

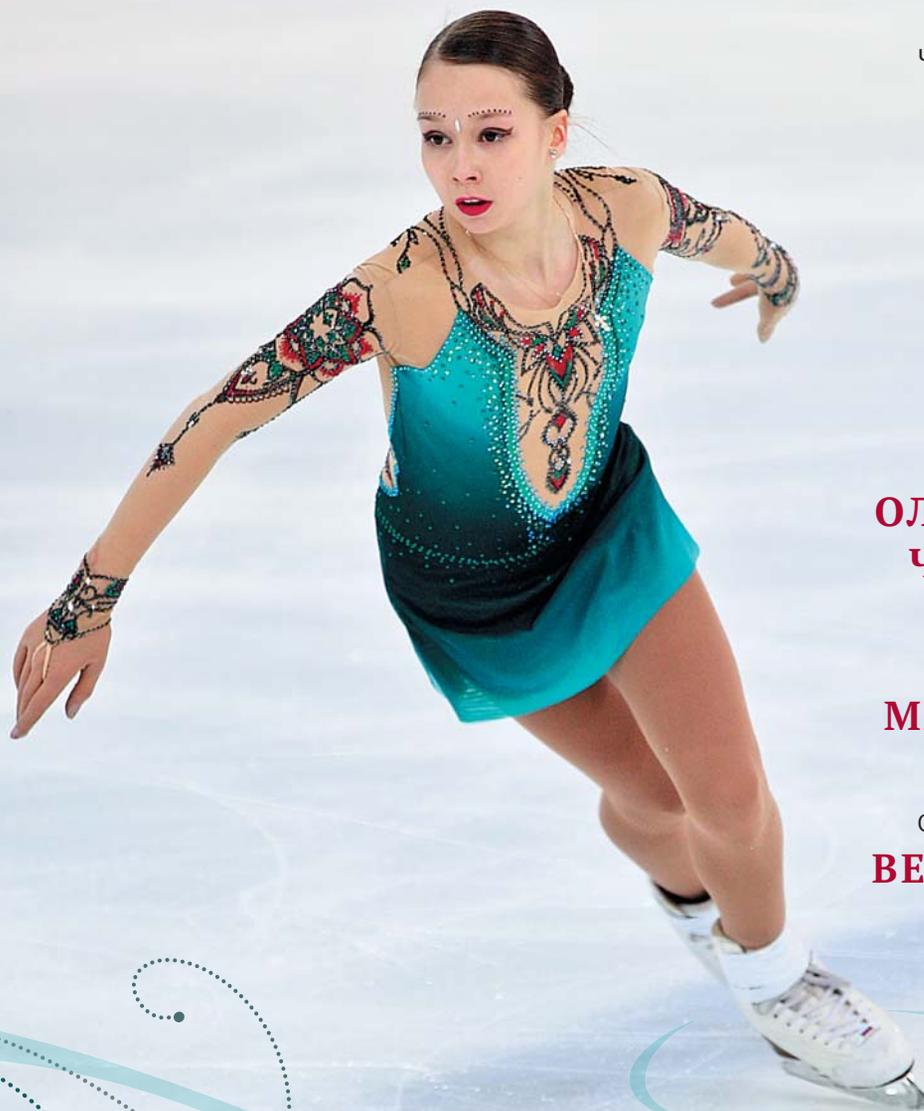
Московский ФИГУРИСТ

№4 (56) 2019



ВЕСТНИК ФЕДЕРАЦИИ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ
НА КОНЬКАХ ГОРОДА МОСКВЫ

Электронную версию журнала
читайте на сайте www.figurist.ru



ЧЕМПИОНАТ РОССИИ

ИТОГИ

.....

ЗНАЙ НАШИХ!

**КСЕНИЯ
СИНИЦЫНА**

.....

МАСТЕР-КЛАСС

**КАК СТАТЬ
ОЛИМПИЙСКИМ
ЧЕМПИОНОМ**

.....

ТРЕНЕРСКИЙ ОПЫТ

МАРИНА ЗУЕВА

.....

СИНХРОННОЕ КАТАНИЕ

**ВЕРТИКАЛЬНЫЙ
ВЗЛЕТ**

#ChooseWisely

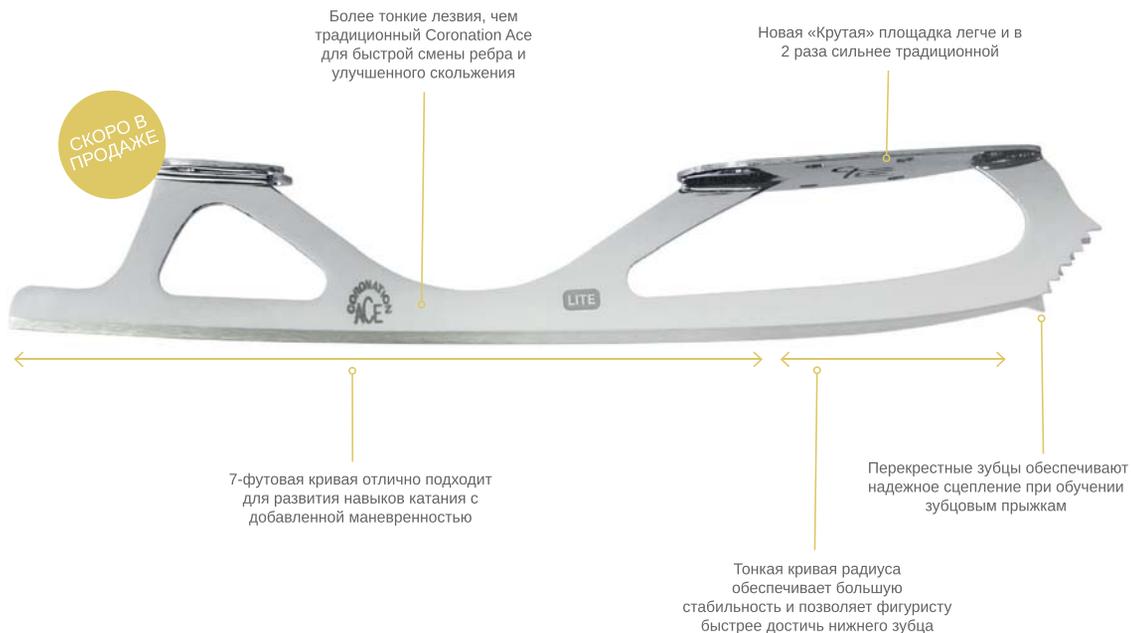
@JohnWilsonBlade

@JohnWilsonBlades

www.johnwilsonskates.com

ЛЕГКИЕ ЛЕЗВИЯ ДЛЯ СИЛЬНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

НОВЫЙ CORONATION ACE LITE НА 17% ЛЕГЧЕ



Разработано на основе самого популярного в мире лезвия. Coronation Ace Lite поможет развить навыки до двойного лутца. Coronation Ace Lite был вдохновлен новаторскими и рекордными результатами серии Revolution с использованием карбонового волокна.

John Wilson
THE PERFECTION TO YOUR ROUTINE



Российское фигурное катание 30 декабря 2019 года отметило юбилей удивительного человека, уникального тренера и прекрасной женщины Елены Чайковской. Глубокий человек, высокий профессионал, вдохновляющий лидер — такова Елена Анатольевна, роль которой в нашем фигурном катании невозможно переоценить.

Дорогая Елена Анатольевна!

Нам всем повезло не только быть Вашими современниками, но и иметь возможность общаться с Вами, видеть, как Вы решаете поставленные перед собой задачи, учиться у Вас быть бесстрашными в своих мечтаниях и последовательными в своей деятельности. Во всех Ваших делах читается след высшего мастерства, виден стиль Чайковской, который можно охарактеризовать как возвышенный, интеллигентный, грамотный. Вы удивительная женщина, сочетающая в себе энциклопедические знания и колоссальный опыт, объективность и сдержанность, острый ум и потрясающее чувство юмора. Вы — новатор в фигурном катании, совершивший революцию в танцах на льду в мировом масштабе, первооткрыватель, не побоявшийся штурмовать неизвестность, сильная духом личность, жизненная энергия которой продолжает двигать наше фигурное катание вперед.

Мы все от лица ФФКМ поздравляем Вас с Днем рождения и желаем Вам здоровья, счастья, процветания и успеха во всех делах! Пусть Ваши мечты сбываются, а планы реализуются. Не останавливайтесь!

Президиум Федерации фигурного катания на коньках г. Москвы:
президент Федерации Рабер Ирина Яковлевна
вице-президент Аксенов Эдуард Михайлович
вице-президент Овсянников Олег Владимирович
вице-президент Устинов Кирилл Игоревич
вице-президент Чайковская Елена Анатольевна
ответственный секретарь Вережемская Ольга Ивановна

Члены президиума:
Бугаев Ярослав Владимирович
Бутырская Мария Викторовна
Волкова Людмила Сергеевна
Иванов Олег Александрович
Кандыба Светлана Петровна
Киташева Софья Николаевна
Курочкин Владимир Сергеевич
Кудрявцев Виктор Николаевич
Маркова Ольга Дмитриевна
Николаева Лидия Петровна
Росляков Сергей Сергеевич
Харченко Анна Вадимовна
Черкасова Марина Евгеньевна

«Московский фигурист»
Бюллетень Федерации фигурного катания на коньках г. Москвы
за IV квартал 2019 года.

Издатель: общество с ограниченной ответственностью
«Единая Редакция».
Адрес издателя: 117246, г. Москва, Научный проезд, 19, этаж 2,
комн. 6Д, оф. 36.

Главный редактор: Ольга Вережемская.
Бильдиредатор: Ольга Вережемская.
Фото: Ольга Тимохова, Михаил Шаров,
Марина Евдокимова.
Дизайн: Татьяна Птухина.
Выпускающий редактор: Алла Сушина.
Верстка: Екатерина Хинтба.
Цветокоррекция: Виктория Боткина.
Корректур: Татьяна Мельниченко.

Адрес Федерации: г. Москва, 1-й Стрелецкий пр., д. 14
Адрес редакции (для писем): e-mail: mosfigurist@mail.ru

Отпечатано в ООО «Буки Веди»
117246, г. Москва, Научный проезд, д. 19, этаж 2, комната 6Д,
офис 202. Заказ №F-6971. Тираж 999 экз.
Подписано в печать 31.12.2019 г.



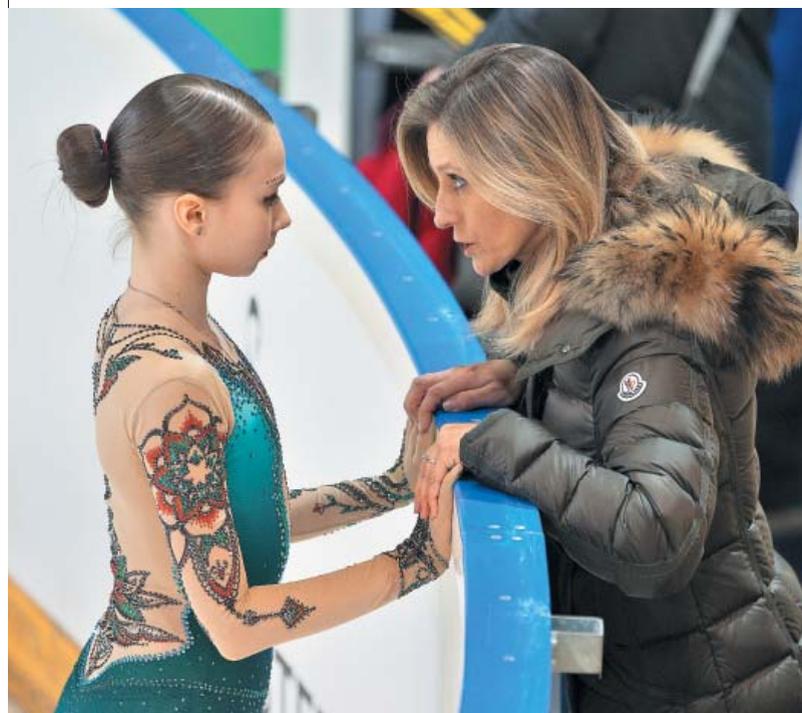
Фото на 1-й обложке:
серебряный призер юниорских Олимпийских игр – 2020
Ксения Синицына

4 НОВОСТИ ФЕДЕРАЦИИ

ЗНАЙ НАШИХ!

Своя игра 26

Ксения Синицына:
«Я знаю, что я не одна
в этой битве»



36 МАСТЕР-КЛАСС
Как стать
олимпийским
чемпионом
По мнению Максима
Транькова, надо терпеть,
преодолевать и любить



10

ЧЕМПИОНАТ РОССИИ

Игра пьедесталов

Итоги чемпионата
России в Красноярске

42 ТРЕНЕРСКИЙ ОПЫТ
Разум и чувства
Тренер Марина Зуева именно это
воспитывает в своих спортсменах

50 СИНХРОННОЕ КАТАНИЕ
Вертикальный
взлет
Они не собирались,
но сделали именно это

62 НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ
Интеллектуальный
тренажер
Создан в Москве,
признан в мире



Президиум ФФКМ принял решения

16 декабря 2019 года в здании ФОК «Академия льда» по адресу: 1-й Стрелецкий проезд, д. 14, состоялся президиум, в работе которого приняли участие президент ФФКМ Ирина Рабер, вице-президенты: Олег Овсянников, Кирилл Устинов, Елена Чайковская, ответственный секретарь Ольга Вerezемская, члены президиума: Людмила Волкова, Софья Киташева, Виктор Кудрявцев, Владимир Курочкин, Ольга Маркова, Сергей Росляков, Анна Харченко, Марина Черкасова, а также сотрудники дирекции: Михаил Гончаров, Сержан Галиев, Любовь Смирнова и советник президента по правовым вопросам Вера Ткалина.

Повестка дня включала вопросы:

1. Прием в члены ФФКМ (Рабер И.Я.).
 2. О прохождении ФФКМ аккредитации Москомспорта (Ткалина В.Н.).
 3. О решениях СТК от 6 декабря 2019 года:
 - о внесении дополнений в критерии по формированию рейтинга спортсменов и тренеров (Овсянников О.В.);
 - об утверждении официального представителя ФФКМ на чемпионаты и Первенства России (Овсянников О.В.);
 - о внесении дополнений в положение о тестировании (Черкасова М.Е.);
 - о заместителях главных судей соревнований (Устинов К.И.);
 - об изменении алгоритма квотирования спортсменов СШ и СШОР Москвы для участия в соревнованиях московского календаря (Устинов К.И.);
 - о семинарах для тренеров и спортсменов в текущем сезоне (Маркова О.Д.);
 - о кандидатурах на награждение почетными знаками ФФКМ (Овсянников О.В.).
 4. Анализ выступления московских спортсменов на этапах и финале Гран-при ИСУ (Чайковская Е.А.).
 5. Отчет о финансовой деятельности ФФКМ за 2019 год (Смирнова Л.А.).
 6. О подготовке к общему отчетному собранию (Рабер И.Я.).
 7. О выводе из состава ФФКМ (Гончаров М.А.).
 8. О внесении в Реестр (Галиев С.А.).
- Протокол заседания президиума см. на сайте www.ffkm.ru в разделе «Документы».

Основная часть работы президиума была посвящена текущим вопросам деятельности ФФКМ.

Президиум выразил свою озабоченность срывами сроков подачи документов на новую аккредитацию в силу ряда объективных и субъективных причин, в результате чего ФФКМ лишилась права подавать документы спортсменов на присвоение спортивных разрядов и судейских категорий на срок до выхода приказа Москомспорта об аккредитации Федерации.

Председатель СТК **Олег Овсянников** поднял вопрос о несовершенстве действующих критериев по формированию рейтинга спортсменов и об отсутствии системы по определению рейтинга тренеров в Москве. Для проработки этого вопроса было решено создать рабочую группу, куда вошли **Эдуард Аксенов, Владимир Курочкин** и **Анна Харченко**, которым поручили к следующему заседанию президиума предложить варианты решения этого вопроса.

Далее президиум утвердил официальных представите-

лей ФФКМ на три основных старта сезона: на чемпионат России по фигурному катанию; на Первенство России по фигурному катанию; на чемпионат и Первенство России по синхронному катанию.

Далее был рассмотрен вопрос о необходимости ввести институт заместителей главных судей московских соревнований в связи с возможностью появления различных форс-мажорных обстоятельств. Было принято решение о создании списка заместителей главных судей из числа общего списка судей г. Москвы, который также утверждать в мае на каждый будущий сезон.

Президиум также заслушал вопрос о просьбах спортивных школ и школ олимпийского резерва об увеличении квот в младших разрядах для участия их спортсменов в соревнованиях московского календаря. Заслушав председателя судейской коллегии **Кирилла Устинова**, президиум пришел к мнению, что менять принципы существующего порядка квоти-



Следующим рассматривался вопрос о назревших изменениях в процедуре принятия тестов по скольжению. Глава комиссии по тестам **Марина Черкасова** предложила внести в «Положение по тестированию» ряд изменений, а именно: **Внести изменения в пункт 3 «Участники тестирования, порядок допуска».** Мандатная комиссия проводится для всех участников не менее чем за 1 час до начала тестирования. На мандатную комиссию представитель каждой организации должен предъявить:

- оригинал заявки с медицинским допуском для всех спортсменов, с печатью диспансера, а также подписями руководителя организации/клуба, официального представителя команды и врача организации (включая его личную печать);
- зачетную классификационную книжку спортсмена с отметкой о прохождении диспансеризации или оригинал медицинской справки о прохождении диспансеризации;
- оригинал полиса о страховании от несчастных случаев с расширением на занятия спортом;
- зачетную классификационную книжку спортсмена с отметкой о сдаче предыдущих тестов по скольжению.

тирования не имеет смысла, а в случае образования свободных мест перераспределять их между СШОР в равных долях, а также рекомендовал каждой спортивной школе проводить свои собственные закрытые турниры для юношеских и спортивных разрядов, с внесением их в официальный календарь ФФКМ и муниципальные календари Москвы.

Председатель тренерского совета **Ольга Маркова** проинформировала президиум о проведенном через тренерский чат опросе спортивных организаций об их потребностях в проведении семинаров для тренеров и других специалистов в текущем сезоне. В результате была выявлена заинтересованность в проведении семинаров по разным темам не реже трех раз в год, а именно: в начале сезона — август-сентябрь, в середине сезона — декабрь и в конце сезона — апрель-май. Президиум рекомендовал продолжать опрос тренерского сообщества Москвы по актуальным для них вопросам с целью формирования тем для будущих семинаров.

Документы принимаются только во время работы мандатной комиссии от официального представителя команды, указанного в заявке, на всех спортсменов организации одновременно. При отсутствии какого-либо из указанного выше пакета документов спортсмены к участию в тестировании не допускаются!

Внести изменения в пункт 4 «Программа и правила проведения тестирования».

Иногородные спортсмены, зачисленные в московские СШОР, СШ и другие спортивные организации, в случае отсутствия у них отметки о сдаче тестов должны сдать тесты, начиная с теста №1.

Тестирование проводится на ледовых площадках, размер которой не должен быть менее 25х50 м.

Внести изменения в пункт 5 «Порядок проведения тестирования».

Личный тренер спортсмена в момент сдачи тестов должен находиться в коньках рядом со своим фигуристом в зоне сдачи тестов, а не в зоне разминки.

После обсуждения президиум принял поправки в «Положение по тестированию».

Вице-президент **Елена Чайковская** проанализировала выступления московских спортсменов на этапах и финале Гран-при ИСУ, информацию президиум принял к сведению.

В заключительной части члены президиума обсудили план подготовки к общему отчетному собранию, которое намечено на 18 апреля 2020 года. Президиум заслушал и утвердил отчет бухгалтера **Любови Смирновой** о финансовой деятельности ФФКМ за 2019 год. Президиум одобрил идею президента провести отчетное собрание в дискуссионной форме и обсудить наиболее актуальные темы и вопросы, которые волнуют сообщество. Также было дано поручение всем руководителям комиссий подготовить отчеты о работе с мая 2018 года по апрель 2020 года. Общий отчет о деятельности ФФКМ за этот период опубликовать в журнале «Московский фигурист» накануне собрания.

ФФКМ получила аккредитацию Москомспорта

Согласно распоряжению №10 Москомспорта о государственной аккредитации региональных спортивных федераций РОО «Федерация фигурного катания на коньках города Москвы» получила аккредитацию сроком на 4 года.

ФФКМ поздравила всех юбиляров 2019 года

На благотворительной рождественской встрече ветеранов фигурного катания, посвященной чествованию юбиляров 2019 года, встретились более 80 фигуристов прошлых лет. Поздравления с днем рождения и пожелания здоровья, долгих лет жизни, процветания и успеха получили наши выдающиеся спортсмены и тренеры, отметившие следующие даты:

55 лет — Марина Черкасова, Алла Шеховцова, Нина Мозер, Майя Усова.

60 лет — Елена Масленникова, Марина Селицкая.

70 лет — Елена Слепова, Наталья Дубинская, Наталья Литяева, Владимир Захаров, Владимир Петров, Ирина Роднина, Жанна Громова, Ирина Нифонтова, Елена Уланова, Владимир Родионов, Ирина Рабер.

75 лет — Галина Василькевич, Галина Орлова, Эдуард Самохин, Валентина Виноградова.

ФФКМ включила новые организации в свой Реестр

Президиум ФФКМ включил в Реестр: в раздел «Организации, осуществляющие спортивную подготовку» межрегиональную общественную организацию популяризации и развития фигурного катания «Мозертим», в раздел «Индивидуальные предприниматели»: ИП Медведев И.А. (коммерческое название «СЛФК Ласточка»); ИП Черникова Н.А. (коммерческое название «Студия ледового танца Ice-Line»); ИП Кириллов Д.Б. (коммерческое название «Империя спорта»).

80 лет — Анатолий Еремин, Вячеслав Зайцев, Елена Чайковская.

81 год — Игорь Молчанов, Зинаида Подгорнова, Надежда Велле.

82 года — Евгения Богданова, Антонина Карцева, Людмила Кубашевская, Виктор Кудрявцев, Татьяна Трещева, Виктор Рыжкин, Ирина Фелицына, Тамара Широкова, Леонид Гордон.

86 лет — Валентин Захаров.

Юбиляры получили из рук президента ФФКМ **Ирины Рабер** памятные подарки, а все участники встречи — сувениры и календари с символикой фигурного катания. Праздничную встречу вел поэт, член Союза писателей России **Михаил Слуцкий**.



Президиум наградил почетными знаками ФФКМ

Президиум ФФКМ единогласно постановил наградить почетным знаком ФФКМ «За развитие фигурного катания на коньках в г. Москве» следующих тренеров и специалистов Москвы:

Абасова Майра Абильевна — судья по фигурному катанию, мастер спорта СССР по фигурному катанию, судья ИСУ по одиночному катанию и танцам на льду, международный рефери по танцам на льду.

Андреева Юлия Валентиновна — мастер спорта РФ в танцах на льду. Председатель коллегии судей ФФКР, судья ИСУ в фигурном катании и спортивных танцах на льду.

Бутырская Мария Викторовна — член президиума ФФКМ. Заслуженный мастер спорта, первая российская чемпионка мира в женском одиночном катании, трехкратная чемпионка Европы, шестикратная чемпионка России. В настоящее время тренер по фигурному катанию.

Гончаров Михаил Анатольевич — мастер спорта СССР. Почетный работник физической культуры, спорта и туризма г. Москвы. Генеральный директор ФФКМ с 2014-го. Члена президиума ФФКМ с 2005 по 2010 год. В течение 11 лет возглавлял управление физической культуры и спорта СВАО Москомспорта.

Коган Александр Ильич — генеральный директор ФФКР. Руководитель Управления фигурного катания оргкомитета «Сочи-2014». С 2014 по 2018 год — вице-президент ФФКМ. Судья по фигурному катанию, рефери ИСУ одиночного и парного катания.

Тимохова Ольга Андреевна — специалист ФФКМ. Администратор сайта ФФКМ с 2008 года, фотограф.

Президиум единогласно постановил присвоить звание «Почетный член ФФКМ» **Волковой Людмиле Сергеевне** и **Богдановой Евгении Валентиновне** за неоценимый вклад в работу Федерации.

ФФКМ провела семинары для тренеров и методистов

9 декабря в ФОК «Академия льда» ФФКМ провела семинар для тренеров и специалистов по темам, которые в результате опроса и анкетирования специалистов были указаны как актуальные. Теоретическая часть семинара была посвящена уровням элементов, практическая часть — приемам обучения скольжения в рамках сдачи тестов. Модератором выступила председатель тренерского совета СТК **Ольга Маркова**. В работе семинара приняли участие 26 (61 участник) организаций, девять из которых представляли государственные школы (27 участников) и 15 — коммерческие клубы и организации (34 участника).

12-13 декабря в ледовом дворце «Медведково» ФФКМ провела двухдневный семинар для методистов — модератор **Вера Ткалина** — на тему «Актуальные вопросы деятельности спортивных организаций по фигурному катанию на коньках в Москве». В ходе семинара были рассмотрены следующие вопросы:

- правовые основы деятельности спортивных организаций;
- функции ФФКМ, основные принципы взаимодействия со спортивными организациями;
- участие в официальных соревнованиях (заявки, основные принципы, ответственность);
- делопроизводство спортивной организации, оформление локальных документов;



- ведение зачетных книжек спортсменов;
- работа с сайтом «Спорт вокруг»;
- организация приема нормы «юный фигурист»;
- тестирование по скольжению, документооборот;
- оформление спортивных разрядов и званий;
- оформление почетных званий;
- основные принципы организации официальных спортивных мероприятий.

Методисты учреждений Москомспорта участвовали в семинаре на безвозмездной основе.

ФФКМ пополнила свои ряды

Президиум ФФКМ рассмотрел заявления с просьбой о принятии в ряды ФФКМ Черниковой Натальи Александровны, Кокоева Солтана Фридоновича, Душечкина Сергея Андреевича, Мельникова Дмитрия Александровича и постановил принять их (единогласно).

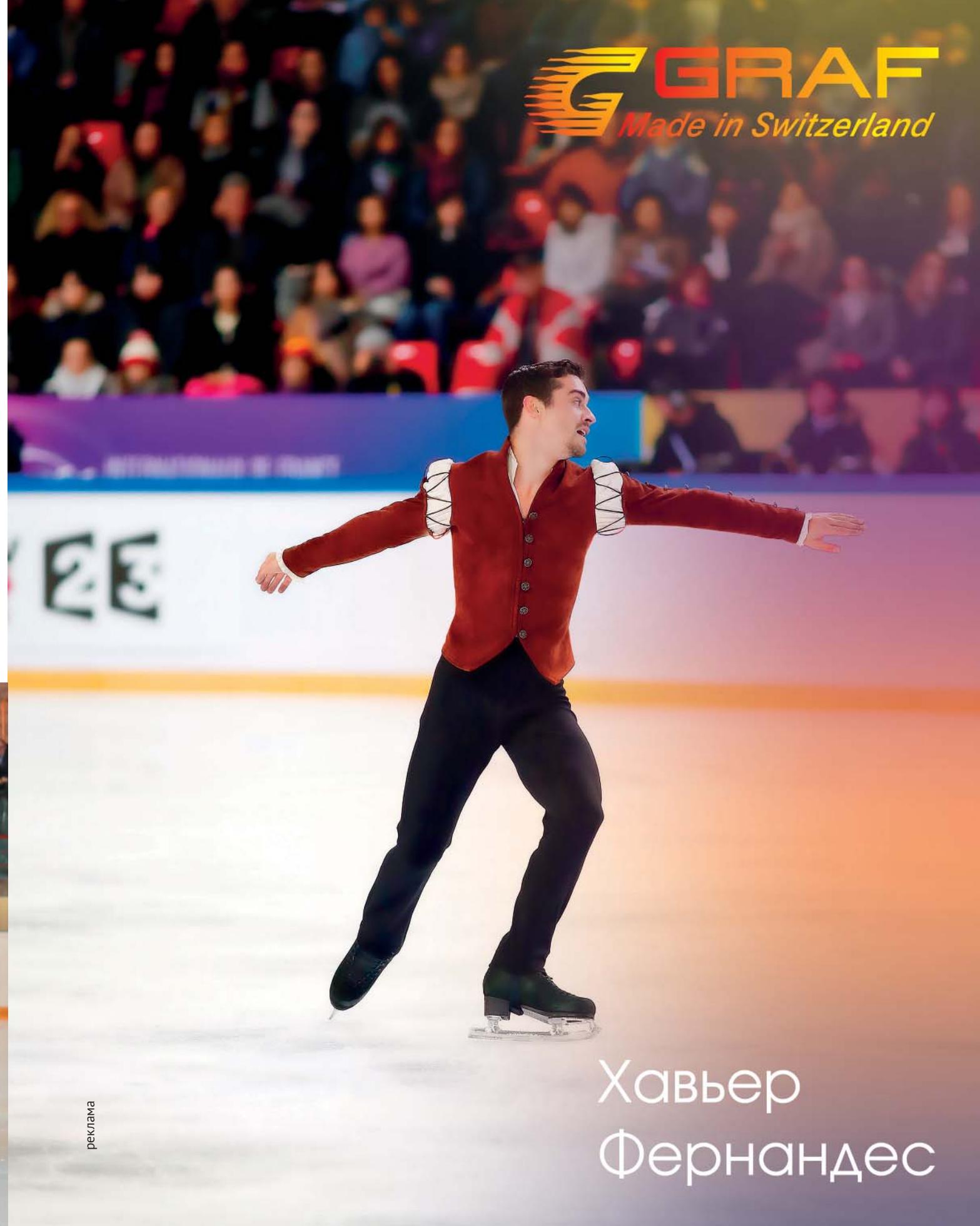
Президиум ФФКМ вывел из состава Федерации

Президиум принял решение исключить из рядов ФФКМ членов, систематически не оплачивающих членские взносы и утративших связи с организацией, а именно: Айрапетян С.С., Гурлынину Е.В., Емельянову А.Г., Катина М.Е., Колотилину О.В., Кулешову М.Б., Ломахова И.В., Меркулову Н.А., Нисунова К.В., Соколовскую С.В., Терешенкову М.К., Ткачеву А.А., Шагину С.В. Решение принято единогласно. В результате в 2019 году из ФФКМ вышли 14 человек и вступили 35 человек.

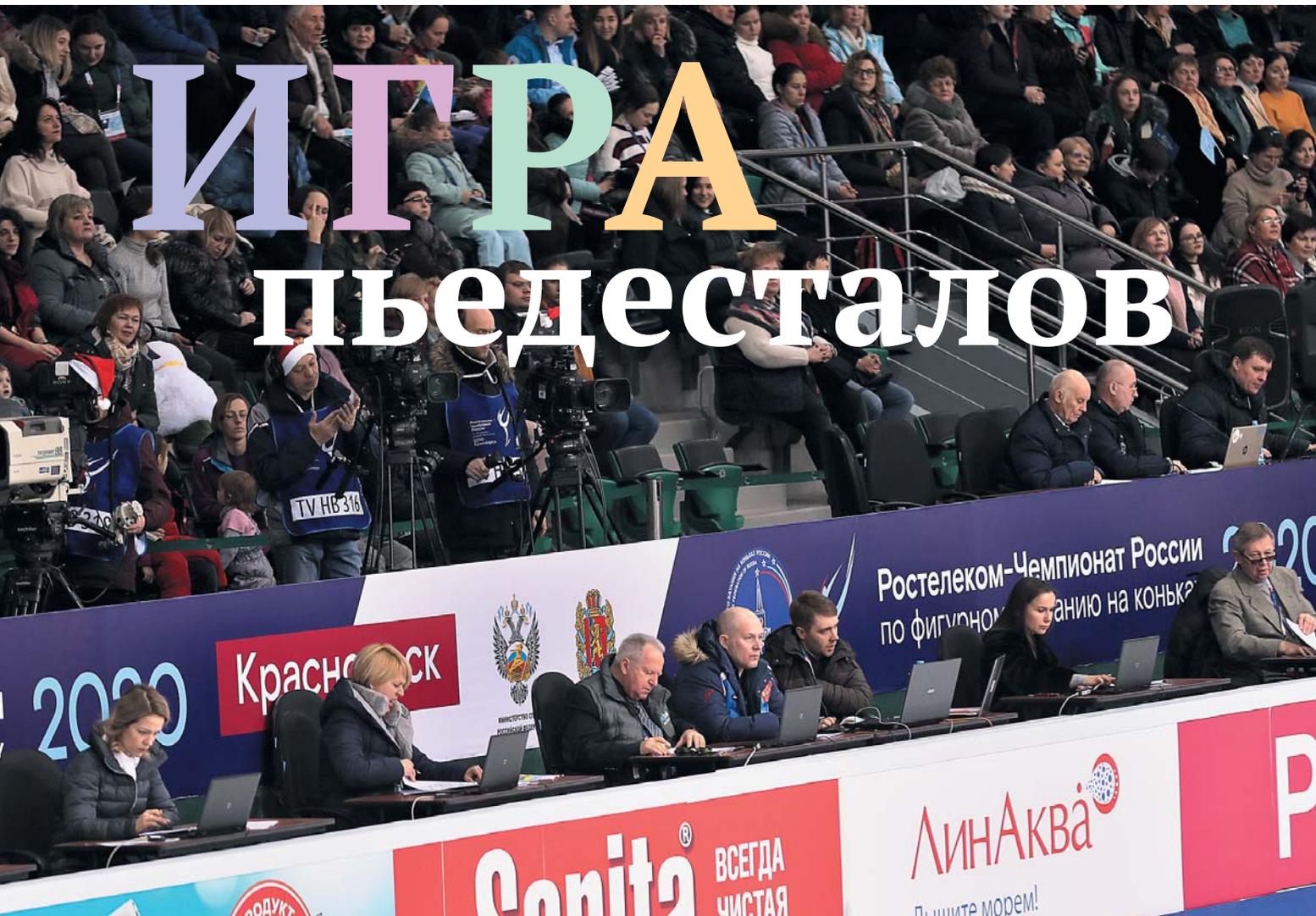
Московские команды по синхронному катанию выиграли серебро Первенства и бронзу чемпионата России

В Саранске чемпионат и Первенство России завершился успехом московских команд, тренирующихся на базе УОР №4 им. А.Я. Гомельского. Команда мастеров спорта «Кристалл Айс» впервые в истории своего участия в чемпионатах страны выиграла произвольную программу, что стало сенсацией турнира. По результатам соревнований в разряде «Мастера спорта» победу одержала команда «Парадиз» (г. Санкт-Петербург), второе место завоевала команда «Татарстан» (г. Казань) — эти команды будут в апреле 2020 года представлять нашу страну на чемпионате мира в Лейк-Плэсиде (США). Третье место заняла команда «Кристалл Айс» (г. Москва).

В разряде «Кандидаты в мастера спорта» победила команда «Юность» (г. Екатеринбург), серебро завоевала команда «Кристалл Айс джуниор» (г. Москва) — эти команды будут бороться за медали на юниорском чемпионате мира, который пройдет в марте в Ноттингеме (Великобритания). Бронзовые медали достались команде «Санрайз-1» (г. Санкт-Петербург). В чемпионате и Первенстве России приняли участие 13 команд по первому спортивному разряду, 12 команд по КМС и пять команд по МС. ФФКМ поздравляет спортсменов и тренеров команд УОР №4 с заслуженным успехом.



ИГРА пьедесталов



Итоги чемпионата России в Красноярске

Ежегодный национальный чемпионат по фигурному катанию — это не только большой отборочный турнир на главные международные старты сезона. Опытный глаз эксперта, наблюдая за происходящим, способен заметить не только проблемы, нависающие над нашим видом спорта, но и осознать зарождающиеся тенденции. «МФ» расспросил экспертов, как проходила борьба спортсменов за выход на мировой уровень, какие узкие места выявил текущий чемпионат России и в каком направлении будет развиваться наш вид спорта в ближайшем будущем.

Мужское одиночное катание

Ольга Маркова: «Хочется мастерства вкупе со стабильностью»

Если говорить о мужском одиночном катании, то, к сожалению, мало что порадовало, потому что как таковой борьбы не получилось. Я ни в коей мере не хочу сказать, что у нас плохие спортсмены, наоборот, у нас талантливые, красивые, мотивированные парни, каждый из них способен чисто катать свой контент на тренировках, но на серьезных стартах с ними происходит что-то непонятное. Скажу одной фразой: хочется мастерства вкупе со стабильностью. Прокаты вышли слабыми — не будем себя обманывать в этом или лукавить — причем у всех спортсменов от первого до последнего номера. Начиная со второй половины произвольной программы почти все ребята не катались, а ходили. Я понимаю, что соревнования практически для всех проходили в другом часовом поясе, но все фигуристы, которые претендовали на какие-то лидирующие позиции, — это уже опытные спортсмены, объездившие множество стран. Долгие перелеты, смена часовых поясов, ранние тренировки — это все в порядке вещей, поэтому подобные отговорки никого не волнуют.

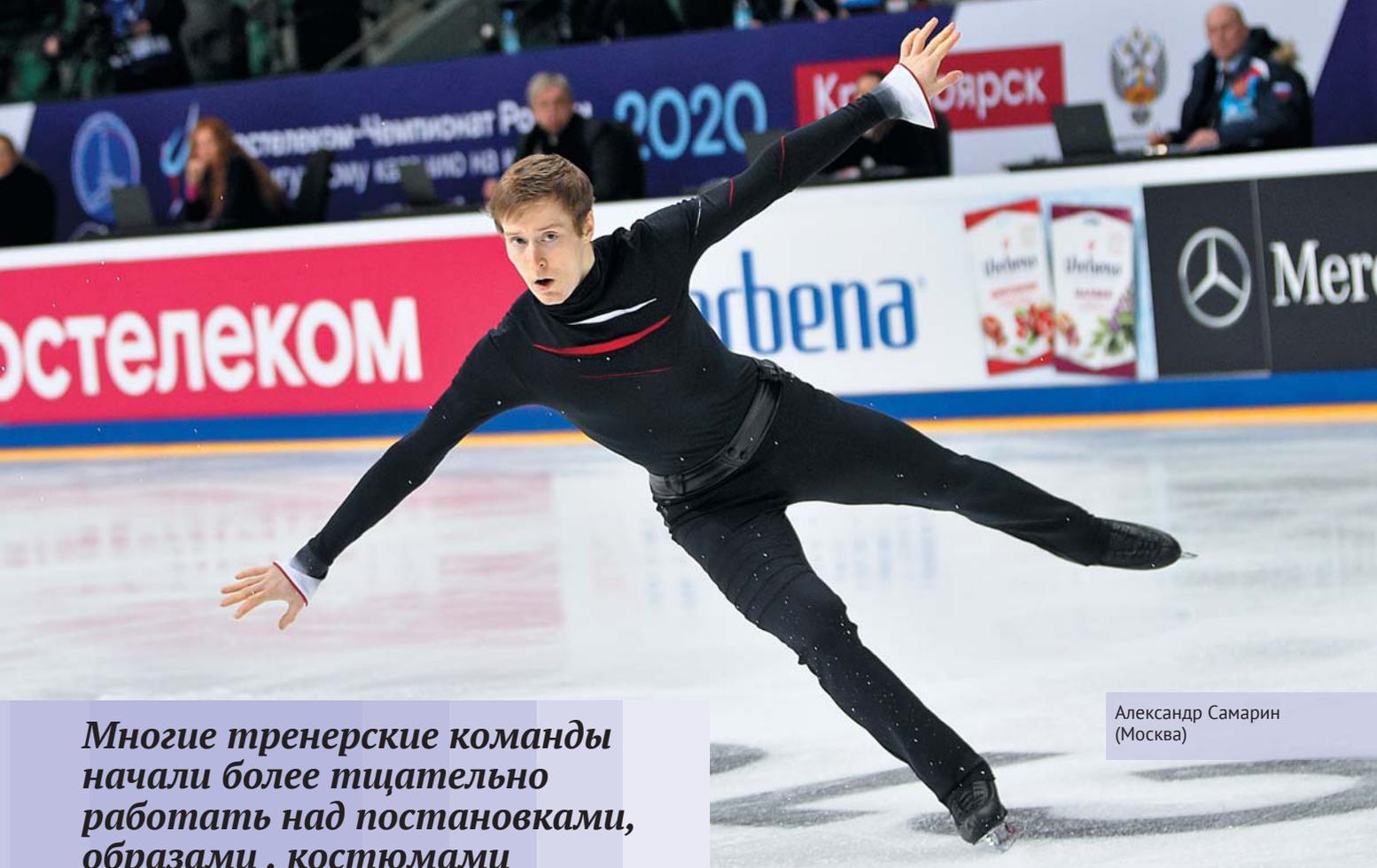
Исключением можно было бы назвать **Артура Даниеляна**, который единственный достойно выступил в произвольной программе, — чисто прокатался и сделал все элементы, если бы не его место в короткой программе. Тринадцатый результат всегда говорит о том, что была допущена череда ошибок, а в его случае нелепых и существенных сбоев было достаточно.

Произвольная Артуру явно удалась, мы впервые увидели чисто исполненный четверной сальхов соло и в каскаде, да и в целом прокат получился ярким, особенно на фоне прокатов других спортсменов. Мы ожидали чистых прокатов от **Макара Игнатова, Сергея Воронова, Дмитрия Алиева, Александра Самарина**, и было жаль, что они не смогли в полном объеме показать все, что умеют. Правда, надо сказать, что Самарин продолжает вот уже который сезон идти в программах на сложные прыжки. Он единственный исполнял в произвольной три различных четверных прыжка соло и в каскаде, стараясь приблизиться к тому же контенту, что и **Нейтан Чен, Юдзун Ханю, Шомо Уно**. Лично мне хотелось бы увидеть у Самарина более легкие программы, возможно, под менее придавливающую музыку ему будет легче кататься. Кстати, **Даниелян** отказался от «Гладиатора», который у него не шел, и вернулся к более легкой «Травиате», и теперь у него две программы, в которых он отлично смотрится. **Дмитрий Алиев** хоть и был лидером на данном турнире, но все равно не показал 100% прокатов, которых



Артур Даниелян
(Москва)

Тема постановки программ и умение ее презентовать для нашего мужского катания является одной из болезненных

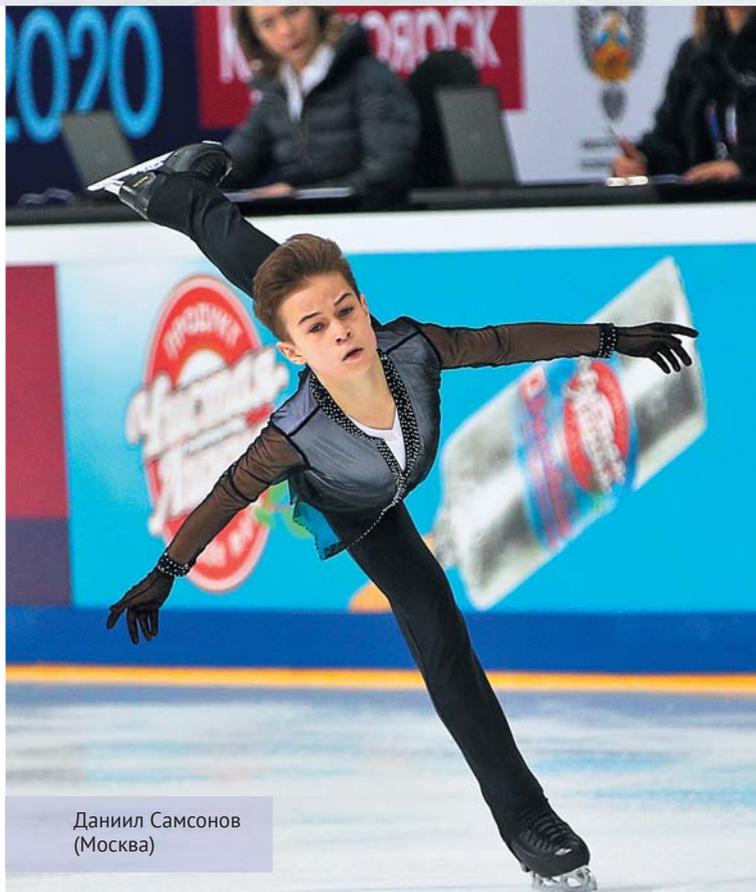


Александр Самарин
(Москва)

Многие тренерские команды начали более тщательно работать над постановками, образами, костюмами

мы от него ждем. Учитывая уровень его катания и владения элементами, он способен бороться за самые высокие места на международных соревнованиях. **Макар Игнатов** интересный молодой фигурист, который неплохо выступил с короткой программой и занял неожиданно для себя первое место. Этот успех и одновременно боязнь потерять свое лидерское место, видимо, не позволили ему справиться с произвольной программой. Иногда действительно значительно проще выходить на произвольную программу и успешно атаковать конкурентов со второй, третьей, пятой позиции или, как это было у Даниеляна, с 13-го места. В любом случае для него это опыт, а учитывая, что технически он хорошо подкован, то его время еще придет. **Владимир Самойлов, Егор Мурашов** — оба этих спортсмена могут прекрасно исполнять на тренировках все элементы, ярко прокатать программы, но на стартах у них не получается себя сконцентрировать и показать чистый прокат, что мы, собственно, видели на чемпионате России.

Даниил Самсонов первый раз выступал на взрослых соревнованиях, может быть, не все задуманное получилось, но он однозначно уже владеет четверными флипом и лутцем, думаю, ему нужно просто время для стабильных прокатов с этими элементами. Какое количество времени это займет, мне трудно сказать, поскольку у каждого спортсмена свои сроки. Кто-то может начать разучивать прыжки и уже через два месяца выступать стабильно с



Даниил Самсонов
(Москва)

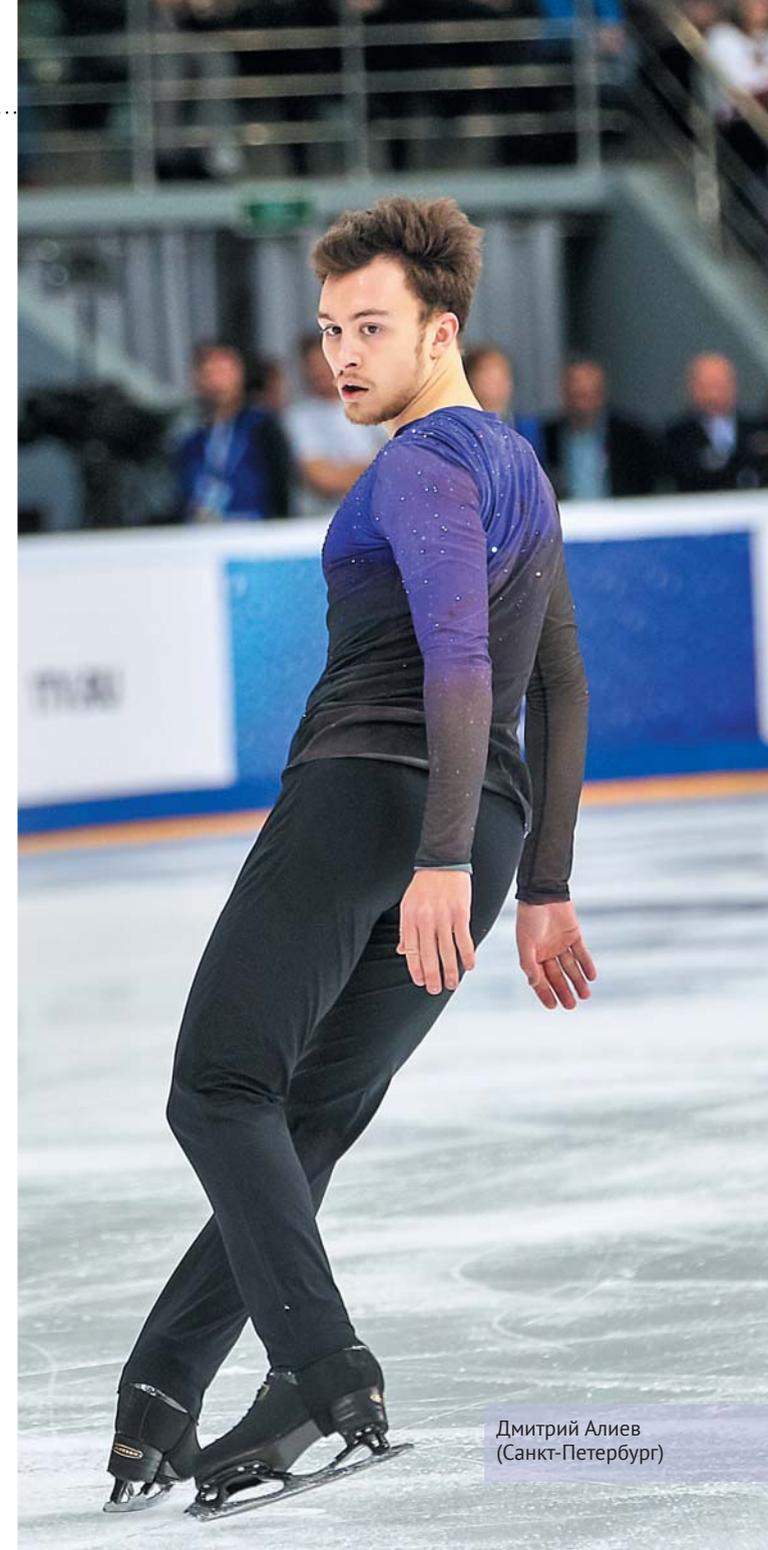
ними, введя в программу два четверных прыжка и два тройных Акселя, а кому-то нужен сезон, а то и два, чтобы накапать сложный набор элементов, привыкнуть к этой ответственности, сложности, чтобы справляться с нагрузкой и кататься стабильно. У Даниила уже есть в арсенале эти прыжки, исполняемые им с легкостью на очень высоком уровне, с хорошим качеством. Еще мне нравится его катание, скольжение, его эмоциональная вовлеченность в программы. По моим ощущениям, он глубокий по своей сущности спортсмен. Я думаю, что с ним интересно работать. В этом сезоне Даниилу предстоит борьба за отбор на чемпионат мира среди юниоров наряду с такими спортсменами, как Петр Гуменник, Андрей Мозалев, Илья Яблоков, и другими.

Петр Гуменник, Илья Яблоков с начала сезона заметно выросли. У них изменилось строение тела, и им надо привыкнуть со своими новыми параметрами. Как только рост стабилизируется, мышцы окрепнут, им станет легче держать форму, легче выступать. Это совершенно нормальный процесс взросления. **Андрей Мозалев** как раз из числа тех спортсменов, которые, кроме технической части, много и старательно работают над постановками программ. Они у него все музыкальные в том смысле, что он способен передать характер музыки, показать интересное уверенное катание, увлечь за собой зрителей. В этот раз на короткой программе он немного более скромно показал свою дорожку шагов, но я видела и знаю, как он может ее исполнять. Многие специалисты отметили его программы еще на контрольных прокатах в августе.

Вообще тема постановки программ и умение ее презентовать для нашего мужского одиночного катания является одной из болезненных. Еще совсем недавно мы говорили, что увлечение технически сложными элементами отрицательно сказывается на второй оценке, поскольку физических и душевных сил фигуристам в этих условиях подчас не хватает. Сегодня, если говорить про всех участников чемпионата, видна положительная тенденция в этом вопросе, поскольку очевидно прослеживается, что многие тренерские команды начали более тщательно работать над постановками, образами, костюмами, но не в том объеме, в котором хотелось бы. Все равно достаточно большое количество спортсменов в лучшем случае просто едут, а то и ходят между элементами.

Вакантное место лидера

Когда я говорю о настоящей борьбе, то имею в виду не тот случай, когда выиграл тот, кто меньше упал, а когда лидирующая группа участников катает свои программы идеально. Я довольно много в своей практике судила турниров, где один спортсмен лучше другого. Это фантастический уровень соревнований, когда у тебя выходят на лед две сильнейшие разминки фигуристов и ты не знаешь, кто



Дмитрий Алиев
(Санкт-Петербург)

Я довольно много в своей практике судила турниров, где один спортсмен лучше другого

из них будет чемпионом, поскольку 12 человек катаются на равных. У каждого свое мастерство, талант, прыжки, вращения, шаги, эмоции, у каждого свои сильные стороны, которые спортсмен предлагает оценить зрителям и судьям. Это такой праздник соперничества, что ты не можешь предугадать результат, ты его потом видишь на табло как сумму впечатлений от всего судейского корпуса. Именно так проходят последние годы все турниры в нашем женском одиночном катании, именно этого так не хватает в мужском виде. Российское мужское одиночное катание на мировом уровне в отличие женского, парного катания и танцев на льду пока не может явно претендовать на лидерство. Возможно, как только у нас в стране появится спортсмен, способный вмешаться в борьбу с мировыми лидерами, то он, как локомотив, потянет за собой всех остальных. Пока же у нас как не было, так и нет явного лидера, явного бойца, который бы вел за собой всю команду, как это было во времена **Урманова, Кулика, Ягудина, Плющенко**. У нас несколько лет назад была подобная ситуация в женском одиночном катании: вроде бы кто-то выстреливал, но не до конца. Мы были то в пя-



Илья Яблоков
(Москва)

Как только у нас появится спортсмен, способный вмешаться в борьбу с мировыми лидерами, то он, как локомотив, потянет за собой всех остальных

терке сильнейших, то в десятке, то в тройке, но стабильно первых ролей у нас не было. На данный момент мы переживаем такой же период в мужском одиночном катании, но, я уверена, лидер появится. Общий прогресс уже ощущается. Еще в прошлом году на чемпионате России у нас были спортсмены не только без четверных прыжков, но и без тройного Акселя. Сегодня мы уже не находимся в ситуации, когда спортсмен, сделав или попытавшийся сделать четверной прыжок, становился лидером. В этот раз все 16 спортсменов были с тройным Акселем и 14 спортсменов заявили как минимум по одному четверному прыжку. Только двое — **Антон Шулепов** и **Владислав Катичев** — не заявляли четверной. Шесть спортсменов (Дмитрий Алиев, Макар Игнатов, Даниил Самсонов, Владимир Самойлов, Андрей Зубер, Леонид Свириденко) имеют в активе по два разнообразных четверных прыжка. Жесткая конкуренция или природные данные — что-то из этого обязательно вытолкнет лидера наверх.

Особенного понимания требует тот момент, что в последние годы к нам в фигурное катание приходит явно

недостаточное количество мальчиков, так что тренеры работают со всеми, кто пришел, без отбора. Но разве в других странах ситуация лучше? Разве кто-то отбирает фигуристов в Испании? Или в Швейцарии? Они работают с теми, кто есть, в надежде, что у них в стране родятся такие уникалы, как **Хавьер Фернандес** или **Стефан Ламбьель**. Понятно, что для этого должны совпасть звезды: должны быть природные данные, грамотный тренер, мотивация идти к цели и прочее. В любом случае наша ситуация лучше, чем во многих других странах, у которых после ярких звезд дальше никого нет, потому что в России есть традиции, есть сильная школа, есть огромная популярность фигурного катания. У нас все равно больше детей, в том числе и мальчиков, приходит заниматься фигурным катанием. Хочется, чтобы наконец эта звездочка родилась и пришла на каток. Я буду рада за любого тренера, к кому придет этот ребенок. В Питере ли, в Москве ли, в Уссурийске, в Ханты-Мансийске — неважно, где это будет. Главное, чтобы эта звезда родилась и пришла бы в фигурное катание.

Текст: Ольга Маркова, фото: Ольга Вережемская

Женское одиночное катание

Ольга Маркова: «Рано или поздно всем придется осознать, что мы живем в эпоху революционных перемен»

В женском одиночном катании все 16 участниц показывали незаурядное мастерство, так что судьям было сложно судить что короткую, что произвольную программы, потому что речь шла о нюансах. Контент программ был очень и очень сложный, а у первой тройки просто выдающийся. В очередной раз на чемпионате России все спортсменки показали не только тройные прыжки и каскады 3-3, выполненные с легкостью на высоком уровне, но и мастерство в интерпретации программ. Каскады 3-2 во второй половине программы воспринимались многими зрителями с недоумением, хотя на самом деле это было отражением действия новых правил: каскад 3-3 при определенном прыжковом контенте считался бы лишним элементом, поэтому, чтобы за счет каскада набрать определенные баллы, спортсменки шли на упрощение.

Александра Трусова, к сожалению, сорвала свои солидные четверные прыжки в начале произвольной программы, но вслед за этим тут же усложнила прыжок двойной Аксель, дополнив его тройным тулупом. Это иллюстрация того, как можно не опускать руки и хорошо работать головой, грамотно поняв, какой элемент можно и необходимо исполнить, чтобы добрать баллы. Во второй половине программы Саша на плюсы сделала четверной тулуп в комбинации с тройным сальховым.

Все 16 участниц показывали незаурядное мастерство, так что судьям было сложно судить программы, потому что речь шла о нюансах

Анна Щербакова показала безупречное катание с такими сложнейшими элементами, как четверной лутц соло и в каскаде и четверной флип соло. Если Щербакова прокаталась со 100% отдачей, то **Алена Косторная**, на мой взгляд, немного придерживала себя, особенно в сравнении с ее же собственным выступлением на финале Гран-при в Турине, когда она показала по-лидерски звенящее катание.



Анна Щербакова
(Москва)

Возможно, кому-то трудно свыкнуться с происходящим, но всем придется осознать, что мы живем в момент качественного рывка

Прекрасно откатала произвольную программу **Ксения Синицына**, что позволило ей с 14-го места после короткой подняться на пятое итоговое место и в результате попасть в сборную России. Также произвела впечатление **Анастасия Гулякова**, которая показала скоростное, широкое, мощное катание с хорошо исполненными элементами. Видно, что спортсменка имеет приличный запас на прыжках, и, возможно, в ближайшее время она будет готова на соревнованиях исполнять четверные прыжки и тройной Аксель, который она уже прыгала, когда каталась в Москве. Я не могу сказать, по какой причине ее тренер **Алексей Мишин** не вставляет этот элемент в программу, но я знаю, что профессор умнейший человек и знает, что он делает, для чего и когда.

От **Елизаветы Туктамышевой** я ждала чистого проката и была расстроена, когда у нее это не вышло. Но она покорила меня своей смелостью, когда в произвольной программе пошла на исполнение тройного Акселя и четверного тулупа, хотя, возможно, чисто тактически в этом не было необходимости. Но она знает, что владеет этими элементами, поэтому не стала делать себе никаких поблажек, хотя, возможно, ей было сложно в тот день быть резкой, быстрой, взрывной. Для меня Лиза — это боец, такой всегда была и такой остается. Она прекрасный пример, как можно продолжать не просто кататься, но и постоянно совершенствоваться. Да, бывают сезоны лучше, бывают хуже, но она проявляет себя. Уверена, ее история вдохновляет наших спортсменок не ставить на себе крест в период пубертатного взросления, а дает силы просто переждать, перетерпеть и продолжать дальше кататься. Это прежде всего относится к таким титулованным фигуристам, как **Софья Самодурова**, **Станислава Константинова**, **Серафима Саханович**, показавшие результаты, которые могли выбить их из колеи. Да, молодежь им наступают на пятки, но она всегда наступает, и это хорошо, потому что если этот процесс прекратится, то скамейка запасных станет слишком короткой, а конкуренция не такой продуктивной. К слову, дебютантки чемпионата показали высокий уровень ката-



Александра Трусова
(Москва)

ния, как например, **Валерия Шульская**, **Анна Фролова**, у которых хорошие ровные прыжки.

Качественный рывок

Этот чемпионат показал, что тройные Аксели и четверные прыжки в женском одиночном катании больше не уникальная вещь для нашей страны. Я думаю, что пройдет еще три-пять лет и эти прыжки будут показывать спортсменки не только группы **Этери Тутберидзе**, но и других тренеров. В группах у **Сергея Давыдова**, **Светланы Пановой** уже есть девочки, которые разучивают и исполняют эти прыжки. Это не остановить. Возможно, чисто психологически кому-то трудно переварить, свыкнуться с происходящим, но рано или поздно всем придется осознать, что мы живем в эпоху революционных перемен, в момент качественного рывка. Я прекрасно помню, как еще во времена **Станислава Алексеевича Жука** примерно так же реагировали «доброжелатели» на тот про-

гресс, который под его руководством демонстрировали спортсмены, как звучала все та же песня, что он дает бешеные нагрузки, что губит девочек, которые станут инвалидами, не смогут родить детей и прочее. Как показало время, все, кто у него катался, никто не остался без детей, никому нагрузка не помешала иметь здоровье после окончания спортивной карьеры. Просто надо понимать, что мы удостоились жить в эту эпоху, когда можем своими глазами наблюдать прибавку еще одного оборота к прыжкам, которая, согласно профессору **Алексею Николаевичу Мишину**, происходит в фигурном катании не чаще, чем через 35-40 лет.

Казалось бы, все настолько хорошо и совершенно, что и критиковать нас не за что, ведь трудно представить, что, несмотря на высокий технический уровень, у каких-то спортсменов могут быть недотянутые стопы, невыпрямленные колени, завернутые бедра, сутулые спины и прочее. Я всегда вижу это несовершенство, и оно меня просто убивает. Во время судейства я мысленно прошу: «Вытяни ногу! Толкнись от ноги!», ведь если дотолкнуться, то можно уехать на пять метров дальше, будет в два раза легче катить, разгон можно будет сделать не с пяти, а с двух перебежек. Но эти азы либо не давались на начальном этапе подготовки, либо спортсмен настолько привык не обращать на это внимание, что уже не замечает разницы. От этого нет ощущения полного конька, ощущения владения телом на скорости, что сказывается на классе катания.

Также я считаю, что нашему женскому оди-

ночному катанию можно добавить выразительности и большей яркости. Когда техническая оснащенность у всех примерно одинаковая, выигрывать турниры будут те, которые донесли свои чувства и энергию до публики. В противном случае выступления даже с идеальным техническим контентом не цепляют зрителей и судей, что сказывается на оценках, потому что прыжки прыжками, а целостность программы, я бы сказала, шедевральность, все равно пока доступ-

на единицам. Эти единицы, естественно, трогают сердца, запоминаются надолго, поскольку поражают по всем направлениям. В таких случаях судьи выставляют высшие баллы по каждому пункту компонентов программы. Я считаю, что нам по-прежнему не хватает детально продуманных, штучных программ, чтобы индивидуальность каждой спортсменки была подчеркнута с особой тщательностью и утонченностью. Тогда это будет не просто технично, но и эмоционально запоминающимся. Для меня такими программами на чемпионате стали программы **Ксении Синицыной**, которые явили пример штучной постановочной работы, покорили своей тонкостью и гармонией и тем, как спортсменка раскрыла образы, заложенные в них.

Думаю, что всем нам хотелось бы видеть разнообразные программы, чтобы спортсмены не застревают в од-

Тройные Аксели и четверные прыжки в женском одиночном катании больше не уникальная вещь для нашей страны

ночному катанию можно добавить выразительности и большей яркости. Когда техническая оснащенность у всех примерно одинаковая, выигрывать турниры будут те, которые донесли свои чувства и энергию до публики. В противном случае выступления даже с идеальным техническим контентом не цепляют зрителей и судей, что сказывается на оценках, потому что прыжки прыжками, а целостность программы, я бы сказала, шедевральность, все равно пока доступ-



Алена Косторная
(Москва)

ном каком-то удобном образе, который становится для них клише. Я понимаю, что у каждого тренера, хореографа-постановщика есть свой стиль, своя узнаваемая рука, что является их индивидуальностью. Требовать от людей изменить своей индивидуальности, наверное, будет неправильно. Я считаю, что в каких-то случаях надо приглашать разных постановщиков, чтобы влить «свежую кровь» новых идей в программы и образы спортсменов. В любом случае поиск своего постановщика и детальная работа над программами только приветствуется. Со своей стороны хочу отметить постановки программ **Даниилом Глейхенгаузом** и **Этери Тутберидзе** для трех ли-

У каждого тренера, постановщика свой стиль, своя узнаваемая рука, что является их индивидуальностью



Анастасия Гулякова
(Санкт-Петербург)



Елизавета Туктамышева
(Санкт-Петербург)

деров сборной. Мы все понимаем, насколько сложно ставить программы, имея в группе такое большое количество спортсменов высокого уровня, чтобы каждому из них подобрать тот образ, который приведет его к победе, притом что все они между собой являются соперниками.

На чемпионате России стало окончательно ясно, что наше женское одиночное катание движется в правильном направлении, что тренерский состав нашел верный вектор развития, потому что любая фигуристка с первого по шестнадцатое место может легко претендовать на первую пятерку, например, чемпионата Европы. Конечно, в Европе время от времени рождаются такие звезды, как **Каролина Костнер**, но благодаря тому, что за нами стоит отечественная школа фигурного катания и фигурное катание сверхпопулярно в нашей стране, у нас звезды зажигаются постоянно.

Текст: Максим Траньков, фото: Марина Евдокимова

Парное катание

Максим Траньков: «Вы заметили, что парное катание уже перестает быть парным?»

Что однозначно порадовало на этом чемпионате России, так это наша молодежь, которая у нас есть и которая хочет заниматься парным катанием. Из 12 пар, кто выступал на чемпионате, треть еще в юниорском возрасте, а это значит, что смена подрастает. То, что показали наши юниорские пары на чемпионате России, говорит, что мы опять будем впереди планеты всей, потому что жива школа и традиция. Радует, что как минимум три региона России — Санкт-Петербург, Москва, Пермь — активно развивают этот вид, причем в обеих столицах работают по три-четыре группы парного катания, которые конкурируют между собой. На чемпионате каждая из этих групп представила свои пары, что говорит об уровне их работы.

С другой стороны, на мой взгляд, мы сейчас наблюдаем такой печальный исторический момент, когда у нас в стране, да и в мире осталась последняя классическая пара. Я говорю о **Евгении Тарасовой** и **Владимире Морозове**, которые являются последней селекционной парой в том смысле, что они гармонично сочетаются друг с другом по антропометрическим параметрам, и с этим спорить никто не будет.

Техническая оснащенность этой пары очень высокая, но эта техника парного катания — это тоже уходящая натура, потому что ее воспитывали в старом классическом формате, как это было принято у нас в стране и от которого сейчас отходят. На чемпионате было хорошо видно, что все остальные — это два хороших одиночника, поставленные в пару, либо партнеры нашли друг друга по принципу «других у нас нет». В мире происходят ровно те же самые процессы. Вряд ли можно назвать классической парой даже таких замечательных китайских спортсменов, как **Суй Вэньцзин** — **Хань Цун**, потому что они практически одного роста, что визуально воспринимается как диссонанс. Безусловно, они оба суперкрутые спортсмены и мне безумно нравятся, но это пара уже другой формации и другого поколения. Мне бы очень хотелось, чтобы Тарасова — Морозов максимально запомнились зрителям, потому что больше такого парного катания никогда не будет. Это единственная пара, которая стоит на смене веков, поэтому им очень тяжело. По сути, это уже пара из прошлого, которая продолжает бороться за свое место и пытается доказать право на свое видение парного катания.



Евгения Тарасова — Владимир Морозов
(Москва)

Кто-то может возразить, что Тарасова — Морозов не могут быть парой прошлого, поскольку демонстрируют эталонное парное катание. В том-то и дело, что мы живем в эпоху смены формата и этот новый формат для меня лично кардинально отличается от того, что я понимаю под парным катанием.

Этот вид фигурного катания всегда был и остается самым технически сложным, поскольку был неким симбиозом между всеми видами фигурного катания: сочетал в себе одиночное катание (прыжки, вращения), танцы на льду (дорожки шагов, переходы между элементами) и собственно оригинальные элементы парного катания (высокие поддержки, подкрутки, выбросы, тодесы). Прыжки никогда не были самой сложной стороной парного катания, гораздо сложнее было довести до совершенства парные элементы. Вы заметили, что парное катание уже перестает быть парным? Тодес, поддержки, вращения стали никому не интересны, только прыжки и выбросы. Прыгнули — чемпионы, не прыгнули — проиграли, что опять же не соответствует идее парного катания. Именно поэтому чемпионами мира становятся люди, которые разгоняются на элемент по шесть перебежек, за что раньше не получили бы компоненты выше четырех-пяти, а сегодня им ставят девятки и десятки.

Сегодня если спортсмены способны хорошо прыгать, то хорошо кататься и чисто исполнять парные элементы вроде как необязательно. За сложную креативную поддержку можно получить такую же стоимость, как и за самую простую. Больше не оценивается ни оригинальность элементов, ни красота катания. В парных позициях практически никто больше не катается, мы постоянно видим параллельные разгоны. Максимум, что могут выучить и показать пары, — это позиция «рука в руке» и «килиан». Я не утверждаю, что это плохо, просто мне жаль, что мы, очевидно, теряем классическое парное катание, которое было как сложным, так и самобытным. Я это понял в тот сезон, когда мы с **Татьяной Волосожа** катали программу под музыку индийского «Болливуда», в которой каждый показанный нами жест на самом деле что-то значил, потому что нам давали уроки танцоры из Болливуда. Когда на чемпионате мира мы получили такие же компоненты, как и канадская пара **Меган Дюамель — Эрик Рэдфорд**, которые параллельно катались под фоновую музыку, я понял, что наше время ушло, что нет больше смысла разучивать какие-то новые позиции, придумывать новые поддержки и прочее, — это уже никому не нужно. Сегодня мы имеем новое парное катание, которое стало таким после 2014 года.

Парное катание всегда было и остается самым технически сложным, поскольку был неким симбиозом между всеми видами фигурного катания

Александра Бойкова —
Дмитрий Козловский
(Санкт-Петербург)



EDEA

Дарья Павлюченко —
Денис Ходыкин
(Москва)



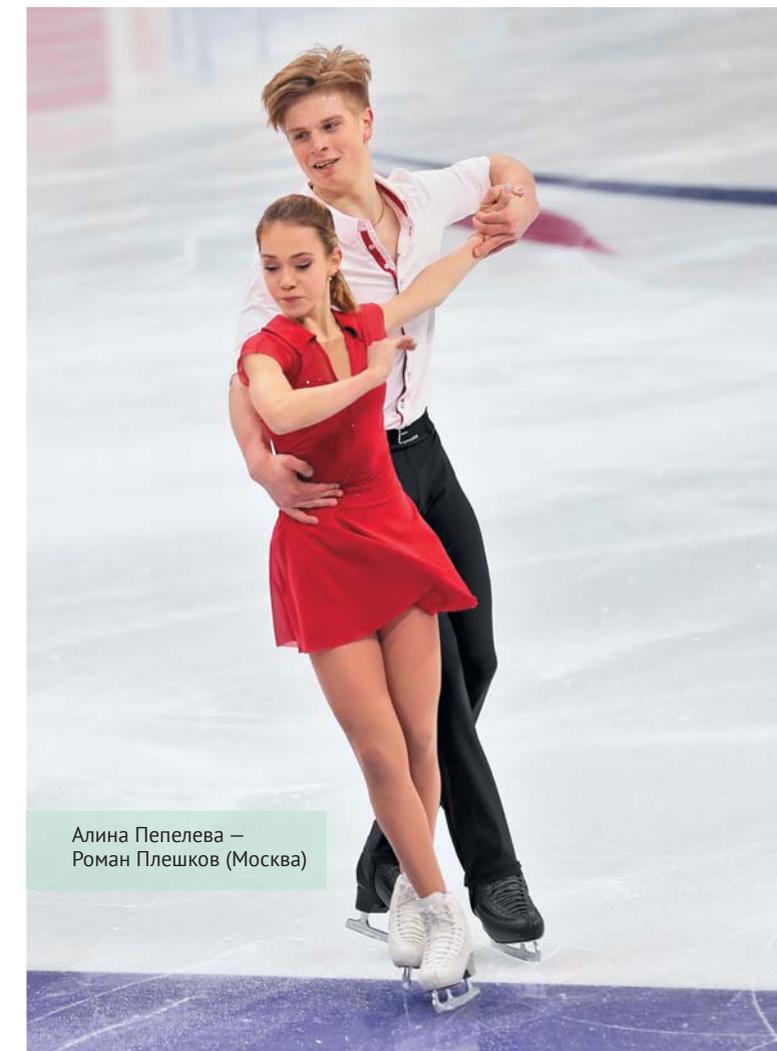
цена — первый уровень. Ее 12-летние дети в Перми на раз-два сделают, потому что она на двух руках исполняется. Люди, которые сами катались и выигрывали турниры, или тренеры, которые всю жизнь готовили чемпионов, понимают, что это абсурд. Эти правила введены не для того, чтобы развивать парное катание: кто будет пытаться придумывать оригинальные и сложные поддержки, если по этой системе она будет без уровня?

То, что эти правила уже сказались на общем уровне парного катания, можно понять на таком примере: буквально один олимпийский цикл назад было невозможно представить, чтобы пара, только-только вышедшая из юниоров (пусть даже они выиграли юниорский чемпионат мира), на следующий год смогла на взрослом этапе Гран-при с первой попытки занять второе место и отобраться в финал. Раньше такое было нереально. Наверное, эти правила должны помочь другим странам время от времени выигрывать у России.

Остается надеяться, что мы не растеряем до конца свои традиции, свое понимание парного катания и будем продолжать кататься так, как подobaет российским парам.

Поскольку теперь развитие парного катания нам диктуют судейские правила ИСУ, то все наши тренеры — Москвина, Васильев, Великовы, Мозер, Дмитриев, Доброскоков, Тюковы — оказались вынужденными подстроиться под новую систему, отступая от классической традиции. Они это делают не по своей воле, а потому что есть правила соревнований, и чтобы выигрывать, нужно им следовать. Пока радует только одно: созданная в нашей стране школа парного катания настолько сильна, что, когда молодые ребята начинают заниматься этим видом, тренеры обучают их всему по полной программе. На чемпионате России было видно, что юниорские пары делают больше креативных и сложных парных элементов, чем взрослые, поскольку юниоры находятся в фазе своего становления и должны разучить и освоить все по максимуму.

Надеюсь, все понимают, что в мировом фигурном катании одиночников и танцоров на льду в разы больше, чем парников. Если мы будем говорить о тех парниках, которые реально понимают этот вид, а не просто встали в пару накануне чемпионата Европы, чтобы на него съездить, то их еще меньше. Думаю, в мире можно насчитать максимум 10-15 пар. При этом никто из них особо не стремится работать в техкоме ИСУ или стать техническим специалистом ИСУ, потому что если ты понимаешь фигурное катание, то участвовать во всяких глупостях не хочется. Сейчас по новой редакции правил четвертый уровень сложности дают за поддержку, которой красная



Алина Зagitova —
Роман Плешков (Москва)

Танцы на льду

Юлия Андреева: «Никто не собирался уступить и каждый шел ва-банк»

Этот чемпионат России впечатлил и порадовал всех специалистов, поскольку наглядно и убедительно показал, в российских танцах на льду наметился качественный скачок на всех уровнях, чего мы так ждали последние годы. С интересом и волнением мы все наблюдали за бескомпромиссной борьбой двух наших лидеров сборной — Синициной — Кацалапова и Степановой — Букина, поскольку никто из них не собирался уступить и каждый дуэт шел ва-банк. Мне очень импонирует их напряженная конкуренция, поскольку благодаря этому противостоянию произошел дополнительный качественный ска-

чок. **Александра Степанова и Иван Букин** очень добавили в технике и презентации буквально за первую половину сезона: если их сравнивать, какими они были на Гран-при в США и какими были на чемпионате России, то с той поры они заметно спродвинулись. Ребята заметно прибавили в исполнительском мастерстве, у них очень интересный произвольный танец, в котором они выглядят по-новому. Я была поражена атмосферой этой программы, причем не только постановкой, но еще и внутренней энергетикой и подачей себя в этом танце, потому что ребята серьезно выросли в актерском мастерстве.



Виктория Синицина —
Никита Кацалапов
(Москва)



Александра Степанова —
Андрей Букин (Москва)

Виктория Синицина и Никита Кацалапов в этом сезоне показывают очень яркий, запоминающийся ритм-танец «Танцующие под дождем», который оценили как российские арбитры, так и зарубежные, но Степанова — Букин дышат им в затылок, и ребята явно ощущают плотную конкуренцию,двигающую оба дуэта вперед. Вике с Никитой пока не хватает качества и стабильности выступления в произвольном танце, но как только они его вкатают, танец заиграет всеми красками и станет смотреться очень выигрышно. Я уверена, что этот сезон станет для наших лидеров переломным с точки зрения завоевания мировых подиумов.

Подтвердили свой класс катания и возвращение в тройку сильнейших **Тиффани Загорски и Джонатан Гурейро**. На этот раз они заняли ту позицию, на которой должны быть еще в прошлом году, если бы не фатальный инцидент со шнурками. В этом дуэте для меня однозначно ведет Тиффани, непосредственная, живая, технично катается, ведет за собой. Джонатан за ней успеваает, и это характеризует его как прекрасного партнера. Они пока стоят отдельно в своей нише как от первых двух пар, так и от последующей группы из шести дуэтов с 4-го по 9-е места.

Приятным сюрпризом для всех стала захватывающая борьба среди дуэтов этой группы, близких друг другу по классу катания, и конкуренция среди них за будущее лидерство уже обозначилась. Ее лидером неожиданно для многих оказалась пара **Аннабель Морозов — Андрей Багин**. На мой взгляд, стремительный прогресс этих танцоров можно смело отнести к «прорыву года», поскольку ребята очевидно прибавили в мастерстве с прошлого сезона.

Я уверена, этот сезон станет для наших лидеров переломным с точки зрения завоевания мировых подиумов

Раньше специалисты однозначно высказывали мнение, что оба спортсмена неплохие катальщики, но понятие дуэта в их паре отсутствует. В этот раз они заметно прибавили в плане дуэтности, появилась скатанность, ребята хорошо поработали над уровнями элементов, от старта к старту виден рост мастерства и стабильность прокатов. Все судьи и специалисты положительно оценили их катание и впечатляющий прогресс. Хорошие шансы стать лидером группы имеет дуэт **Анастасия Скопцова — Кирилл Алешин**, которые мне понравились в ритм-танце в ярком образе Бонни и Клайда. Вообще в этом сезоне я видела много ритм-танцев на эту тему и лично мне больше всего понравилась постановка Насти и Кирилла, а также программа канадского дуэта **Лоранс Фурнье Бодри — Николай Соренсон**. У наших ребят очень техничный финстеп, они его грамотно катают, в силу чего занимают высокие места в ритм-танце. Что касается произвольного танца, то, к сожалению, Скопцова — Алешин проигрывают его третий турнир подряд, на мой взгляд, надо на него обратить пристальное внимание. Если техника соперников будет сопоставима, то судейскими оценками выиграет более яркий, оригинальный, эмоциональный



Аннабель Морозов —
Андрей Багин
(Пермский край)

Для развития танцев на льду — это очень оптимистичный прогноз, поскольку все эти дуэты в начале пути, надо только верить в себя и работать

из соперничающих дуэтов, поэтому так важна удачная постановка танца и наполнение его своей энергетикой. В целом это наш перспективный, техничный дуэт, который на чемпионате удержал свою позицию и остался в составе сборной.

Софья Шевченко — Игорь Еременко также перспективный дуэт, который, очевидно, сейчас переживает все проблемы перехода из юниоров во взрослые. В прошлом сезоне они поставили хорошую точку в своей юниорской карьере, выиграв финал юниорской серии Гран-при и став бронзовыми призерами чемпионата мира среди юниоров. Сейчас у них сложный переходный период адаптации к взрослому уровню, который надо спокойно пережить. На мой взгляд, у ребят самая интересная постановка произвольного танца, если говорить об этой группе из шести пар, с которой они справляются. Мне импонирует их стиль катания, я в них верю и жду в будущем результатов.

Софья Евдокимова — Егор Базин неудачно выступили в ритм-танце — к ошибкам в паттерне финстепа до-

бавили ошибку на твиззлах и в результате поплавились своим местом в сборной. Что касается дуэта **Анастасия Шпилева — Григорий Смирнов**, то ребята меня не порадовали своим выступлением, поскольку на Гран-при в Москве ребята выступили намного чище и эмоциональнее. **Ксения Конкина — Павел Дрозд** также входят в эту группу, однако в отличие от прочих дуэтов им еще предстоит поработать над скатанностью и программами. Пока они показали в произвольном танце средний стандартный набор элементов, без изысков. Возможно, тренеры это сделали намерено, чтобы ребята могли сосредоточиться на каких-то других вещах: на стабильности исполнения, на технике элементов.

Тем не менее хочу еще раз отметить, что у нас давно не было такой ситуации, чтобы среднее звено, состоящее из шести пар, было так близко к лидерам, а точнее к третьему месту. Думаю, что эта группа будет достаточно сильно подпирать Тиффани и Джона, поскольку между ними теперь нет той пропасти в классе катания, какая была еще сезон-другой назад. Для развития танцев на льду это очень оптимистичный прогноз, поскольку все вышеназванные дуэты — вчерашние юниоры, они все в начале пути, надо только верить в себя и работать.

Приятным моментом этого чемпионата России стало то, что значительно подрос средний уровень катания дуэтов. Действительно, в этом году было совсем не стыдно за те пары, которые выступали в первой разминке произвольного танца и заняли итоговые с 10-го по 14-е места. **Мария Игнатьева — Михаил Брагин** из Екатеринбурга показали интересную постановку и хореографию. Мне также запомнились постановки тренеров и хореографов из Санкт-Петербурга, которые отличались от остальных новизной хореографии, я бы сказала, с хорошей претензией на будущие интересные стилевые решения. Также все участники порадовали костюмами, которые были выполнены со вкусом и отражали стиль танцев.

Если говорить о мировом раскладе сил, то хочу отметить работу тренеров **Мари-Франс Дюбрей, Патрика Лозона** и **Ромэна Агенауэра**, которые ставят своим ученикам очень выигрышные программы, несмотря на то что работают просто с огромным количеством дуэтов. Нас ждут интересные постановки американцев **Мэдисон Чок — Эван Бейтс**, которые словно переродились в этом сезоне и обрели второе дыхание. Заслуживает внимания прогресс английского дуэта **Лайла Фир — Льюис Гибсон**, не говоря уже о традиционных лидерах и соперниках, таких, как **Габриэлла Пападакис — Гийом Сизерон, Мэдисон Хаббелл — Закари Донохью**, и других. Думаю, в любом случае нас ждет чрезвычайно интересный сезон, потому что на сегодняшний день мы имеем две российские пары топ-уровня, однозначно готовых лоб в лоб ввязаться в борьбу за лидерство и претендовать на самые высокие места чемпионатов Европы и мира.

EDEA
Молодцы #edeafamily!

Артур Даниелян
Серебряный призёр
Чемпионата Европы 2020
Артур катается на Ice Fly

Морис Квителашвили
Бронзовый призёр
Чемпионата Европы 2020
Морис катается на Piano

Алёна Косторная
Чемпионка Европы 2020
Алёна катается на Piano

Дарья Павлюченко-Денис Ходыкин
Бронзовые призёры Чемпионата Европы 2020
Дарья катается на Ice Fly

Габриэлла Пападакис - Гийом Сизерон
Серебряные призёры Чемпионата Европы 2020
Габриэлла катается на Flamenco Ice

ICE FLY PIANO PIANO ICE FLY FLAMENCO ICE

реклама

Текст: Ольга Вереземская
Фото: Ольга Тимохова, Михаил Шаров

Серебряный призер юношеских Олимпийских игр Ксения Синицына — обычная московская спортсменка, широкому кругу публики ее имя, скорее всего, ничего не скажет, для узкого круга специалистов — она одна из тех перспективных спортсменов, кто подает надежды. И не более того. Да, она уже стояла на пьедесталах турниров международного уровня, да, по итогам чемпионата России в Красноярске она стала пятой и вошла в состав сборной страны, но, оказывается, в условиях нынешней конкурентной борьбы всего этого мало, чтобы о тебе заговорили.

Для этого она должна научиться не только владеть четверными прыжками, но и владеть собой, не просто выдержать жесткие тиски конкуренции, а стать лучшей. Не просто однажды победить в большой игре, а вести свою игру вдолгую.

Своя игра

Ксения Синицына:

«Я знаю, что я не одна в этой битве»

— **Ксения, как ты пришла в фигурное катание?**

— Мама привела меня в «Сокольники», где я каталась до 8-9 лет, занималась в группе Любови Ивановны Малевой. Потом мы перешли в «Снежные барсы».

— **Почему? «Сокольники» по статусу — школа олимпийского резерва, а «Снежные барсы» — это вообще хоккейный клуб?**

— Мы переехали сюда в Косино. А эту школу выбрали, потому что знали, что там работает хорошая команда тренеров. Я уже умела прыгать все двойные прыжки, а здесь меня научили всем тройным.

— **Какой у тебя любимый прыжок? Какой можешь прыгать хоть с закрытыми глазами?**

— Вообще все тройные прыжки. Я их одинаково легко прыгаю все без исключения.

— **Какие четверные уже выполняешь?**

— Я их пока только разучиваю. Работаю над тулупом, сальховом и Акселем, выезжаю их на тренировках, но пока не докручиваю. На полу много их обкручиваю, на удочке делаю. Но на удочке я не люблю прыгать, люблю сама. Очень хочу сделать Аксель, он у меня в произвольной стоит первым элементом.

— **Вы планируете с тренером показать его зрителям в этом сезоне?**

— Надеюсь, что да. Правда, из-за того, что у меня много соревнований, учить сложные прыжки не очень получается. Мы больше работаем над программами, много времени уделяем тройным прыжкам, вращениям, дорожкам, скорости, реберности, хореографии и прочему. Мы работаем сейчас над тем, чтобы все элементы делать на плюс пять. Надо ускорять вращения, надо чисто и красиво выезжать с прыжков. Когда сезон закончится, я буду учить четверные более плотно. Пока им отводим время только на второй тренировке после того, как основная работа уже сделана.

— **О чем твои программы этого сезона?**

— Произвольная программа под индийскую музыку, где у меня образ богини мудрости. Короткая посвящена жизни писательницы и поэтессы Альфонсины Сторни. У нее была неизлечимая болезнь, постоянная боль, она не смогла ее терпеть и покончила с собой.

— **Тебе сложно катать такую историю?**

— Нет, скорее интересно отобразить жизнь и страдания поэтессы в одной маленькой программе. Мне эту программу ставила Надежда Канаева. В ней много интересной хореографии, даже все паузы в музыке ею заполнены.

Поле битвы

— **Как ты себе объясняешь, зачем ты ходишь на каток?**

— Когда на старте все получается, это большая радость. Работа сделана не зря. Когда вышла на международный уровень, то поняла, что на меня весь мир смотрит, что я могу добиться результата. Еще я хочу подарить людям какие-то положительные эмоции, чтобы в этот момент люди ощущали что-то светлое в себе.

— **Какое самое удивительное событие произошло в твоей жизни за последнее время?**

— Когда в прошлом году я поехала на юниорский чемпионат мира. Я не ожидала, что отберусь, и очень радовалась. Заняла 4-е место. А в этом сезоне я выиграла этап Гран-при в Италии. Мне было очень приятно, что в честь моей победы поднимается флаг России, все встают, играет гимн. Я всегда пою гимн.

— **Юношеские Олимпийские игры — это Олимпиада всерьез или понарошку?**

— Нет, все было классно, мне очень понравилось. Прямо как на настоящей Олимпиаде. Даже награждение: сначала на льду букеты и поздравления, а потом в специальном месте, где

всех награждают, вручение медалей. Соревнования в команде тоже были интересными. Во-первых, чтобы в них участвовать, надо было пройти жеребьевку. Я сама на нее не успевала — сдавала допинг-пробу — и за меня жребий тащил Патрик Чан. Это была почти лотерея: кто-то не попал на командные, а все российские фигуристки попали. Во-вторых, катать программы было проще: уже ничего особо не давило, поэтому все каталась в свое удовольствие. Золотая медаль в команде — это было приятно.

— Как ты настраиваешься на соревнования?

— Я думаю, что если я сделаю все, что должна, то место будет высокое. Нет смысла заранее думать про места, потому что все решает прокат.

— Какие эмоции ты переживаешь, когда переступаешь бортик и выходишь на лед?

— Никаких эмоций. Я в этот момент отрешаюсь от всего, отбрасываю все мысли. Даже сильно не концентрируюсь на прокате, чтобы лишнего не думать. Просто иду кататься.

— В какой момент ты понимаешь, что программа исполнена чисто?

— Только на финальной позе. Расслабляться даже после выполнения всех прыжков нельзя, даже нельзя думать об этом, иначе на финальной дорожке или на вращениях можно также накосячить. Только встав в финальную позу, можно со спокойной душой уже радоваться.

— А как ты собирала себя на произвольную программу на чемпионате России в Красноярске?

— Ну терять было уже нечего: короткая была завалена. Но я выходила с настроением выложиться по максимуму и с надеждой, что откатаю эту программу чисто. Хотела порадовать тренера хотя бы произвольной программой. Я накануне расстроилась, конечно, но Светлана Владимировна была со мной рядом, разговаривала со мной. Я все осмыслила. Я хотела попасть в сборную России, и мне пришлось сделать все для этого.

— То есть ты умеешь добиваться того, чего хочешь?

— Да.

— Но ты после проката выходила со льда с таким лицом, будто тебе через пять минут опять выходить кататься. Почему не улыбалась?

— Я улыбалась, но потом. Я же была первой по стартовому номеру и не знала, как остальные откатаются. Потом я не знала, какие оценки мне поставят судьи. Когда это стало ясно, то я радовалась. Я всегда радуешься уже после, не на глазах.

Просто делать свое дело

— Чем ты занимаешься в свободное от фигурного катания время?

— Уроки делаю, хожу на занятия с репетиторами. У меня ОГЭ в этом году, поэтому я все время занимаюсь школьными уроками. Свободного времени особо нет. До 16 часов я на тренировках, потом сразу уроки.

— Любимый предмет есть?

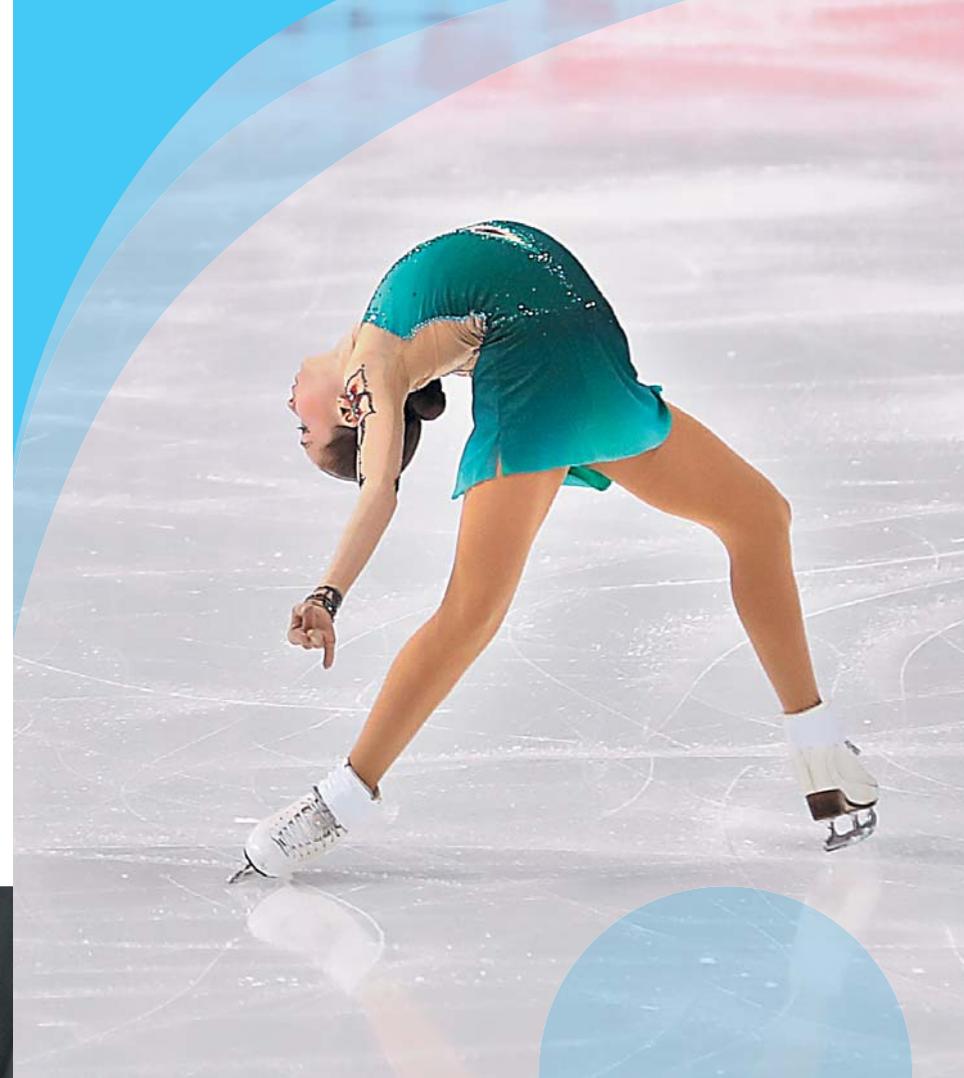
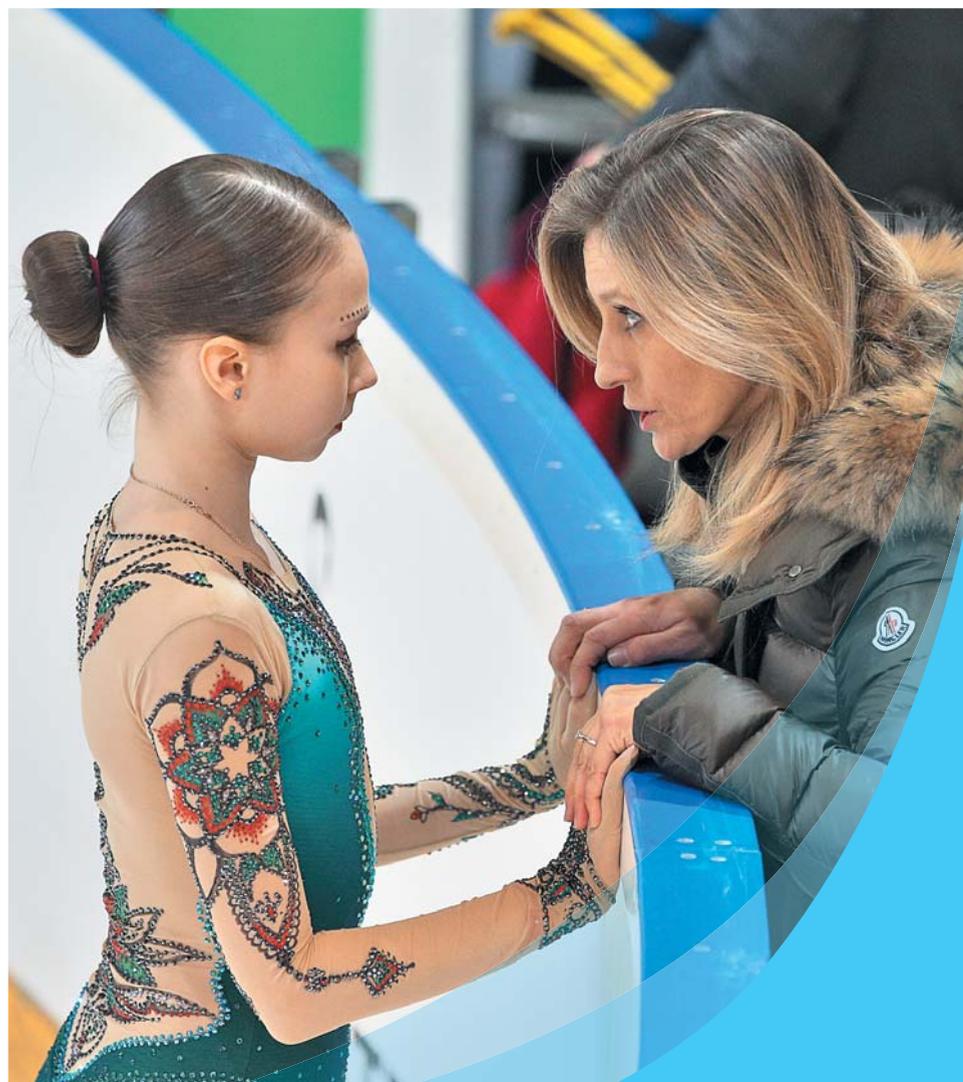
— Русский язык. Я без ошибок пишу.

— Хобби?

— Времени нет. Могу дома с кошкой поиграть. Правда, хочу еще собачку, шпица. Может быть, родители согласятся купить.

— Друзья?

— Подружки есть, и они все с катка. Обычно считается, что мы тут соперники, но это не мешает дружбе. Хотя самый лучший друг — это семья. Они всегда рядом.



Ксения Синицына: «Я люблю выступать при полных трибунах, мне нравится, когда меня поддерживают»

— Тебе интересно, что о тебе думают болельщики?

— У меня нет времени на это. Я не читаю о себе в соцсетях, бывает, захожу посмотреть, что пишут, но комментарии не читаю. Я знаю, что у меня все нормально.

— Ты на старты тоже выходишь с игрушкой?

— У меня нет игрушки, с которой я бы выходила, потому что я уже взрослая.

— Как бы ты могла себя охарактеризовать в пяти эпитетах?

— Добрая, умная, целеустремленная, эмоциональная... Общительная.

Хотя я особо не люблю много говорить.

— Что ты ярче переживаешь: победы или неудачи?

— Победы. Они дольше греют. Я для этого работаю. Когда я выиграла этап Гран-при в этом сезоне, то вообще прыгала от счастья. А неудачи я стараюсь проанализировать, понять, из-за чего были ошибки, и идти работать дальше.

— А ошибки в основном с чем связаны?

— Предстартовые эмоции, адреналин. Но с волнением надо уметь справляться. Это часть нашей рабо-

ты: так настроиться на прокат, чтобы публика не отвлекала, чтобы не слушать, кто там хлопает, какие оценки у предыдущих спортсменов. Хотя я люблю выступать при полных трибунах, мне нравится, когда меня поддерживают.

— Что ты считаешь успешной карьерой в фигурном катании?

— Долгое стабильное катание, любовь публики, титулы.

— Какой самый неординарный поступок ты совершила?

— Я, наверное, только собираюсь его совершить. Надеюсь выучить тройной Аксель или четверной и прыгнуть это на соревнованиях.

— Какой бы совет ты сама себе дала?

— Не опускать руки, не думать о том, что не получится, и двигаться только вперед. Я тоже хочу прыгать четверные и работаю, чтобы добиться успеха. Поначалу было страшно, а сейчас уже нет.

— Чему тебя жизнь уже научила?

— Не расстраиваться, а идти дальше. Все свое время.

— От каких ошибок ты хотела бы себя уберечь?

— Поменьше есть. Диета и режим.

— Какое качество тебе надо в себе наработать, чтобы стать непобедимой, как супергерой?

— Победить свои эмоции. Чтобы они меня не раскачивали. Я очень сильно расстраиваюсь, когда у меня что-то не получается. Злюсь на себя. Мне начинает казаться, что уже и не получится. Что вообще не смогу. Я вообще-то не самоедка, считаю, что если не получилось сейчас, то получится потом. Конечно, иногда хочется поплакать от обиды, но я стараюсь как-то увереннее стоять на ногах. Я же не в одиночку работаю на льду, вокруг меня мои тренеры, которые поддерживают меня, исправляют ошибки, налаживают технику, вдохновляют. Я знаю, что я не одна в этой битве.

— Сложно выдерживать конкуренцию?

— Надо просто делать свое дело, а остальное пусть решают судьи.

Татьяна Моисеева: «Гореть желанием должен ребенок, а не только родители и тренер»

— Светлана, Татьяна, за счет чего вы смогли добиться таких результатов, учитывая условия работы? В чем ваше ноу-хау?

Светлана Панова: На самом деле никакого ноу-хау нет. Когда я начала здесь работать, то в первом моем наборе оказались способные дети и инициативные родители — такое стечение обстоятельств. Детям нравилось кататься, они хотели всему научиться, и родители проявляли инициативу в поисках дополнительного льда, приводя детей на дополнительные занятия, потому что тренировок именно на льду откровенно в те годы не хватало. Мы шли вместе. Тренер всегда ориентируется на сильнейшего, а в этой группе была **Маша Сотскова**, которая с детских лет подкупала своей стабильностью. Видя, как быстро и легко все хватается Маша, кто-то ушел в другую спортивную школу, кто-то просто пошел учиться, не выдержав конкуренции. Словом, с самого начала повезло, что было с кем показывать результат. А потом постепенно у нас сложилась тренерская команда: я, **Татьяна Моисеева** и наш хореограф **Илона Протасеня** — мы все работаем в одном ключе, понимаем друг друга с полуслова, нам комфортно работать вместе.

— На ваш взгляд, современные дети чего хотят больше: скользить, вращаться или прыгать?

Татьяна Моисеева: Прыгать, конечно. Есть дети, которые любят скользить, но их единицы. В основном нацелены прыгать, потому что сейчас мировая тенденция на быстрое и раннее изучение многооборотных прыжков.

— Насколько сложно обучить фигуриста скольжению?

Светлана: Скольжение — это, на мой взгляд, то, на чем основывается фигурное катание. Если фигурист не обладает достаточным навыком скольжения в определенном возрасте и на определенном уровне, то любому специалисту понятно, что это упущение в базовом обучении, поскольку основные вещи закладываются в первые годы обучения. В последствии можно, конечно, развить это умение путем дополнительных часов, проведенных на льду, путем постановок программ у хорошо катающихся хоре-



ографов-постановщиков, но если мы говорим о том, как идеально, то это должно делаться с первых дней на катке.

Татьяна: Все наезды на прыжки базируются на элементах скольжения, так что базовые навыки необходимы. Прыгать важно, но для нас важно, чтобы ребенок катался. Прыгать он все равно будет, но, чтобы стать конкурентоспособным, надо владеть коньком.

— Обучая базовому скольжению, тренеры используют какие-то общепризнанные программы обучения или каждый это делает на свой вкус и по своему усмотрению?

Светлана: Каждый работает, исходя из своего опыта и знаний. В Москве огромное количество тренеров начальной подготовки. К примеру, хорошо это делают такие тренеры, как **Людмила Сапронова** и **Ирина Страхова** (СШОР «Москвич». — Прим. ред.), у которых многолетний опыт работы и хорошо наметан глаз на способных детей. Также я не исключаю, что и молодые тренеры обладают пытливым умом и стремлением к саморазвитию. В любом случае от первого тренера многое зависит в судьбе фигуриста.

— До какого уровня может быть освоена техническая база фигурного катания любым спортсменом?

Светлана: Любой ребенок может обучиться двойным прыжкам. Это как медведя научить кататься на велосипеде. Но дальше... Сегодня уже на юниорском уровне спортсмены исполняют четверные прыжки. Это подвластно детям с хорошими исходными физическими данными, то есть они должны быть прыгучими, резкими, взрывными и очень координированными. Потому что наш спорт — это сплошная координация.

Светлана Панова: «Кроме данных, у спортсмена должен быть еще и характер»

Татьяна: Важно, чтобы ребенок последовательно обучался у одного и того же тренера или же при смене специалиста их техника хоть как-то совпадала. Просто у каждого тренера своя рука. Подчас можно угадать, у кого катается спортсмен по характерным нюансам его техники. Поэтому когда спортсмен перебегает из группы в группу, от тренера к тренеру, то ему всякий раз меняют технику. А там, где не меняют, через какое-то время все равно происходит развал, потому что тренер должен уметь работать со спортсменом в его технике, чтобы подправлять ее. Я не представляю, чтобы кто-то из тренеров был способен работать в разных техниках — это какие-то уникалы. Что касается спортсменов, то талант очень важен. С одаренными детьми, у которых от бога есть координация, «взрывные» ноги, проще работать. У кого средние данные, с теми работать придется больше и дольше, и не факт, что процесс увенчается успехом.

— Все эти качества можно распознать в четырехлетнем ребенке?

Светлана: Опытный взгляд всегда видит, кто по природе и фактуре фигурист, а кто нет. Способный ребенок быстро схватывает, в его движениях нет искусственности, они органичны. Даже когда дети едут простой «елочкой», то уже видно, у кого от природы катуший конек. Они вроде бы все делают всё правильно, все стараются, но кто-то делает легко и естественно, не прилагая при этом усилий, а кто-то, изрядно напрягаясь, при этом не катит вовсе. Про таких говорят, родился в коньках. Еще очень важно, чтобы ребенок был от природы легким. Есть такие спортсмены, у которых прыжки смотрятся воздушными, будто у них полые косточки, как у птиц. Бывает, что и ребенок крупноват, вроде бы плотно сложен, а при этом все делает легко, без натуги. Хотя, конечно, предпочтение отдается детям, которые по природе тонкокостные, сухие, так как, на мой взгляд, они «безболезненно» и с наименьшими потерями могут пройти период взросления. Но таких детей с каждым годом все меньше и меньше, потому что с детства родители не прививают культуру питания, не говоря о том, что на каждом шагу сейчас ларек с фастфудом.

Татьяна: Первые два-три года обучения очень важ-



Светлана Панова:
«Даже когда дети едут
«елочкой», то уже видно,
у кого от природы
катуший конек»

ны для становления спортсмена. В младшем возрасте детям льда нужно больше, чем старшим спортсменам, ведь им столько всего надо выучить: скольжение, вращение, прыжки. То есть объем работы просто несусветный. Если же посмотреть расписание занятий для СОГ и НП, то обнаружится совершенно обратная логика. Почему-то считается, что ребенок не должен кататься чаще, чем три раза в неделю. Конечно, если для хобби или для здоровья, то это идеальный вариант. Но если работать на результат, то в младшем возрасте надо гораздо больше льда.

— Насколько маленькие дети способны справиться с большим объемом тренировок? Кроме физической, это еще серьезная интеллектуальная и психологическая нагрузка.

Татьяна: Все верно. Поэтому в раннем возрасте объемы тренировок надо набирать постепенно. Нагрузка не должна давить на психику. По-хорошему у малышек должны быть маленькие группы, не больше 10-12 человек. Тогда за счет возможности тренера подойти к каждому ребенку,

этот объем будет осваиваться лучше. Дети, которые где-то дополнительно накачиваются, их сразу видно, потому что они сильно отличаются именно по освоенному объему умений. Они сразу становятся лидерами в своем возрасте.

— **Лидерство с раннего возраста — это хорошо для ребенка?**

Татьяна: Я считаю, оно даже в чем-то опасно. Во-первых, обучение должно идти сбалансированно, не должно быть каких-то перекосов в сторону прыжков или, наоборот, скольжения, иначе что-то будет выпадать из практики. Во-вторых, ребенок привыкает быть везде лучшим, быть первым за счет колоссального объема и может испытать шоковые эмоции, если вдруг проиграет. Чтобы дальше продолжать удерживать свое лидерство, ему надо увеличивать этот объем, а душевные и физические силы не безграничны. Это может привести к апатии, к отказу кататься. Гореть желанием должен ребенок, а не только родители и тренер.

— **Вы берете к себе в группу только способных детей?**

Татьяна Моисеева:
«Тренер идет за лидером, остальные вынуждены подтягиваться. Это конкуренция»

Светлана: Есть такое ошибочное мнение. Многие думают, что к нам приходят исключительно способные дети, что у нас серьезный отбор, когда видят наши результаты. Нет. Все зависит от многих факторов. Прежде всего наша школа расположена не слишком удобно для москвичей, у нас нет залов, нет удобного времени. Поэтому к нам приходят именно те, кто хочет кататься только у нас.

— **Вы берете всех, кто пришел?**

Светлана: Бывает, что отказываем. Бывает, приходят откровенно запущенные дети, которых тоже невозможно взять, поскольку с ними надо заниматься практически индивидуально, что в наших условиях невозможно. У нас многочисленная группа, и если приходит какой-то один такой спортсмен, который потребует все твое внимание, то что будет с остальными? А если мы помним принцип, что тренер должен ориентироваться на сильнейшего, то этот вариант не проходит в контексте общей парадигмы. Но случается, что приходят на просмотр необученные дети с хорошими данными, на которых не жалко потратить время, потому что есть вероятность того, что он сможет быстро обучиться и показать результат.

— **Тренер в группе всегда ориентируется на лидера?**

Татьяна: Естественно, если тренер работает на результат. Тренер идет за лидером, а остальные вынуждены под-

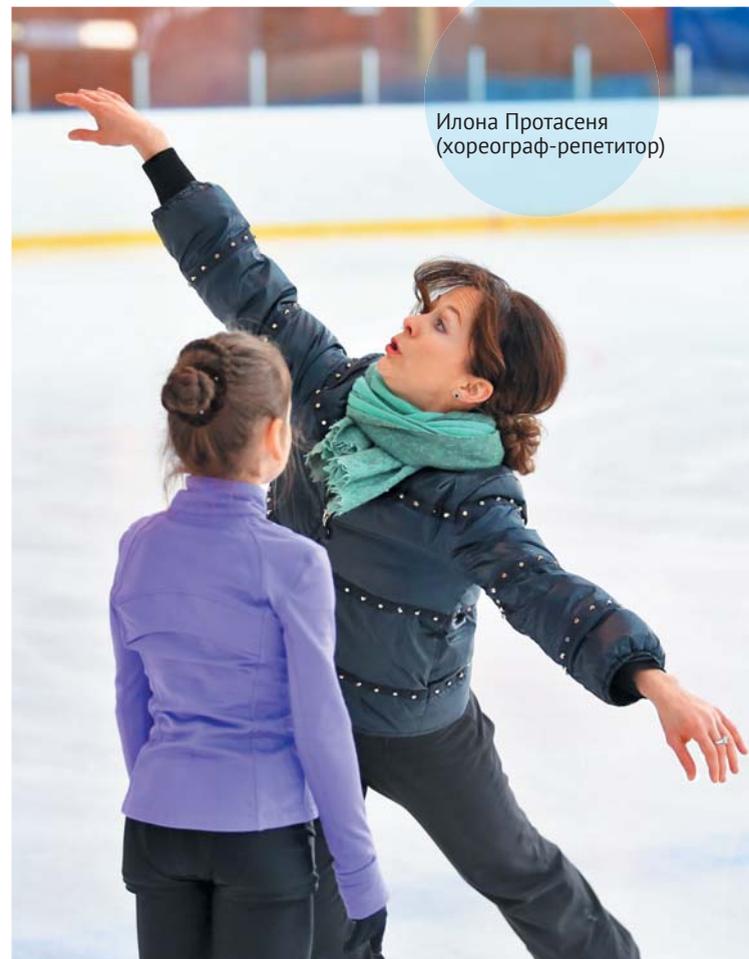
тягиваться. Это конкуренция. Если мы начнем работать с отстающими, то лидер не будет прогрессировать. Вы же понимаете, что в фигурном катании — я не буду здесь оригинальной — способности и мотивация определяют успех.

— **Наш спорт — индивидуальный, а занятия — групповые. Как вы разрешаете эту дилемму?**

Светлана: Я считаю, что продуктивнее индивидуальные занятия, поскольку есть возможность заниматься только с данным конкретным спортсменом. Когда это необходимо, то так и происходит: ты больше времени в тренировочном процессе уделяешь лидеру, ориентируясь на подготовку к значимым соревнованиям. Только спортсмен должен еще уметь работать самостоятельно, так как это неотъемлемая часть работы в группе плюс видеть перед собой конкурентов, стараться быть лучше них.

— **Как вы воспитываете индивидуальность, самобытность, неординарность и прочее?**

Светлана: У некоторых спортсменов в арсенале есть какие-то элементы, которые присущи только ему, и он их легко делает, получая большие надбавки. Так почему бы тренеру не сделать на этом акцент, ведь у всех задача — выиграть. Если кто-то обладает хорошими вращениями с разнообразными позициями на высокой скорости, интересными хореографическими спиралями, подчерки-



Илона Протасеня
(хореограф-репетитор)



Светлана Панова:
«Задачу пробуждения индивидуальности призваны решать программы, которые ставятся спортсменам»

вающими гибкость спортсмена, разнообразиями корабликов, да неважно чем, то эти элементы надо не только поддерживать, но и развивать, доводить до совершенства, чтобы это стало фишкой, эксклюзивом. Что же касается всего остального, на мой взгляд, задачу пробуждения индивидуальности призваны решить программы, которые ставятся спортсменам. Я считаю, что они должны быть подобраны под каждого с математической точностью. Мы стараемся именно так работать. При этом в разных аспектах развиваются не только наши спортсмены, но и мы сами.

Татьяна: Индивидуальность у ребенка проявляется в скольжении и хореографии. Мы со спортсменами работаем по три часа в день и, конечно, чувствуем их индивидуальность и знаем возможности. Если ребенок не очень умеет кататься, то ему соответственно подбирается музыка, программа, шаги, чтобы замаскировать слабые стороны. Но иногда делаем наоборот, ставим программу под классическую медленную музыку, чтобы развивать скольжение. Если все время скрывать недостатки спортсмена в детском возрасте, то вместо прогресса будет топтание на месте. Поэтому иногда бывают проигрышные года, но набирается мастерство.

— **Как вам удается ставить спортсменам такие программы, о которых потом говорят все специалисты?**

Татьяна: Светлана всегда точно подбирает музыку. Этот процесс долгий и изматывающий, но она всегда попадает в точку. На самом деле детям в младшем возрасте все-таки важнее овладеть катанием и прыжками, а вот в старшем возрасте, когда спортсмены выходят на какой-то уровень, их надо уже показывать. Поэтому такое внимание к музыке и программам. Плюс постановки Надежды Канаевой, с которой мы любим работать, которая тонко подходит к постановке каждой программы.

Светлана: Понятно, что не всем детям удастся поставить эксклюзивные программы, но когда ребенок достигает определенного уровня, то мы более тщательно этим занимаемся. Кстати, не все спортсмены соглашаются идти за нашим выбором, не каждый готов экспериментировать с образами. Спортсмены бывают очень консервативны, и тренерам ничего не остается, как считаться с их вкусом. Наверное, поэтому мы постоянно видим программы под одну и ту же музыку, с заезженными образами, эмоциями, хореографией. В этом смысле **Ксения Синицына** исключение. Она всегда готова примерить на себя те программы, которые мы предлагаем. Ей удастся передать своим катанием сложные чувства, их оттенки и полутона. Она с детства привыкла к хореографической сложности своих программ, потому что в основном ей ставит программы **Надежда Канаева**. Ксюша не будет выбрасывать из программы шаги или жесты, она без вопросов делает все, что ей поставлено. Какие-то нюансы в результате вкатывания программ иногда уходят, но это потому, что их отработкой занимается уже не Надя, а мы.

— **Как вы подбираете для Ксении программы? Вы каждый раз примерно знаете, в каком образе хотите ее увидеть?**



Светлана: Все получается по-разному, но скорее мы идем от музыки. В этом сезоне музыку для короткой нашли мы с нашим хореографом Илоной, причем в том варианте, который подошел именно Ксюше, поскольку изначально эта песня исполняется в несколько брутальном варианте. Хореографом-постановщиком была Надя Канаева. Что касается произвольной программы, то музыку предложила Илона Протасеня. Она давно хотела использовать ее для кого-то из наших спортсменов, но она никому не подошла. Тут мы дождались, когда Ксюша выросла, и отдали ей. Компановала музыку и ставила программу **Анна Новичкина**, которая сейчас много работает как постановщик программ. Вот, кстати, та молодежь, которая умеет работать и занимается саморазвитием.

— Все специалисты в один голос говорят, что конкуренция — это безоговорочно хорошо. Вы согласны с этим? Или у нее есть и отрицательные стороны?

Татьяна: Конкуренция породила гонку. Теперь все хотят всего и сразу. Удивительно, но спортсмены и родители моментально расстраиваются, если что-то быстро не получилось. Люди не могут понять, что разучивание сложных прыжков — это достаточно длительный процесс сам по себе. Мы их спрашиваем, вы забыли, сколько времени учили тройные прыжки? Разве вы их выучили за один раз? Какие бы ни были данные, но все равно на разучивание новых элементов уходит какое-то время. А с четвер-

Удивительно, но спортсмены и родители моментально расстраиваются, если что-то быстро не получилось

ными прыжками тем более нужно упорство и терпение.

Светлана: Если это профессиональный спорт, то от конкуренции одни плюсы. Спортсмены больше стараются, а значит, их потенциал раскрывается лучше. Исходя из вышесказанного, спорт развивается более стремительно. Каждому нужны победы. Тогда это и материальное, и мо-

ральное удовлетворение — два в одном. Отсюда и всяческие бонусы — поклонники, слава, известность, популярность, высокая самооценка, востребованность. Если это оздоровительно-любительский спорт (физкультура, так сказать), то конкуренция здесь — сплошные минусы.

Конкуренция, конечно, двигатель прогресса, но иногда способные дети слишком рано уходят из спорта, не выдержав соперничества чисто психологически. Они могут опустить руки, перестать бороться за себя, хотя с точки зрения своих природных данных и перспективности у них все в порядке. Иногда тренерам удается убедить своего спортсмена не совершать харакири, удастся вдохнуть в него веру в себя, придать силы продолжать этот нелегкий путь. Если талантливые спортсмены заканчивают свои карьеры на полпути, то болельщики часто не понимают почему, начинают в ком-то или в чем-то искать причины. На самом деле причина бывает именно в неспособности выдержать нашу зашкаливающую конкуренцию и больше ни в чем. Поэтому любой тренер вам скажет, что, кроме данных, должен быть еще и характер.

JACKSON ULTIMA
Созданы для чемпионов

8 ТУРНИРОВ — 8 ЗОЛОТЫХ МЕДАЛЕЙ





JACKSONULTIMA.COM

БОТИНКИ СЕРИИ JACKSON 5000 СОЗДАНЫ ДЛЯ БУДУЩИХ ЧЕМПИОНОВ



Jackson Elite










WWW.JACKSONULTIMA.COM

The Figure Skate Company

реклама

Беседовала **Ольга Вереземская**
 Фото: **Ольга Тимохова**

**По мнению
 Максима
 Транькова,
 надо терпеть,
 преодолевать
 и любить**

**КАК
 СТАТЬ**

**ОЛИМПИЙСКИМ
 ЧЕМПИОНОМ**

— Максим, можете сформулировать какие-то правила или заповеди, соблюдая которые у спортсмена будет шанс стать чемпионом?

— Главная заповедь одна — это терпение. Много в спорте надо терпеть. А в спорте высоких достижений еще и многое надо преодолевать. Поэтому еще одна заповедь — это преодоление. Возьмите любой пример чемпионства: историю **Алены Савченко**, **Олега Васильева**, мою историю, историю **Елены Исинбаевой**, **Усэйна Болта**, да кого угодно, кто достиг вершин, — каждый умел терпеть и преодолевать.

Сегодня, как терпеть и преодолевать, нам показывают китайцы **Суй Вэньцзин** — **Хань Цун**, которые идут к своей олимпийской мечте. Партнерша из-за полученных травм была несколько месяцев в инвалидной коляске, у нее прооперированы обе ноги, она потеряла зрение, но она каждый раз восстанавливалась и выходила на лед. Вот и весь секрет чемпионства. Ты преодолеваешь трудности, какие-то жизненные обстоятельства и, если ты не сломаешься, то, может быть, ты сможешь стать первым. А преодолевать можно только с помощью терпения.

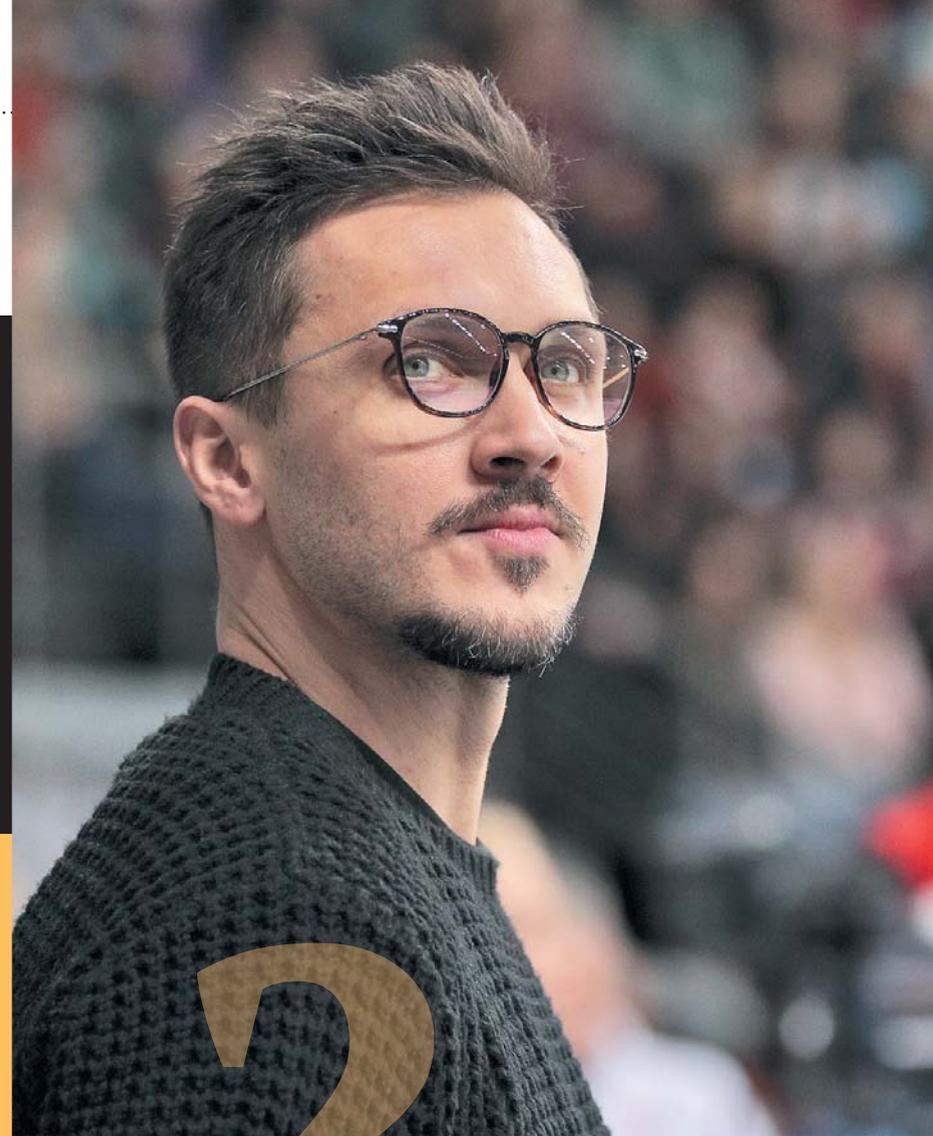
Максим Траньков

7 октября 1983 года,
 Пермь, СССР,
 Заслуженный мастер спорта России

Результаты

С **Татьяной Волосожар**:
 двукратный олимпийский чемпион 2014 года (личные и командные соревнования);
 чемпион мира (2013);
 двукратный серебряный призер чемпионатов мира (2011, 2012);
 четырехкратный чемпион Европы (2012, 2013, 2014, 2016);
 трехкратный чемпион России (2011, 2013, 2016).

С **Марией Мухортовой**:
 серебряный (2008) и двукратный бронзовый (2009, 2010) призер чемпионатов Европы;
 чемпион России (2007);
 чемпион мира среди юниоров (2005).



— Какие личные черты должны быть у спортсмена, чтобы он находился в себе силы терпеть и преодолевать?

— Каждый человек индивидуален, каждый эту задачу решает по-своему. Тут нет рецептов. Я, например, никогда не хотел быть олимпийским чемпионом. Я об этом никогда не мечтал, но я им стал. Поэтому мне сложно говорить о том, что надо сделать, чтобы им стать. Для меня оказалось достаточно встать в пару с **Татьяной Волосожар**, чтобы это сделать. Наверное, еще должно быть везение, чтобы звезды так сошлись. В спорте сплошь и рядом бывает, когда суперталантливые люди, абсолютно всемогущие, не становятся олимпийскими чемпионами. **Робин Шелков** разве был недостоин стать олимпийским чемпионом? А им стал **Бруно Массо**, который поверил в мечту **Алены Савченко**, встал с ней в пару и выиграл. Это судьба.

— Судьба, терпение, преодоление... Честно говоря, я думала, вы будете говорить о таланте, трудолюбии, амбициях спортсменов. Эта триада имеет какое-то значение в этом деле?

— Талант абсолютно неважен.

— Максим, вы меня пугаете такими заявлениями.

— Талант — это еще не ключ к успеху. Можно родиться способным к фигурному катанию, а родители отведут тебя в плавание, или наоборот. Прежде всего надо правильно выбрать спорт, как это сделал **Майкл Фелпс**, — человек, рожденный плавать. У него просто вся антропометрия тела создана так, чтобы плыть, как амфибия, — огромные ноги и руки, большая грудная клетка, увеличенные легкие. В жизни он выглядит, как ковбой с ранчо, но как только ныряет в воду, то становится недостижимым суперчемпионом. **Усэйн Болт** — просто машина. Когда его видишь, то понимаешь, что он рожден бегать, потому что у него колеса вместо ног. Он бежит так, будто колеса крутит. Это люди, которые реально

выбрали для себя правильный спорт, попали в точку, но их единицы. Например, **Нейттан Чен**, он сложен так, будто фигурное катание специально для него придумано. А бывает талант как у **Юдзуру Ханю**, который сам себя воспитал и продолжает воспитывать. Я видел, как он разминается. Это — ОФП. Я бы уже умер, а для него это разминка. Талант — это прежде всего саморазвитие, самоанализ, самообразование, самокритика. А талант как способность к чему-то я не считаю чем-то важным и решающим, потому что видел тысячи талантливых ребят, которые не добились вообще ничего.

— Им не хватило трудолюбия и амбиций?

— Трудолюбие, наверное, важная и определяющая вещь в спорте. Ведь недаром о труде столько пословиц и поговорок, придуманных народной мудростью. Так что труд — это основополагающий фактор. Ленивые никогда не становятся чемпионами. Можно быть невероятно талантливым человеком, иметь здоровье как у супергероя, но из-за своей природной лени не выиграть ни одного турнира. А можно быть бесталанным козлапым фигуристом, который благодаря своему упорству, терпению и трудолюбию становится чемпионом.

« Можно родиться способным к фигурному катанию, а родители отведут тебя в плавание, или наоборот »



Это называется «бойцовский характер». В спорте таких людей мы называем «неваляшками». Например, **Сергей Воронов**, которого сбивают, сбивают, сбивают, а он, как птица Феникс, продолжает кататься, выигрывать медали. Та же **Алина Загитова** первый раз приехала к **Тутберидзе** — ее не взяли, второй раз приехала — взяли, потом выгнали, третий раз пришла и — бабах! — она самая титулованная российская фигуристка. Что это, как не упорство, терпение, преодоление?

— **Максим, у вас были такие обстоятельства, когда приходилось что-то преодолевать, проявлять характер, когда что-то достиглось не благодаря, а вопреки?**

— Да, постоянно. Когда я катался в Перми, был самым плохим спортсменом. Меня периодически выгоняли из школы, потому что я не любил и не хотел кататься. Взяла меня Ва-



Нина Мозер, Татьяна Волосожар, Максим Траньков

« Я всегда был сложным спортсменом и сложным человеком, но мне повезло найти своего тренера »

Лентина Федоровна Тюкова к себе в группу парного катания просто из-за роста, а ничего особо не изменилось: все время последние места, никакого желания тренироваться. Я был самый убогий в группе, и ребята начали меня дразнить, жестко подкалывать. Вдруг в какой-то момент я своими глазами вижу на показательных **Бережную** и **Сихарулидзе** и влюбляюсь в фигурное катание, говорю себе, что я стану таким же, как Антон, что у всех всё выиграю. Я начинаю к этому идти, делаю больше, чем от меня хочет тренер. Он говорит десять раз, я делаю пятнадцать. Никто не понимает, что происходит, ведь халявить в

13-14 лет — это нормально. Вместо десяти кругов вокруг стадиона пробежать восемь и чувствовать себя героем. Я жил на пятом этаже в доме без лифта и, чтобы развить прыгучесть, поднимался к себе, прыгая по лестнице то на одной ноге, то на другой. Ребята в группе еще больше злятся, потому что тренер ставит меня в пример. Психологически стало еще хуже. В 15 лет я решил уехать в Питер, где три года тренировался сначала в частном клубе у **Людмилы Смирновой**, а потом вообще оказался в Ленобласти. За эти три года я окончательно повзрослел и понял, что хватит топтаться на месте. В результате предпринял попытку по-

пасть в «Юбилейный» к тренерам, которые делают чемпионов. **Людмила и Николай Великовы** взяли меня к себе в группу, где были такие же голодные до успеха ребята из регионов, где были местные питерские ребята, которым не нужны никакие ребята из регионов. Весь этот социум на тебя безжалостно давит, чтобы это выдержать, надо бороться, становиться лучше всех, иначе твое место займут другие. Потом ты понимаешь, что тебе уже 18 лет и хватить жить на деньги родителей, что надо самому зарабатывать. Однажды я слышал от **Алексея Николаевича Мишина** фразу, что охотничья собака должна быть голодной. Вот я был той голодной охотничьей собакой. А когда я выигрывал Олимпийские игры, то я просто любил женщину, которая мечтала это сделать, а для любимой женщины я готов сделать все что угодно. Моя задача была не подвести ее в самый важный момент. И какое же счастье я испытал, когда увидел глаза моей жены, когда она выиграла олимпийское золо-

то. Вот вспоминаю и у меня мурашки по коже идут. Это было самое крутое в моей жизни. И еще когда наша дочка родилась. Два события.

— **Что в вашем тренировочном процессе было особенного, что позволило добиться такого результата?**

— Особенным был мой наставник **Нина Михайловна Мозер**. Она на-

шла ко мне подход, подобрала ко мне ключики. Я всегда был сложным спортсменом и сложным человеком, но мне повезло найти своего тренера. Я считаю, что если бы не она, то ничего бы не было. Многие люди говорили, что она взяла двух готовых спортсменов и на них выехала. Это ерунда. Меня тренировали **Олег Ва-**

ильев, Тамара Москвина, Артур Дмитриев, супруги Великовы — и олимпийские медали я с ними не выиграл. Поэтому свой наставник — это очень важно. Хотя, конечно, каждый тренер в меня вложил огромные знания. Кто-то научил, как надо делать, кто-то — как не надо, кто-то научил, каким надо быть в жизни, воспитал во мне жизненную позицию. Я хочу сказать, что у меня не было ни одного проходного тренера, каждый мне дал очень многое, каждому моему наставнику есть за что сказать спасибо. Сейчас, когда я помогаю **Тарасовой** и **Морозову**, то практически от каждого использую многое из того, что было вложено в меня. А я занимался у всех российских тренеров в парном катании, кроме разве **Натальи Павловой**. Но с ней я катался на одном льду и знаю ее тренировочный процесс от и до. Поэтому в парном катании мои мозги реально уникальны. Я не шушу: найдите ко-го-то еще такого.

— **Ваша карьера шла по восходящей?**

— Нет, конечно. Качели всегда были. Когда встал в пару с хорошей девочкой, то начал какие-то места занимать еще на детских соревнованиях. Потом девочка уехала, я остался у разбитого корыта в Перми и просто докатывался, чтобы закончить школу и уехать в шоу. Потом в Питере три года топтания на месте и приглашение в «Юбилейный». Мне уже было девятнадцать лет, у меня оставалось два года в юниорах, и за два года мы с **Машей Мухортовой** под руководством четы Великовых выиграла все, какие есть, титулы в юниорах. Потом на взрослом уровне мы с Марией еще пять лет тренировались у Олега Васильева, с которым однажды выиграла чемпионат России, взяли пару медалей на Европе и пару медалей на этапах Гран-при. То есть мы не срывали звезд с неба, были такими середняками. А потом я встал в пару с Таней и за три года опять выиграла всё. Если посчитать, то я всего пять лет в своей жизни успешно сорев-





новался на высоком уровне: два года в юниорах и три года на взрослом уровне, чтобы выиграть все титулы в парном катании.

— **Если карьера спортсмена не идет по восходящей, если нет какого-то быстрого успеха, где взять мотивацию продолжать?**

— Быстрый успех и загубить может. Посмотрите на наших молодых футболистов: они звезды, лучшие игроки, а потом через год играют в каком-то ПерДиве (первом дивизионе. — Прим. ред.), как это говорят на футбольном языке. Потому что успех

— Я давно определился в своем отношении к тем людям, которые пишут в соцсетях. Когда кто-то говорит, что это способ общения, то ничего подобного! Это просто способ убить время и ничего не делать. Есть множество умных людей, которые не пишут, так как им есть чем заняться, например, воспитанием детей или внуков, карьерным ростом, самообразованием, духовным саморазвитием. Все это — гораздо интереснее, чем сидение в интернете и перемывание костей незнакомым людям. Но каждый человек выбирает свой

он кивнул головой и прошел мимо. Она решила узнать, в чем дело. Оказалось, что она полгода общалась с фейком, с лжеаккаунтом этого хоккеиста. И сегодня такая история не единична, подобное случается не только в России, но и во всем мире. А когда уровень «добра, культуры и образования» населения совпадает с уровнем «добра, культуры и образования» журналистов, которые тоже являются частью этого населения, то это порождает просто гремучую смесь всего того добра, что мы видим в интернете.

— **Может, пришла пора при Федерации фигурного катания России создавать комитет по этике, чтобы как-то регулировать эти процессы?**

— Этот вопрос, как говорится, не на мою зарплату. Единственное, я могу сказать, что СМИ, прежде чем что-то перепечатать из соцсетей с указанием источника, должны убедиться, что этот источник подлинный.

— **Как они могут это сделать?**

— Любой человек, который разбирается в соцсетях, первым делом бы проверил, есть ли голубая галочка напротив аккаунта, которая означает, что аккаунт верифицирован. То есть «Твиттер» и «Инстаграм» подтверждают, что это ваша страничка. Например, мой «Инстаграм» верифицирован, а это значит, что все, что я там публикую, я за это несу ответственность. Наши СМИ должны хотя бы это понимать, прежде чем перепечатывать все подряд.

« Я давно определился в своем отношении к тем людям, которые пишут в соцсетях »

и медные трубы — то еще испытание. Могу рассказать об этом на собственном примере. Мы начали олимпийский сезон-2013/14 мировыми рекордами на каждом старте. Все идет прекрасно. Потом мы проигрываем финал Гран-при, кое-как выигрываем Европу с проигрышем произвольной программы, а следующий старт — Олимпийские игры. Вот вам успех. Вот вам преодоление. С этим тоже надо уметь жить.

— **Успех и популярность — это не всегда положительные отклики и приятные поглаживания. Как вы справлялись с давлением на вас со стороны соцсетей?**

путь. Эти выбрали путь трусливого анонимного оскорбления. Я не могу их судить. Я пытаюсь быть добрее, хотя для меня это пример, каким не надо быть. Но что меня реально убивает, это когда наши СМИ тут же перепечатывают любую глупость, которая появляется в соцсетях, не удосуживаясь проверить источник.

— **Если эту глупость опубликовал кто-то из «лидеров мнений», то в чем вина СМИ?**

— Недавно была такая история: одна фигуристка около полугода вела в соцсетях романтическую переписку с хоккеистом. Оба известные люди. Когда они встретились, то

ROYAL ELITE

ваш совершенный ботинок уже существует



RISPORT
SKATES

facebook.com/risportskates

реклама

РАЗУМ И Чувства

Марина Зуева

ИМЕННО ЭТО ВОСПИТЫВАЕТ В СВОИХ СПОРТСМЕНАХ

— **Марина Олеговна, вокруг вас аура успешного тренера танцев на льду, и вдруг новость о том, что вы начали тренировать спортивную пару Тарасова — Морозов. Почему вы согласились за это взяться?**

— Действительно, у меня достаточно большой опыт работы в танцах на льду. Как спортсменка я выступала в этом виде с **Андреем Витманом**, и мы были пятыми на чемпионате мира 1977 года, а нашим наставником была сама **Елена Чайковская**. Потом я получила второе образование на балетмейстерском факультете ГИТИСа (первое — институт имени Лесгафта. — *Прим. ред.*) и диплом хореографа. Параллельно я начала работать в ЦСКА со спортсменами одиночного и парного катания как постановщик программ и работала вместе с **Владимиром Захаровым**, **Станиславом Леоновичем**, **Надеждой Шеваловской**. Я ставила программы паре **Екатерина Гордеева — Сергей Гриньков**, в которых вкладывала весь свой личный танцевальный опыт, все приобретенные в институте знания, весь свой потенциал. Я их водила на концерты, выставки, спектакли, мы постоянно все обсуждали, впитывали. Конечно, я им ставила откровенно танцевальные программы, что было в те годы очень ново. Я думаю, они еще и поэтому так свежо и ярко смотрелись. На моем выпускном экзамене Катя, Сергей и **Елена Водорезова** были исполнителями моих хореографических постановок для экзаменационного жюри. В последствии

одна из этих работ — «Жар-птица» — была выбрана для короткой программы Елены, с которой она показала свой лучший результат в карьере, став третьей на чемпионате мира. Интересно, что в России я вообще ни одного дня не работала с танцевальными дуэтами, лишь получив контракт в Канаде, я начала работать с танцорами. Там я стала изучать танцы, можно сказать, заново, потому что к тому времени за десять прошедших лет они тоже сильно изменились и продолжали меняться.

— **Вы имеете в виду внедрение в 2004 году новых правил и новой системы судейства?**

— Конечно, ведь в танцы тогда ввели дорожки, твиззлы, вращения, усложнились поддержки. В отличие от многих танцевальных тренеров, которые были разочарованы появлением в танцах элементов из одиночного и парного катания, меня эти новшества радовали. Я была готова к этому, потому что знала и могла. Это было такое тренерское везение. Пока все прилаживались к новым элементам, я их внедряла. Сразу же подключила тренеров по парному катанию в подготовку. Я, наверное, была одна из первых, кто пригласил из «Цирк дю Солей» акробатов, которые очень много работали с нашими спортсменами. Естественно, что это стало для них плюсом, поскольку они смогли соединить технику парного катания и танцев на льду. Правда, тогда никто особо не верил, что у этих ребят что-то получится.

— **Серьезно? Кто-то не верил в дуэты Виртью — Моир и Дэвис — Уайт?**

— Когда они были еще юниорами, мне постоянно советовали поменять то партнеров, то партнерш, потому что они друг другу не подходят. Про девочек говорили, что они по росту никуда не годятся, потому что им никогда не выиграть у длинноногих русских красавиц. А я видела их энтузиазм, талант и желание работать, поэтому продолжала искать пути, как и чем можно победить. Это оказалось возможным через проникновение других видов фигурного катания в танцы на льду.

Пока все прилаживались
к новым элементам,
я их внедряла

— **Насколько специализация тренера зависит от его спортсменской специализации?**

— Во-первых, все фигуристы начинают с одиночного катания и только потом кто-то уходит в другие специализации. Поэтому думать, что бывшие парники или танцоры не могут успешно тренировать одиночников, — это сильное заблуждение. Например, **Жанна Громова**, **Свет-**

лана Соколовская, **Этери Тутберидзе** катались в танцах на льду, что не мешало им показывать прекрасный результат в работе с одиночниками. Абсурдно думать, что тренеры могут понимать в одном виде фигурного катания и ничего не понимать в другом.

— **Получается, что если тренер хочет действительно успеха, то он не должен заикливаться на одном каком-то виде фигурного катания? Он должен быть универсалом?**

— Я не знаю ответа на этот вопрос. Татьяна Тарасова тренировала все виды фигурного катания. Елена Чайковская тоже. Я это видела своими глазами, когда каталась под ее началом. У меня тоже есть опыт работы со всеми видами фигурного катания: вместе со **Станиславом Леоновичем** я работала с парой **Гордеева — Гриньков**, с одиночниками **Александром Фадеевым**, **Анной Кондрашовой**, потом уже в Америке работала с американскими и канадскими парами. Тренировала чемпионов Канады парников **Кристи и Крис Вирц**, чемпионов Америки — **Брук Кастел** и **Бена Оголски** и **Хэвен Денни** — **Брендон Фрейзер**, работала с одиночниками **Нейтаном Ченом** и **Карен Чен**. То есть у меня есть опыт работы во всех четырех видах. Я думаю, что он необходим каждому тренеру, потому что это развивает, дает объемное представление о фигурном катании в целом. С другой стороны, есть тренеры, которые всю жизнь работают только в одном виде фигурного катания и делают это блестяще. Напри-

**Марина
Олеговна Зуева**

9 апреля 1956 года,
Москва, СССР.
Мастер спорта СССР
международного класса,
Заслуженный тренер
СССР,
Заслуженный деятель
искусств РФ.

Ученики: Екатерина
Гордеева — Сергей
Гриньков, Танил Белбин
— Бенджамин Агосто,
Тесса Виртью — Скотт
Моир, Мэрил Дэвис —
Чарли Уайт, Майя и Алекс
Шибутани, Патрик Чан,
Нейтан Чен, Карен Чен
и др.



тренеру, означает ли это, что их все равно придется переучивать, подстраивать их технику «под себя»?

— Я в их технике ничего не меняю, потому что она идеальная. Это сложившаяся, именитая пара с медалями самого высокого уровня, поэтому, чтобы с ними сделать еще больший результат, их нужно развить немного в другом ключе. Поэтому я ничего не меняю, а только добавляю. Их тренеры проделали огромную работу, создав эту пару, всему их обучив, доведя до такого серьезного результата. Моя задача — раскрыть их талант до конца, выявить лучшие стороны и всем показать, какая прекрасная и несравненная русская пара, чтобы их в принципе не приходило в голову с кем-то сравнивать. Только теперь нужно дотянуть эту сторону, чтобы элементы парного катания тоже были несравнимы. А чтобы все это соединить, нужно немножко времени.

— На ваш взгляд, как парное катание будет развиваться в перспективе? Будет продолжение штурма многооборотных выбросов и подкруток, усложнение прыжковой части или будут пытаться обновить другие парные элементы?

— Думаю, оно будет развиваться с двух сторон, но поэтапно, сначала одно, потом другое. Одновременно прогрессировать во всех аспектах парного катания — мое мнение — не получится, слишком технически сложный вид фигурного катания. Сейчас оценивается качество, то есть от спортсменов ждут чисто исполненных элементов,

мы — коллеги. Олег Эпштейн, Массимо Скалли — все они высокого класса специалисты, величина в фигурном катании. Сейчас я работаю с молодым специалистом Ильей Ткаченко, у которого богатейший опыт, ведь его тренировали такие мастера, как Алексей Горшков, Евгений Платов, Игорь Шпильбанд.

— Многие специалисты парного катания продолжают считать, что Гордеева и Гриньков до сих пор эталонная пара, которую в мире пока никто не превзошел. Вы согласны?

— Я считаю, что к ним даже никто не приблизился. Включая китайские пары. У Кати с Сережей была врожденная легкость. Они летели по льду. У них были необыкновенная чистота исполнения элементов, чистота линий, лаконизм жеста. Это дар спортсмена. Мне посчастливилось в них это увидеть и показать, им посчастливилось встретить человека, который проявил все это. Между прочим, это было такое время, когда в парном катании в моде были трюки, тренеры специально приглашали цирковых акробатов, которые работали над этим. Я тоже соблазнилась и пригласила для Гордеевой — Гринькова акробата. И вот два часа подряд ребята делают эти трюки, специалист в восторге — у меня сохранилась запись той тренировки, — после чего Сергей говорит: «Марина Олеговна, а нам это надо?» Потому что они чувствовали, в чем их сила, чем они отличаются ото

Моя задача — раскрыть их талант до конца, выявить лучшие стороны и всем показать, **какая прекрасная и несравненная русская пара**

мер, Тамара Москвина, которая всю жизнь тренирует только пары, и ей нет равных в этом деле.

— Когда вы работали с танцами, то продолжали интересоваться тем, как развивается парное катание?

— В парном катании опять же поменялись правила: судей теперь интересует экспрессия катания, не только элементы, но и композиция программы, ее единство. Судьи хотят видеть в спиралях и дорожках шагов не просто перестроение, а идею, взаимодействие, диалог. Теперь недостаточно сделать интересный трюк, судьи хотят видеть эмоциональную вовлеченность спортсменов, одухотворенную хореографию, то есть критерии оценки стали примерно также как в танцах.

— Вас эти новые критерии не напугали?

— Совсем. Что сейчас получилось? Я вновь начала работать с парами, чему очень рада, потому что готова к этому. Я очень благодарна Нине Мозер и Максиму

Транькову за то, что они продолжают участвовать в работе с Тарасовой и Морозовым, помогая нам с технической стороной процесса. Мы с Женей и Володей сейчас делаем основной акцент именно на одухотворенность катания, на эмоциональную вовлеченность в программу. Пока им немножко трудно все собрать вместе, потому что для них это ново. Нужно определенное количество времени, чтобы это проросло в них. Они очень талантливые ребята, красивая пара. Мне как тренеру чисто эстетически просто повезло работать с ними. Мне бы хотелось показать их новое лицо, раскрыть весь их потенциал и даже больше. Естественно, я помогаю раскрыться таланту, потому что, дойдя до такого спортивного уровня, безусловно, в каждом спортсмене заложен огромный талант и огромный потенциал. И этот потенциал я должна раскрыть до конца.

— Когда спортсмены высокого класса приходят к новому

судьи их поощряют к этому. Спортсмены начали работать над улучшением техники скольжения, техникой каждого элемента. Если у спортсмена выявить и показать его лучшие качества, достать то, что он раньше никогда не делал, это будет прогресс по всем направлениям. И уже потом можно подумать о техническом усложнении, то есть можно четверные подкрутки делать и прочее. Например, китайская пара Суй Вэньцзин — Хань Цун, про которую говорят, что они очень танцевальные парники. Я с ними работала как постановщик программ четыре года еще с юниорского возраста, ставила им только танцевальные программы, потому что они в этом исключительно способные. Я им ставила фламенко, румбу, русский танец, итальянскую «Ла страда». Они учились скольжению не только у меня, они работали в группе с моими коллегами. Надо понимать, что у меня в группе нет помощни-

всех. Это спортивное чутье, это спортсменский талант. Талант превзойти нельзя.

— А в чем, на ваш взгляд, спортсменский талант Тарасовой и Морозова?

— Они очень гармоничная пара, и в этом их сила. Просто уникально подобранные друг к другу спортсмены. Сейчас, пожалуй, только у них единственных в мире такое сочетание силы и женственности, то есть романтических образов. Где еще такое красивое сочетание пары сейчас можно увидеть?

— Изменить Володе прическу это была ваша идея?

— Нет, это он сам. Когда они после отпуска приехали, у него уже были длинные волосы, потом еще длиннее. И я подумала, как романтично.

— Судьям это импонирует?

— Понимаете, судьи любят чистые прокаты. Они в об-

щем-то фанаты фигурного катания и очень страдают неудачам спортсменов, потому что им тоже на это больно смотреть. Я много разговаривала с судьями, и они признавались, что если им нравится программа, нравятся спортсмены, а они срывают какие-то элементы, то это вдвойне плохо сказывается на оценке. Судьи в такие моменты испытывают разочарование, ощущение, что их обманули. Я Володе все время говорю о том, что когда спортсмен его роста и фактуры исполняет элемент, то это красиво, а когда ошибается, то это выглядит в десять раз хуже, чем если эту же ошибку сделает спортсмен ростом меньше. Тарасова — Морозов красивая пара, они умеют прекрасно кататься, но им надо перестать срывать элементы. Судьи должны сказать: «Это было превосходно!» Все думают, судья только и хочет, что убавить оценку. На самом деле они хотят прибавить, только им надо дать такую возможность.

Мне, конечно, досадно, что они во время выступлений могут спотыкаться на ровном месте, срывать серьезные парные элементы. Но, с другой стороны, это и меня подстегивает понять, почему так происходит. Я нашла причину, поняла, в чем упущение, я не буду говорить какое, и мы сейчас этим занимаемся. У нас есть моменты, которые нужно проработать именно на тренировках. Нам просто надо решить ряд задач, после чего они начнут кататься чисто.

— Это связано с соревновательным адреналином?

— Весь мой тренерский опыт говорит о том, что как спортсмены тренируются, так они и выступают. Для меня вообще не сюрприз, как мои ученики катаются на соревнованиях. Вы видели, как я стою за бортиком?

— Вы стоите спокойно, не скачете...

— Что там скакать? Это понятно, что как тренировались, так и выступают.

— Вам отдельное спасибо за костюмы этого сезона, за интересный цвет и необычное сочетание. Кто работает над костюмами? Чьи это идеи?

— Здесь не обошлось без мистики. С ребятами работает новый художник **Дмитрий Парадизов**, который, как выяснилось, хороший друг **Влада Костина**, с которым мы когда-то работали над костюмами для Гордеевой и Гринькова. Я думаю, что такое совпадение — это не просто так. Если творческие люди дружат, значит, они на одной волне, значит, у них есть какое-то определенное видение. Примечательно, что Влад никогда для нас не делал эскизы костюмов, не делал примерок, включая олимпийские программы. Мы с ним работали на доверии. Точно так же работает Дмитрий.

— Подождите. Как это без эскизов, без примерок?

— Я ему давала слушать музыку, рассказывала, как я вижу их образы, и в день соревнований он просто при-



Весь мой тренерский опыт говорит о том, что как спортсмены тренируются, так они и выступают

Мэрил Дэвис — Чарли Уайт (США)

носил готовые костюмы. Костюмы к олимпийской программе «Ромео и Джульетта», к программе «Лунная соната» — это были работы Владислава Костина для Кати и Сережи. Когда я обратилась к Дмитрию за костюмами, то оказалось, что он дружил с Владом, — к сожалению, он скончался три года назад, — и работает так же, как и он. Женя и Володя получили новые костюмы для произвольной программы в день выхода на лед на этапе Гран-при в Москве.

— Какой промежуточный результат вы бы хотели получить от них в этом сезоне?

— Понятно, что пара пришла в 24, 26. Понятно, что у них уже есть серьезные результаты, есть за плечами свой опыт, понятно, что не все было гладко, именно поэтому нас ожидает более сложная работа. Пока я изучаю их, они изучают меня. Мы с ними пробуем разные вещи, и они с желанием идут на все. Они делают очень много прокатов на тренировках, но вот нужного эффекта на соревнованиях я, к сожалению, не вижу. Значит, буду менять что-то в подготовке.

Я бы хотела от них не только выполнения всех моих требований, но и инициативы с их стороны. Они мне говорят: «Как вы скажете! У вас больше опыта и знаний, ведь вы подготовили столько чемпионов!» Так я их подготовила за тринадцать лет работы с ними, а не за год. Спрашиваю: «Вы готовы еще 13 лет работать со мной? Я-то готова. У меня-то время есть, а у вас?» Я работала с **Вирту — Моиром** 10 лет, с **Шибутани** — 13 лет, с **Дэвис — Уайт** — 13 лет, а с этой парой я работаю восемь месяцев. Поэтому мне нужна все время обратная связь, чтобы понимать, что мы делаем, куда мы движемся.

— Насколько возраст влияет на результат в парном катании?

— Я все время говорю, что фигурному катанию, как любви, все возрасты покорны. На Играх в Ванкувере олимпийскими чемпионами стали **Сюэ Шень — Хонгбо Джоа**, которым было 34 и 37 лет. Алена Савченко стала чемпионкой Игр в Пхенчхане в 34 года, а Катя Гордеева выиграла дважды Олимпиаду в 17 и 21 год. Так что возраст роли не играет, было бы желание, а время у них есть.

— Вам нравится с ними работать?

— Они очень интересная пара. Я никогда не думала, что мне придется с ними работать. Когда мне позво-



Я уже вижу улучшения, но это пока не переворот текущего сезона, **мы только вошли в процесс**

нил Морозов, то я даже не поняла, кто это. Позвонил и сказал: «Вас беспокоит Вова Морозов, парное катание. Мы хотели бы у вас кататься». Я отвечаю: «Ладно, пришли видео». Дальше — молчание. Он молчит и я молчу. Знаете, мне периодически звонят мальчишки, девочки, и мне в голову вообще прийти не могло, что лучшая пара России захочет приехать тренироваться. В конце концов меня осенило, что, возможно, это тот самый Морозов? Я спрашиваю: «Ты с Тарасовой катаешься, да? Тогда мне надо подумать».

— Почему вы их взяли?

— Потому что понимала, какой у них сложный период, что пара иначе может закончить свое существование. У них была такая мысль, они серьезно думали, продолжать им или нет? Что делать дальше? В какую сторону надо двигаться, чтобы прогрессировать?

— Насколько они восприимчивы к этому новому, которое вы им сейчас открываете?

— Очень восприимчивы. Если бы они чувствовали, что им это не надо, то не поехали бы за океан. Вы знаете, это вызов. Любые перемены опасны. Они на них решились. Они занимаются очень много. Я приглашаю с Бродвея и Dance with the Stars преподавателей, с которыми они занимаются постоянно. Я уже вижу улучшения, но это пока не переворот текущего сезона, мы только вошли в процесс. Пока мы только оттолкнулись, сделали мах, вошли в прыжок, но еще его не скрутили и не приземлились на чистый выезд. Понимаете, у меня есть представление, мое кредо, что должно получиться в результате, как это должно выглядеть.

— Если не секрет, в чем заключается ваше кредо?

— Знаете, у каждого из нас в обычной жизни есть свои проблемы и неурядицы, но, когда люди приходят на соревнования по фигурному катанию, я хочу, чтобы они на эти три-четыре минуты забывали про свои проблемы и растворялись в творчестве.

Когда я хожу на концерты симфонической музыки, особенно если это **Петр Чайковский**, особенно когда американским оркестром управляет русский дирижер **Андрей Борейко**, с которым я лично знакома, то зал просто плачет. Американцы плачут. Это соучастие в творчестве. Я соучаствую в творчестве Чайковского, с музыкантами оркестра, их дирижером все два часа, пока идет концерт. И я хочу, чтобы зрители, которые придут смотреть фигурное катание, также соучаствовали в творчестве спортсменов, черпали вдохновение, забывая о своих проблемах и неурядицах.

Зачем нужны колготки?

Вовсе не только для красоты!

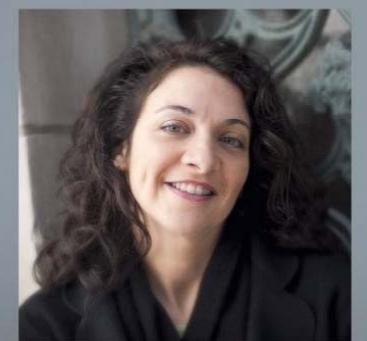
Каждый фигурист понимает важность разогрева мышц перед тренировкой или соревнованиями.

- Разминка увеличивает гибкость;
- Максимизирует результаты;
- Снижает вероятность травмы.

В паузах между тренировками очень важно, чтобы мышцы не остывали. Иначе остывшие мышцы становятся неэластичными и напряженными, что может закончиться травмой. Крайне важно поддерживать благоприятную и безопасную температуру тела.



<< Как тренер, я настаиваю на том, чтобы девочки носили колготки под леггинсами, во-первых, чтобы они привыкли к ощущениям в колготках, но, что более важно, чтобы сохранять мышцы разогретыми. >>



Изабель Брассёр
5-кратная чемпионка Канады в парном катании
5-кратный призер чемпионата Мира
2-кратный призер Олимпиад

Вертикальный взлет

Они не собирались,
но сделали именно это

В Саранске завершился очередной чемпионат России по синхронному катанию на коньках, который проводится в нашей стране с 1992 года. Для участия в 28-м чемпионате из 15 регионов приехали 30 команд, а общее количество участников превысило 600 человек. По итогам турнира стало понятно, что чемпионат получился не рядовой, хотя, зная историю становления нашего синхронного катания, можно с уверенностью сказать, что ни один из них не был рядовым. Потому что на него приезжают те, кто стоит у истоков этого вида спорта. Когда они около 30 лет назад начинали заниматься синхронным катанием, то и мечтать не могли стать мировыми лидерами, но именно это они и сделали.



Команда «Кристалл Айс джуниор» (Москва)

Синхронное катание начало бурно развиваться в 1950-1960-х годах прошлого века в Америке и Европе. До России волна докатилась лишь в конце 1980-х и каким-то чудесным образом не потухла, несмотря на девяностые. Более того, с 1992 года начали проводить национальные чемпионаты, на которые приезжали все команды, какие были в стране. Это было время, когда мало кто представлял, как тренировать, как ставить программы, по каким правилам соревноваться, как судить и вообще, что делать дальше. Особенно драматичной ситуация выглядела в сравнении со странами Европы и Северной Америки, которые переживали настоящий бум синхронного катания. Там команды росли как грибы, там велись разговоры, что этот вид фигурного катания обязательно, если не сегодня, то завтра, станет олимпийским. Ажиотаж усилился еще больше, когда ИСУ заявил о начале проведения чемпионатов мира в этой дисциплине: первый состоялся в 2000 году в Миннеаполисе (США). Надо ли говорить, что двадцать лет назад ни о какой конкуренции с нашей стороны на этих чемпионатах не могло быть и речи, потому что от мирового синхронного катания наша страна отставала минимум на 50 лет. Однако, начав заниматься этим видом, мы полностью оправдали народную поговорку о том, что русские долго запрягают, но быстро едут.

Пик развития

Анализируя прошедший чемпионат России, главный тренер России по синхронному катанию Людмила Волкова впервые призналась: она считает, что в данный момент времени отечественное синхронное катание находится в прекрасном состоянии и вышло на пик своего развития: «В этот год на Кубках России по синхронному катанию я видела все команды, какие есть в стране, и могу сказать, что у всех без исключения вырос уровень катания, значительно окрепла техническая составляющая по элементам, спортсмены более грамотно взаимодействуют в команде в моменты сложнейших перестроений. Но, даже не вникая в технику, заметно, что тренеры научились ставить интересные разноплановые программы, которые могли бы украсить любое ледовое шоу. Появился кураж, катание стало эмоциональным, видно, что спортсмены катаются раскованно, в удовольствие».

Достичь такого прогресса, на взгляд многих специалистов, помогло принятое в свое время непростое решение начать отбор на главные старты по мастерам спорта и кандидатам. Еще три года назад на чемпионат и Первенство России могли приехать все желающие. Никто не ограничивал количество участников, поскольку команд было просто мало, чтобы делать отбор, и они были слишком слабы, чтобы отказывать им в стремлении воочию видеть лучших и учиться у них. Все 25 лет, начиная с первого чемпионата страны, ФФКР считала необходимым не выпускать



Команда «Кристалл Айс» (Москва)

Начав заниматься этим видом, мы полностью оправдали народную поговорку о том, что русские долго запрягают, но быстро едут

из своего поля зрения тех тренеров и специалистов, которые решили создать команды и начать осваивать целину синхронного катания. Еще 15 лет назад вся синхронная история России состояла из 24 команд, что равнялось количеству команд города Хельсинки, если не была меньше. В момент, когда сумма команд, выступающих по новисам (первый спортивный разряд), подошла к критической точке в три десятка и продолжила расти, было принято решение начать делать отбор. Сегодня отбор осуществляется на трех этапах кубка, на которых первые четыре команды получают право представлять себя на Первенстве России среди новисов и юниоров. По мнению ведущих специалистов, именно это решение позволило ужесточить конкурентную борьбу в данном сегменте и добиться повышения уровня катания. Что касается отбора на чемпионат, то здесь отбираться, собственно, некому: количество мастерских команд в этом году достигло только пяти.

Чемпионами страны вновь стала команда из Санкт-Петербурга «Парадиз». В Саранске это случилось 22 раза подряд. Замечательные тренеры «Парадиза» Ирина и Александр Яковлевы отдали синхронному катанию почти 30 лет жизни. Мало кому удалось оставить такой след в этом

виде фигурного катания, как им, постоянным тренерам лучшей команды России, а начиная с 2016 года и мира. На протяжении почти 20 лет никто в стране не смог приблизиться к лидерам ближе, чем на 20 баллов, хотя последние два года тенденция к сокращению разрыва стала намечаться. Однако никто не ждал, что это произойдет уже в этом году: «Парадиз» выиграл чемпионат с разрывом меньше балла от второго места — команда из Казани «Татарстан» и чуть больше четырех баллов от третьего места — команда из Москвы «Кристалл Айс». Да, в тот день прокат произвольной у спортсменок из Питера не задался, но все специалисты отметили другое: класс катания у второй и третьей команды ощутимо подтянулся к чемпионам. Все надеются, что теперь в борьбе за лидерство появится долгожданная интрига. Мы как москвичи по итогам этого турнира можем гордиться тем, что наша команда из УОР №4 впервые в истории выи-

Иван Волобуев: «Люди, которые никогда не соприкасались с синхронным катанием, сложили о нем абсолютно ошибочное мнение»



Команда «Татарстан» (Казань)

грала произвольную программу у чемпионов мира 2019 года команды «Парадиз». К этому результату ее привели тренеры **Ольга Бадяева, Дарья Кобазева, Иван Волобуев и Сергей Комолов.**

Смело, потому что сложно

Московское синхронное катание возникло в 2000 году, когда в старейшем в России физкультурно-спортивном клубе «ЕЛАМА» на базе спорткомплекса «Олимпийский» сначала открылись группы синхронного катания, а в 2001 году возникла команда «Олимпийский» под началом тренерского штаба в лице **Людмилы Волковой, Александра Синяка и Татьяны Трещевой**, которые начали развитие и популяризацию этого вида в столице. Физкультурно-спортивный клуб «ЕЛАМА» является основоположником детско-юношеского синхронного катания в городе Москве. Для развития и популяризации данного вида фигурного катания ФСК «ЕЛАМА» и СК «Олимпийский» 12 лет проводили всероссийские соревнования «Кубок Спортивного комплекса «Олимпийский» и из них четыре года финал Кубка России по синхронному катанию на коньках. Команда СК «Олимпийский» была неоднократным призером и победителем международных соревнований, первенства и Кубков России. В этом году их коллектив будет отмечать 20-летний юбилей своей работы в синхронном катании, которая начиналась как авантюра, а в результате привела к появлению в Москве нескольких команд, в том числе и на базе УОР №4, в котором были созданы три команды во всех соревновательных возрастах. В середине 2010-х годов ряд школ и клубов Москвы заинтересовались синхронным катанием и тоже создали свои команды — «Созвездие», «Русский сувенир», «Пингвины», они также выезжали на чемпионаты и Первенства страны, принимали участие в международных стартах, но они так и не смогли выйти на какой-то качественный уровень. Сегодня синхронное катание, по сути, живо только в УОР №4 и в «Академии льда», куда переехала команда «Олимпийский» после закрытия на реконструкцию спорткомплекса.

Несмотря на наличие в Москве команд топ-уровня, несмотря на огромное количество ледовых катков и фигуристов, столица по-прежнему остается равнодушной к



Людмила Волкова: «Это яркий пример того, как без поддержки, без продвижения, без рекламы, без прессы может развиваться и прогрессировать неолимпийский вид спорта»

синхронному катанию, считая этот вид недостойным себя. Но послушайте, что об этом всем думает **Иван Волобуев**, в прошлом спортсмен танцев на льду, катающийся на уровне сборной команды России, а в настоящее время технический специалист ИСУ в танцах на льду, тренер по скольжению команды «Кристалл Айс джуниор»: «Люди, которые никогда не соприкасались с синхронным катанием, сложили о нем абсолютно ошибочное мнение. Я не был исключением. До того как начал работать, тоже думал, что это клуб для неудачников. Это полная ерунда, особенно теперь, когда уровень наших команд в лидерском сегменте настолько хорош, что мы являемся мировыми лидерами.

Понятно, что синхронное катание неоднородно по классу катания, но общий уровень говорит о том, что у нас в стране этим видом занимаются очень плотно. Занимаясь с командами УОР №4 базовым скольжением, Иван пришел к выводу, что это абсолютно фигурное катание, просто то, что обычно фигуристы выполняют на льду в одиночку или на пару, здесь делают 16 спортсменок одновременно, а это настоящий вызов всему тому, к чему мы привыкли: «Команда параллельно должна выполнить по два блока на левой и на правой ноге, в которые должны входить три сложных поворота, — как правило, это в произвольном порядке крюк, выкрик и твизл. Скобы в блоке обычно не используются, потому что они настолько технически сложны, что даже танцоры их чаще всего игнорируют, а петли используются преимущественно как связующие шаги для красоты. Может быть, с точки зрения танцев на льду что-то смотрится простовато из-за минимизированного количества поворотов, но эта простота компенсируется синхронностью и параллельностью. Если же команда замахивается на какие-то сложные вещи, то это уже реальная трудность. Такой же трудностью является катание в позициях, например, «рука в руке». Все фигуристы знают, как выглядит в классическом исполнении тот или иной шаг, какой след он оставляет на льду при правильном исполнении. Однако в синхронном катании фигуристы выполняют на этих шагах различные

конфигурации и перестроения, поэтому классический вариант исполнения элементов иногда может не позволить спортсменкам перестроиться относительно друг друга. Это является самой большой сложностью при исполнении этих элементов синхронистами. На чемпионате я видел только одну другую позицию — вальсовую — у команды «Кристалл Айс». Это смело, потому что очень сложно. По неудобству ее исполнения с ней может поспорить только фокстротная. Ни одна другая команда не решилась на какую-либо классическую позицию. Это действительно высокая сложность, которая требует большой работы».

В одной лодке

Несмотря на солидные достижения российских команд на мировом уровне, у синхронного катания России все же нет уверенности в своем завтрашнем дне. Ведь сам вид спорта, как бы это печально ни звучало, считается почти что маргинальным: ни интереса со стороны СМИ, ни хоть каких-то трансляций на телевидении, ни фанатских сообществ (за исключением родителей спортсменов), ни поддержки государственных структур — ничего. Очевидно, что нашему синхронному катанию пора выходить из забвения, поскольку при нынешнем своем уровне оно совершенно не заслуживает оставаться в тени. По мнению экспертов, на чемпионате мира среди юниоров у российских команд — «Юность» (Екатеринбург) и «Кристалл Айс джуниор» (Москва) — нет конкурентов, им там не с кем соревноваться, кроме как между собой, потому что среди юниоров нет команд, которые по коньку могут соперничать с российской школой. Для начала можно начать открывать аккредитацию для журналистов на такой турнир, как чемпионат и Первенство России, организовывать работу пресс-центра, шире давать информацию на сайтах и в социальных сетях Федераций и организаторов турнира, публиковать видео соревнований. Ведь каждый знает на своем опыте, что невозможно полюбить то, о чем не имеешь представления.



Чемпионат и первенство России по синхронному катанию на коньках

17-19 января 2020 г.

г. Саранск



Людмила Волкова: «Все эти годы мы были в одной лодке, и мы не просто не утонули — мы пришли первыми»

И тем дороже сердцу тот результат, которого достигло российское синхронное катание. «Все эти годы мы были в одной лодке, и мы не просто не утонули, мы пришли первыми, — не скрывает гордости Людмила Волкова. — Мало того, что у нас постоянно растет количество команд, теперь в России от Калининграда и до Сахалина есть команды, у нас значительно вырос уровень катания. Мы прогрессируем всей страной. Более того, трижды наши команды мастеров и юниоров становились лучшими в мире. Я горжусь тренерами, которые до таких вершин смогли развить наш неписанный в олимпийскую семью вид спорта. Я горжусь судьями, которые решили посвятить себя синхронному катанию, горжусь спортсменами и их родителями, которые готовы тренироваться и оплачивать занятия из своего кармана, — все они это делают по зову сердца. Думаю, это яркий пример того, как без поддержки, без продвижения, без рекламы, без прессы, без болельщиков может развиваться и прогрессировать неолимпийский вид спорта, становясь все более и более массовым». Добавим, что за это время мы преодолели свой голод по судейским кадрам и в настоящее время практически в каждом регионе есть судьи, способные обслуживать региональные и всероссийские турниры. Более того, в июне 2018 года на пост члена технического комитета ИСУ по синхронному катанию была избрана Улья-

на Чиркова — на данный момент единственный представитель России во всех техкомах ИСУ.

Однако, несмотря на массовость синхронного катания, выполнение разрядов, а тем более получение званий «Мастер спорта», с принятием новой ЕВСК оказалось затруднено. Если раньше для выполнения звания «Мастер спорта» было необходимо на чемпионате наличие не меньше шести участников (в данном случае речь идет о командах) из шести регионов страны, то последние изменения в ЕВСК предписывают участие 25% от всех 85 субъектов России, которые развивают этот вид спорта. Насколько это возможно в наших реалиях, можно судить по темпам роста числа команд: до 2007 года их было три, до 2019 года — четыре и только в этом году их стало пять. Что касается остальных разрядов, то по новым правилам количество участников не должно быть меньше шести команд, и теперь нельзя присвоить разряд, если он выполнен не в своем регионе. То есть если на соревнования приехали шесть или больше команд, то при прочих квалификационных требованиях разряд может быть присвоен только той команде, которая представляет данный регион. Сказать, что все специалисты встревожены, это ничего не сказать. Многие из них прямо говорят, что эта норма способна пагубно повлиять на и без того хрупкую «экосистему» синхронного катания страны.

Сергей Комолов: «Мы пока не задаем явный тренд, которому захотели бы следовать остальные»

— Сергей, насколько современными и интересными выглядят отечественные постановки программ? Какие программы произвели на вас впечатление? Какие программы сейчас выигрывают?

— Как я уже неоднократно говорил, выигрывают те программы, которые чисто прокатаны. Другое дело, если все программы исполнены чисто, тогда выигрывают те, у кого класс катания выше. Ну а если это сопоставимые между собой команды, тогда в синхронном катании, на мой взгляд, выигрывают те, у кого яркая программа, мажорная ритмичная музыка, интересная хореография, стильные костюмы, яркие аксессуары, больше улыбок и блестящих глаз. Программа должна быть взрывной. Только одна деталь: к лидеру это правило не относится, потому что лидер выигрывает с любой программой. Они вне рамок, могут катать классику, романтику, модерн, хип-хоп — все будет сильно.

На чемпионате в Саранске лидирующие команды собственно и показали, что они способны выиграть с любой программой, будь то программа-настроение или программа-сюжет. Хотя в этот раз доминировали программы-настроение, что короткая у «Татарстана», что произвольная у «Кристалл Айс», что произвольная у «Парадиза». Для меня по настроению и прокату лучшей оказалась короткая «Татарстана». Она отвечала всем критериям, а приче-ски в виде хвостов — это было супер-гениально. «Парадиз» работает очень тонко и с музыкой, и с костюмами, и с образами, и с хореографией. Ирина Яковлева — гений постановки в синхронном катании и вообще во всем остальном.

Мне понравился в этом году выбор музыки под саундтрек к фильму «Иллюзионист» у команды «Идель»



и сделали заявку на что-то оригинальное своими костюмами: красное платье, а сверху как будто черный пиджак. У меня было ощущение, что они готовы показать что-то интересное, но вот хореографии, адекватной этой музыке, я не увидел. Меня сильно смутили руки, которые поднимались через третью позицию. Если честно, то я бы на «законодательном» уровне запретил всем командам, располагающимся ниже третьего места, поднимать руки через третью позицию, потому что они все этим пользуются каждую секунду. И неважно, какая музыка, какие костюмы, — все поднимают руки вверх и все. Им неважно, какая у них музыка: хоть «Лунная соната», хоть «Лебединое озеро», хоть «Бурлеск» — все одинаково, хотя это кажется странным. Для меня вся хореография уже заложена в музыке композитором. Когда мы катаем «Список Шиндлера» или под «Ла-ла Ленд», то вся хореография уже зашифрована в музыкальных фразах, ее надо только правильно прочесть. У «Санрайза» в «Ла-ла Ленд», может, и нет каких-то супер-

находок, новой хореографии, но они создали супердинамику, танцевальное настроение, то есть программа в этом смысле очень удачная. Талант хореографа в том, чтобы предложить свой вариант расшифровки. В этом году Ирина Яковлева придумала для «Парадиза» хореографию под «Болеро» Равеля, как «Татарстан» придумал свою хореографию под «Орду». На мой взгляд, на чемпионате было только три команды, которые не боятся придумывать хореографию, интерпретировать музыку, они реально творят «из ничего» с попаданием в каждый акцент. Я называю это хорошей работой в синхронном катании. Пока же большинство идет по утилитарному пути: нам надо доехать, собрать элементы желательно на четвертый уровень и музыка нам в этом не должна мешать. Видимо, потому, что командам, начиная с 4-го места, пока надо просто чисто выполнить элементы и доехать до конца программы.

Что касается каких-то новых идей, то в контексте хореографии я ничего принципиально нового не увидел. Первые тройки команд в старших разрядах показали, что они были и остаются лидерами, которые продолжают что-то придумывать и творить. Но пока мы не задаем какой-то явный тренд, которому захотели бы следовать остальные. Если же говорить о зарубежном опыте, то, по моему мнению, Финляндия однозначный лидер по умению создать новый тренд, переложить музыку на хореографию. Их четыре лидерские команды находятся в жесткой конкуренции, которая рождает гонку за интересными постановками, благодаря чему они раньше многих подошли к оригинальным жанрам в хореографии. Может, кому-то что-то не понравится, но смотреть будет интересно всем.

Главный судья чемпионата России Ульяна Чиркова: «Ветер перемен потихонечку дует»

Ульяна, пять лет назад, подводя итоги очередного чемпионата и Первенства России по синхронному катанию на коньках, вы переживали о том, что рост количества команд обгоняет качество их катания. Вы тревожились, что если в ближайшие годы качественный скачок не произойдет, то мы рискуем завязнуть в серой массе и похоронить надежды на развитие синхронного катания в России. Ваши тревоги не оправдались?

— Совершенно. Прогресс очевиден. У нас действительно был долгий период, когда каждый специалист еще до чемпионата и Первенства России мог почти со 100% попаданием сказать, какая команда, какое место займет. Даже было неважно, насколько чисто они прокатают свои программы, потому что класс их катания почти различался. За последние пять лет ситуация сильно поменялась. Например, в юниорах уже в прошлом году на Первенстве России было интересно смотреть за первой пятеркой, которая сражалась друг с другом. В этом году у мастеров спорта была откровенная борьба за лидерство, которая произошла не потому, что «Парадиз» стал кататься хуже, а потому что две следующие за ним команды стали кататься лучше. Каждая из пяти взрослых команд обладает своей индивидуальностью, включая дебютантов из Перми команду «Орленок», которая первый раз приняла участие в этом чемпионате.

— На ваш взгляд, за счет чего команды смогли так прогрессировать?

— Мы получили качественный скачок за счет наработки опыта тренерами, за счет давления конкуренции, за счет того, что наши команды стали лидерами на международном уровне. Ощущение прогресса зависит не только от качества исполненных элементов и чистоты прокатов, но и от вовлеченности спортсмена в программу, от того, насколько он выкладывается, насколько его образ, хореография воздействуют на судей. Судьи всегда хотят, чтобы спортсмен становился еще и актером, который не просто катает свою программу, а пронесит ее через себя. В прошлом году это сильно прозвучало у юниорских команд, когда судьбу первых мест решал только прокат. В этом году тренерские штабы первых трех мастерских команд напряглись, ощутив эти сдвиги на себе.

— Чем порадовал вас этот чемпионат? Какой самый большой приятный сюрприз он вам преподнес?



Чиркова Ульяна Алексеевна

Родилась 18 октября 1986 года.

Мастер спорта по синхронному катанию на коньках.

Клуб: МБУ СШ «Юность», г. Екатеринбург.

Тренеры: Наталья Санникова, Елена Мошнова, Михаил Павлюченко.

Спортивные результаты: в составе команды «Юность»

— шестикратная чемпионка России по синхронному катанию среди юниоров;

— серебряный призер Кубка мира среди юниоров (2002 г.).

Образование: УрФУ, факультет международных отношений.

Специальность: востоковедение и африканистика. Дополнительное образование: УрФУ, международная экономика.

Курсы переподготовки: РГППУ «Физическая культура и спорт».

Судейская практика: с 2010 года — международный технический специалист;

с 2014 года — технический специалист ИСУ;

с 2018 года — член технического комитета.



Команда «Парадиз»
(Санкт-Петербург)

— Прежде всего мне понравилась слаженная координация всех команд, тренеров и судей во время соревнований, все-таки у нас было более 600 участников только спортсменов. Порадовало, что за годы проведения чемпионатов уже выработалась привычка действовать четко и слаженно. Все команды знали, когда они выходят, где их раздевалки, где разминочные зоны, когда и куда им идти пытаться, — все знали, что им делать. Никого не надо было подгонять, искать, не было никаких неприятных моментов: все были доброжелательными, вежливыми, предупредительными. Вообще чемпионат был каким-то удивительным по атмосфере: ровный, спокойный, доброжелательный, без суеты, без конфликтов, с достоинством.

Во-вторых, мне понравилось, что как-то ярче стала проявляться наша российская самобытность. Я это вижу в более глубоких постановках программ, а также в особен-

Мы получили качественный скачок за счет наработки опыта тренерами, за счет конкуренции, за счет того, что наши команды стали лидерами международного уровня

ностях нашего скольжения, ведь мы развиваемся внутри нашей страны на базе отечественной школы фигурного катания, которая имеет глубокие корни. Команды выглядят более скатанными, все показали хорошее владение синхронными элементами, отмечу просто шикарное исполнение вращений, просто загляденье! Особенно в сравнении с тем, что в прошлом году было на чемпионатах мира: кроме двух-трех команд, на остальных надо было закрывать глаза, настолько несинхронно.

— Что вы можете сказать о работе судейского корпуса? У тренеров и команд по итогам соревнований были какие-то вопросы к судьям?

— В этом году мы поставили цель так организовать работу судей на чемпионате страны, чтобы не получить протестов или претензий ни от одной из команды. Долгое время мы регулярно имели какие-то проблемы. Подчас протесты и звонки в Федерацию начинались еще до начала соревнований, в момент, когда публиковался список судейской бригады. В этот раз у нас не было ни одного протеста ни от тренеров, ни от региональных Федераций, потому что каждый разряд судили девять арбитров, то есть судейская бригада охватывала все регионы. Кро-



Команда «Юность» (Екатеринбург)

ме того, в разрядах КМС и МС у нас были две технические бригады, составленные по региональному принципу. Думаю, из-за того, что в бригаде присутствовали все регионы, чемпионат прошел спокойно. Судьи мне потом признавались, что им было комфортно работать, никакого давления с чьей-либо стороны на них не было. Все отметили предварительный судейский митинг, основанный на наглядной презентации техкома ИСУ, как прекрасную возможность настроиться на работу. В результате все команды, которые находились в острой конкурентной борьбе — Петербург, Екатеринбург, Москва, Казань, — были довольны компоновкой судейской бригады, потому что получился ровный сбалансированный состав.

— Если анализировать ситуацию внутри национальных чемпионатов, то по количеству команд и качеству катания мы сравнялись с такими законодателями мод, как Финляндия, Швеция, Канада? Мы отслеживаем их результаты?

— Все тренеры наших топовых команд обязательно смотрят сильнейшие разминки зарубежных чемпионатов и отслеживают результаты. Мы по-прежнему отстаем от Канады и Финляндии по количеству младших команд. В количестве мастеров спорта мы не уступаем: у нас три сильные команды, в Финляндии их четыре, в Канаде — три-четыре. По юниорам мы тоже в количестве не уступаем, а вот в качестве... Хочется, чтобы между собой конкурировали не четыре команды, а хотя бы пять-шесть команд шли друг с другом. А следом отдельно от них еще четыре. У нас все же пока большая разница между четвертым и пятым местом, а в Финляндии и Канаде такого нет.

— Это плохо, что по количеству новисов и пре-новисов мы отстаем от ведущих стран?

— На самом деле мы не отстаем, просто в той же Европе очень распространены команды beginners, pre-juvenile, juvenile, то есть совсем малышей, а также команд так называемого смешанного типа, или MixAge. Эти команды могут быть от 8 до 16 человек любого возраста, то есть восьмилет-

ний ребенок может кататься с двадцатилетним в одной команде. На самом деле эти MixAge страшно паразитируют на синхронном катании, поскольку не дают возможности собрать полноценную команду, например, юниорскую. Родители вкладывают те же самые деньги, ребенок выступает в основном на межклубных соревнованиях, не требующих особых усилий, но все это без дальнейших перспектив. Слава богу, что мы не пошли по этому пути. У нас дети приходят подготовленные, сильные и серьезно настроенные, благодаря чему мы имеем полноценные сильные команды.

Став лидерами, мы можем предлагать миру свои стандарты, свое видение программ, свои тренды

— После того как российские команды несколько раз уже поднимались на вершину пьедесталов, поднялся ли наш авторитет в мировом синхронном катании? Прислушиваются ли в ИСУ к нашему мнению?

— Пока не очень прислушиваются. Европа, Америка и Канада сильно сопротивляются тому, чтобы мы были законодателями мод, особенно по включению каких-то элементов. Например, если мы предлагаем повысить уровни за затяжку 180 градусов, чтобы они были сделаны всей командой, то обязательно кто-то будет против, понимая, что наши спортсмены это сделают без проблем. И так во многих моментах. Мировое сообщество протестует настолько сильно, насколько может. Когда вращение

Количество команд по синхронному катанию на коньках в странах — членах ИСУ на начало сезона-2019/20

Данные предоставлены Ульяной Чирковой

№	Страна, член ИСУ	Сеньоры Количество команд	Юниоры Количество команд	Новисы Количество команд	Пре-новисы Количество команд
1	Австралия	3	3	4	0
2	Австрия	1	0	0	1
3	Бельгия	1	0	0	2
4	Великобритания	4	1	1	1
5	Венгрия	1	1	0	3
6	Индия	1	1	1	1
7	Италия	2	4	2	8
8	Испания	0	2	1	0
9	Канада*	—	—	—	—
10	Китай	1	0	7	5
11	Латвия	1	0	0	0
12	Нидерланды	1	1	0	0
13	Польша	0	1	0	0
14	Россия	4	15	24	34
15	США	5	7	17	0
16	Турция	1	3	1	1
17	Финляндия	4	12	18	0
18	Чехия	1	1	2	5
19	Швейцария	1	1	2	5
20	Швеция	1	6	6	2
21	Эстония	0	1	0	0
22	Южная Африка	1	1	2	2
23	Южная Корея	1	1	3	0
Всего		35	62	91	70

* Канада не приняла участие в опросе техкома ИСУ

как обязательный элемент был введен в программу для юниоров, очень сильно забеспокоились тренеры команд мастеров всего мира. Они начали просто бомбить технический комитет просьбами не вводить этот элемент в мастерские программы, потому что они не смогут его освоить на должном уровне. Они видят, в чем сильна наша страна, и пытаются нас притормозить. Что-то у них получается процентов на 70, а что-то процентов на 30 получается у нас. Но в любом случае, став лидерами, мы можем предлагать миру свои стандарты, свое видение программ, свои тренды.

— Например?

— Например, когда в 2017 году в Колорадо-Спрингс на чемпионате мира вышла катать программы наша команда «Парадиз», то было заметно, насколько наши синхронистки отличаются своей фактурой от всех остальных. Было видно, что это шестнадцать атлетов, которые ведут спортивный образ жизни, что они работают над своей формой, что у них есть силовая подготовка, растяжка и прочее. Спустя три года команды, в первую очередь из Канады, Финляндии, стали по-другому выглядеть, видно, что они также стремятся к этому. Также я считаю, что мы



Команда «Санрайз-1» (Санкт-Петербург)

ввели моду на более качественное скольжение, на классические программы и прочее. То есть ветер перемен потихонечку дует, и это можно заметить.

— Можно ли нам считать, что синхронное катание в России состоялось?

— С одной стороны, так уже можно сказать, а с другой, все остается еще очень и очень хрупко. В одиночку без поддержки со стороны государственных структур сами мы не справимся. Ушедший 2019 год был для нас довольно сложным в связи с изменениями, которые произошли в официальных министерских бумагах, а затем реализовались в ЕВСК. Если в ближайшее время мы не подкорректируем нормативы ЕВСК, то у нас уже в этом году будут большие проблемы с присвоением разрядов. Дело в том, что ЕВСК предписывает для выполнения первого спортивного разряда набрать необходимый технический минимум в 35 баллов. В действительности новисам набрать такое количество баллов проблематично, для них это скорее технический максимум, поскольку на Первенстве России только первые три команды смогли набрать эту сумму. А, к слову, команд у нас 30.

— Как такое могло получиться?

— Стечение обстоятельств. В конце 2019 года техком ИСУ изменил набор элементов для этого возраста. Элемент, который был легкий в исполнении и дорого стоил, поменялся на сложный твиззловый элемент, который спортсменам незнаком. Понятно, что пока они его разучат, пока вкатают, они не смогут его делать на максимально возможном уровне и на судейские плюсы. Таким образом, получить необходимый технический минимум в этом сезоне для большинства команд новисов оказалось невозможным. Сейчас с разрешения ФФКР мы внесли поправку в ЕВСК, понизив технических минимум до 28 баллов, и ждем выхода новой редакции ЕВСК в надежде, что хотя бы первый спортивный разряд будет способен получать разряды. Если это не произойдет, то с техминимумом в 35 баллов у нас команды окажутся с просроченными разрядами, а это повлечет за собой невозмож-

Если в ближайшее время мы не скорректируем нормативы ЕВСК, то у нас уже в этом году будут проблемы с присвоением разрядов

ность выступать ни по каким разрядам. Мы рискуем тем, что у нас 200 и более спортсменов окажутся в патовой ситуации.

— Такая проблема возникла только с первым спортивным разрядом?

— Не только с первым спортивным разрядом, но и с КМС. На данный момент в Единый календарный план (ЕКП) включены чемпионат, Первенство России по синхронному катанию и этапы Кубков. По действующему положению этапы Кубков сейчас проводятся только среди мастеров спорта.

Раньше традиционно на этапах Кубков у нас проводился отбор команд всех категорий (первого спортивного, КМС и МС) на чемпионат и Первенство России. А сейчас соревнования, на которых мы проводим отбор команд на Первенство России, не включены в ЕКП ни как всероссийские, ни как межрегиональные старты.

Сейчас нам необходимо включить в ЕКП как минимум три всероссийских старта, которые будут идти параллельно с этапами Кубков, и тогда будут хотя бы официальные обоснования для финансирования и командирования команд. В принципе можно сказать, что спортсмены уже привыкли выезжать за свой счет, но что мешает включить в ЕКП соревнования, чтобы немного снять с родителей это бремя?


SAGESTER
 alta moda nello sport

Сеть магазинов
Фигурист
 Всё для фигурного катания...

**ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ
 ДИСТРИБЬЮТОР
 Sagester в России**

реклама

Интеллектуальный тренажер

Создан в Москве, признан в мире

Не так часто в спортивном мире появляются тренажеры, о которых можно было бы интересно рассказать профессионалам или любителям фигурного катания. И если методологически школа фигурного катания постоянно растет и эволюционирует, то техническое обеспечение тренировочного процесса, кажется, достигло своей наивысшей точки еще в прошлом столетии. Оказывается, это не так.

Мы в московской «Академии льда», что расположена в 1-м Стрелчком проезде. Юная фигуристка выполняет вращательные элементы на подвижной платформе, которая то ускоряется, то замедляется, на экран выводится изображение спортсмена. Время от времени автоматический механизм по заданию тренера «подхватывает» спортсменку через специальный лонж, чтобы та зависла в воздухе и имитировала прыжковые движения. А мы беседуем с **Сергеем Ерохиным** — одним из создателей тренажерного комплекса, который сам Сергей называет не иначе как интеллектуальным. О нем сегодня и речь.

— **Сергей, не так часто в спорте появляются новые тренажеры. Как получилось, что ваш тренажер стал исключением?**

— Наша история началась в 2013 году с достаточно простой по своей сути идеи. В тот предолимпийский год всем в фигурном катании стало окончательно понятно, что наш спорт вышел на уровень, который раньше был недостижим даже для олимпийских чемпионов. Речь прежде всего о четверных прыжках, которые в какой-то момент стали обязательным и неизбежным услови-

ем, позволяющим спортсмену претендовать на награды. Четверные — это уже не шутка. Было очевидно, чтобы овладеть этим упражнением, уже мало трудолюбия, методики... Нужно принципиально иное понимание элемента. Некое восприятие на уровне мышечной памяти, тонких ощущений.

Главное в нашем тренажере — он работает как полноценный интеллектуальный комплекс

Мы говорили об этом с **Солтаном Кокоевым** и **Евгением Черемухиным**, которые в себе совмещают специалистов в фигурном катании и IT-системах. И в какой-то момент идея родилась сама собой: пора подчинять шагающую по планете цифровизацию спортивным целям! Как это сделать? Нужно фиксировать показания вращения, прыжка, иных упражнений, выполняемых спортсменом. Создавать модель, которая позволит сравнивать показатели, давать точные и выверенные подсказки по тому, что должно измениться в движениях. Иными словами, в руках тренера должен появиться мощный интеллекту-

альный инструмент. По мере того как показатели спортсменов становятся все более совершенными, одному человеку работать с ними все сложнее и сложнее.

В тот момент у нас не было совершенно никакого понимания, каким в итоге будет тренажер. Мы разделили обязанности и стали работать над

его прототипом. Солтан занялся проработкой общей спортивной составляющей. Выступил своего рода внутренним заказчиком. Евгений взял на себя интеллектуальное наполнение: вопросы видеофиксации, обработки информации, видеоповторов, формулирования отчетов. Мне же досталась механическая часть.

— **Сколько времени заняла разработка?**

— Два года. И в ее процессе нам пришлось изобретать наш тренажер с нуля. Очень быстро стало понятно, что отталкиваться от чего бы то ни было мы не можем. Конечно, спортсмены и до нас использовали трена-



жеры, например, диск «Грация». Но ничего из того, что создавалось ранее, нельзя было увязать с интеллектуальной составляющей. Во-первых, нам потребовалась абсолютная точность спортивного оборудования. Во-вторых, его абсолютная безопасность. Речь ведь идет в первую очередь о детском спорте, и допустить какой-либо риск мы просто не могли. При выборе того или иного конструктивного решения, материала мы приглашали наших друзей из числа тренеров, спортсменов, врачей.

Как итог: наш тренажер собирается из комплектующих, которые мы заказываем на трех разных континентах. А сердце нашего тренажера — это мотор для станка с ЧПУ. Только такой узел в итоге позволяет выдавать достаточную точность и равномерность вращательного движения. Но, повторюсь, главное в нашем тренажере — не его механическая начинка. А то, что работает он как полноценный интеллектуальный комплекс.

— **Как испытывался тренажер?**

— Прежде всего на себе. Только когда мы убедились в том, что он корректно работает и безопасен для взрослого мужчины, предложили его для испытаний в детские спортивные секции. Первой разглядела потенциал в нашем комплексе **Тамара Николаевна Москвина** — наш прославленный тренер из Санкт-Петербурга. Еще на стадии разработки Тамара Николаевна давала нам ряд ценных и важных подсказок, и мы были рады, что она же будет первым тренером, который поработает с тренажером в реальных условиях. Первый тренажер отправился в спортивный клуб фигурного катания Тамары Москвиной в 2017 году и успешно используется там по сей день. «Здорово, что мы не стоим на месте и что появляются такие тренажеры, — считает Тамара Николаевна. — Новый век, новое десятилетие: нужны новые подходы и возможно-

сти. Когда я вижу, как элементы, которые делают мои ребята, превращаются в цифры, а мы эти цифры трактуем и здесь же, на месте, улучшаем, понимаю: уровень!»

Одновременно с этим мы предоставляли тренажер для летних спортивных сборов юных спортсменов. Нами был разработан мобильный тренировочный комплекс, который легко транспортируется и может быть собран за считанные часы. Важно было понять: может ли тренажер использоваться вне ледовых комплексов. Например — в летний сезон или на иных спортивных объектах. Может! По сути, мы теперь можем помочь спортсменам успешно отрабатывать элементы, раньше считавшиеся исключительно «ледовыми», без всякого льда.

— Вы упомянули комплектации тренажера, сколько их на данный момент?

— Сколько угодно! Мы можем настраивать тренажер и формировать его комплектность под нужды конкретной секции, центра. Но в общем понимании речь идет о трех комплектациях: мобильный комплекс, который легко применять на сборах и перемещать между площадками. Базовый комплекс со стационарной установкой. И максимальный комплект, подразумевающий не только вращающийся диск и видеофиксацию, но и автоподъемник, получающий точное задание на прыжковую часть. Иными словами, спортсмена поднимает в воздух лонж — своего рода «удочка», позволяя отрабатывать прыжковый элемент в отрыве от поверхности. Повторюсь, все это без всякого риска травм.

К слову, в Москве нами установлен как раз такой полный комплект. Он был заказан еще одним нашим блестящим тренером — **Виктором Николаевичем Кудрявцевым** для «Академии льда». Сейчас он активно используется в тренировочном процессе. Насколько мне известно, по-

работать на нем может любой желающий по предварительной записи.

— Где еще можно потренироваться с использованием тренажера?

— Мы успели произвести семь полноценных комплексов. Два из них — это упомянутые тренажеры в Москве и Санкт-Петербурге. Не знаю, в праве ли я говорить об иных заказчиках, но точно могу сказать, что один комплекс в том году уехал в Японию в центр спортивной подготовки фигуристов города Фукуока (аналог нашего олимпийского центра в Новогорске). Они заказали у нас один полный комплект. К сожалению, японские коллеги с нами не делятся результатами его работы. Оно и понятно; сведения о показателях спортсменов — это своего рода спортивная, а может быть, и коммерческая тайна. Но что можно с уверенностью сказать: никаких нареканий нам не поступа-

ло и не так давно проявился интерес к повторному заказу.

Еще один комплекс мы предоставили в долгосрочную аренду в Прибалтику. Там он около двух лет кочевал между небольшими детскими секциями. Нам важно было видеть, что интерес к нашему изобретению есть и за рубежом. Приятно думать, что на мировой арене мы вносим свой скромный вклад в престиж отечественной спортивной школы. Российский патент, к слову, нами уже получен. В обозримом будущем мы планируем получить международный патент на тренажер и тогда будем предлагать его в большее количество стран.

При этом популяризовать тренажер в России для нас, конечно же, важнее. Хочется, чтобы он помогал нашим спортсменам достигать результатов. Сегодня у меня нет никаких сомнений в том, что тренажер на это способен. Я могу судить об этом и по отзывам наших тренеров, и по тем изменениям в качестве элементов, которые я видел собственными глазами.

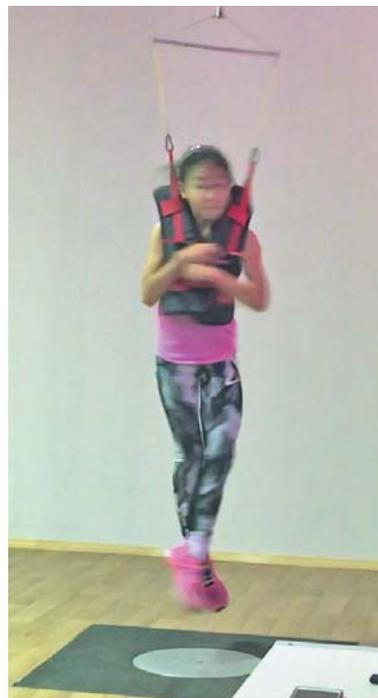
— Как бы вы советовали людям подступаться к тренажеру?

Вряд ли можно просто взять и начать на нем «крутиться», если нет должного опыта. Тем более использование тренажера наверняка подразумевает специальную подготовку тренера.

— И да, и нет. Тренажер может работать в разных режимах, читай — скоростях. От самой щадящей до самой сложной. Поэтому начинать работать с ним может абсолютно любой спортсмен любого уровня подготовки. Что до требований к тренеру — да, они есть, но минимальны. Мы обязательно проводим инструктаж, после которого любой тренер может свободно использовать комплекс.

Если говорить о совете, то я бы предложил каждому, кто заинтересовался, просто приезжать в московскую «Академию льда» и пробовать. Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

Тренажер может работать в разных режимах. От самого щадящего до самого сложного

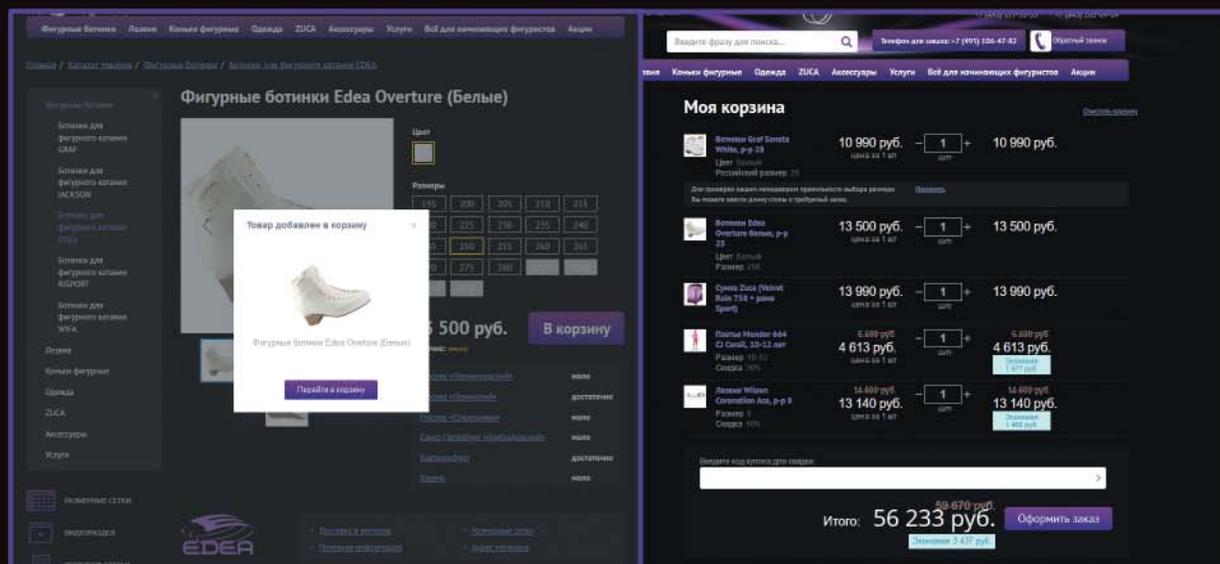




ФИГУРИСТ

сеть магазинов

Если вы не можете приехать в один из наших магазинов — не беда! Закажите всё необходимое в нашем интернет-магазине www.figurist.ru.
 Наши менеджеры проконсультируют вас и помогут подобрать нужную модель и размер!



Теперь можно уточнить наличие нужного размера в вашем любимом магазине или на складе прямо на сайте!

реклама



[/figurist.store](https://vk.com/figurist.store) [figurist_store](https://www.instagram.com/figurist_store) [/figuristshop](https://www.facebook.com/figuristshop)

WWW.FIGURIST.RU



Фигурист

сеть магазинов

Москва

Ленинградский пр-т, 44
Тел.: +7 (495) 542-68-68

Москва

Ленинский пр-т, 32
Тел.: +7 (495) 641-82-82

Москва

Сокольнический вал, 48
Тел.: +7 (495) 177-35-35

Санкт-Петербург

Набережная канала Грибоедова, 33
Тел.: +7 (812) 645-77-88

Екатеринбург

Ул. Степана Разина, 95.
Тел.: +7 (343) 334-34-35

Казань

Ул. Пушкина, 52.
Тел.: +7 (843) 202-09-09

Коньки ♦ Лезвия ♦ Ботинки для фигурного катания
Одежда для выступлений и тренировок
Аксессуары ♦ Заточка и установка лезвий



реклама

[VK /figurist.store](#) [Instagram figurist_store](#) [Facebook /figuristshop](#)

WWW.FIGURIST.RU