших женщин: Мария Бутырская выиграла чемпионат мира!

В новом веке дважды выигрывала чемпионат мира Слуцкая, серебро 2003 года – у Елены Соколовой, но с 2006 года наступил очередной кризис нашего женского катания. Первым признаком его преодоления стало серебро Алены Леоновой в 2012-м.

Олимпийский 2014-й со всей очевидностью показал, что наши женщины вышли в лидеры мирового фигурного катания: блестящая победа Аделины Сотниковой в Сочи, дополненная золотом чемпионата Европы и серебром чемпионата мира Юлии Липницкой.

Но в этом успехе есть еще один важный момент. В предыдущие годы у нас были отличные одиночницы, но они были, скажем так, «одиноки»: в период расцвета таланта Водорезовой в стране не было никого, кто мог бы приблизиться к ней по уровню катания. Иванова соперничала только с Кондрашовой, Слуцкая – пару лет с Бутырской, а потом осталась на вершине одна. Уходили лидеры, и за ними не оставалось никого.

Сегодня ситуация абсолютно иная. Предстоящее четырехлетие может стать периодом доминирования наших одиночниц. Можно назвать десять девушек, тренирующихся у разных специалистов, способных

Аделина  
Сотникова



Олимпийский 2014-й со всей очевидностью показал, что наши женщины вышли в ЛИДЕРЫ МИРОВОГО ФИГУРНОГО КАТАНИЯ

Александра  
Проклова



Серафима  
СахановичНиколь  
ГосвияниЕлена  
Радионова

выступать на высочайшем уровне и сегодня, и завтра, и послезавтра. Великолепная десятка:

**24**-летняя Алена Леонова (Евгений Рукавицын);  
**18**-летние Аделина Сотникова (Елена Буянова),  
 Елизавета Туктамышева (Алексей Мишин);  
**16**-летние Юлия Липницкая (Этери Тутберидзе) и Анна Погорилая (Анна Царева);  
**15**-летние Елена Радионова (Инна Гончаренко) и Евгения Медведева (Этери Тутберидзе);  
**14**-летние Серафима Саханович (Алина Писаренко), Мария Соткова (Светлана Панова) и Александра Проклова (Инна Гончаренко).

Совершенно не исключаю, что список претенденток не исчерпывается этими именами. Например, почему бы не появиться здесь и Николь Госвияни, которой всего 18 лет, или 16-летней Диане Первушкиной, или 14-летней Елизавете Ющенко? Ведь в начале прошлого сезона мало кто мог предположить, что Анна Погорилая попадет на чемпионат мира и с великолепным прокатом займет там четвертое место.

Девушки не случайно представлены здесь по возрастной лестнице. Часть из них вступает в борьбу уже в этом сезоне, остальные добавят конкуренции в следующем. Это обещает острое соперничество и невероятный подъем уровня женского одиночного катания не только у нас в стране, но и в мире в целом.

Всех их объединяет владение широчайшим техническим арсеналом. В такой ситуации одним из решающих факторов будут программы: выбранное музыкальное сопровождение, хореография, выразительность катания. Но что еще более важно – характер, способность не теряться в борьбе, не пасовать в случае ошибок.

В предстоящие четыре года женское одиночное катание, похоже, будет самым интересным видом на всех уровнях. Конкуренция на чемпионате России обещает быть выше, чем на чемпионате мира. И хочется верить, что медаль чемпионата страны станет гаранцией медалей на чемпионатах Европы и мира и что не далек тот день, когда весь пьедестал почета будут занимать наши спортсменки. **ФК**

Елизавета  
ТуктамышеваАлена  
ЛеоноваАнна  
Погорилая

# Лидеры

**Сегодня конкуренция среди российских фигуристок велика как никогда. Чем объяснить такой прорыв? В чем плюсы и минусы внутренней конкуренции? Кто будет диктовать моду в наступившем сезоне? Эти вопросы ФК задал тренерам, чьи спортсменки достигли в минувшем сезоне самых больших успехов.**

Елена БУЯНОВА, тренер олимпийской чемпионки Аделины Сотниковой: «В одиночку пробиваться всегда трудно. Нужен лидер»



Юлия Комарова

**– Чем объяснить прорыв?**

Когда в команде есть лидеры, есть и к чему стремиться. Лиза Туктамышева, Аделина Сотникова своим появлением дали очень мощный толчок развитию женского одиночного катания в стране. Сколько девчонок захотели быть похожими на них, потянулись за ними! И, мне кажется, очень

большую роль сыграло как раз то, что их было двое. Всетаки, когда в свое время я стала добиваться результатов на чемпионатах Европы и мира, то была одна, в одиночку же пробиваться всегда труднее. А здесь обе – такие яркие, такие талантливые, их сразу заметили в мире, за их результатами следили... Появится такой же пример перед глазами у наших мальчиков, и ситуация в мужском одиночном катании тоже начнется меняться в лучшую сторону, вот увидите.

Само собой, роль тренера тоже очень велика. Каким бы талантливым спортсмен ни был, без грамотного наставника он не будет прогрессировать. Тренер ведь всегда видит и чувствует, когда ученику реально справиться с задачей, а когда ожидания завышены. Это чувство не за один сезон складывается. Ты годами, хочешь не хочешь, живешь с этой мыслью, работаешь ради этой цели.

**– Есть ли опасность в том, что конкуренция «зашкаливает» и талантливые спортсменки начинают вытеснять друг друга?**

В спорте все равно выживает сильнейший. У всех великих спортсменов были сложные периоды, и тот, кому удавалось их преодолевать, впоследствии становился действительно великим. Так и здесь: кто научитсяправляться с проблемами, кто окажется выносливее в психологическом плане, может быть, мудрее, тот и будет лидером. Взять ту же Аделину. Ведь какой она прошла непростой путь, сколько было сделано работы! Аделина каждый день преодолевала себя. Были неудачи, и я рада, что она всегда поднималась и продолжала идти дальше. Это самое главное в спортсмене: если он сможет все преодолеть, он всего добьется. Я всегда знала, что у Аделины очень сильный стержень. Самое сложное – справиться с собой.

Останутся, естественно, единицы, но зато они будут действительно непобедимыми.

**– Как вам кажется, кто будет диктовать правила игры в женском одиночном катании в этом сезоне?**

Думаю, что результаты первых турниров говорят сами за себя. Посмотрите, кто доминировал в юниорской серии Гран-при? Надеюсь, что и на взрослых этапах россиянки будут в числе лидеров.

**Этери ТУТБЕРИДЗЕ, тренер олимпийской чемпионки в командных соревнованиях, призера чемпионата мира, чемпионки Европы Юлии Липницкой: «Большой спорт – это забег на длинную дистанцию»**



Ольга Тимонова

**1. Успехи в нашем женском фигурном катании, в первую очередь, я связываю со строительством катков. В последние годы только в Москве было открыто около десяти, а то и более ледовых площадок, и это дало возможность большему количеству спортсменок проявить себя. Ведь**

в советские времена все парное и одиночное катание, с упором на мужское, базировалось в Ленинграде. В Москве же фактически оставались два крупных центра – ЦСКА и СЮП. После закрытия школы на Стадионе юных пионеров и вовсе остался один. И если спортсменка по каким-то причинам не подходила тренеру, то это автоматически означало конец ее спортивной карьеры.

С появлением новых катков ситуация в корне поменялась. «Выбракованным» фигуристам, а мотивация у таких была огромная, было куда уйти. Не стану приводить конкретных примеров, но многие фигуристки, которые и сегодня продолжают кататься, и неплохо кататься, именно из этого числа. Можно только гадать, скольких ребят мы не досчитались бы, если бы вовремя не были созданы подобные условия.

Интерес к фигурному катанию был всегда. На новых катках молодые таланты стали расти, образно говоря, как «сорняки». Возможно, это не очень красивое сравнение, но точное. Количество детей, занимающихся нашим видом спорта, увеличилось в разы. А из большого числа всегда легче выбрать самородки.

На новых катках начали работать молодые тренеры, одержимые желанием проявить себя, подготовить классных

спортсменов. Их ничто не смущало, даже недостаток льда. Просто время, выделенное на тренировки, они использовали максимально эффективно. «Умка», «Серебряный», «Снежные барсы»... Обычные типовые постройки в жилых районах Москвы. Кто мог предположить, что именно оттуда выйдут талантливые фигуристы, имена которых будут на слуху: Полина Шелепень, Саша Деева, Даша Медведева, Женя Медведева, Влад Таракенко, Адъян Питкеев, Камилла Гайнэтдинова, Мария Соткова?..

Вспоминаю, как мы начинали работать – Ольга Волобуева, Аня Царева, другие тренеры... Как мы жили соревнованиями – между группами, между школами. Как престижно было выиграть в споре между ДЮСШ и СДЮШОР. Сейчас таких турниров не проводится, а раньше все это давало мощный толчок вперед. Ведь что такое спорт – это прежде всего, конкуренция. Не будет конкуренции, не будет ничего вообще. Если реклама – двигатель торговли, то конкуренция – это двигатель спорта.

На волне этой конкуренции стали усложняться программы спортсменок, поскольку за счет чего-то надо было обыгрывать конкуренток. Шелепень, к примеру, исполняла полный набор тройных прыжков, потом каскад «три – три». Это дало сигнал другим. Появились спортсменки, которые также стали пробовать сложные прыжки и каскады. Фигуристки начали подгонять друг друга, и пошло, поехало.

Плюс, конечно, финансирование. У тренеров появились ставки, зарплата, и это очень сильно мотивировало. Запустили специальную программу «Сочи-2014», и как все стремились вписаться в нее, потому что это предполагало лучшие условия подготовки, бесплатные коньки для спортсменов, костюмы... А ведь это немаловажно.

И сейчас в российском фигурном катании есть целая плеяды талантливых одиночниц: Сотникова, Туктамышева, Липницкая, Радионова, Погорилая, Медведева, Саханович, Соткова... Этот список можно продолжать. Недавно я вернулась с этапа Кубка России в Йошкар-Оле. Что бросилось в глаза: 11-летние спортсменки уже имеют полный набор тройных прыжков. Безусловно, женское катание сложнее мужского в том смысле, что более непредсказуемо. У девочек больше проблем в переходном возрасте, и на первых этапах не очень понятно, как это все пройдет. Но то, что одаренные 11-летние спортсменки появляются, означает, что цепь не прервется.

**2.** В фигурном катании такого не случится. В спорте, как и в природе, действует принцип естественного отбора, и выживает всегда сильнейший. В спорте нельзя бояться, пугаться, давать себе слабину. Рассуждать по принципу, мол, в нашей сборной много талантов, буду кататься за другую страну и стану чемпионкой. Не получится. Мастерство оттачивается только в конкуренции с сильными спарринг-партнерами. Так было всегда. Надо просто бороться до конца, очень хотеть, ставить перед собой цели и идти к ним. К сожалению, не все до конца это осознают, как и не понимают, что если ты хочешь добиться результата, то, прежде всего, надо предъявлять повышенные требования к себе. В 13 лет можно выезжать за счет здоровья. Но большой спорт – это забег на длинные дистанции. Вовремя не лег спать, заранее не проснулся, не размялся, сразу пошел на тренировку, не следил за весом, дал слабину, сходил в Макдональдс... Килограмм туда, килограмм сюда – подумаешь, сегодня хватает здоровья и ладно. А в 15 лет колени и спины летят. Почему? Потому что не соблюдал «дисциплину тела».

Все знают об этом, но не каждый может до конца понять и следовать правилам. Тот, кто понимает, насколько важна вся эта рутина, кто способен подойти к работе с головой, тот выживает в спорте и доберется до высот.

**3.** В послеолимпийский сезон сложно давать какие-то прогнозы, потому что Олимпийские игры настолько морально и физически опустошают спортсменов, что не всегда можно сразу определить расстановку сил. Если смотреть по юниорским этапам Гран-при, то тут-ton будут задавать наши девочки и японки. Собственно, представительницы двух стран и вышли в юниорский финал.

На взрослом уровне делать какие-то выводы до начала Гран-при сложнее. Надеюсь, что в этом году мы не опустим поднятую нами планку в женском катании. На чемпионате Европы должны побеждать. На мировом первенстве поборемся. При этом надо четко понимать, что новый олимпийский цикл означает только одно: всю работу нужно начинать с нуля. Хотя когда уже чего-то достиг, то очень трудно заставить себя это делать.

Мне кажется, что каким бы титулованным ни был спортсмен, он должен обожать свою работу. Это чувство должно быть настолько сильным, чтобы человек просто не представлял своей жизни вне льда, без соревнований. Именно это должно стать главным мотиватором, главным двигателем в дальнейшей работе. Спортивный век недолгий, и надо использовать все шансы, которые появляются. Понимаете, если талантливый спортсмен себя не реализует, то потом всю жизнь себе этого не простит..

**Инна ГОНЧАРЕНКО, тренер двукратной чемпионки мира среди юниоров Елены Радионовой:**  
**«Кадры решают все»**

**1.** Скачок результатов в отечественном женском фигурном катании, на мой взгляд, напрямую связан с тренерами. В свое время в Советском Союзе был достаточно распространенным девиз «Кадры решают все». Сегодня можно по-разному относиться к истории страны, но этот девиз был и остается правильным. Только профессионалы, одержимые идеей воспитать и вырастить чемпионов, смогут добиться успешного результата. Причем большинство таких тренеров работают на энтузиазме. Просто вкалывают с утра до ночи, забывая порой об интересах семьи, родных, пренебрегая собственным здоровьем.

Неподражаемые и уникальные тренеры в нашей стране были всегда. Я называла бы этих людей эксклюзивными, штучными. Можно очень долго перечислять все имена. Но важно одно: тренеры – это база, фундамент, на котором прочно стоит отечественное фигурное катание. Тренеры – это двигатель спорта. Это те люди, которые работают чаще не за деньги, а, как бы высокопарно это ни звучало, во благо отечественной школы фигурного катания. Мне кажется, что для таких, к коим отношу и себя, слова «страна», «Родина», «российский флаг» – не пустой звук.

За последние годы в России очень многое изменилось. Если раньше мы приезжали за границу и восторгались



ЮЛИЯ КОНДРАТЕНКО

практически всем, начиная от чистоты на улицах и изобилия товаров в магазинах, то сейчас этим не удивишь. Постепенно возрождается чувство гордости за свою страну. А это важный воспитательный момент, который очень сильно влияет на мотивацию и результаты спортсмена. Отсюда и такой всплеск.

Подобный подъем переживает не только отечественное женское одиночное катание. Возьмите потрясающую школу парного катания, которую за короткий срок удалось создать Нине Михайловне Мозер. Сколько молодых талантливых тренеров появилось в нашем катании за последнее время! В этом я вижу залог будущих побед.

**2.** Безусловно, место на верхней ступени пьедестала только одно. И это место займет сильнейший. Каким бы талантливым тренер ни был, к сожалению, не все зависит только от него. Спортсмен должен обладать огромной мотивацией, понимать, зачем он пришел в спорт, какие задачи он ставит перед собой. Сегодня у нас есть примеры, когда фигурист с амбициозными устремлениями, вопреки, казалось бы, объективным обстоятельствам, травмам, болячкам, продолжает свою карьеру. Очень многое зависит, повторяю, от желания самого спортсмена: хочет, значит, добьется, при условии профессионального отношения к делу.

И еще очень важно, чтобы талантливые спортсмены имели одинаковые условия для подготовки. Это и количество льда, и круг специалистов, необходимых для работы, и медицинское сопровождение, и многое другое. Нельзя одному создавать приоритетные условия, растить его в оранжерее, а другого высаживать на грядку с сорняками, мол, захочет – пробьется. Это тупиковый путь, который нанесет больше вреда нашему фигурному катанию. Результаты труда спортсменов должны оцениваться объективно. Нам только кажется, что наши спортсмены – дети, что они не в курсе происходящего. На самом деле в спорте быстро взрослеют и четко понимают, что к чему.

**3.** Мне не хотелось бы конкретизировать ответ на этот вопрос. Имена потенциальных фаворитов и стран, которые могут задавать тон, всем известны.

Я хочу сказать о другом. Олимпийский сезон дал мощный толчок развитию фигурного катания в России. Это не просто слова, сужу по нашей школе ЦСКА. Желающих заниматься фигурным катанием, только записаться в школу, стало раза в три больше по сравнению с прошлым годом. Это напрямую связано с успехом на Олимпийских играх в Сочи Аделины Сотниковой. В полной мере ее успех даже сложно оценить. Ее победа – больше, чем просто победа. Это история Золушки – простой девочки, которая, преодолев все испытания, слезы, разочарования, травмы, неудачи, смогла подняться на Олимп. Не футболист, не хоккеист, не шоумен, не актер, не танцов балета, не космонавт, а фигуристка оказалась в фокусе внимания всей страны и всего мира. Это здорово. Это большой успех всего нашего фигурного катания.

**Анна ЦАРЕВА, тренер призера юниорского чемпионата мира, финалистки Гран-при Анны Погорилой:**  
«Предпосылки такого успеха были созданы лет шесть назад»

**1.** Успехи российского женского фигурного катания не появились с потолка – ни с того ни с сего. Предпосылки



для этого были созданы лет шесть назад усилиями молодых тренеров. На моих глазах у Этери Тутберидзе появилась талантливая фигуристка Полина Шелепень, которая одной из первых наших девочек запрыгала все тройные прыжки. Следом за Шелепень засветилась Лиза Туктамышева, позже Аделина Сотникова. Конкуренция дала мощный

толчок всему развитию отечественного женского фигурного катания.

Победа в этом трио была возможна только за счет технического усложнения программ. За тройными прыжками фигуристки стали пробовать каскад из двух тройных. И другим спортсменкам и тренерам, которые также жаждали успеха, ничего не оставалось, как пойти по такому же пути.

Молодые тренеры не просто осознали, что им надо подтягивать спортсменок до заданного уровня. Самое главное – у тренеров появилась вера, что они тоже могут это сделать. Конкуренция и амбиции сыграли роль катализатора, который двинул наше женское фигурное катание вперед. И сегодня мы наблюдаем плоды той работы.

Посмотрите, какой подъем в женском юниорском катании мы увидели в прошлом сезоне! В этом он немного спал, потому что кто-то из спортсменок травмировался, у кого-то возникли проблемы, связанные с переходным возрастом. Однако в следующем году конкуренция между нашими молодыми фигуристками будет очень сильной. И это показывают прошедшие соревнования.

**2.** Всегда после сильного всплеска наступает период затишья. Возможно, это так и будет. Но все равно мне кажется, что выживет сильнейший – тот, кто выдержит, кто не отчается. С каждым годом конкуренция в сборной, борьба между спортсменками будет усиливаться. Никто свои лидирующие позиции просто так не отдаст. Другой вопрос – сколько и как можно выдержать это противостояние? Тяжело. Ведь лидеру придется не просто держать себя на пике формы на протяжении длительного времени. Он должен постоянно доказывать свою состоятельность, то, что он сильнее остальных. Идущим следом за ним всегда будет проще, потому что удерживать позиции сложнее, чем завоевывать.

Но цепочка не должна прерваться: есть лидер, есть догоняющие, и это «долгоиграющий» процесс. Возможно, в какой-то период спортсменок будет больше или меньше, но они будут. Если есть лидер, то преследователи не заставят себя ждать. Сегодня, смотрите, Алена Леонова учит прыжки, собирает программы, пытается конкурировать. Это означает, что она сильна психологически, потому что ведь не только физическую форму надо иметь. Лиза Туктамышева – как хорошо выступает! Сильные спортсменки – как птица Феникс, раз – возрождаются и взлетают.

**3.** Кто будет задавать тон в женском фигурном катании в этом сезоне? Конечно, Россия. Это очевидно. **ФК**

**С нами от первых шагов на льду  
до золотой медали в Сочи!**



центр экипировки  
сборной команды  
России



**Самый большой ассортимент товаров и услуг  
для любителей и профессионалов**

реклама

**Адреса наших магазинов:**

**NEW** Москва, Комсомольский пр-т, д. 14, корп. 2, м. Парк Культуры, 8 (495) 201 14 06, 8 (964) 647 01 03  
Москва, Ленинградский пр-т, д. 376, м. Динамо, ТЦ Старт, павильон 50Б, 8 (495) 743 49 07  
Москва, Сокольническая площадь, д. 4А, ТК Русское раздолье, офис 336, 8 (495) 926 43 64  
Москва, офис: Колодезный пер., д. 3, стр.4, 8 (499) 268 39 61, 8 (495) 781 59 36  
Санкт-Петербург, наб. Обводного канала, д. 118, РТК Варшавский Экспресс, 8 (812) 333 10 71  
Волгоград, ул. Танкистов, д. 5А, 8 (961) 683 78 03  
Екатеринбург, пр-т Ленина, д. 24/8, ТЦ Галерея Красный Леопард, 8 (922) 145 35 41  
Нижний Новгород, ул. Карла Маркса, д. 62, 8 (831) 423 47 96  
Пермь, ул. Сибирская, д. 47, Дом Спорта Орленок, 8 (912) 499 26 24  
Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, д. 103, Дворец Спорта, 8 (918) 520 20 25  
Краснодарский край, станица Выселки, Ледовый Дворец, 8 (928) 845 26 20  
Краснодар, 8 (918) 022 77 77; Тихорецк, 8 (928) 845 26 20  
Челябинск, Свердловский пр-т, д. 51, Дворец Спорта Юность, 8 (919) 124 36 82, 8 (922) 633 26 72

[www.tdfk.ru](http://www.tdfk.ru)

Торговый Дом Фигурного Катания  
официальный дистрибутор фирмы RISPORT в России

**RISPORT**  
SKATES



# Брайан Орсер: «Мы прыгаем вместе»

Текст: Татьяна Фладэ  
Фото: автора и Ольги Тимоховой

**Знаменитый в прошлом канадский фигурист, двукратный серебряный призер Олимпийских игр и чемпион мира Брайан Орсер всю свою тренерскую карьеру успешно опровергает сложившийся стереотип о том, что хорошие тренеры чаще всего получаются из спортсменов-неудачников. В 2010 году его ученица Юна Ким выиграла олимпийский турнир в женском одиночном катании. А на Олимпийских играх 2014 года в Сочи чемпионом стал другой ученик Орсера – Юзуру Ханью. В минувшем сезоне подопечные канадского тренера завоевали пять (!) самых важных титулов.**

**– Брайан, давайте вспомним... Юзуру Ханью стал олимпийским чемпионом и чемпионом мира, Хавьер Фернандес – чемпионом Европы, а Нам Нгуен был лучшим на юниорском первенстве мира и в Финале Гран-при.**

Да, и я просто горжусь своими учениками. Все они очень много работают, поэтому и достигли таких результатов.

**– А если подробнее? Ведь в их успехе очень велика и ваша роль.**

Согласен. Но я работаю с ними не один. У меня очень хорошая команда. Например, Трэйси Уилсон (известная в прошлом канадская фигуристка, выступавшая в танцах на льду. – *ФК*), которая занимается на катке в «Крикет Клаб» с Хавьером и Юзуру, когда я в разъездах. Или Дэвид Уилсон и Джейфри Баттл – выдающиеся хореографы. Они также постоянно рядом с фигуристами, Дэвид вообще очень часто заменяет меня, я ему доверяю. Если я уезжаю на соревнования с Юзуру и Хавьером, он работает с Нам и с другими ребятами.

Еще у нас есть девушка, ее зовут Пейдж Айстроп, которая очень много помогает в работе над вращениями. Она не только прекрасно разбирается в уровнях сложности, но и знает, как их достичь, всегда найдет оптимальный вариант исполнения для каждого фигуриста. Мои ученики постоянно что-то пробуют, разучивают, экспериментируют... Сегодня ведь важно получить не только необходимые уровни за элементы, но и надбавки за их исполнение. Ты не просто делаешь каскад «три – три», ты должен делать качественный «три – три» – на скорости и с хорошим выездом. На этих плюсах ты и выигрываешь чемпионаты.

Получается, что у моих учеников, даже если меня нет рядом, всегда хорошие тренеры. И еще, знаете, в чем секрет нашего успеха? Я верю в своих учеников. Верю в их талант, в умение донести до других то, что вкладывает в них моя команда. Думаю, это главное.

**– Если посмотреть, то в целом ваши ученики достаточно стablyно выступают, значит, они сильны и психологически. Это тоже результат специальной работы?**

Я не психолог, но у меня и у Трэйси за плечами большой опыт. Все спортсмены в нашей группе разные, но мы стараемся понять, кто чем дышит, и к каждому находит



**У меня нет волшебной палочки, я считаю, что главное – умение НАЙТИ С ЧЕЛОВЕКОМ ОБЩИЙ ЯЗЫК и создать правильную окружающую обстановку**

подход. А вообще, меня всегда учили так: не нужно надеяться на то, что ты приедешь на соревнования и выступишь очень хорошо. Нет, нужно рассчитывать на то, что ты покажешь свой обычный, средний уровень катания. Иными словами, ты должен ехать на соревнования, не надеясь на то, что выступишь так, что все ахнут, но при этом зная: ниже определенного уровня не опустишься. У меня есть апп, который сейчас как раз вышел в свет, он называется Peak performance skating (катание на пике формы). Речь идет



Хавьер живет  
ОТДЕЛЬНО  
ОТ РОДИТЕЛЕЙ,  
проводит много  
времени со своей  
девушкой, но сам  
готовит, убирает...



С Хавьером  
Фернандесом

о специальной технике расслабления для фигурного катания, которой пользуются мои спортсмены. Я работаю с гипнотизером, и эта программа во многом основана на его рекомендациях. Ну, например, я знаю, что нужно сказать ученикам на соревнованиях, чтобы помочь правильно настроиться. Говорю им: представь себе конец своего выступления, как ты видишь себя чемпионом, представь бригаду судей, которые тоже довольны тем, что увидели в твоем исполнении... От правильного настроя зависит очень многое. Сами понимаете, когда человек не доверяет своим ногам, а на соревнованиях еще и начинает нервничать, ему гораздо сложнее идти на те же четверные прыжки. Поэтому я внушаю им: ты чувствуешь себя легким, как перо, у тебя хорошее скольжение, колени работают хорошо... Это действует на подсознание даже тогда, когда ты засыпаешь. Я сам, будучи фигуристом, работал со спортивным психологом и часто прибегал к подобной технике. А сейчас ее попробовал Хавьер, и ему тоже понравилось.

**Я внушаю  
им: ты  
чувствуешь  
себя  
ЛЕГКИМ,  
КАК ПЕРО...**

*– Вы говорите, что все ваши ученики не похожи друг на друга. Расскажите немного о каждом из них...*

Они все абсолютно разные, особенно Юзуру и Хавьер. У них разная культура. Юзуру живет с мамой, учится в университете, а это значит, что учится он много. Он очень дисциплинированный, особенно вне льда. У Хавьера испанская культура, он живет отдельно от родителей, проводит много времени со своей девушкой, но сам готовит, убирает... Он общительный и свободный. Это его особенность. А Нам, ему 15 лет, еще ребенок. Его родители – вьетнамцы, и они очень

строгие. Для них дисциплина играет очень большую, если не самую большую, роль, причем как в школе, так и в спорте. Нам приходит на тренировки рано утром и после обеда. Он вообще работает больше всех. Правда, в этом сезоне он стал меньше ходить в школу, потому что было много соревнований. Но учится он хорошо. Я ведь не случайно стараюсь понять культуру, уклад жизни и привычки каждого своего ученика. Нужно найти баланс между спортом и всем остальным: у мальчиков должно оставаться время на обычную жизнь.

*– А что с девушками? Ведь в вашей группе тренируется еще Элене Гедеванишвили, значит, присутствует еще и грузинская культура...*

В минувшем сезоне с Элене работал один из других моих тренеров. Она захотела вернуться к нам, я сразу согласился, потому что год назад, когда она уходила, сказал, что она всегда может прийти обратно. Элене поняла, что я был слишком занят, чтобы уделять ей время в последнюю минуту. Но я немного работал с Соней Лафуэнте, а сейчас у меня есть девушка из Казахстана – Элизабет Турзынбаева. Она безумно талантлива. Надеюсь, вы скоро услышите о ней. Есть еще и юная фигуристка из Южной Африки... Вообще, мне кажется, что мы с Трейси создали прекрасную атмосферу в своей группе, раз в ней уживаются фигуристы из разных стран. Это тоже один из ключей к успеху. Каждый день Трейси и я знаем, что нужно каждому из них именно сейчас, кого-то стараемся подтолкнуть к работе, кому-то, наоборот, предлагаем отдохнуть. Иногда ведь моим ученикам просто необходимо отдыхать от меня, а иногда – мне от них.



Юна Ким

**Юзуру очень  
дисциплинированный,  
особенно вне льда**



Юзуру Ханью

*– Как вы сформулировали бы свою тренерскую философию?*

Не знаю, есть ли она у меня... Думаю, вся суть – в коммуникации. У нас есть свой стиль работы, своя методика, которую мы готовы передать фигуристам. Пока большинство из них ее приняло, хотя для этого нужно время и терпение. У меня нет волшебной палочки, я считаю, что главное – умение найти с человеком общий язык и создать правильную окружающую обстановку. То, что мы создали у нас на катке, – просто здорово! Родители, дети, взрослые спортсмены-любители, тренеры, административный персонал – все поддерживают друг друга. Я хочу гарантировать, что каждый, кто тренируется у меня, будет хорошо подготовлен. Это касается не только техники исполнения элементов, но и костюмов, музыки, хореографии... Я окружую себя замечательными людьми. Вот это моя философия.

*– Планы на этот сезон?*

Со свежей энергией взяться за работу после отпуска! (Улыбается.) Финал Гран-при в этом году впервые состоится в Барселоне, и это замечательно. Дополнительное давление на Хавьера? Да, но я уверен, что он справится с этой проблемой. Что еще... Начинаем думать о следующих Олимпийских играх. Уже пора. Сначала кажется, что промежуток между двумя Олимпиадами – бесконечное время. Мальчики думают: «Боже мой, да еще целых четыре года!» Но на самом деле время пролетает очень быстро, поэтому мы уже думаем о нашей стратегии, о том, что Юзуру, Нам, Хавьер должны делать через четыре года, на какой уровень выйти, в каком направлении двигаться.

*– В мужском одиночном катании будет больше четверных прыжков, как вам кажется?*

Несомненно. У Хавьера есть успехи в исполнении риттбергера в четыре оборота, и мы уже обсуждаем с ним возможность включения этого прыжка в произвольную программу. Юзуру пока, как и прежде, будет делать тулуп и сальхов. А может быть, он замахнется и на четверной аксель, у него ведь та-а-кой огромный, размашистый аксель. (Смеется.)

*– И все же, Брайан, как вам удался такой быстрый и успешный переход из спортсмена высокого уровня в высококлассного тренера?*

Закончив с большим спортом в 1988 году, я 17 лет выступал в шоу и одновременно участвовал во многих семинарах. Я учился, как преподавать фигурное катание. Не тренировать, а именно преподавать. Это мое. Я чувствую, что у меня хорошие отношения со спортсменами, я могу их научить хорошей технике, могу им показать, как ее освоить. Ведь до сих пор я каждый день на коньках. Переход в иное качество действительно оказался гладким, может быть, потому, что это – моя страсть? Я хочу, чтобы у ребят все получилось, я хочу вытаскивать из них лучшее, и, если они готовы работать, мы прыгаем вместе. И мы это сделаем. **ФК**

# Елена Масленникова: «Новая программа – как ледяная прорубь»

Одна из самых  
востребованных  
постановщиков  
в фигурном катании  
о себе и любимой  
работе



*Мир фигурного катания довольно тесен, и фамилии специалистов, которые много лет работают со спортсменами, наперечет. Одна из них – Елена Масленникова. В прошлом – тренер литовской танцевальной пары Маргарита Дробязко – Повилас Ванагас, а ныне – постановщик программ для многих российских фигуристов. Впрочем, творческая жизнь Масленниковой тесно связана не только со спортом. Она сотрудничает с Ильей Авербухом, занята в телепроекте «Ледниковый период», шоу и ледовых спектаклях, а также является консультантом сериалов и фильмов о фигуристах.*

Текст: Ольга Ермолина  
Фото: Ольги Тимоховой и из архива Елены Масленниковой

**– Елена Станиславовна, несмотря на то что еще Маргарита Дробязко называла вас своим лучшим тренером, достаточно долго вы оставались «яркой фигурой в тени». Почему?**

Наверное, потому, что я была тренером литовской Федерации фигурного катания. Мы много ездили с Ритой и Повиласом, общались с коллегами из мира фигурного катания, и, хотя большую часть времени тренировались в Москве, все равно в России меня считали «чужой». Может быть, время было такое – Советский Союз распался, да и работала я больше с иностранными фигуристами, потому что хорошо знала немецкий язык.

**– А откуда такие знания?**

Окончила специализированную немецкую школу и поступила в Московский институт иностранных языков имени Мориса Тореза. Училась на вечернем отделении, но занималась много, серьезно, как и в школе. Сейчас сама удивляюсь: как удавалось совмещать тренировки с уроками и лекциями? Было безумно тяжело. Но я получила диплом профессионального переводчика, который ничем не отличался от диплома студентов дневного отделения.

**– Неужели собирались работать по специальности?**

Да, очень хотела. Даже пришла к своему тренеру Наталье Ильиничне Дубовой, у которой был знакомый на кафедре иностранных языков в Институте физкультуры, попросила замолвить за меня словечко, а Дубова в ответ предложила поработать с ней, сказала: «Зачем тебе это нужно? У меня есть свободная ставка второго тренера в школе олимпийского резерва. Наберешь группу...» И я согласилась. Другого варианта работы все равно не вырисовывалось.

Пошла к Дубовой вторым тренером, хотя понимала, что это будет очень непросто. Тогда в группе занимались 12-летняя Рита Дробязко, маленькая, но очень перспективная Лариса Федоринова (сейчас – Филина), танцевальная пара Лена Крыканова – Женя Платов, молодые Майя Усова – Саша Жулин... Тренировала их Наталья Ильинична, а я была все время на подхвате. На тот момент у меня был целый эшелон маленьких фигуристов...



**На тот момент у меня был ЦЕЛЫЙ ЭШЕЛОН маленьких фигуристов**

**– Кстати, а ваша карьера фигуристки была удачной?**

Мне исполнилось лет пять, когда бабушка впервые отвела меня на каток. Занималась я серьезно, по-настоящему – всегда была такой. Стала кандидатом в мастера спорта в одиночном катании, очень хорошо каталась «школу», но в один момент резко выросла. Ноги длинные, прыжок большой... Стало страшно прыгать. И меня отправили в танцы.

В танцах на льду я стала мастером спорта, входила в состав сборной России, не СССР. Возможно, моя спортивная карьера сложилась бы иначе, если бы не ряд обстоятельств. Я закончила кататься в 19 лет, потому что мой партнер был значительно старше меня, к тому же мы решили пожениться. Так вместе из фигурного катания и ушли. Тогда мне казалось, что навсегда. Даже в мыслях не было, что скоро вернусь туда в качестве тренера.

...Работать с Натальей Ильиничной Дубовой было очень сложно, по-человечески сложно. Я это знала,

## Упиралась всеми руками и ногами, потому что понимала: если забреду на лед, то уйти мне будет непросто

когда еще каталась у нее, но рискнула и получила очень большой опыт. Мы проработали четыре года, однако потом случился конфликт, хотя для меня это абсолютно нехарактерно. И я снова ушла из фигурного катания. На этот раз по-настоящему.

### *– Чем занялись?*

Бальных танцами. У нас с мужем даже была своя танцевальная студия при МГУ. В то время такой поворот в карьере был возможен, сейчас уже нет, потому что в бальных танцах тоже существует ранняя специализация. А тогда мы достаточно быстро переключились на другую деятельность. У нас появились свои ученики – танцоры бальных танцев международного класса. Я потихоньку вливалась в новую работу, хотя, не скрою, бросать фигурное катание было жалко. Но в нашей семье появился ребенок, и это отвлекало от грустных мыслей. Вы, наверное, знаете актрису Валерию Ланскую? Это моя старшая дочь.

А потом... Наверное, фигурное катание – это моя судьба. Однажды мне позвонила Наталья Линичук и попросила помочь поставить программы ее ученикам. Сказала, что у нее много пар, она не успевает справляться со всеми и будет очень здорово, если я помогу.

### *– Нетрудно представить, что вы в этот момент испытывали...*

**В то время  
такой поворот  
в карьере был  
ВОЗМОЖЕН**



Скажу честно: я упиралась всеми руками и ногами, потому что понимала: если забреду на лед, то уйти мне будет непросто. Но Наталья – очень настойчивый человек. Если она чего-то хочет, то добьется непременно. Это качество в ее характере сильно ей помогает. Она звонила несколько раз и в итоге уговорила.

На тот момент у нее действительно было много учеников. Тогда еще Ира Лобачева и Анжелика Крылова с другими партнерами катались. Я помогла, сделала программы. Дополнительный заработка никогда не мешает.

А потом позвонила Рита Дробязко, сказала, что в новом сезоне обязательным танцем будет латина, а поскольку я хорошо разбираюсь в бальных танцах, то не могла бы помочь? С Ритой мы не виделись года четыре. На тот момент ей исполнилось 17, она превратилась в настоящую красавицу, перешла в ЦСКА и стала в пару с Повиласом. Тренировал их Анатолий Владимирович Петухов. В общем, мы сделали программу, с которой ребята поехали на Олимпиаду.

С тех пор мы стали работать вместе. Я ездила с Ритой и Повиласом на сборы. Это повлекло за собой проблемы с мужем, ему не очень нравилось, что с бальных танцев я снова переключилась на фигурное катание. Но я не могла отказать ребятам. Литовская пара стала моей постоянной заботой. Вполне логично, что через какое-то время я уже числилась тренером литовской Федерации фигурного катания.

### *– Программы Дробязко – Ванагаса всегда восхищали, настолько они были необычными и интересными...*

Это был очень плодотворный период в моей тренерской карьере. Однако нам было сложно двигаться вперед: маленькая страна, маленькая федерация фигурного катания, нет своего судьи, своего льда тоже нет...

### *– Где же вы тренировались?*

Наспускали в ЦСКА, а летом мы ездили в Каунас. Там был каток нестандартных размеров, к тому же очень холодный – но работали. Именно там, в Каунасе, я начала ставить программы литовским одиночникам. Можно сказать, расширила свою специализацию. Литовские фигуристы ведь участвовали во всех чемпионатах Европы и мира, и было бы неправильно, если бы их программы не выделялись из общей массы.

Впрочем, в то время я работала не только с литовскими спортсменами. Благодаря знанию иностранного языка много помогала немецким и голландским фигуристам, летала в Америку к Галит Хайт – Сергею Сахновскому... В первый сезон совместных выступлений ребята катали мои программы. Вместе с Виктором Рыжкиным ездила в Японию, тренировала японских фигуристов, в том числе Мидори Ито. Никто не знает, что в последний олимпийский сезон (1991/92. – ФК), когда выступала Мидори, программы ей ставила я.

### *– Почему японцы об этом не говорили?*

Не знаю. С самого начала наш с Виктором Ивановичем приезд в эту страну был окутан тайной. Ра-



ботали мы по ночам, по каким-то причинам японцы не хотели рассказывать, что им помогают русские тренеры. Но папарацци все равно нас подловили. У меня до сих пор хранится газета с фотографиями, где мы запечатлены втроем: «Секретная тренировка Мидори Ито».

В Японии я попробовала ставить программы для мастеров парного катания и почерпнула для себя очень много полезного. Здесь же очень важно соблюсти баланс, понять, как сделать, чтобы твои находки не мешали спортсменам исполнять парные элементы, чтобы все было удобно.

Словом, работы на тот момент у меня было много. Но поскольку я была замкнута на литовской федерации, а приглашения поставить программы для российских фигуристов были точечными, то в родной стране не мелькала.

**– Елена Станиславовна, а почему вы расстались с Ритой и Повиласом?**

До сих пор сама не очень понимаю. Наверное, так сложились обстоятельства. Я пропустила Олимпиаду в Солт-Лейк-Сити, потому что родила вторую дочь. Ребята сделали шаг в сторону Елены Анатольевны Чайковской... Но я никого не виню. Наверное, им так было нужно. По-человечески можно понять.

Но вспоминать об этом не хочу: для меня это был очень драматичный момент, ведь фактически осталась у разбитого корыта, была выброшена за борт, как никому не нужная вещь. Маленький ребенок, безработный муж, лихие 90-е... Я не знала, что делать. Подумывала о том, чтобы возить какие-то вещи и торговать. Была идея организовать с подругой школу моделей и обучать их походке, как в бальной школе. Но не сложилось.

Я соглашалась на любую работу. Стала ставить программы детям, чьи родители обращались ко мне с

просьбами. Потом переключилась на более известных спортсменов. Так постепенно и вошла в обойму постановщиков.

Через какое-то время мне снова позвонила Рита, попросила поставить программы. И каждое лето я снова стала ездить в Каунас...

**– Как вы оказались в проекте «Ледниковый период»?**

Я уже вовсю работала как постановщик в российском фигурном катании и на одном из чемпионатов мира пересеклась с Ильей Авербухом. Илюшу я знала давно. Когда-то ставила им с Ирой Лобачевой показательный номер. На тот момент по телевидению уже год шел телепроект «Танцы со звездами», который придумал Илья. Все выступления я смотрела взахлеб, потому что в них был такой простор для творчества!.. Я часто думала: «Какой Илюшка молодец!» И когда мы встретились, честно ему об этом сказала. А он тут же позвал к себе, оказывается, ему как раз был очень нужен хореограф. Вот так во втором сезоне программы я стала работать с Ильей.

Литовская пара стала моей постоянной заботой. С Маргаритой Дробязко и Повиласом Ванагасом

## У меня до сих пор хранится газета с фотографиями – «СЕКРЕТНАЯ ТРЕНИРОВКА МИДОРИ ИТО»

Мы вместе уже семь лет. Все шоу, все спектакли, все его проекты делаем сообща. Работа очень серьезная, творческая. Благодарна Илье за то, что у меня появилось дело, которое не зависело от спорта. Это давало уверенность и силы.

Кстати, в это же время я начала сотрудничать с Ниной Михайловной Мозер. Тогда ее группа была



ОЛЬГА ТИМОХОВА

Илье Авербуху с Ирой Лобачевой когда-то ставила показательный номер...

С Еленой Радионовой

**Я вообще НЕ ЗНАЮ успешных тренеров, которые были бы МЯГКИМИ. Возможно, мне самой жесткости как раз и не хватило. Я всех жалела, делала поблажки**



не такой, как сейчас, и тренировались ребята на Малой спортивной арене Лужников. Шесть лет мы проработали с ней. Делали разные программы – удачные и не очень. Ездили на сборы...

Ставила я программы и ученикам Лены Водорезовой: Никите Михайлову, Аделине Сотниковой. Помню, юной Аделиночке мы сделали смешное танго из «Чикаго».

Алле Пятовой помогала, делала программы для Алены Леоновой...

**– Знаю, что каждый год вы ездите в Тольятти – помогать танцорам.**

Да, в этом сезоне я ставила программы Жене Консигиной – Коле Морошкину и Соне Евдокимовой – Егору Базину. В Тольятти к группе Олега Судакова действительно приезжаю каждый год – это давняя традиция. Пары меняются, а наше сотрудничество продолжается.

С новыми учениками Олега Васильева – Верой Базаровой и Андреем Депутатом – было очень интересно работать. В Саранске, где мы ставили ребятам произвольную программу, встретилась с их хореографом – Людмилой Иосифовной Власовой, которую очень уважаю и люблю. Олег специально пригласил ее на постановку, чтобы она затем продолжила работу. Мне кажется, должно получиться что-то необычное.

**– Вы перечислили много фамилий, но все-таки более плотно в последнее время работаете с группой Инны Гончаренко...**

Это правда. Лет пять назад я стала работать с тренерами из ЦСКА – Инной Гончаренко и Мариной Селицкой (кстати, с Мариной мы в детстве катались у одного тренера – Тамары Ивановны Широковой), но с учениками Инны Германовны провожу особенно много времени. Я вижу, как они растут, – и тренер растет вместе с ними. Инна – очень скромный человек, мало говорит о себе, не тусовщица, не любит себя пиарить. Но таких, как Гончаренко, я называю «золотым запасом российского фигурного катания». Она фанатично предана своему делу, фигурное катание для нее – это вся жизнь. Знаете, зачастую многие тренеры становятся известными благодаря одному своему ученику. У Гончаренко же совсем другая история. Посмотрите: Радионова, Проклова, Бернадинер... А за ними еще несколько совсем юных талантливых ребят. Инна очень хорошо делает свою работу. Нет спортсмена, который у нее не запрыгал бы. Она потрясающе прочувствовала технику прыжка, но при этом не стесняется спрашивать совета, до сих пор учится, находится в постоянном поиске, а значит, как специалист растет, развивается. Я очень надеюсь, что со временем у нее появится своя школа, свой лед. То, что Гончаренко справится, она уже доказала.

Да, кому-то у нее кататься жестко, но зато есть результат. Я вообще не знаю успешных тренеров, которые были бы мягкими. Возможно, мне самой в тренерской работе этого как раз и не хватило. Я всех жалела, давала поблажки. А порой делать этого не надо.

Мне очень интересно работать с Гончаренко. Когда человек заточен на работу, на творческий поиск, для такого фаната я готова сделать все.

**– Вы работаете и с одиночниками, и с парами, и с танцорами. В чем принципиальное различие постановок в этих видах?**

Одиночники, даже если их программы поставлены и накатаны, всегда имеют возможность в зависимости от ситуации чуть-чуть импровизировать. Устал, что-то неудобно, куда-то не докатился... Можно выбросить какой-то шаг, сделать накат – троеку, и по музике как-то по-другому зайти на прыжок или другой элемент. Спортсмен может даже «упростить» дорожку, если физически неправляется.

В парах же подобное недопустимо, потому что фигуристы выступают в одной связке. Здесь все железно, четко. Один не сделал шаг, другой носом полетел через его ногу. Каждое движение в паре выверяется до миллиметра. В парах, как в известной поговорке, шаг в сторону – расстрел.

В парном катании достаточно много разбегов перед подходами к элементам, и эти подходы надо совместить с танцевальными кусками, при этом проследить, чтобы в программе не было пусто, чтобы один элемент плавно перетекал в другой. А у танцов – сплошные шаги, близкие позиции, постоянные смены руки ног, повороты... Программы для танцов – очень кропотливая и сложная работа. Такого количества находок и фишек, как в танцах, нет ни у парников, ни у одиночников. Каждый переход в танцах надо изобрести, сделать его интересным и таким, чтобы спортсмены не потеряли хода, им было удобно подойти к элементу, и все это вместе выглядело танцем.

В одиночном катании в этом отношении все более свободно. Когда я работаю с одиночницами, то предлагаю им самим что-то поискать, слушаю их предложения. Я вообще стараюсь втянуть спортсмена в постановочный процесс, потому что в этом случае программы получаются удобными, находятся некие гармоничные вещи. При этом надо понимать, что в течение сезона любая программа дорабатывается: что-то убирается, добавляется, переделывается.

Я не ленюсь что-то менять, если это неудобно. Знаю, что другие создают свой шедевр и ни на полшага не хотят от него отступать. Но я же сама была фигуристкой и понимаю, что не постановщику, а спортсмену выходить на лед и катать программу.

**– А предпочтения, в какой из трех дисциплин работать, есть?**

Мне нравится работать и с парниками, и с одиночницами, и с танцорами. Везде есть свой кайф. Сейчас я увлечена одиночным катанием, возможно, потому, что меня вдохновляет группа Инны Гончаренко. Очень приятно было сотрудничать с Верой Базаровой и Андреем Депутатом. Вернулось ощущение красоты парного катания, его линий, легкости. А танцы – это изначально моя профессия. Танцы на льду – моя любовь.

**– С чего вы обычно начинаете постановочную работу?**

Всегда по-разному. Когда я была юной, то очень любила придумывать себе танцы. Включала музыку, становилась перед зеркалом и танцевала. У меня было много разных танцев на все случаи жизни. Наверное, тогда во мне и родился постановщик.

Но делать программы для себя и для других – разные вещи. Все начинается с того, что мне заранее присыпают музыку. Я слушаю ее, пытаюсь что-то придумать, но... увы. К сожалению, я из тех людей, которые четко начинают действовать в тот момент,



Дочери понимают мою работу, а я понимаю сложности их профессии. Это взаимопонимание и взаимопроникновение очень помогает всем



ОЛЬГА ТИМОХОВА

**К сожалению, я из тех людей, которые четко начинают действовать в тот момент, когда их прижимают к стенке. Мне нужен СТРЕСС...**

когда их прижимают к стенке. Мне нужен стресс, и тогда мои мозги работают живее и в правильном направлении. Знаю, что очень многие постановщики готовятся заранее, подбирают движения. А для меня каждая новая постановка – как прыжок в ледяную прорубь. Я прихожу на каток: вот лед, вот я, спортсмены, тренер – и никуда не спрячешься. В эту минуту мы все становимся соавторами и погружаемся в работу.

**– Перед тем как сделать первый шаг, насколько важно рассказывать спортсменам сюжет программы?**

Все зависит от возраста. Детям не стоит предлагать серьезные, глубокие истории, все равно не поймут. Будут стоять, раскрыв рот, слушать и думать про себя: «А что мне изображать?» Детям я наговариваю простые образы. Объясняю: «Здесь солнце зашло. Как красиво! Ты удивился. А здесь на кого-то обиделся. А там, смотри, кто-то идет...» Это образы общего состояния, по месту. В юном возрасте такие и нужны.

А вот взрослым можно рассказать конкретную историю. Может быть, они попытаются изобразить ее в программе. А можно придумать что-то и никому об этом не рассказывать, оставить внутри себя. Как раз к таким приемам нередко и прибегают постановщики. Знаю, что ими пользуются Илья Авербух, Коля Морозов... Есть история, которую знаем только мы и которую никто, кроме нас, не поймет, но эта история подпитывает нас энергетически. Пусть ее никто не прочтет в нашей программе, не запишет. Это и не нужно. Зато есть эмоции, настроение, посылаемые

тобой, движения... Цель ведь – показать, что творится в душе человека.

Выходит, например, танцовщица и начинает танцевать фламенко. И в этом ее танце столько всего, что мы не можем не сопереживать и не восхищаться. А о чем она рассказывает? Возможно, мысленно про-кручивает свою жизнь? Мы ничего об этом не знаем, но мы видим, как наполнены чувствами актриса и ее танец, какие от него исходят энергетика и мощь. Этим приемом надо пользоваться.

**– Обе ваши дочери – актрисы, сейчас вы еще больше окунулись в театральную среду, работаете на телевидении. Насколько все это помогает вам в фигурном катании?**

Не просто помогает. Это 80 процентов моей успешной работы на льду. Творческая среда, атмосфера, общение не могут не подпитывать. Именно оттуда я черпаю ассоциации, эмоции, истории, идеи... Вообще, я уверена: тренеры, которые ходят в кино, на выставки, смотрят спектакли, общаются с актерами, музыкантами, художниками, людьми творческих профессий, всегда чуть-чуть впереди.

Конечно, мне в этом смысле проще. Моя старшая дочь – уже известная актриса. Младшая учится на третьем курсе актерского факультета ГИТИСа. Собебими мы прошли нелегкий путь, прежде чем оказались там, где сейчас. Сколько книг было прочитано, сколько фильмов просмотрено, театральных постановок...

Среди наших близких друзей есть режиссеры, актеры, тренеры, хореографы... Дочери понимают мою работу, а я понимаю сложности их профессии. Это взаимопонимание и взаимопроникновение очень помогает всем.

**– Вы, кстати, сами сниматься в кино не пробовали?**

Пробовала. Участвовала в работе над сериалом «Жаркий лед», фильмом «Королева льда», где главные роли сыграли Татьяна Догилева и Петр Красилов. К слову, главного героя – фигуриста, которого играет Красилов, – дублировал Денис Леушин, сегодня он работает вторым тренером у Инны Гончаренко. Мы с Денисом делали все номера. А в «Жарком льду» – в сцене на чемпионате мира – японского одиночника изображал Денис Тен. Он специально прилетал в Москву на съемки.

Недавно по ТВ прошел сериал «Доктор Тырса», где первая серия была о фигурном катании. В этом фильме я работала как консультант, да и в других тоже. Конечно, вмешиваться и переписывать сценарий я не вправе, но подсказать какие-то детали, чтобы, например, сюжет картины и диалоги героев выглядели правдоподобнее, естественнее, – получалось.

**– Как вы все успеваете?**

Но это же не просто увлекательно, это все очень обогащает. Жизнь настолько разнообразна, что ходить по какому-то узкому коридору, на мой взгляд, неправильно. Надо непременно пробовать себя в чем-то новом, постоянно что-то интересное искать. В любом случае, это обернется только плюсом в основной профессии. **ФК**

**В МАГАЗИНЕ «ЛЕДО»**

вы можете приобрести продукцию для любителей и профессионалов фигурного катания и гимнастики: ботинки, лезвия, одежду и всевозможные аксессуары

**АТЕЛЬЕ «ЛЕДО»**

осуществляет индивидуальную разработку эскизов и костюмов любой сложности для фигурного катания, гимнастики, бальных танцев и т.д.

[www.firmaledo.ru](http://www.firmaledo.ru)

**НАШИ АДРЕС:**  
г. Москва, м. «Марксистская»,  
ул. Марксистская, 5, 4-й подъезд, 2-й этаж  
Тел./факс: 8 (495) 912-9776, 912-3767  
e-mail: [dressledo@mail.ru](mailto:dressledo@mail.ru)

**WIFA** **RISPORT SKATES** **TECSO** **MK** **JACKSON ULTIMA** **EDEA** **JACKSON** **WILSON Skates**

реклама

**вдохновение  
для ярких  
побед**

**мастер - класс**

Все для фигурного катания, танца и художественной гимнастики.  
Услуги художника-модельера  
Пошив костюмов любой сложности  
Профессиональная консультация  
Профессиональная установка и точка коньков  
Осуществляется доставка

Бренд-партнеры:

**WIFA** **EDEA** **RISPORT SKATES** **GRAF** **JACKSON ULTIMA** **mid SPORT** **TECSO**  
**WILSON Skates** **MK** **HONDOR** **ULTIMA** **LIOD** **SWAROVSKI**

Реклама

**8 (495) 724-29-92**  
**8 (903) 141-32-49**

Адрес: Москва, м. Дубровка, ул. Новоостаповская, д.5, стр.2, ледовый комплекс «Морозово». График работы: с 10:00 до 20:00, без выходных и перерывов на обед. Филиал магазина: м. Бибирево, ул. Коненкова, д. 10Б, ледовый дворец «Мечта». График работы: с 09:00 до 19:00, среда – выходной  
[master-skating@yandex.ru](mailto:master-skating@yandex.ru)  
[www.masterskating.ru](http://www.masterskating.ru)



# СПОРТ ПРОФЕССИОНАЛ

ВСЕ ДЛЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ



JOHN WILSON

RISPORT

EDEA

MK

WIFA

ANNIELE

MONDOR

CHLOE NOEL

[www.iceprof.ru](http://www.iceprof.ru)

+7 495 912 97 78

г. Москва, Товарищеский пер., д. 17, тел./факс: 911 97 02

Реклама

#### ВЫ МОЖЕТЕ ПОДПИСАТЬСЯ НА ЖУРНАЛ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

ЗАПОЛНИВ КВИТАНЦИЮ БАНКА и указав номера журнала и свой адрес, оплатите квитанцию в Сбербанке.  
И мы вышлем Вам журналы. СТОИМОСТЬ подписки на 1 номер – 200 руб., годовая подписка – 800 руб.

		<i>Форма № ПД-4</i>	
<b>Извещение</b>	<b>ООО «Издательский Дом «Фигурное катание»</b>		
	(наименование получателя платежа)		
<b>7805552159</b>	<b>40702810201050038438</b>		
(ИНН получателя платежа)	(номер счета получателя платежа)		
	<b>БИК</b>	<b>044030754</b>	
<b>Банк ОАО «Энергомашбанк»</b>			
(наименование банка получателя платежа)			
Номер кор./сч. банка получателя платежа <b>30101810700000000754</b>			
<b>Оплата за журнал «Фигурное катание» №</b>			
(наименование платежа)		(номер лицевого счета (код) плательщика)	
Ф.И.О. плательщика:			
Адрес плательщика:			
Сумма платежа: _____ руб. _____ коп.		Сумма платы за услуги: _____ руб. _____ коп.	
Итого _____ руб. _____ коп.		“ _____ ” 20 _____ г.	
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка ознакомлен и согласен.			
Подпись плательщика			
<b>Кассир</b>	<b>ООО «Издательский Дом «Фигурное катание»</b>		
	(наименование получателя платежа)		
<b>7805552159</b>	<b>40702810201050038438</b>		
(ИНН получателя платежа)	(номер счета получателя платежа)		
	<b>БИК</b>	<b>044030754</b>	
<b>Банк ОАО «Энергомашбанк»</b>			
(наименование банка получателя платежа)			
Номер кор./сч. банка получателя платежа <b>30101810700000000754</b>			
<b>Оплата за журнал «Фигурное катание» №</b>			
(наименование платежа)		(номер лицевого счета (код) плательщика)	
Ф.И.О. плательщика:			
Адрес плательщика:			
Сумма платежа: _____ руб. _____ коп.		Сумма платы за услуги: _____ руб. _____ коп.	
Итого _____ руб. _____ коп.		“ _____ ” 20 _____ г.	
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка ознакомлен и согласен.			
Подпись плательщика			
<b>Квитанция</b>	<b>ООО «Издательский Дом «Фигурное катание»</b>		
	(наименование получателя платежа)		
<b>7805552159</b>	<b>40702810201050038438</b>		
(ИНН получателя платежа)	(номер счета получателя платежа)		
	<b>БИК</b>	<b>044030754</b>	
<b>Банк ОАО «Энергомашбанк»</b>			
(наименование банка получателя платежа)			
Номер кор./сч. банка получателя платежа <b>30101810700000000754</b>			
<b>Оплата за журнал «Фигурное катание» №</b>			
(наименование платежа)		(номер лицевого счета (код) плательщика)	
Ф.И.О. плательщика:			
Адрес плательщика:			
Сумма платежа: _____ руб. _____ коп.		Сумма платы за услуги: _____ руб. _____ коп.	
Итого _____ руб. _____ коп.		“ _____ ” 20 _____ г.	
С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка ознакомлен и согласен.			
Подпись плательщика			
<b>Кассир</b>			

- линия отреза

*Легче.  
Быстрее.  
Выше...*



**...с Технологией Carbon Fibre**



реклама

... настоящий прорыв! Лезвия Ice Skate Revolution - первые лезвия с использованием Технологии Carbon Fibre, позволяющие прыгать выше, обеспечивающие быстроту катания, больший контроль и безопасность, намного увеличивают время тренировок.

Эти революционные лезвия пользуются большим спросом во всем мире, теперь они доступны и в России!  
Лезвия GoldSeal, Pattern 99, Phantom и GoldStar в наличии у официального дилера HD Sports в России ООО "ТДФК"

[www.tdfk.ru](http://www.tdfk.ru)



Passion that leaves a sign



Royal



Dance



RF2 Super

**RISPORT**  
SKATES

[www.risport.com](http://www.risport.com)



Официальный дистрибутор фирмы RISPORT в России

**Торговый Дом Фигурного Катания**

107076, Россия, Москва, Колодезный пер., д.3, стр. 4

Тел./факс: +7 (499) 269-89-72 [www.tdfk.ru](http://www.tdfk.ru)