

# Впереди планеты всей

## КРУПНЫЙ ПЛАН

Чтобы стать здоровым, человеку нужно, как минимум, чем-нибудь... заболеть. Парадоксальность этого заявления понятна разве что лыжникам, не сумевшим «завязать» со своим видом спорта. Кроме того, чем больше здоровья сохраняет спортсмен, тем тяжелее ему приходится. Свое здоровье лыжник-ветеран немедленно обращает в секунды и минуты, причем старается, чтобы их было поменьше, чем даже у тех, кому еще до ветеранов бегать и бегать.

С таким подходом к жизни наши спортсмены изрядного возраста часто приносят региону больше славы, чем их молодые коллеги. И они еще при этом бывают недовольны собой!

— Пора нам обратно в лыжную секцию, — начал разговор с корреспондентом «Северного края» обладатель двух золотых и двух серебряных медалей Кубка мира среди гонщиков-любителей Александр Абрамов. — Падали на смешном спуске, который можно с закрытыми глазами проехать. Виктор Семенович Попов на нем победу упустил, а я еще и лыжи свои «боевые» сломал. Получилось — минус два «золота». На той «тридцатке», где упал, да еще и в марафоне пришлось выступать по мокрому свежему снегу на лыжах для холодной погоды. Как на досках мокрых бежал.

Напомним, что на «досках» Александр завоевал серебряную медаль (Подробнее об этом — в материале «Восемь медалей для Ярославля» в номере от 14 марта). А победил в тех дисциплинах, к которым особенно не готовился — на десятикилометровой гонке и в эстафете четыре по пять километров.

Вообще, страна Суоми встретила наших лыжников неприветливо. Дело не в погоде и не в радушии хозяев, а в их... мягкосердечии. Учитывая не особенно блестящую подготовку гонщиков из Австралии, Румынии и других не самых северных стран, большую часть дистанций финны проложили по известно-

фото Анатолия КОНОНЦА



му на всю страну клюквенному болоту. Клюква — оно, конечно, здорово, но на этом плоском как стол «блине» наши гонщики лишились своих главных преимуществ. Тренировались-то они в Подolino, на неслабых подъемах, где и могли обеспечить себе серьезное преимущество.

В сорок с хорошим гаком лет проехать пятьдесят километров за пару часов с небольшим, как Александр Абрамов (а есть у него в коллекции и медаль за победу в стокилометровом битцевском марафоне и даже призовое место в двадцатичетырехчасовой гонке)... Или в шестьдесят «завинуть» тридцать менее, чем за полтора часа, как Виктор Семенович Попов... Это, конечно, просто поразительно. А спортсмены еще и жалуются при этом, что подъемов, дескать, мало. Вот другое дело, в прошлом году в Италии, на высоте два километра... Дышать, конечно, тяжело, но подъемы были роскошные. Да и сопротивление воздуха поменьше... Там, кстати, Виктор Семенович обогнал знаменитого Де Зольта — не помогли экс-чемпиону мира и родные склоны.

Тем не менее, когда мы говорим о ветеранском спорте,

практически всегда забывается, что для достижения подобных результатов спортсмены должны серьезно тренироваться. Однако ветеран — не топ-спортсмен, вокруг которого постоянно суетятся чуть ли не десять человек: от личного тренера и сервисмена до диетолога и человека, принимающего перед стартом разминочный костюм. Ветеран — один на один со всеми сложностями лыжного спорта.

Теперь представим себе: практически перед каждой тренировкой нужно подготовить лыжи — час! Одна тренировка — минимум три часа. В городе кататься практически негде, а до ближайшего к Ярославлю лыжного стадиона — минимум полчаса неспешной езды. То есть полдня на любимый спорт — вынь да положь. А работа? А семья? Даже для того, чтобы сделать снимок для газеты, собрать вместе Абрамова и Попова на этой неделе не удалось — работают-то они в сменах.

Всякий выходит из положения по-своему. Виктор Семенович, к примеру, вешает на голову фонарь наподобие автомобильного, за спину — аккумулятор и, покончив с делами днев-

ными, едет по ночному подолинскому лесу под девизом «сам себе светлячок». У Александра Абрамова, в принципе, хватает светлого времени суток для тренировок — он посменно трудится на нефтеперерабатывающем заводе. Но ведь и тут не разгуляешься: представьте, как тренироваться после ночной восьмичасовой рабочей смены? Или наоборот: заступать на ответственную работу после того, как три-четыре часа откатался на пульсе 180 ударов в минуту. Нормальные люди от такого сердцебиения доктора зовут и завеща-

буты — крепления, палки, ботинки, мази-парафины. Тем, у кого коровы нет, приходится втайне от семьи работать на второй, а то и третьей работе. И, естественно, на приличные комбинезоны или разминочные костюмы деньги редко остаются. Ветераны живут по старому казачьему принципу: «Воин может быть оборванец, но чтоб оружие — в серебре!» Вот до чего доводит людей жажда настоящей скорости — когда лошадиные силы бьются не под капотом, сотворенным где-нибудь за океаном, а в собственных руках и ногах.

фото Анны СОЛОВЬЕВОЙ



ние пишут, а Александр, бывает, страдает — не доездил.

Но это всего лишь верхушка айсберга под названием «ветеранский спорт». Виктор Семенович рассказал, к примеру, об одном гонщике из глухой костромской деревни, не пропускающем ни одного соревнования в Подolino. Для того, чтобы купить топовые гоночные лыжи, человек продал единственную корову, уговорив жену тем, что на вырученные деньги они купят и новые лыжи, и новую корову. Щас! Еще и по деревне собирали, чтобы хватило на прочие лыжные атри-

— Бывает, обгоняешь на тренировке какого-нибудь молодого лыжника, — замечает Александр, — а он даже не пытается продержаться за тобой. Сначала думаешь: как из таких людей может выйти толк? А потом понимаешь: вполне возможно, что и он в свое время будет так же обгонять молодых и будет ими жутко недоволен. Потому что лыжные гонки — это навсегда. Ими можно перестать заниматься на какое-то время, но совсем бросить их нельзя. На себе проверено.

Анатолий КОНОНЕЦ