

Научно-редакционный совет

Председатель совета академик РАН *Чубарьян А. О.*,
к. и. н. *Ищенко В. В.*, к. филос. н. *Кордонский С. Г.*, д. и. н. *Мироненко С. В.*,
Молчанов Д. В., *Островский М. В.*, д. и. н. *Пыжиков А. В.*, *Ткач О. П.*,
академик РАН *Фурсенко А. А.*, *Хвостова Д. О.*

Руководитель авторского коллектива,
научный редактор
мастер спорта *Е. Я. Гик*

Научный консультант
Президент Центральной олимпийской академии России,
первый вице-президент Олимпийского комитета России,
член Президиума Российской академии образования
В. В. Кузин

Рецензент
И. Б. Ромашкина

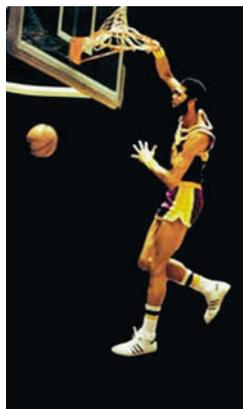
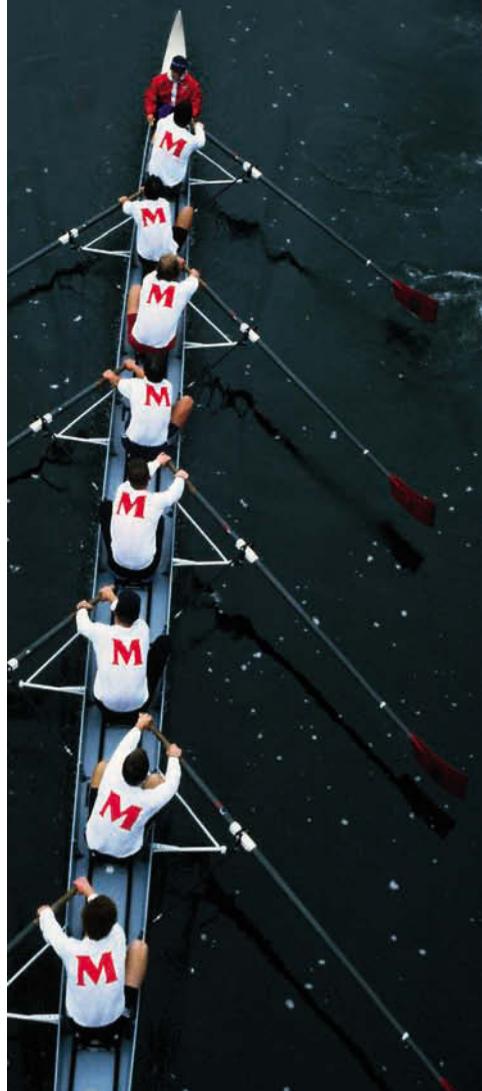
С 73 **Спорт. Мировые достижения.** — М.: ОЛМА Медиа
Групп, 2008. — 640 с., ил.
ISBN 978-5-373-00814-3

Энциклопедия «Спорт. Мировые достижения» включает в себя более 650 статей о легендарных отечественных и зарубежных спортсменах и тренерах, спортивных дисциплинах и соревнованиях. В издании представлено свыше 1500 цветных и черно-белых иллюстраций.

ББК 92



А



Карим
Абдул-Джаббар

АБДУЛ-ДЖАББАР (Abdul-Jabbar) Карим (род. 1947 г.) — американский баскетболист, один из самых видных центровых (рост 218 см) за всю историю баскетбола, 6-кратный чемпион НБА в составе «Милуоки Бакс» и «Лос-Анджелес Лейкерс».

Достижения Абдул-Джаббара удивительны: он набрал больше всех очков в регулярных чемпионатах НБА — 38 387, сделал 5660 результативных пасов, провел на площадке 57 446 минут чистого времени, сыграл в 237 матчах плей-офф. В 1970 г. был назван лучшим новичком Лиги, в 1971 и 1972 гг. — лучшим снайпером; 6 раз признавался самым ценным игроком НБА.

Приняв мусульманство, Лью Алсиндор поменял имя на Карим Абдул-Джаббар. Он очень религиозен, отличается высокой нравственностью, немало средств жертвует на благотворительность. Энтузиаст проекта фирмы «Адидас» по развитию в мире детского и юношеского баскетбола. В кон. 1990-х гг. побывал в Москве, где провел мастер-класс в баскетбольной школе «Тринта».

Несмотря на огромный рост (шутит, что ему на роду было написано стать баскетболистом: в роддоме был рекорсменом — свыше 60 см), до 40 лет оставался быстрым, динамичным игроком, не тормозящим развитие атаки своей команды и не забывающим вернуться на защиту. Свою разносторонность объясняет просто: посмотрев телерепортажи с Олимпиады 1960 г. в Риме, он загорелся стать олимпийцем и перепробовал для этого много видов спорта. Любимыми были плавание и гандбол, но рост сделал свое дело: хотя на Олимпийские игры Абдул-Джаббар (тогда еще Лью Алсиндор) не попал, но баскетболистом стал выдающимся.

Звездный час Джаббара — появление в «Лос-Анджелес Лейкерс» Ирвина Джонсона, с которым у него сложился идеальный дуэт. Реактивный «волшебник» и обладатель «лунного крюка» (размах рук у Карима такой, что накрыть мяч после его броска крюком невозможно) блестяще дополняли друг друга.

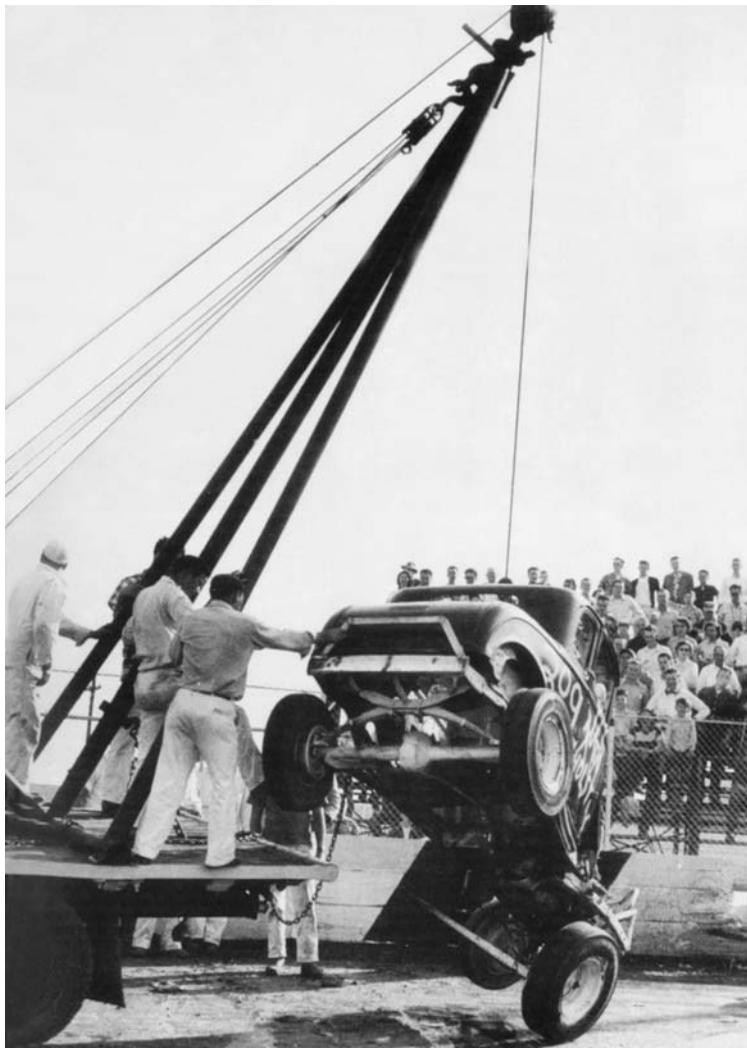
А

В жизни Карим сторонится шумных компаний, предпочитая проводить свободное время с семьей, читает только философскую и религиозную литературу, часто посещает концерты классической музыки, особенно если выступает его отец, профессиональный музыкант. *И. Ф.*

АВТОДРОМ — место проведения соревнований по кольцевым автомобильным гонкам.

Первые автогонки проводились на обычных шоссе. Но по мере увеличения скорости гоночных машин и оживления движения на дорогах общего пользования такой вариант стал неприемлемым, и приступили к строительству специальных автодромов. После Второй мировой войны, с появлением Формулы-1, среди их владельцев началась серьезная конкуренция, и самые престижные соревнования стали проводить на лучших трассах.

Основным элементом современного автодрома является кольцевая трасса длиной в несколько километров. Конфигурация ее включает в себя прямые участки и повороты, дорожное полотно должно быть широким, чтобы гонщики могли обгонять друг друга. Вдоль трассы во время соревнований расставляются маршалы — работники трассы, флагами извещающие гонщиков об изменении условий гонки, например о появлении скользких участков на асфальте. В нескольких местах размещается эвакуационная техника — краны и тракторы, способные оперативно убрать в безопасное место неисправную или попавшую в аварию машину. Автодром должен быть так-



*Сток-кар.
Великобритания,
1960-е гг.*

же оборудован современной системой электронного хронометража. И, конечно, на нем обязательно есть подиум, где после гонки призеры получают награды и по традиции обливаются шампанским. *С. И.*

АВТОМОБИЛЬНЫЙ СПОРТ. Автоспорт можно условно разделить на 3 основные группы соревнований: кольцевые гонки, внедорожные соревнования и ралли.

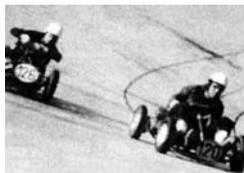
Кольцевые гонки проводятся на закольцованной трассе с асфальтовым покрытием. Участники должны пройти либо как можно быстрее определенную дистанцию, либо за определенное время как можно больше кругов. Ко второму виду относятся гонки на выносливость, самой зна-



Кольцевые гонки

менитой из которых является «24 часа Ле-Мана». Машины движутся по трассе круглые сутки, управляемые сменяющими друг друга гонщиками. Однако большинство кольцевых гонок — первого вида, они проходят в более удобном для зрителей формате и длятся не более 2 часов. В них участвуют разные машины — от серийных легковых автомобилей до специально построенных машин с открытыми колесами (так называемых «формул»), на которых невозможно ездить по обычным дорогам.

Наиболее популярные «формулы» — чемпионат мира в классе Формула-1, американские серии КАРТ и «Инди Рэйсинг Лиг». Есть и менее престижные Формула-3000 и Формула-3, в которых выступают молодые перспективные гонщики. В России соревнования проводятся лишь в национальных классах Формула-1600 и Формула «Русь». Во многих странах распространены моноклассы — кольцевые гонки на легко-



Картинг

22-часовые гонки
1909 г. в Брайтон-
Бич. Худ. П. Хелк.
1946 г.

вых автомобилях одной и той же фирмы. В частности, в России проводится Кубок «Лады» и Кубок «Фольксваген Поло».

Внедорожные соревнования проводятся на бездорожье или там, где дороги очень плохие. В них участвуют специально подготовленные машины повышенной проходимости — джипы, багги, грузовики, а также мотоциклы. Долгое время самым популярным видом этих соревнований были ралли-рейды, самый известный из которых «Париж — Дакар», в основном проходящий по степям и пустыням Африки. В ралли-рейдах гонщикам важно не заблудиться на незнакомой местности, и поэтому им дают карту-«легенду» с указанием наиболее важных ориентиров. Как правило, днем экипажи проходят дистанцию, а ночью отдыхают.

Наряду с длинными ралли-рейдами (марафонами) популярны и короткие — «бахи»: они длятся 2–3 дня и проходят по компактно





Ралли



Формула-3

расположенным участкам в одной местности. В отличие от ралли-рейдов, «бахи» собирают значительное число зрителей.

Существует своеобразный гибрид внедорожных соревнований и кольцевых гонок — автокросс, популярный в России. Участвуют в нем автомобили повышенной проходимости, которые соревнуются на кольцевой трассе со сложным рельефом и искусственными препятствиями.

К экзотическим видам относятся гонки драгстеров — машин, способных за считанные секунды преодолеть очень короткую дистанцию длиной несколько сот метров. В некоторых странах популярны и «гонки на выживание», участникам которых разрешается выталкивать друг друга с трассы.

Особый вид автоспорта — картинг: соревнования легких машин без подвески с маломощными двигателями. С картинга начинается карьера большинства будущих звезд. С. И.

Ралли. Прохождение спецучастка



АГАССИ (Agassi) Андре (род. 1970 г.) — американский теннисист, один из сильнейших в мире на рубеже 20–21 вв., победитель 8 турниров «Большого шлема».

За 20 лет профессиональной карьеры Агасси 10 раз входил в первую десятку мирового рейтинга по итогам года. По словам родителей Андре, первыми его игрушками были маленькая ракетка, сделанная отцом, и теннисный мяч, подвешенный к детской коляске. Его отец, в прошлом известный боксер, играл в теннис в любительском клубе и мечтал, чтобы сын стал великим чемпионом. С 13 лет Андре тренировался в знаменитой теннисной академии Ника Боллетьеры во Флориде. Незаурядный талант Агасси-младшего обратил на себя внимание специалистов после его побед в молодежных чемпионатах США, а затем в турнирах Тура Ассоциации теннисистов-профессионалов (АТР). Первую турнирную победу 17-летний профессионал Агасси одержал в 1986 г. в бразильском городе Итапарике, а через 2 года был уже третьим в списке лучших теннисистов мира по итогам года. Первый по-настоящему крупный успех пришел к Агасси после победы в Уимблдонском турнире 1992 г., когда в финале самого престижного турнира в мире американец победил известного хорватского мастера Горана Иванишевича.



Андре Агасси

Всего на счету Агасси 60 турнирных побед в одиночном разряде. Восхищает спортивное долголетие Агасси: в солидном для современного тенниса возрасте — 32 года — он выиграл труднейший Открытый чемпионат Австралии. Агасси — один из немногих теннисистов, которым удавалось на протяжении карьеры праздновать триумфы во всех турнирах «Большого шлема» (правда, Андре не удалось выиграть все 4 чемпионата в течение одного сезона и таким образом стать обладателем «Большого шлема»).

Агасси стал всеобщим кумиром не только в самой игре. Никто до него не отваживался выходить на теннисный корт в ярких теннисках, джинсовых шортах и с банданой на лбу. Именно он утвердил в теннисной моде раскрепощенный молодежный стиль. Один из самых богатых спортсменов мира известен и как щедрый спонсор и меценат — ежегодно Агасси жертвует более 1 млн долларов на благотворительные цели. Женат на знаменитой теннисистке Штеффи Граф. *В. Я.*

АЗАРЯН Альберт Вагаршакович (род. 1929 г.) — советский гимнаст, 2-кратный олимпийский чемпион (1956, 1960 гг.), 2-кратный чемпион

мира (1954, 1958 гг.) по спортивной гимнастике.

Азарян — непревзойденный мастер колец. На этом спортивном снаряде он дважды побеждал на Олимпийских играх и чемпионатах мира и 8 раз на чемпионатах СССР.

Именем Альберта Азаряна названа красивая и очень сложная силовая комбинация на кольцах, которую он исполнял, — «крест Азаряна». Выступления Азаряна на кольцах всегда пользовались у зрителей успехом: все силовые упражнения, особенно переходы из одного «креста» в другой, он выполнял с необычайной легкостью.

На Олимпиаде в Риме Азарян завоевал золотую медаль с оценкой 9,95 балла. Но итальянские зрители остались недовольны. «Мало! Мало!» — кричали они. «Крест Азаряна» до сих пор украшает упражнения ведущих гимнастов мира.

Сын Альберта Азаряна, Эдуард, также стал гимнастом, входил в сборную страны, в ее составе в 1980 г. в Москве выиграл Олимпийские игры. *О. Т.*

АЙКИДО. Слово «айкидо» переводится как «искусство гармонии внутренней энергии». Как вид боевых искусств айкидо появилось в 1945 г. После поражения Японии во Второй мировой войне американские оккупационные власти запретили занятия боевыми искусствами, но айкидо было объявлено «новым искусством, созданным для мира», и получило поддержку оккупационного правительства.



Показательные выступления



Женские соревнования



Морихей Уэсиба — создатель айкидо

Создатель айкидо Морихей Уэсиба (1883–1969 гг.) в молодости изучал джиу-джицу и искусство работы с мечом. В основу айкидо он положил технику школы Дайто-рю Айкидзюцу, которую изучал у великого мастера Сокаку Такеды.

Основная философская идея айкидо — древняя восточная концепция управления внутренней энергией — ки. Принципы айкидо — любовь и гармония, отказ от насилия, духовное развитие личности. В 1948 г. была создана международная федерация — Айкикай. Сын Уэсибы — Киссёмару Уэсиба стал вторым главным мастером современной школы этого единоборства; в нач. 21 в. ее возглавил внук основателя — Мори-



Работа с оружием

Цвет пояса — показатель уровня мастерства спортсмена



тэру Уэсиба. Кроме Айкикай существует множество самых разных стилей, направлений и федераций айкидо. В кон. 20 в. популярность айкидо в мире заметно выросла благодаря американскому киноактеру Стивену Сигалу.

Главное в айкидо — за счет использования динамики движения противника вывести его из равновесия для выполнения бросков и болевых приемов. Скорость достигается не за счет резкости, а за счет непрерывности движения. Разминка в айкидо обязательно включает специальные упражнения для разработки и укрепления суставов рук. Еще одна характерная особенность айкидо — т. н. встречный вход (ирими), т. е. движение в основном навстречу нападающему противнику. Один из характерных бросков называется «бросок встречным входом».

Тренировка в айкидо требует точности движений и взаимодействия партнеров. В айкидо в основном учатся защищаться от захватов, хотя есть и защита от ударов — основной учебный удар в айкидо наносится открытой рукой сверху из-за головы, траектория похожа на удар мечом. Перемещения и приемы сначала отрабатываются на коленях, при этом используется техника, пришедшая с тех времен, когда самураи сидели в помещении на полу и подниматься на ноги было невежливо. Много времени уделяется работе с оружием, используются деревянный меч и палка длиной 120 см.

Для оценки уровня подготовки в айкидо сдаются экзамены, в программу которых входят страховки (техника падения), перемещения, выполнение приемов и свободная работа — рандори. Обладатели учебных степеней (кю) носят белые или цветные пояса, обладатели мастерских (данов) — черные.

Айкидо занимаются босиком, форма одежды такая же, как в дзюдо (обычно ее называют кимоно, но правильно — дзюдоги). Поверх обычных штанов обладатели мастерских степеней носят хакама — широкие, похожие на юбку штаны темно-сине-



го или черного цвета. В айкидо, как и во многих японских боевых искусствах, принято традиционное коллективное приветствие.

Спортивное развитие айкидо идет намного сложнее, чем спортивное развитие большинства других видов восточных единоборств. На это есть две причины. Во-первых, идея соревнования изначально исключена из философской концепции айкидо. Во-вторых, техника айкидо в основном строится на болевых приемах, которые легко могут привести к серьезным травмам (обычно такого рода техника запрещена правилами спортивных соревнований). Большинство школ айкидо сохраняет традиционное (неспортивное) направление.

Создатель спортивного айкидо Кендзи Томики — ученик Морихея Уэсибы — проделал огромную работу, стараясь придумать систему и правила соревнований, обеспечивающие зрелищность и сводящие к минимуму возможность травмы. В этом ему помогло дзюдо, которое Томики изучал у основателя этого вида борьбы Кано.

Томики айкидо — это сочетание традиционного айкидо и современного дзюдо. Поединок состоит из двух периодов по полторы минуты. Один спортсмен вооружен мягким макетом ножа, второй работает без оружия. После перерыва они меняются ролями. Используется строго

Выполнение приема на показательных выступлениях

Королевская регата в Хенли. Финал кубка «Грэнд челлендж». 1974 г.



определенный набор действий нападения и защиты, в частности запрещены режущие удары и перехваты ножа. Проводятся также соревнования по выполнению парных формальных упражнений (комплексов).

Федерация томики айкидо в России образована в 1998 г. Она входит в Японскую ассоциацию айкидо, созданную в 1974 г. Регулярно проводятся российские и международные соревнования. *К. Г.*

АКАДЕМИЧЕСКАЯ ГРЕБЛЯ — разновидность спортивной гребли, в которой весло жестко закреплено на борту в уключине и используется подвижное сиденье на колесиках («банка»).

Академические суда подразделяются на распашные, когда спортсмен гребет одним веслом, и парные, когда он действует двумя веслами. Соревнования проводятся на распашных двойках, четверках (с рулевым и без рулевого) и восьмерках, где рулевой обязателен. В парной гребле соревнуются на одиночках, двойках и четверках (все лодки без рулевого). Классической является дистанция 2000 м как для мужчин, так и для женщин. Соревнования состоят из предварительных, утешительных и полуфинальных заездов, победители которых в решающем заезде разыгрывают чемпионское звание.



В нач. 19 в., в период зарождения гребли как вида спорта, лодки больше напоминали морские ялы: тяжелые, громоздкие и тихоходные. Но в постоянной борьбе за скорость их конструкция менялась: они становились уже, легче, приобретали выносные металлические уключины. Подлинную революцию, резко повысившую скорость, произвело изобретение подвижного сиденья в лодке. Оно позволило увеличить длину гребка, включить в его выполнение мышцы ног и вес тела.

Самая маленькая лодка — одиночка: вес чуть больше 10 кг, длина 10 м; самая большая — восьмерка: вес ок. 100 кг, длина 20 м. На двойках, четверках и восьмерках на корме находится рулевой. Он и выбирает правильный курс движения лодки. На «безрульных» двойках и четверках управление осуществляют сами гребцы. У мужчин вес рулевого обычно не превышает 50 кг, у женщин — 40 кг. Мужчины тратят на прохождение 2000 м на одиночке примерно 6,5 мин, а на восьмерке — 5,5 мин.

На исход гонок влияет сила и направление ветра. Чтобы избавиться от капризов погоды, строят специальные гребные каналы. Самые популярные (на них проводятся официальные этапы Кубка мира и традиционные регаты) находятся в Хазевинкеле (Бельгия), Амстердаме, Бледе, Мюнхене, Москве, Люцерне.

Гребной канал в Крылатском



Кубок Хенлейской Королевской регаты

Соревнования двоек

Стандартная дистанция для соревнований — 2000 м. Она разделена нитями разметочных буйв на 6 дорожек или «вод» по 13,5 м в ширину. Старт дается со специального плоты, с которого выравнивают носы лодок. Каждый заезд сопровождает катер с судьей, который определяет правильность прохождения дистанции.

В древние времена гребля была широко распространена в Средиземноморье. В Греции, а потом в Риме большие гребные галеры, триремы, quadriремы, в которых на веслах в 3 этажа сидело до 100 гребцов, использовались для торговли и путешествий, участвовали в грандиозных морских битвах. На них начали проводить и первые соревнования-гонки. В 13 в. в Венеции зародились гонки гондольеров, затем в немецких землях проходили соревнования лодочников, рыбаков и матросов.

Но классическая спортивная гребля возникла в Англии. Поначалу, когда через Темзу еще не были построены многочисленные мосты, переправой через реку занимался цех профессиональных лодочников-перевозчиков, которые с 16 в. стали проводить регулярные гонки на скорость. В эпоху Великих географических открытий, принесших Великобритании богатство и могущество, университеты представляли собой школы ускоренной подготовки морских офицеров, в учебную программу которых входила и гребля.

С 1829 г. в Хенли начали проводить ежегодные соревнования восьмерок Кембриджского и Оксфордского университетов, продолжающиеся и в наши дни. К этому



времени уже были созданы гребные клубы в Голландии, Франции, Германии, Швейцарии, Бельгии, Италии. В 1892 г. они объединились в международную федерацию гребли (ФИСА), которая через год начала проводить чемпионаты Европы.

Академическая гребля была включена в программу первых современных Олимпийских игр 1896 г. Но в Афинах в заливе Фалерон разыгрался сильнейший шторм, лодки стали переворачиваться, и организаторы регату отменили. Первые олимпийские медали в академической гребле были разыграны 4 года спустя в Париже. Сильнейшими стали гребцы Франции и Бельгии. В программе Олимпийских игр разыгрывается 14 комплектов медалей.

В Россию гребной спорт завезли его родоначальники — англичане. Приглашенные Петром I для строительства Петербурга, они привезли с собой и лодки. И в 1840 г. на Крестовском острове был организован гребной клуб «Эрроу» («Стрела»). 20 лет спустя по его типу здесь же был создан «Петербургский речной яхт-клуб», который и считается родоначальником гребного спорта в России. Он разработал устав, правила гонок и стал проводить первые российские соревнования на шлюпках с двумя, тремя и четырьмя гребцами. По примеру Петербурга начали создаваться гребные клубы в других городах.

Новый этап развития гребли наступил после Октября 1917 г. Начали строить водные станции, прогулочные лодки стали обязательной принадлежностью парков культуры, санаториев, домов отдыха. Гребля



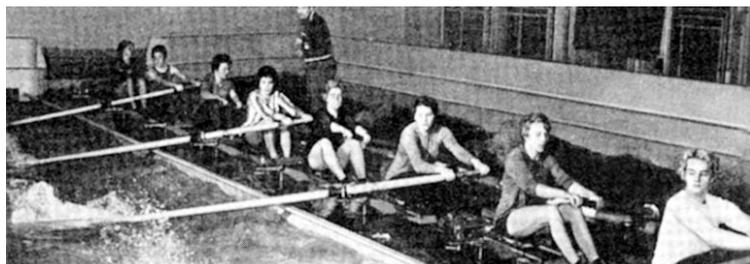
Стартуют четверки-парные

превратилась в массовый вид спорта. Первый чемпионат страны состоялся в Москве в 1928 г. Но только в 1952 г. Советский Союз вступил в МОК, и Олимпиада в Хельсинки стала международным дебютом советских гребцов. Юрий Тюкалов завоевал золото на одиночке, а восьмерка с загребным Владимиром Крюковым и парная двойка Георгий Жилин и Игорь Емчук получили серебро.

В 1956 г. в Мельбурне снова среди чемпионов Юрий Тюкалов, на этот раз в парной двойке с Александром Беркутовым. А на одиночке победную эстафету из его рук принял Вячеслав Иванов. В 1960 г. в Риме он повторил свой успех, а в 1964 г. в Токио выиграл третью золотую медаль. 4 года спустя в Мехико олимпийскими чемпионами стали Анатолий Сасс и Александр Тимошинин, а в 1972 г. в Мюнхене — Тимошинин, Юрий Малышев и Геннадий Коршиков. В Монреале в 1976 г. золотые медали завоевала советская распашная четверка с загребным Владимиром Ешиновым.

На Московской олимпиаде 1980 г. впервые в программу были включены соревнования по академической гребле среди женщин, и Лариса Попова и Елена Хлопцева стали чемпионками. Выступая на чемпионатах мира, которые проводятся с 1962 г., советские гребцы в общей

Тренировка гребцов





сложности завоевали 30 золотых медалей. Первым советским чемпионом мира в 1962 г. стал Вячеслав Иванов. В 1974 г. на чемпионате мира стартовали и женщины, и первыми победителями стали советские спортсменки — Галина Ермолаева и Елена Хлопцева. А успешнее других в первенствах мира выступали Елена Терешина (7-кратная чемпионка) и Нина Уманец (5-кратная). После распада Советского Союза российские академики длительное время не демонстрировали особых достижений. Но в 2004 г. на Олимпийских играх в Афинах российских спортсменов ждал успех: золото завоевали Сергей Федоровцев, Игорь Кравцов, Алексей Свиринов и Николай Спинева на парной четверке. Ю. П.

АКРОБАТИКА — упражнения, связанные с сохранением равновесия и вращением тела с опорой и без опоры.

Такие акробатические элементы есть во многих видах спорта: спортивной и художественной гимнастике, прыжках в воду, фристайле, фигурном катании и др., а также в некоторых танцах, таких как брейк-данс и акробатический рок-н-ролл. Акробатика известна с древнейших времен. С появлением цирка она получила новое развитие, и до сих пор занимает важное место в цирковом искусстве, где выделяют воздушную, силовую, прыжковую акробатику и другие ее виды.

Спортивная акробатика — молодой вид спорта. Международная федерация спортивной акробатики (ИФСА) основана в 1973 г. Первый

Ю. Малышев

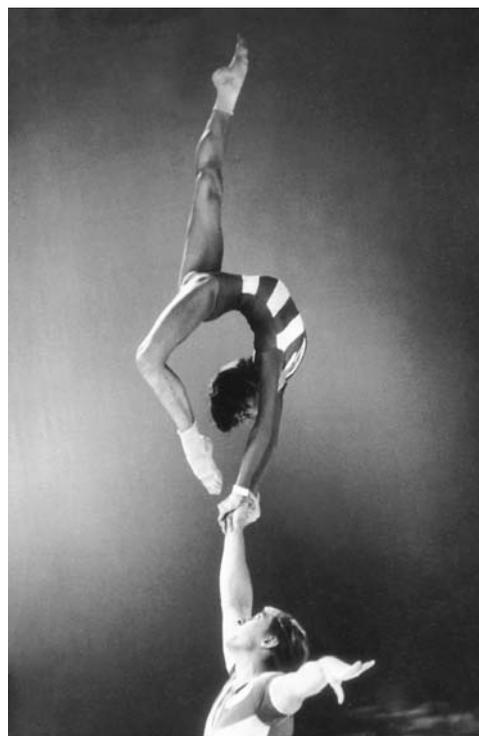


Абсолютные чемпионы мира по спортивной акробатике Ю. Золотов, Ш. Вильданов, А. Макаров, В. Слепокуров (СССР)

Светлана и Евгений Махаличевы, чемпионы мира 1985 и 1988 гг.

чемпионат мира был проведен в 1974 г. в Москве, чемпионаты Европы проводятся с 1978 г. Вначале спортивная акробатика включала парные и групповые упражнения, прыжки на акробатической дорожке и прыжки на батуте. Сейчас под спортивной акробатикой понимают только парные и групповые упражнения, соревнования по остальным видам проводятся отдельно. С 1998 г. ИФСА вошла в Международную федерацию гимнастики (ФИЖ), где спортивная акробатика с 1999 г. представлена отдельной комиссией.

Спортивная акробатика включает соревнования мужских, женских и смешанных пар, женских троек и мужских четверок. Упражнения выполняются под музыку на гимнастическом помосте и включают синхронные акробатические прыжки, а также пирамиды — парные и групповые поддержки (равновесие пирамиды должно сохраняться не менее 3 секунд), и различные элементы с подбрасыванием партнера. Учитывается сложность выполняемых элементов.



Спортивная акробатика входит в программу Всемирных игр по неолимпийским видам спорта.

Спортивная акробатика была сильно развита в СССР. Акробаты Владимир Почивалов и Василий Мачуга были признаны сильнейшей в мире мужской парой десятилетия (1973–1983 гг.). Важный вклад в развитие всех направлений акробатики и акробатических прыжков внес тренер Виталий Гройсман. В 1974 г. его воспитанники стали первыми советскими чемпионами Европы и мира. Под руководством Гройсмана подготовлено 22 чемпиона мира и Европы, 30 мастеров спорта международного класса.

Спортсмены России уверенно выступают на соревнованиях по спортивной акробатике. В 2003 г. в Краснодаре прошел финал первого Кубка мира. Во всех видах программы победили представители России. *К. Г.*

АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ — вид спорта, сочетающий головокружительную акробатику с бешеным темпом и сложнейшим танцем.

Рок-н-ролл (*англ.* rock-n-roll — раскачиваться и вертеться) — импровизированный парный танец американского происхождения, получивший широкую известность в сер. 1950-х гг., отличается крайней экспрессивностью и хореографическими поддержками. Родился он в 1954 г., когда на экраны США вышел фильм с участием Билла Хейли и знаменитой мелодией «Рок вокруг часов» («Rock around the clock»). Зрители увидели первое исполнение рок-н-ролла, и его тут же начала танцевать вся Америка.

С 1960-х гг. стали проводиться самостоятельные конкурсы исполнителей танцевального рок-н-ролла. А в нач. 1970-х гг. швейцарец Рене Сагарра объединил специфические рок-н-рольные танцевальные движения в единый законченный рисунок и тем самым «изобрел» современный акробатический рок-н-ролл.

В 1974 г. четыре страны (Италия, Франция, Германия и Швейцария) основали Европейскую рок-н-рольную ассоциацию (ERRA), к которой сразу же присоединились еще несколько стран (Австрия, Голландия, Дания и Швеция). Когда к ним добавилась Канада, Европейская ассоциация превратилась во Всемирную (WRRRA). А в 1984 г. была образована и современная Всемирная рок-н-рольная конфедерация (WRRC).

Активисты этого энергичного танца с самого начала относились к нему как к серьезному виду спорта — даже подсчитали, что 2 минуты танца равносильны 3-километровой пробежке. И действительно, акробатический рок-н-ролл превратился в ни с чем не сравнимый спортивный праздник движения и молодости. Основным элементом рок-н-ролла является специальный шаг. «Шагая», спортсмены выполняют эффектные трюки — поддержки, сальто, головокружительные перелеты.

Международные турниры, чемпионаты Европы и мира проходят по категориям «А» и «В». В каждой из

Акробатический рок-н-ролл



А

них оцениваются две программы: танцевальная (необходимо показать технику исполнения основного шага, оригинальность танца и артистизм) и акробатическая (оценивается непосредственное исполнение трюков). Категория «А» — самые сложные трюки. Их ок. 10, и все они требуют филигранного мастерства. Категория «В» ограничивает количество сложных трюков, но танцоры должны продемонстрировать безошибочную технику. Есть еще самая простая категория — «С», которая включает в себя поддержки и пируэты, которые осваиваются танцорами в начале обучения.

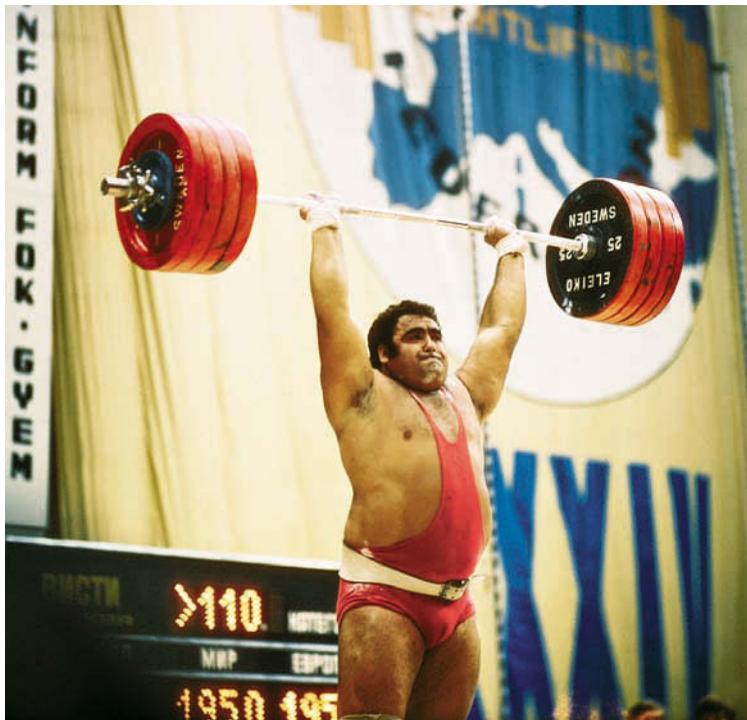
В СССР рок-н-ролл долго не признавался. Танец воспринимали как часть западной культуры, не свойственной советскому человеку. Его запрещали, изгоняли с дискотек. Преследовали и спортивные секции, которые возникали ввиду необыкновенной зажигаемости этого танца.

Развитие акробатического рок-н-ролла в России началось в Москве: в 1986 г. открылось несколько секций и был создан первый специализированный рок-н-ролл клуб, в 1987 г. прошел первый официальный турнир.

Всемирная федерация рок-н-ролла объединяет более 40 стран. На Олимпиаде-2000 акробатический рок-н-ролл был представлен как показательный вид спорта. Неизвестно, когда он войдет в официальную программу Игр, но популярность его несомненно растет. *И. С.*

АЛЕКСЕЕВ Василий Иванович (род. 1942 г.) — советский тяжелоатлет, 2-кратный чемпион Олимпийских игр (1972, 1976 гг.), 8-кратный чемпион мира, 6-кратный — Европы и 7-кратный — СССР в тяжелом весе. Установил 80 мировых рекордов.

До знакомства с тяжелой атлетикой Василий успешно занимался волейболом, лыжными гонками, легкой атлетикой. Природа щедро наградила юношу, и прежде всего недюжинной силой. 19-летний студент записался в тяжелоатлетическую секцию и через 5 лет вошел

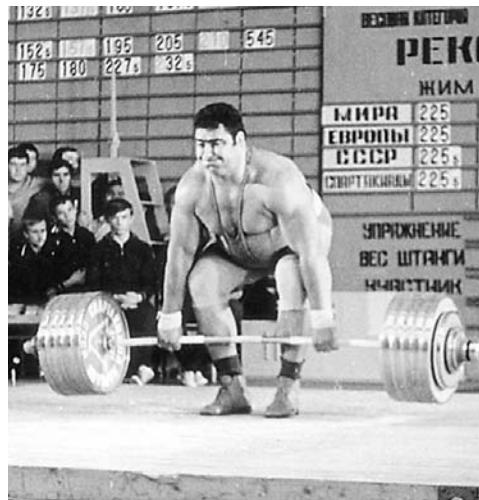


Василий Алексеев

в сборную страны, в дальнейшем стал обладателем уникального количества мировых рекордов.

Эра Алексеева длилась почти 10 лет. В отличие от своих конкурентов, Василий тренировался в основном не в зале (в помещении ему не хватало воздуха), а на природе, причем летом обязательно поднимал штангу... в реке.

Заветный рубеж штангистов-тяжеловесов — 600 кг — был взят русским богатырем Алексеевым в 1970 г. Он



*Попытка
В. Алексеева.
V Спартакиада
народов СССР.
Москва, 1971 г.*

стал достойным продолжателем традиций своих старших коллег — Воробьева, Власова, Жаботинского. К началу XX Олимпийских игр Алексеев довел рекорд до 645 кг, но в Мюнхене решил не рисковать и ограничился 640 кг. В этот момент троеборье заменили двоеборьем, ликвидировав его любимый вид — жим, но на следующей Олимпиаде в Монреале Алексеев установил рекорд мира и в двоеборье — 430 кг (185 кг в рывке и 255 кг в толчке), снова взошел на высшую ступень пьедестала. В 1977 г. Алексеев в 8-й раз стал чемпионом мира: подняв штангу весом 256 кг, он установил свой последний, 80-й рекорд мира.

Привычка творчески относиться к тренировкам сохранилась у Алексеева на протяжении всей блистательной карьеры. Кроме 2 золотых олимпийских медалей, в его коллекции 16 высших наград на чемпионатах мира и Европы. И лишь на Олимпиаде 1980 г. он уступил другому советскому штангисту — Султану Рахманову. Г. Е.

АЛЕКСЕЕВ Виктор Ильич (1914–1977 гг.) — советский легкоатлет и тренер.

Первый рекорд страны в метании копьа Алексеев установил в 1936 г., а последний — в 1947 г. Как тренер Виктор ввел много важных новшеств. Например, первым отказался от обязательных занятий на стадионе. Силу, ловкость и выносливость его воспитанники приобретали в нестандартных условиях. Почти каждое утро веселая компания, в которую входили и новички, и известные атлеты, отправлялась в поселок Ольгино на берегу Финского залива, где проводили основные тренировки. Обыкновенные валуны заменяли им ядро и диск, сухие палки — копьа, поваленные деревья превращались в легкоатлетические барьеры, а прибрежный песок — в яму для приземлений.

Такая методика приносила свои плоды. Олимпийский дебют выпускников «школы Алексеева» удался: Галина Зыбина в 1952 г. стала чем-



На V Спартакиаде народов СССР В. Алексеев установил 7 мировых рекордов

пионкой в толкании ядра, а затем завоевала еще 2 олимпийские медали. Сменившая ее на олимпийском троне Тамара Тышкевич — тоже его ученица. А всего Алексеев воспитал 11 олимпийских чемпионов — прыгунов, бегунов и метателей. Любимыми у него были сестры Ирина и Тамара Пресс, а также Надежда Чижова, еще одна олимпийская чемпионка в толкании ядра. Не успев до конца реализовать свой тренерский талант, Алексеев умер во время тренировки на олимпийской легкоатлетической базе. И. Ф.

АЛЕКСЕЕВА Лидия Владимировна (род. 1924 г.) — советская баскетболистка и тренер.

Небольшого роста, но весьма активная, Лидия завоевала 5 золотых и 4 серебряные медали чемпионатов страны, 4-кратная чемпионка Европы и 2-кратная Всемирных студенческих игр. Завершив спортивную карьеру, Алексеева стала тренером женской сборной СССР, помощницей главного тренера Стяпаса Бутаутаса. Этот дуэт привел советскую команду к победам на двух чемпионатах Европы (1958, 1962 гг.) и чемпионате мира 1964 г. В течение последующих 20 лет Алексеева уже сама была главной и вела команду железной рукой. Иногда Лидию называли «Тарасов в юбке», имея в виду диктаторские замашки великого хоккейного тренера. Ни одна советская женская

Главный тренер женской сборной по баскетболу Лидия Алексеева. 1972 г.



А

сборная (в игровых видах) не добилась такого количества побед, как в баскетболе. Под руководством Алексеевой в 1960–1970-е гг. были выиграны 12 чемпионатов Европы подряд и 3 чемпионата мира (1967, 1971 и 1975 гг.). А когда женский баскетбол был включен в программу Олимпийских игр, советские девушки выиграли первые же 2 турнира: в Монреале (1976 г.) и Москве (1980 г.).

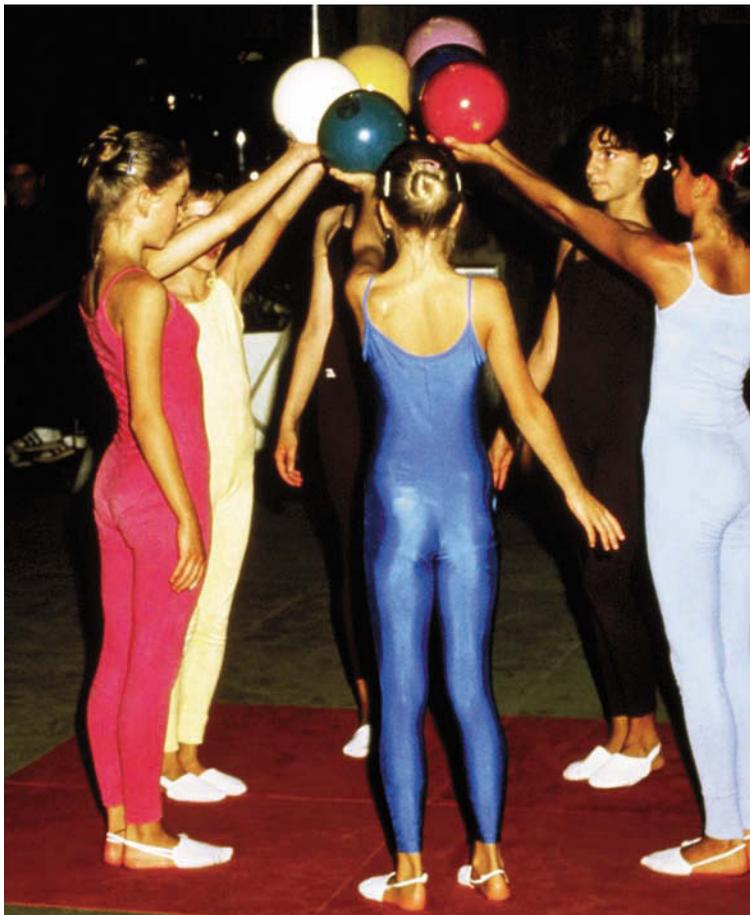
Достижения Алексеевой были высоко оценены, и она стала второй представительницей СССР (после своей воспитанницы Ульяны Семеновой) в мировом Зале баскетбольной славы. *И. Ф.*

АЛЕКСЕЕВА Людмила Николаевна (1890–1964 гг.) — создательница гармонической гимнастики — уникальной системы, сочетающей танец, пантомиму и оздоровительные упражнения.



Людмила Алексеева

Гимнастические упражнения



В основе гармонической гимнастики лежит танцевальная школа Айседоры Дункан — знаменитой американской танцовщицы, последовательницы известных французских школ ритмической гимнастики Дельсара, Демени и Далькроза. Основным принципом школы Дункан была демонстрация красоты естественных движений человека. После огромного успеха выступлений Дункан в России появились студии пластики, свободного танца и ритмики. Алексеева занималась в Школе пластики Элен Тельс — одной из наиболее талантливых последовательниц Дункан в России.

В 1913 г. Алексеева начала самостоятельную педагогическую и режиссерскую деятельность как преподаватель театрального техникума им. Луначарского. В 1928 г. в здании Камерного театра состоялся показ программы Алексеевой, сопровождаемый диспутом о художественном физическом воспитании. Ее самым крупным сценическим произведением стали танцевальные сцены к постановке оперы «Орфей» совместно с известным певцом Иваном Козловским. Закончить постановку помешала Великая Отечественная война.

В 1934 г. Алексеева открыла свою студию гармонической гимнастики в Доме ученых в Москве (студия работает и сейчас, занятия ведут ученицы Людмилы Николаевны). Занятия проводились отдельно в женских группах — гармонической гимнастикой и детских — игровой гимнастикой. Детские упражнения — это более простые и понятные детям образы: «Царевна-лягушка», «Буратино», «Кошка». Алексеева придавала большое значение оздоровительному эффекту пластических упражнений. Многие положения тела в ее упражнениях взяты из йоги. Оздоровительный эффект в системе Алексеевой усиливается за счет эмоционального подъема. На протяжении многих лет в Евпатории Алексеева занималась с детьми, больными костным туберкулезом, и ее методы давали блестящие результаты.

Гармоническая гимнастика имеет много общего с художественной гимнастикой и аэробикой, но отличается своим подходом — движения должны быть максимально простыми и естественными. Занятия проводятся только под «живую» фортепианную музыку — в основном используются классические произведения. Как и в художественной гимнастике, в гармонической есть упражнения с предметами — это флажки (для детей), теннисные мячики, плащи и шарфы. (Упражнения с шарфами посвящены памяти Айседоры Дункан.) Каждое упражнение одновременно создает сценический образ, позволяя выразить настроение, и содержит движения, развивающие равновесие, гибкость, координацию движений. *К. Г.*

АЛЁХИН Александр Александрович (1892–1946 гг.) — русский шахматист, четвертый в истории и первый русский чемпион мира (1927–1935, 1937–1946 гг.), единственный шахматный король, который умер непобежденным.

В 1920-е гг. Алехин вошел в число претендентов на шахматную корону. После эмиграции в 1921 г. (в связи с браком на гражданке Франции) он стал выигрывать турнир за турниром, и в 1927 г., обыграв Хосе Рауля Капабланку, завоевал шахматную



А. Дункан. Скифский танец. 1910 г. Худ. М. Добров



Александр Алехин

Матч за шахматную корону между Александром Алехиным и Хосе Раулем Капабланкой



корону. Затем продолжил серию побед в турнирах, так, в Бледе в 1931 г. установил рекорд, обогнав второго призера на 4,5 очка. Всего Алехин сыграл 5 матчей на первенство мира: в 1929 и 1934 гг. взял верх над Ефимом Боголюбовым, в 1935 г. уступил Эйве, но в 1937 г. выиграл у него матч-реванш. После завершения Второй мировой войны был положительно решен вопрос о матче за шахматную корону между Алехиным и Михаилом Ботвинником, однако чемпион мира скоропостижно скончался.

Алехин считается гениальным шахматистом ввиду уникального комбинационного таланта. *Е. Г.*

АЛИ (Ali) Мохаммед (род. 1942 г.) — американский боксер, олимпийский чемпион (Рим, 1960 г.), 3-кратный абсолютный чемпион мира среди профессионалов-тяжеловесов.

Настоящее имя Али — Кассиус Марселлиус Клей. Но приняв мусульманство, он себя «переименовал». За 20 лет Али проиграл всего 3 боя. Примечательно начало его карьеры — Кассиус позвонил видному тренеру Анжелу Данди и попросил разрешения посещать его тренировки. Никто не знает, что заставило Данди принять мальчика, но когда он увидел его, сразу понял, что перед ним гений бокса. У новичка оказалась природная одаренность, он все схватывал на лету, прекрасно владел тонкими боксерскими комбинациями. При росте 192 см и весе 97 кг Али передвигался по рингу со скоростью легковеса.

В 1959 г. Али выиграл любительский турнир «Золотая перчатка», вошел в сборную США, а спустя год стал олимпийским чемпионом в полутяжелом весе, победив советского боксера Геннадия Шаткова. Еще через 4 года он завоевал титул чемпиона мира среди профессионалов, нокаутировав Сонни Листона, абсолютного чемпиона мира.

Матч-реванш состоялся не скоро. Али отвергал все кандидатуры, предложенные руководителями WBA, за-



*Мохаммед Али
в атаке*

явив, что будет сражаться только с Листоном, который сразу после поражения бросил ему вызов. И Клей лишили чемпионского пояса. Он пошел по второму кругу и завоевал его снова, победив Эрни Террела. А с Листоном расправился в 1965 г., уже по версии WBC.

Кассиус был героем многих скандалов — вошел в состав секты «черных мусульман», поменяв свое имя на Мохаммеда Али, отказался от службы в армии во время войны США с Вьетнамом и снова был лишен звания чемпиона мира, а также получил тюремный срок.

В 1981 г. состоялся последний, 61-й бой Али, в котором он проиг-



*К. Клей (М. Али).
Музей восковых
фигур мадам Тюссо,
Лондон*

*Кассиус Клей
(М. Али) против
Евгения Горсткова*



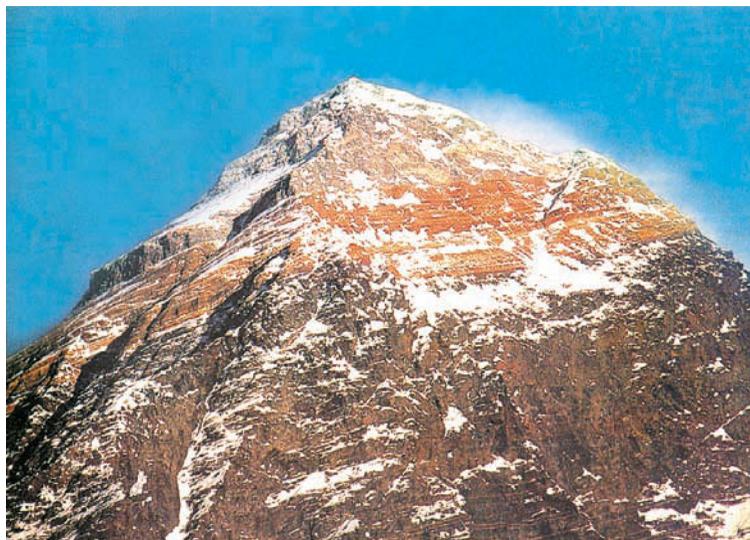
рал своему бывшему спарринг-партнеру Ларри Холмсу. После этого он покинул ринг: болезнь Паркинсона подорвала его здоровье. В 1996 г. в Атланте Мохаммеду Али было доверено зажечь олимпийский огонь. Т. А.

АЛЬПИНИЗМ — восхождение на труднодоступные горные вершины; вид спорта, требующий всестороннего развития физических и морально-волевых качеств, общих и специальных знаний из различных областей науки. Иногда альпинизм относят к экстремальным видам спорта.

Как спорт альпинизм зародился в 18 в. В 1766 г. швейцарский ученый Горацио-Бенедикт де Соссюр предложил приз первому, кто поднимется на высшую точку Альп — Монблан (4810 м). Но приз был вручен только 20 лет спустя, в 1786 г. Памятник первовосходителям — охотнику Жаку Бальма и врачу Мишелю Паккару — стоит в центре альпийского города Шамони (Франция) — «Мекке» альпинистов всего мира.

К кон. 19 в. альпинизм получил широкое распространение по всему миру, когда спортсмены стали восходить на различные вершины, в т. ч. на самую знаменитую — Эверест.

Покорение в 1865 г. труднодоступной из-за крутых склонов вершины Матерхорна положило начало соревнованию по восхождениям на альпийские вершины. Увеличился поток путешественников в Альпы, строились гостиницы и горные приюты, шоссейные, канатные и железные дороги. Началось массовое производство горноспасательского снаряжения, появилась новая профессия — горный проводник, гид. В развитых странах любители гор стали объединяться в союзы и альпийские клубы. С повышением крутизны и сложности маршрутов совершенствовались методы и средства передвижения и страховки на горном рельефе. Альпинисты, ос-



*Пик К2 (Чогори)
в Гималаях*

воившие Альпы, устремились в другие высокогорные районы мира — Кавказ, Памир, Тянь-Шань в Азии, Кордильеры и Аляскинский хребет в Америке. Особенно привлекали Гималаи и Каракорум, где сосредоточены все 14 восьмитысячников — массивов высотой свыше 8000 м.

Экспедиции с целью разведки подходов к гималайским гигантам и достижения их вершин проводились с нач. 20 в., однако первая такая вершина — Аннапурна (8078 м) в Гималаях была покорена только в 1950 г. французами Морисом Эрцогом и Луи Ляшеналем. А в 1953 г. после многочисленных попыток альпинистов разных стран удалось достичь вершины высочайшего из гигантов-восьмитысячников — Эвереста (Джомолунгмы, 8848 м). Успеха добилась английская экспедиция под руководством Джона Ханга, а на вершину поднялись новозеландец Эдмунд Хиллари и непалец Тенцинг Норгей. Во 2-й пол. 20 в. были покорены почти все восьмитысячники, и только последний из них — вершина Лходзе Средняя (8414 м) в массиве Лходзе рядом с Эверестом — был впервые достигнут в 2001 г. российской альпинистской командой.

В России до Октябрьской революции спортивным альпинизмом никто не занимался. Некоторые вос-

хождения совершались учеными-путешественниками и топографами, например, первое восхождение на Эльбрус (восточная вершина 5621 м) совершили участники экспедиции Петербургской Академии наук в 1829 г. Видными альпинистами были ученые-путешественники Петр Петрович Семенов-Тянь-Шанский, Николай Михайлович Пржевальский и др. Но их экспедиции имели научный, а не спортивный характер.

С 1920-х гг. в СССР начал активно развиваться массовый альпинизм. Проводились альпиниады, перевальные походы, массовые восхождения на вершины Эльбруса и Казбека на Кавказе. Создавались альпинистские лагеря, где опытные инструкторы обучали начинающих альпинистов. Со 2-й пол. 1980-х гг. советские, а затем российские альпинисты, хорошо освоив свои горы: Кавказ, Памир, Тянь-Шань, — стали покорять и заграничные горные районы — Альпы, Кордильеры, Гималаи.

Привлекательность вершины и маршрута восхождения связаны для альпиниста с трудностью достижения, которая определяется высотой горы над уровнем моря, крутизной склонов, сложностью рельефа и т. п. Для безопасного преодоления сложных участков применяются соответствующие технические приемы и снаряжение. Техника альпинизма включает в себя владение приемами

*Эдмунд Хиллари
и Норгей Тенцинг
на Эвересте*



А страховки и работы с веревками, умение передвигаться и организовывать страховку.

Очень важна страховка на крутом ледовом склоне. С помощью ледовых кошек и других инструментов (ледоруб, ледовый молоток) альпинист преодолевает ледовый склон любой крутизны вплоть до вертикального и даже нависающего. Вбивая поочередно зубья кошек и клювы ледорубов в лед, он передвигается по льду, для страховки закручивая через каждые 3–4 м ледовые крючья и простегивая с помощью карабинов страховочную веревку.

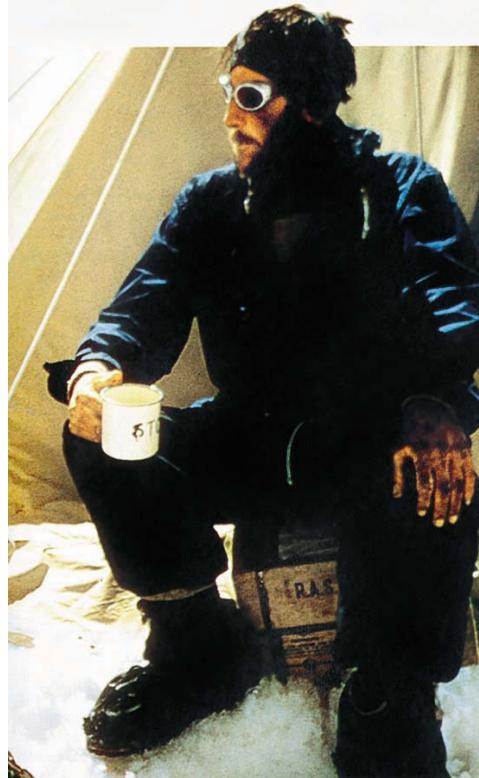
Передвижение и страховка на скалах — еще более сложная задача. Ведь скалы весьма разнообразны по своей структуре, крутизне и прочности. Чтобы удержаться на крутой, часто вертикальной и нависающей скале, альпинист цепляется руками и ногами за неровности скал — уступы и выступы, различные трещины и расщелины. Для страховки в щели забиваются молотком специальные скальные крючья. Их многообразие столь же велико, как и многообразие скал и щелей. Для страховки используется прочная капроновая веревка длиной от 40 до 50 м. Соединенные по 2–3 человека, альпинисты образуют связки. Идущий первым забивает в скальные щели крючья, пристегивает к ним веревку, которая свободно скользит через карабины. При срыве он пролетает не-

*Эдмунд Хиллари
на Эвересте*

*Лорд Хант перед
экспедицией на
Эверест в 1953 г.*

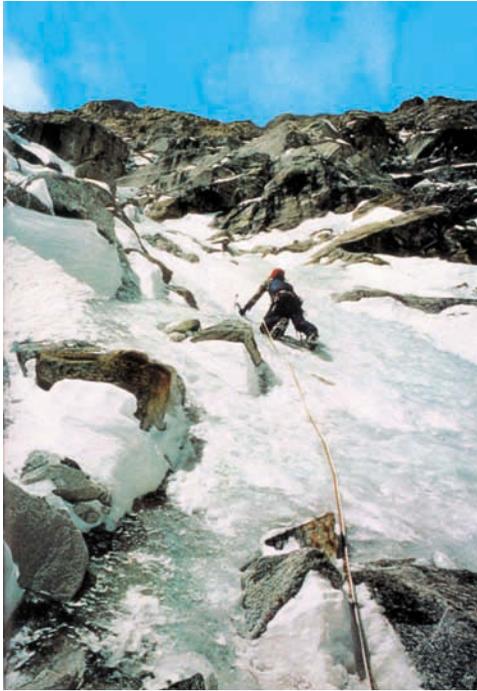


*Эдмунд Хиллари
и Норгей Тенцинг
(в центре) на тор-
жественном при-
еме в Калькутте*



сколько метров мимо крюка, и его падение тормозится эластичной веревкой, которую держит второй в связке — страхующий. Конечно, страхующий должен быть пристегнут к надежной опоре — крюку или выступу.

Надежность страховки зависит от того, правильно ли выбраны места и щели для забивки крючьев, хорошо ли подобраны и забиты крючья, — это целое искусство. В монолитной скале не всегда достаточно хороших щелей. Тогда в ход идет шлямбур (пробойник): им в скале пробивается отверстие, в котором расклинивается стальной шлямбурный крюк — надежная опора. На большой скале (стене) группе альпинистов иногда приходится работать много дней. Применяется тактика «обработки» маршрута снизу, когда ночевать альпинисты спускаются в палатку под стеной, а утром по оставленным веревкам поднимаются для дальнейшего продвижения, причем для подъема служат специальные зажимы. Часто приходится под-



Восхождение на Канченджангу (Гималаи)

нимать с собой все необходимое для жизни и ночлега на стене — палатки и спальные мешки, горелку или примус с запасом топлива, кастрюлю, чтобы натопить воды из снега или льда и приготовить пищу, запас продуктов, фонари, радиостанцию для связи с базой, аптечку, фотоаппараты и многое другое. Для ночлега используется полка или площадка на выступе скалы, которую стараются расширить, выровнять и долепить из снега.

В альпинизме установлено несчетное число самых разных рекордов, вот некоторые из них. Самый молодой покоритель вершины Эвереста — Шамбу Таманг из Непала — достиг вершины 8850 м в 1973 г. в возрасте 17 лет. А самый старый — Рамон Бланко из Венесуэлы — в 1993 г. поднялся на Эверест в возрасте 60 лет. Но если брать в расчет не такие высокие горы, то тогда рекорд принадлежит японцу Тэйити Игараси, который в 1986 г. поднялся на гору Фудзи высотой 3776 м в 99 лет.

Итальянец Рейнхольд Месснер — первый человек, покоривший все 14 восьмитысячников, включая наивысшие вершины — Эверест, Чогори и Канченджангу (1982 г.). Шерп Анг

Рита поднимался на Эверест рекордное число раз — 10. Международная команда альпинистов США, СССР и Китая в 1990 г. установила рекорд, когда на Эверест поднялось одновременно 10 человек. В 1993 г. на Эвересте оказалось сразу 40 человек (32 мужчины и 8 женщин) из 9 экспедиций 10 разных стран. *Вл. Я.*

АМЕРИКАНСКИЙ ФУТБОЛ — игра, возникшая в США из регби и футбола. Пользуется огромной популярностью и считается национальным видом спорта. Национальная футбольная лига США с ежегодным финансовым оборотом ок. 3 млрд долларов входит в число 500 крупнейших компаний страны.

В 1874 г. была проведена игра по американскому футболу по правилам, предложенным спортсменами университета в Гарварде: бить по мячу разрешается и руками, и ногами. С этого момента американский футбол определился как самостоятельный вид спорта. В 1892 г. родился профессиональный американский футбол, а первая профессиональная команда была создана в 1897 г. В каждой команде на поле одновременно находятся 11 человек. Замены не ограничены и поэтому команды профессионалов обычно заявляют на матч 53 игрока.

Играют овальным кожаным мячом размерами несколько меньше

Чемпионат Европы среди юниоров по американскому футболу. Россия (в синей форме) — Дания. Начало игры





Матч Россия — Дания

мяча для регби. Мяч имеет форму дыни, его размер 72×54 см, вес — 400 г. Матчи проводятся на полях с травяным или синтетическим покрытием — 120×54 ярда (1 ярд = 91 см). В концах игрового поля устанавливаются Н-образные ворота, штанги которых расположены за игровым полем. Ширина ворот 6 м, высота от земли до поперечной перекладины 2,5 м, выше перекладины — не менее 3 м. Поле разделено на зоны поперечными полосами.

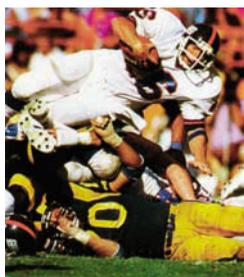
Команда нападения ставит 7 человек на линию атаки. Центральной вводит мяч в игру, откидывая его назад одному из партнеров. Защитники имеют право остановить игрока с мячом любыми средствами за исключением подсечки и захвата за маску. Во время матча многие игроки вообще не дотрагиваются до мяча, а занимаются только силовой борьбой. Игрокам нападающей команды даются 4 попытки, чтобы продвинуть мяч на 10 ярдов. Если им это удастся, они получают новую серию попыток, если нет — команды меняются ролями. В американском футболе есть возможность паса вперед при игре руками, хотя и с ограничениями. Это одно из заметных отличий правил американского футбола от правил регби.

Главный источник очков — тачдаун — внос мяча в конечную зону соперника. Тачдаун приносит команде 6 очков. Тачдаун можно сделать ли-

бо вбегав с мячом в конечную зону, либо отдав пас партнеру по команде, находящемуся там. После тачдауна команда имеет право набрать дополнительные очки. Мяч устанавливается на 2-ярдовой линии соперника и команде дается 1 попытка. Можно ударить по воротам (надо послать мяч над поперечной перекладиной и между стойками ворот), набрав 1 очко, а можно доставить мяч в конечную зону, набрав 2 очка.

Американский футбол — жесткий и чисто мужской вид спорта. Особый интерес и зрелищность в нем представляет силовая борьба, почти не ограниченная правилами. Игроки надевают специальное защитное снаряжение. Для детей разработана «мягкая» версия американского футбола — флаг-футбол. Идея и правила игры очень близки к американскому футболу, но силовая борьба заменена выдергиванием флажков, которые находятся у игроков за поясом. В командах по 5 игроков.

Развитие американского футбола в России началось в 1989 г., когда в Москве состоялся первый показательный матч двух американских команд и была создана первая любительская команда по американскому футболу под руководством государственного тренера сборной СССР по регби Эдгарда Татуряна и его сына Игоря Татуряна. Основу российской команды, которую назвали «Московские медведи», составили спортсмены-регбисты. В 1991 г. «Московские медведи» стали победителями первого чемпионата СССР по американскому футболу. Сейчас в России действует Детская лига американского футбола России, которую создал Виктор Иванов — один из первых игроков команды «Московские медведи». Российские юниоры успешно участвуют в международных соревнованиях. *К. Г.*



Борьба за мяч

АМОСОВ Николай Михайлович (1913–2002 гг.) — академик, хирург-кардиолог, лауреат Ленинской и трех Государственных премий;

большое внимание в своей научной деятельности уделял лечебной физкультуре.

Был врачом в Архангельске и Череповце, всю Великую Отечественную войну проработал ведущим хирургом в полевом госпитале, позднее — в Брянске и Киеве. Амосов создал киевский Институт сердечно-сосудистой хирургии, на его счету более 5 тыс. спасенных больных. Научные работы Амосова посвящены хирургическому лечению болезней легких, сердца, кровеносных сосудов, медицинской кибернетике.

В 1954 г. Амосов для борьбы с проявившимся у него после войны заболеванием позвоночника разработал свой гимнастический комплекс: 10 упражнений, каждое по 100 движений. Затем занялся оздоровительным бегом, добавил упражнения с гантелями. Начиная с 80 лет стал ежедневно заниматься физкультурой по собственной программе «Три тысячи движений в день». Она включала 3-часовые пешие прогулки, бег и упражнения с гантелями.

Книги «Моя система здоровья», «Раздумья о здоровье» принесли Амосову широкую известность как специалисту в области профилактической медицины. Амосов до последних дней продолжал заниматься физкультурой и вел активный образ жизни. К. Г.

АМПЛУА ФУТБОЛИСТА. С тех пор как существует организованный футбол, все игроки разделены по амплуа. Поскольку пионерами игры были англичане, в ней укоренилась и английская терминология, например: вратарь — голкипер, защитник — бек, полузащитник — хавбек, нападающий — форвард.

Если страж ворот всегда был один, то число игроков в других линиях варьировалось. В разные годы тренеры использовали от двух до пяти защитников, от двух до шести полузащитников, от одного до пяти форвардов. В нач. 21 в. особенно «насыщается» средняя линия.



Игра Сергея Семака в нападении

Защитники обычно делятся на крайних и центральных. Если в центре обороны играют два футболиста, то переднего называют стоппером, а заднего — либеро, или чистильщиком. В тех командах, где применяется защита в линию, подобного разделения нет — есть левый центральный и правый центральный.

Полузащитники тоже делятся на крайних и центральных. Для тех, кто выступает на центральной оси, применяются термины «опорный» и «под нападающими».

В обойме нападающих раньше были полусредние, так называемые инсайды. В современном футболе число чистых форвардов незначительно,

Защищаются игроки московского «Локомотива»



А но они могут менять фланги. Поэтому принята такая классификация: первый нападающий и второй нападающий.

При нынешнем курсе на универсализацию отдельные футболисты не имеют четко выраженного амплуа. Не случайно распространено выражение: игроки средней линии и атаки. *Г. М.*

АНА́НД Вишванатан (*род. 1969 г.*) — индийский шахматист, вице-чемпион мира (1995 г.), чемпион мира ФИДЕ (1999–2001 гг.).



В игре вратарь ЦСКА Дмитрий Гончаров

Первый индийский гроссмейстер, в 17 лет стал чемпионом мира среди юношей и вскоре ворвался в шахматную элиту. Ананд отличается элегантным стилем игры, а также высокой скоростью — противник может находиться в цейтноте, а у Вишванатана потрачено всего 10 минут.

С нач. 1990-х гг. Ананд — постоянный претендент на шахматную корону по разным версиям. Выиграв все претендентские матчи, в 1995 г. он сыграл поединок на звание чемпиона мира с Гарри Каспаровым. Первые 8 партий закончились вничью, после победы в девятой вперед вышел Ананд. Однако уже в следующей Каспаров сравнял счет, а после поражения в 11-й индийский гроссмейстер «поплыл».

В 1998 г. Ананд вышел в финал первенства мира ФИДЕ, где встретился с Анатолием Карповым. Вишванатан считал несправедливым, что после утомительных отборочных матчей он должен садиться за доску с гроссмейстером, полным сил. Однако основная часть матча закончилась вничью 3:3, 2 дополнительные партии в быстрые шахматы сложились удачнее для Карпова.

В 2000 г. Ананд снова в финале, и на сей раз он сумел завоевать звание чемпиона мира ФИДЕ. На рубеже веков Ананд регулярно выигрывает международные турниры, а по рейтингу попеременно с Владимиром Крамником делит 2–3-е места.

В 2005 г. на чемпионате мира в Сан-Луисе, где 8 сильнейших шахматистов мира соревновались в 2-круговом турнире, Ананд занял 2-е место, уступив только болгарскому гроссмейстеру Веселину Топалову — новому чемпиону мира. *Е. Г.*

АНГЛИ́ЙСКИЙ БОКС. В кон. 17 в. в Англии возродились спортивные кулачные бои, ведущие начало от панкратиона. Название «английский бокс» употребляется и сейчас, чтобы отличить самый распространенный вид бокса от других, в т. ч. от французского бокса и тайского.

Поединки на кулаках были распространены среди крестьян и небогатых городских жителей Англии. Первое сообщение о боксерском турнире появилось в лондонской газете в 1681 г., а в 1698 г. сражения регулярно проводились в Лондонском Королевском театре. Первым чемпионом Англии стал в 1719 г. Джеймс Фигг, причем не нашлось желающих принять его вызов. Фигг, который проиграл только один поединок в жизни, вошел в историю как создатель первой академии бокса. Среди его поклонников были богатые и влиятельные люди, в т. ч. его величество король Англии Георг I. Именно благодаря королю Георгу в лондонском Гайд-парке в 1723 г. появился первый ринг (от *англ.* ring — кольцо) — круглая площадка, по краю которой кольцом стояли зрители.

Вишванатан Ананд



Джон Салливан

Отцом английского бокса считается один из учеников Фигга — Джон Броутон, выступавший под именем Джек. В 1729–1750 гг. Броутон удерживал титул чемпиона Англии, а в 1743 г. создал первые правила бокса: в них поединок делился на раунды, после нокаута следовал 30-секундный перерыв, были запрещены удары и захваты ниже пояса. Броутон изобрел и первые боксерские перчатки, но они применялись только на тренировках. Броутон умер в 86 лет и похоронен в Вестминстерском аббатстве, где покоятся самые знаменитые и уважаемые люди Англии.

В 1814 г. в Лондоне было создано Общество кулачного боя, которое в 1838 г. приняло «Правила Лондонского призового ринга», состоявшие из 29 пунктов. Оговаривалось не только проведение поединков, но и возможность зрителей делать ставки, часть которых шла в призовой фонд победителю. Ринг стал квадратной площадкой со стороной 7,2 м (24 фута), огороженной канатами, в остальном эти правила почти не отличались от правил Броутона.

Первым знаменитым чернокожим боксером стал Билл Ричмонд — слуга английского генерала, приехавший вместе с хозяином из Америки



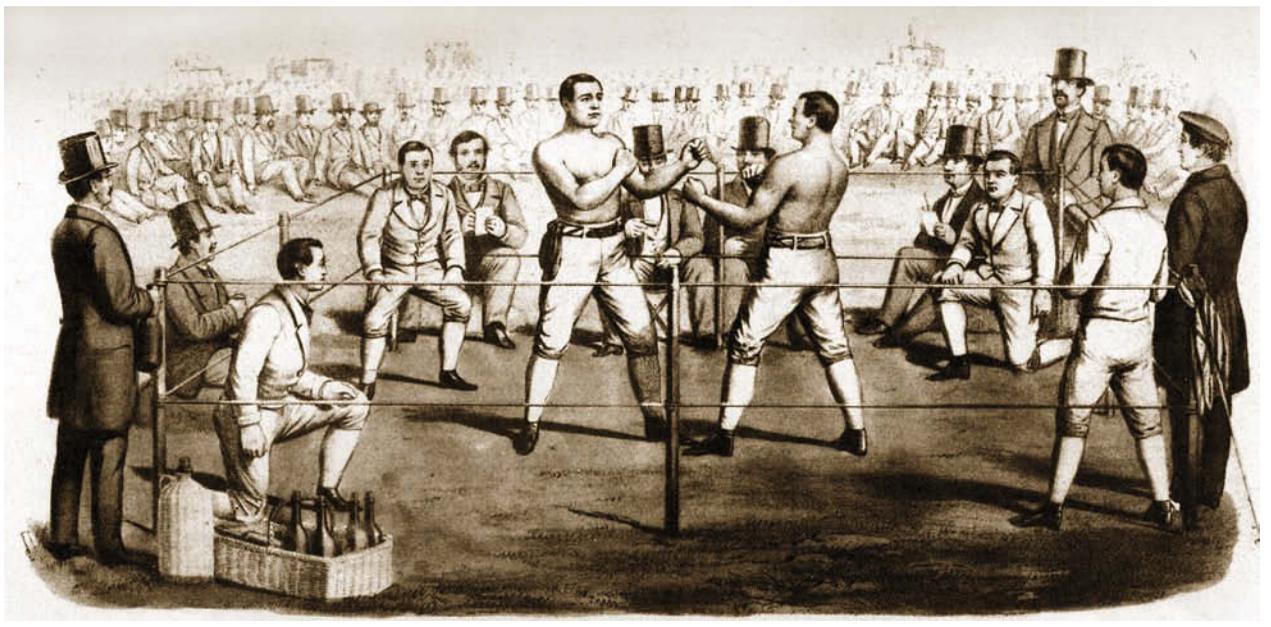
Боксерские перчатки

в Англию в 1777 г. Ричмонд, получивший прозвище «Черный ужас», известен тем, что нокаутировал своего первого противника-англичанина за 25 сек, а также тем, что продолжал выступать до 52 лет. Первым чемпионом Америки в 1816 г. стал Джейкоб Хайер, а спустя четверть века чемпионом стал его сын, Том Хайер.

В 1867 г. появились правила маркиза Куинсберри: в них предусматривались боксерские перчатки, были устранены элементы борьбы и грубые силовые действия. Последний чемпион мира по боксу на голых кулаках — переехавший в Америку англичанин Джон Салливан по прозвищу «Янки», он же в 1885 г. стал первым чемпионом мира по правилам Куинсберри. В историческом матче 1892 г. Салливан уступил свой титул Джиму Корбету по прозвищу «Джентльмен Джим». Именно благодаря Корбету, противопоставившему силовому стилю Салливана четкие перемещения по рингу, английский бокс приобрел репутацию «спорта джентльменов». *К. Г.*

Бой за звание чемпиона между Джоном Хинаном и Томом Сейерсом. 17 апреля 1860 г. Фарнборо, Англия

АНГЛИЙСКИЙ ФУТБОЛ. Англичан называют родоначальниками футбола — именно на Британских островах впервые были оформлены





*Братья Джекки
и Бобби Чарльтон*

*В атаке игрок
«Ливерпуля» Нил*



правила игры. В 1872 г. состоялся первый матч с участием сборной Англии, она встречалась в гостях со сборной Шотландии и сыграла вничью 0:0. В этом же году впервые был разыгран Кубок Англии — его завоевал клуб «Уондерерс». А первым чемпионом страны стал «Престон Норт Энд» в 1889 г.

С 1905 г. Англия является членом ФИФА, с 1954 г. — членом УЕФА. К кон. 20 в. в стране насчитывалось ок. 43 000 клубов и 2 250 000 футболистов.

Наибольшего успеха в своей истории национальная сборная добилась в 1966 г., когда стала чемпионом мира. Английские клубы не раз побеждали в еврокубках. Кубок (Лигу) европейских чемпионов выигрывали «Манчестер Юнайтед», «Ливерпуль», «Ноттингем Форест», «Астон

*Финал розыгрыша
Кубка Англии
1976 г. Гарри Дейл
(«Манчестер
Юнайтед») и
Джим Стил
(«Саутхэмптон»)*



Вилла». Успехов на международной арене добивались также «Тоттенхэм Хотспур», «Вест Хэм Юнайтед», «Манчестер Сити», «Челси», «Эвертон», «Арсенал», «Лидс», «Ньюкасл», «Ипсвич».

Английский футбол дал миру немало известных мастеров, среди которых — Стэнли Мэтьюз, Бобби Чарльтон, Бобби Мур, Гордон Бенкс, Дэвид Бекхэм, Майкл Оуэн и др. К сильным сторонам футболистов из этой страны издавна относился атлетизм, умение играть в воздухе, стремление бороться с первой до последней минуты. Игроки не раз служили образцом джентльменства на поле. Среди тренеров заметный след оставили Вальтер Винтерботтом, Бобби Робсон, Алекс Фергюсон.

Английская Премьер-лига — одна из самых богатых футбольных структур, пришедшая к коммерческому успеху благодаря продаже прав на телетрансляции матчей.

Большую роль в развитии футбольных связей между Англией и СССР сыграло турне московского «Динамо» в 1945 г. Советские футболисты на британских полях выиграли 2 матча и 2 свели вничью при раз-



Бобби Мур

ности мячей 19:9. Из российских игроков, приглашенных в английские клубы, наибольших успехов добился Андрей Канчельскис.

Интерес российских болельщиков к английскому футболу усилился после того, как политик и предприни-

*Финал розыгрыша
Кубка Англии
1976 г. «Лестер
Сити» против
«Манчестер Сити»*



матель Роман Абрамович купил лондонский клуб «Челси». Благодаря приобретению сильных игроков, среди которых был и капитан сборной России Алексей Смертин, «Челси» быстро вышел на лидирующие позиции в Премьер-лиге. После 50-летнего перерыва лондонцы смогли вновь стать чемпионами страны.
Г. М.

АНДИЕВ Сослан Петрович (род. 1952 г.) — советский и российский борец вольного стиля, 2-кратный олимпийский чемпион, 4-кратный чемпион мира, 3-кратный чемпион Европы, 7-кратный чемпион СССР.

В Северной Осетии все любители борьбы хорошо знали братьев Андиевых — Геннадий и Сергей успешно выступали на соревнованиях по вольной борьбе, затем подросток и третий брат Сослан. Был он под 2 м ростом, его звали в баскетбол, но братья уговорили заниматься борьбой. Вскоре Сослан стал побеждать на молодежных чемпионатах страны и мира. Как раз в этот момент, после ухода из большого спорта Александра Медведя, появилась вакансия в тяжелом весе.

На чемпионат мира 1973 г. в Тегеране тренеры включили в сборную СССР шестерых дебютантов, в т. ч. Сослана Андиева, Ивана Ярыгина. И они не ошиблись — все шестеро принесли золото своей команде, а еще четверо завоевали серебро и бронзу, т. е. все советские борцы были награждены медалями. Таким удачным оказался дебют Сослана.

Старший брат Сослана Сергей стал его тренером, и в результате пришли новые успехи — победа на чемпионате мира 1975 г., а затем и на Олимпиаде 1976 г. И тут в сборной СССР появляется еще один многообещающий тяжеловес — Салман Хасимиков, который, как и Сослан, мечтает выступить на следующей Олимпиаде в Москве в 1980 г. На Спартакиаде народов СССР 1979 г. ему удается одолеть Андиева, в том же сезоне он опережает всех конкурентов на чемпионате мира, но на первенстве Европы 1980 г. проигры-



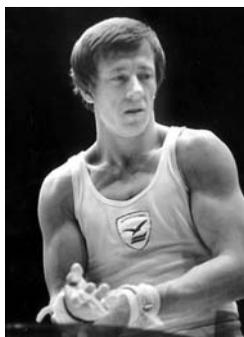
Сослан Андиев

вает болгарину Павлу Иванову. Тогда тренерский совет принимает решение: кто победит на чемпионате страны, Андиев или Хасимиков, тот и станет участником московской Олимпиады.

За поединком двух гигантов следили тысячи болельщиков. Хасимиков необычайно подвижен, резок, не случайно он взял верх на четырех чемпионатах мира. Но все решила телеграмма, полученная Сосланом из дома: накануне решающей схватки у него родилась вторая дочка! Он был так счастлив, что уверенно одолел своего соперника. А на борцовском турнире в Москве Андиев, капитан команды, получил 2-е олимпийское золото и добыл последнюю, 7-ю по счету золотую медаль для своей команды. В. Г.

АНДРИАНОВ Николай Ефимович (род. 1952 г.) — советский гимнаст, абсолютный чемпион Олимпийских игр 1976 г. по спортивной гимнастике, олимпийский чемпион 1972 и 1976 гг. в разных упражнениях. Абсолютный чемпион мира, Европы и СССР разных лет. Неоднократный чемпион мира, Европы и СССР в отдельных видах многоборья.

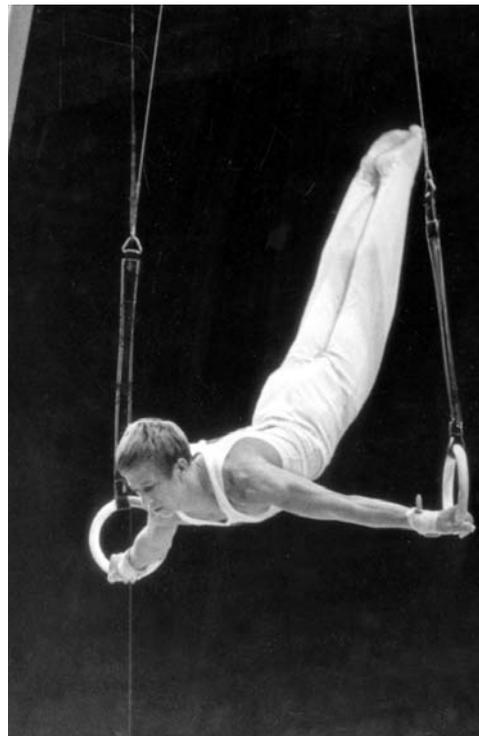
Николай рос без отца, мать работала на заводе, в семье было 5 детей.



Николай Андрианов

В 11 лет он поступил в спортивную школу к опытному тренеру и педагогу Н. Толмачеву, сумевшему убедить воспитанника, что гимнастика — его призвание. В 1970 г. юного гимнаста взяли на чемпионат мира запасным. Но за день до начала стало известно, что ему придется выйти на помост, чтобы заменить заболевшего товарища. Николай держался спокойно и уверенно, будто уже не раз выступал на международных турнирах. Он бесстрашно выполнил самые сложные упражнения, и арбитры были покорены его выступлением. В многоборье он занял 3-е место, а в отдельных видах упражнений выиграл 2 золотые медали.

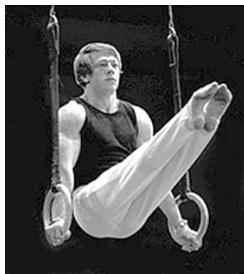
В 1971 г. на европейском чемпионате в Мадриде Андрианов выиграл 2 золотые медали в упражнениях, в многоборье был третьим. О нем писали, что он работает с воронинской чистотой и японской сложностью. Впервые в истории гимнастики Андрианов исполнил тройное сальто и соскок с перекладины, вдвое увеличил трудность упражнений на брусках, коне и в вольных упражнениях. Участвовал в трех Олимпий-

Николай Андрианов.
Упражнение на кольцах

ских играх. В Мюнхене в 1972 г. победил в упражнениях на кольцах. В 1976 г. в Монреале выиграл абсолютное первенство, а также вольные упражнения, опорный прыжок, упражнения на кольцах. Он сумел нарушить гегемонию японских гимнастов, которые никому не отдавали абсолютного первенства на предыдущих Олимпиадах. После долгого перерыва, последовавшего за триумфом Бориса Шахлина на Играх 1960 г., победа Андрианова в Монреале вернула советской мужской гимнастике славу самой сильной в мире.

На чемпионате мира в 1978 г. Андрианов стал абсолютным чемпионом, а на Олимпиаде в Москве в 1980 г. стал чемпионом в командном первенстве и в опорном прыжке. Всего завоевал 7 золотых, 5 серебряных и 3 бронзовые олимпийские награды. *О. Т.*

АНИСИНА (Anissina) Марина (*род. 1975 г.*) и **ПЕЙЗЕРА** (Peizerat) Гвендаль (*род. 1972 г.*) — французские фигуристы, чемпионы Олимпийских игр 2002 г., бронзовые призеры Олимпиады 1998 г., чемпионы мира 2000 г. по танцам на льду.



Николай Андрианов

*М. Анисина
и Г. Пейзера*

*М. Анисина,
Г. Пейзера
на Олимпийских
играх в Солт-Лейк-Сити*



История создания дуэта необычна. Марина родилась в Москве в спортивной семье — мама была фигуристкой, папа — хоккеистом. В Москве Марина начала заниматься фигурным катанием — танцами на льду. Выступая в юниорских соревнованиях, дважды становилась чемпионкой мира в паре с Ильей Авербухом. Но затем пара распалась — Илья предпочел кататься с девушкой, которую любил и которая впоследствии стала его женой, — Ириной Лобачевой. Оставшись в России без партнера, Марина уехала во Францию, за которую и начала вскоре выступать на соревнованиях вместе с французом Гвендалем Пейзером.

На Олимпиаде в Нагано в 1998 г. новая пара смело шла на эксперименты — например, коронным номером их программы стал элемент, когда не Гвендаль, а Марина поднимала партнера на руки. Они выиграли бронзовую медаль, а затем, когда обе лидирующие российские пары (Оксана Грищук — Евгений Платов и Анжелика Крюлова — Олег Овсянников) закончили выступления на любительском льду, Анисина и Пейзера заняли лидирующее положение в группе танцоров.

На Олимпиаде в Солт-Лейк-Сити в 2002 г. они всего одним судьей-



Аским голосом выиграла золотую медаль у российской пары Ирина Лобачева — Илья Авербух. После чего сразу покинули любительский лед, даже не приняв участия в чемпионате мира того же года. А вскоре разразился скандал: по подозрению в том, что во время Олимпийских игр на судей оказывалось давление, был арестован Алимжан Тохтахунов (Тайванчик). Целый год он просидел в итальянской тюрьме — американские службы утверждали, что у них есть пленки телефонных разговоров, в которых Тохтахунов обещал, что Анисина и Пейзера с его помощью обязательно станут чемпионами. Скандал развивался как в лучших фильмах Голливуда, но фигуристы отрицали свою причастность к этому делу, да и сам Тохтахунов был отпущен на свободу спустя год за недостаточностью улик.

Марина и Гвендаль продолжили выступления в ледовых шоу. *И. С.*

АРÉНЫ ОЛИМПÍЙСКИЕ, олимпийские стадионы — спортивные объекты, построенные специально к Олимпийским играм или реконструированные для них.

Когда МОК выбирает место проведения очередных Игр (а это делается задолго до Олимпиады), основное внимание обращается на представляемые городами-кандидатами проекты олимпийских арен. Для МОК важно не только соответствие современным стандартам и обеспечение хороших условий проведения соревнований по всем видам олимпийской программы, но и предлагаемые планы использования этих сооруже-



Центральная спортивная арена «Лужники» во время Олимпиады 1980 г.

ний после Олимпиады — они должны способствовать развитию спорта и массовой физкультуры.

Для зимних Олимпийских игр основное значение имеет оборудование природных горных склонов — строительство лыжных трамплинов, горнолыжных и бобслейных трасс и др. Здесь важно соответствие стандартам, наличие качественного снега в период проведения игр, а также создание условий для многочисленных зрителей. Обычно строят и большие ледовые дворцы для соревнований по фигурному катанию, хоккею, шорт-треку, а также открытые трассы для лыжников и конькобежные дорожки.

Спортивные арены летних Олимпийских игр — это комплексы закрытых и открытых стадионов, которые должны обеспечить проведение соревнований по легкой атлетике, футболу, гимнастике, ед-



Олимпийский стадион «Монжуик» в Барселоне. Открытие Игр 1992 г.

Олимпийский стадион «Кендзо Танге» в Токио





ноборствам, плаванию, конному спорту и другим видам летней Олимпийской программы. Обычно для летней Олимпиады строят главную олимпийскую арену (на ней проводят и церемонии открытия и закрытия игр) и дополнительно еще несколько специализированных стадионов.

И для зимних, и для летних Олимпийских игр в проекте должны быть предусмотрены также место размещения спортсменов (его называют Олимпийской деревней) с тренировочными залами, вспомогательными помещениями и системой обслуживания, медицинский центр, обязательно включающий лабораторию допинг-контроля, помещения для журналистов, операторов, комментаторов.

Первая олимпийская арена — древний стадион в Олимпии. Образцовые для своего времени олимпийские стадионы были сооружены в Лондоне (1908 г.), Стокгольме (1912 г.), Париже (1924 г.), Амстердаме (1928 г.), Лос-Анджелесе (1932 г.).

Первым крупным олимпийским комплексом стал олимпийский стадион в Берлине, построенный по проекту архитектора Вернера Марха и открытый в 1936 г. Этот стадион остается крупнейшим спортивным центром Германии. Сейчас он рекон-

Комплекс спортивных сооружений в Москве на Олимпийском проспекте



Открытие Олимпийских игр в Сиднее. 2000 г.

струирован в соответствии с современными требованиями и вмещает 80 тыс. человек. Кроме основного стадиона, в спортивный комплекс входят плавательный бассейн, конный стадион, теннисные корты, хоккейный стадион, поле с колокольней и открытая концертная площадка на 25 тыс. мест. В 1968 г. к Олимпиаде в Мехико был построен стадион «Ацтек», рассчитанный на 107 тыс. зрителей. В кон. 20 в. он был оборудован прозрачной крышей.

Главной спортивной ареной олимпийской Москвы стал реконструированный стадион «Лужники». К Олимпиаде 1980 г. в Москве были построены также Битцевский конноспортивный комплекс, гребной канал и велотрек в Крылатском. На всех этих сооружениях проводятся соревнования, тренировки сборных команд и детских спортивных школ, физкультурно-оздоровительные занятия. Крупнейшим спортивным центром Москвы 21 в. остается спорткомплекс «Олимпийский» — крытый стадион на 35 тыс. зрителей с центральной ареной 10 тыс. м² и плавательным бассейном с местами для 12 тыс. зрителей. В плавательном бассейне есть основная ванна (50×25×2,25 м) с трибунами на 7,5 тыс. зрителей и прыжковая ванна (33×25×6 м) с трибунами на 4,5 тыс. зрителей. Центральная аре-

А

на может использоваться и как футбольное поле и как ледовая арена. В спорткомплексе есть также игровой и гимнастический залы, тренировочный каток и зал художественной гимнастики.

К Олимпийским играм 1996 г. в Атланте был построен стадион на 85 тыс. зрителей. Проект этого стадиона предусматривал его последующую реконструкцию в специализированный стадион на 45 тыс. мест для бейсбола, которая и была произведена после Олимпиады.

Крупнейшим олимпийским стадионом пока остается стадион на 110 тыс. зрителей, построенный в Сиднее к летней Олимпиаде 2000 г. Этот стадион — рекордсмен по стоимости строительства (ок. 400 млн долларов) — отличается оригинальным современным дизайном, обеспечивающим хорошую вентиляцию и естественное освещение. Кроме того, он гармонично вписывается в окружающий природный ландшафт.

К Олимпиаде 2008 г. в Пекине в городке Гуаньчжоу предполагается построить крупнейший Олимпийский центр, который станет затем важнейшим спортивным центром Китая. Его площадь составит ок. 1 млн м², и он будет включать, помимо главного олимпийского стадиона на 80 тыс. зрителей, Олимпийскую деревню, различные спортивные и вспомогательные сооружения. К. Г.

АРМРЕСЛИНГ, армспорт — борьба на руках.

История борьбы на руках уходит в глубину веков, но в 1970-е гг. она перестала быть развлечением, а превратилась в спортивную дисциплину. Эта метаморфоза позволила привлечь в ряды поклонников армреслинга и молодых людей, и женщин, ведь этот вид спорта доступен всем без исключения.

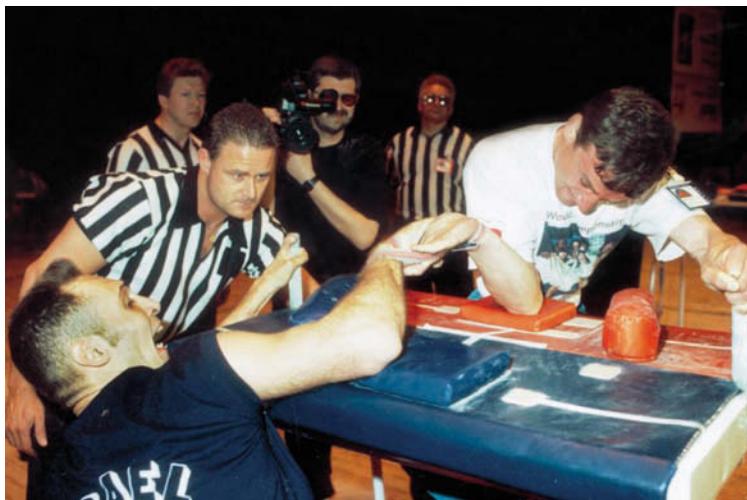
Местом рождения армреслинга является калифорнийский город Петалума, находящийся в часе езды от Сан-Франциско. Здесь существовал популярный пивной бар, где после работы собирались крепкие мужчи-



*Соревнования
среди женщин*

ны. Часто, оставив свои рюмки и кружки, они боролись на руках на пари. Местного журналиста Била Соберанеса это развлечение навело на мысль проводить соревнования по борьбе на руках. Сначала их участниками были жители Калифорнии, затем сюда стали приезжать люди из других штатов и даже из-за рубежа. В кон. 20 в. турнир стали называть чемпионатом мира, была организована Всемирная корпорация армреслинга, которую возглавил Соберанес. На месте того пивного бара со-

*Соревнования
среди мужчин*



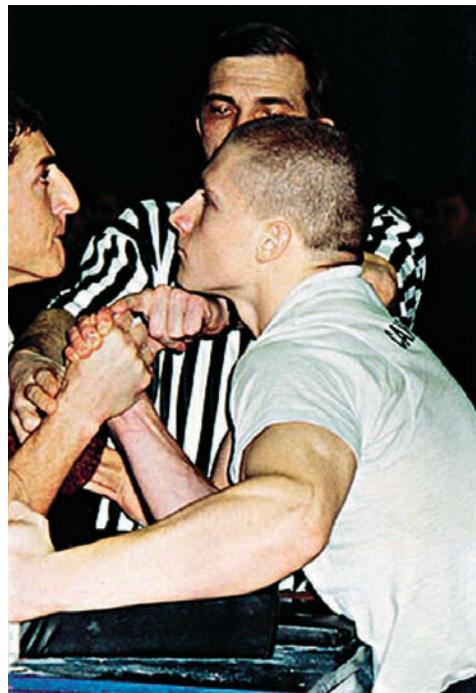
оружен большой спортивный зал и стела в память о возникновении армреслинга.

Для россиян первое знакомство с этим видом спорта было заочным: в 1970-е гг. в Москве появилась видеокассета с фильмом «Изо всех сил» с Сильвестром Сталлоне в главной роли. Кульминацией ленты была схватка по армреслингу. Затем многие наши борцы, выступавшие на соревнованиях в США, побывали на турнирах по новому виду. В Москве появилась группа энтузиастов, ратовавших за армреслинг. Во главе ее был Игорь Амедшин — мастер спорта по классической борьбе. Новый вид импонировал борцам-классикам, поскольку предъявлял особые требования к развитию мышц плечевого пояса. Была организована Российская ассоциация армреслинга (РАА), которую приняли в Международную федерацию, объединяющую более 70 стран.

В 1989 г. в Москве прошли первые соревнования — турнир «Московский медведь». Большая часть наград тогда досталась гостям — американцам и канадцам. Но россияне оказались хорошими учениками и вскоре стали лидерами в этом виде: в 1993 г. на мировом первенстве завоевали больше всех наград — 29, в т. ч. 10 золотых. Всего на чемпионатах мира российские рукоборцы стали обладателями более 100 высших наград. Показательны итоги чемпионата мира 2003 г., проходившего в США: у сборной России 8 золотых наград, у американцев — лишь 1.

Со временем турнир «Московский медведь» превратился в «Золотого медведя» и стал малым первенством мира, собирая спортсменов из многих стран. Гостей привлекал высокий уровень состязаний и огромный зрительский интерес. Часто финалы проводились в зале цирка на Цветном бульваре при полном аншлаге — 2000 зрителей.

Армреслинг пока не вошел в программу Олимпийских игр, хотя по многим параметрам имеет на это право. Инвентарь для армспорта



Начало поединка



Судья — непременный участник соревнований по армреслингу

очень простой: для проведения соревнований необходим лишь стол с упорами для рук. Загвоздка заключается в том, что не выполнено важное требование МОК — нет единой организации, занимающейся этим видом спорта, а имеется сразу три: любительская Международная федерация, Всемирная корпорация профессионалов и Всемирный совет армреслинга.

Любой спортсмен может участвовать в соревнованиях, проходящих под эгидой этих трех федераций, самые сильные в один год могут завоевать 6 медалей чемпионов мира, поскольку награды вручают за борьбу и правой, и левой рукой. Правда, такая универсальность пока не наблюдалась. В армспорте можно выступать и под псевдонимом, как это было когда-то на турнирах борцов в цирке. Так, 7 раз чемпионом становился англичанин, называвший себя «Черной маской».

В армспорте немало ярких звезд, в их числе 10-кратная чемпионка мира Ирина Турчинская, другая россиянка Вика Габагкова, а также Руслан Караев, Ибрагим Ибрагимов, американцы Джон Брзенк и Дроти Джонс. Ю. Х.

А **АРМСТРОНГ** (Armstrong) Лэнс (род. 1972 г.) — американский велосипедист, 5-кратный победитель «Тур де Франс», бронзовый призер Олимпийских игр 2000 г.

Армстронг — героический «рыцарь терпения» (так называют велосипедистов-шоссейников, стартующих в многодневных гонках). Он перевернул все представления о пределе человеческих возможностей. В 1996 г. ему был поставлен диагноз — рак, метастазы в брюшной полости, в легких и в мозгу. Врачи прогнозировали, что жить ему осталось недолго. Спортсмену сделали несколько сложнейших операций, подвергли сеансам химиотерапии. Армстронг во всем слушался врачей, но боролся не только за жизнь, но и ... за возвращение на трассу.

И чудо свершилось — сила человеческого духа оказалась сильнее смертельной болезни. А в 1999 г. произошло второе чудо — теперь уже спортивное: надев желтую майку лидера на первом этапе, Лэнс никому не отдал ее. На финише на Елисейских полях Парижа приветствовали первого за всю историю человека, который всю дистанцию проехал лидером, доказав, что даже после такой страшной болезни можно вернуться к полноценной жизни, да еще и превзойти свои прежние достижения!

Лэнс основал благотворительный фонд в поддержку онкологических больных. За годы после операций полностью изменился его духовный мир — заранее похороненный друзьями и болельщиками Лэнс оставил свой страх перед смертью в мрачных кабинетах онкологических клиник. Свою 6-ю победу на «Тур де Франс» Армстронг одержал в 2004 г. *А. Ю.*

АРТАМОНОВА Инга Григорьевна (1936–1966 гг.) — советская конькобежка, 4-кратная абсолютная чемпионка мира (1957, 1958, 1962, 1966 гг.), 5-кратная абсолютная чемпионка страны, обладательница 27 золотых медалей на первенствах страны на отдельных дистанциях. Рекордсменка мира в классическом многоборье и на дистанциях 500, 1500 и 3000 м.



Лэнс Армстронг



Инга Артамонова

Свою книгу Артамонова назвала «Я учусь ходить по земле». «Учусь» — хотя она уже была «четырежды непобежденная чемпионка всего земного шара», как о ней однажды написала финская газета.

Дебютируя в 1956 г. на чемпионате СССР, Инга волновалась как никогда в жизни, но все же сумела установить мировой рекорд и завоевать звание абсолютной чемпионки. А через год — снова с первой попытки — завоевала лавровый венок чемпионки мира в Финляндии. В 1958 г. она снова стала чемпионкой мира, а потом четыре года болезни легких не позволили ей выступать на международном уровне. Гордая и непреклонная, Инга заставила себя забыть о болезни, тренировалась до изнеможения и в результате в 1962 г. наверстала упущенное — завоевала 5 золотых медалей чемпионки страны: на всех дистанциях и в многоборье, — причем установила 4 мировых рекорда за 2 дня! В 1962 г. она совершила настоящий подвиг — не проиграв за весь сезон ни одного старта, в третий раз стала чемпионкой мира.

А в 1965 г. Артамонова в четвертый раз завоевала лавровый венок — до нее это не удавалось ни одной конькобежке планеты. В своем дневнике Инга записала: «Свершилось! Обо мне теперь пишут «четырежды непобежденная. Но эта вершина — не последняя! Восхождение не кончилось — впереди целая жизнь». Но эта вершина оказалась последней — в следующем году Инга трагически погибла. *А. Ю.*

АСТАХОВА Полина Григорьевна (1936–2005 гг.) — советская гимнастка, 5-кратная олимпийская чемпионка, одна из сильнейших спортсменок за всю историю гимнастики.

Жила на Украине. Начала заниматься гимнастикой очень поздно — в 13 лет, и добилась успехов за счет трудолюбия и упорной работы. Участвуя в трех Олимпиадах, Астахова собрала уникальную коллекцию призов — золото Игр в Мельбурне, Риме и Токио в составе сборной СССР, награды за 1-е место на разновысоких