



Главное спортивное событие к 80-летней годовщине Великой Победы в столице Среднего Урала

В Екатеринбурге в знаковый для нашей страны год состоялся уникальный легкоатлетический старт «За Победу!» с двумя символическими финишами 1945 и 2025 метров для всех желающих.

Присоединяйтесь к сообществу эстафеты vk.com/vesnapobedy и принимайте участие в забеге. Каждого подписчика ждут цифровые подарки и супер-розыгрыши. Впервые местом старта «Весны Победы» стал главный стадион Екатеринбурга – «Екатеринбург Арена».

Прием лучших спортсменов



Глава Екатеринбурга Алексей Орлов провел прием юных спортсменов и тренеров города. Атлетов приветствовали Депутат Государственной Думы, двукратный олимпийский чемпион Сергей Чепиков и Министр физической культуры и спорта Свердловской области Леонид Рапопорт.

«Сегодня мы чествуем лучших молодых спортсменов и тренеров Екатеринбурга – победителей круп-

нейших всероссийских и международных соревнований. Ваши успехи – это не только личные достижения, но и гордость всего Екатеринбурга.

Детский, юношеский, школьный спорт – приоритетное направление нашей работы. Мы создаем условия для занятий, чтобы дети имели все возможности для реализации. Почти в 40 учреждениях города преподаются более 60 дисциплин. Их осваивают 40 тысяч детей и подростков. Воспитанием нового поколения чемпионов занимаются 800 тренеров», – приветствовал спортсменов градоначальник.

На прием пригласили 25 юных атлетов и 14 тренеров. Молодые люди занимаются 18 видами спорта: от шахмат и тхэквондо до гонок. Им вручили золотые звезды и дипломы.

Подводя итоги встречи, Алексей Орлов пожелал спортсменам новых побед.

Проект «Спорт объединяет сердца» реализуется при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации

Новости спорта

Спортивная аэробика



Со 2 по 6 апреля в г. Калининград (Дворец спорта «АВТОТОР-Арена») состоялось Первенство России по спортивной аэробике. Отметим успехи спортсменов СК «Виктория»:

Танцевальная гимнастика (15–17 лет): 1 место – Богданова Екатерина.

Танцевальная гимнастика (12–14 лет): 2 место – Бахчева Ксения.

Смешанные пары (15–17 лет): 3 место – Богданова Екатерина.

В командном зачете (в составе Свердловской области): 3 место – Лукина Виктория.

Поздравляем ребят с успешным выступлением! Желаем больших успехов в дальнейшем.

Благодарим тренеров-преподавателей, Маркину Ксению Станиславовну и Тарасова Александра Викторовича, за проделанную работу и успехи воспитанников!

Бадминтон



В Челябинске с 12 по 14 апреля 2025 года прошли Всероссийские соревнования по бадминтону, приуроченные ко Дню Космонавтики. В соревнованиях приняли участие Челябинская и Свердловская области, Республики Башкортостан и Татарстан, а также Пермский край. Поздравляем Шадрину Марию, воспитанницу СШ «Росток», ставшую серебряной призеркой в одиночном раз-

ряде и парном разряде (тренеры Созонов А.В., Зубрилов Е.В.). Желаем Марии дальнейших спортивных достижений!

Фигурное катание



Команда по синхронному катанию «Юность» сделала подарок к юбилею своего хореографа Михаила Даниловича Павлюченко. Девушки стали победителями всероссийских соревнований «Волжский пируэт» среди КМС. Старты проходили в Самаре. Наша команда лидировала в короткой программе и заняла первое место после проката произвольной программы среди 12 команд-участниц. Серебро досталось самарской «Жемчужине», бронза – у омского «Аквамарина». Это был заключительный старт сезона. Завтра у наших синхронисток финал шоу-программ, а дальше – показательные выступления, летние сборы и небольшой перерыв на отдых.

Поздравляем юниорскую команду «Юность» и её тренеров-преподавателей Наталью Михайловну Санникову, Дарью Дмитриевну Санникову и Михаила Даниловича Павлюченко с победой!

Весна Победы

Масштабные спортивные мероприятия, посвященные юбилею Великой Победы, прошли 27 апреля в уральской столице. Самой массовой стала легкоатлетическая эстафета «Весна Победы». Она прошла в Екатеринбурге в 86-й раз.

Впервые соревнования состоялись 2 мая 1937 года и прошли под эгидой газеты «Уральский рабочий». Забеги проводили даже во время Великой Отечественной войны. 8 мая 1943 года на старт вышло 6,8 тысячи горожан. В 2003 году в честь 58-й годовщины Великой Победы соревнования стали называться «Весна Победы».

В этом году в спортивном мероприятии приняли участие более 2 тысяч человек, в том числе 217 команд учащих школ, вузов, ссузов, спортивных секций Екатеринбурга и региона.

Главным событием 86-й эстафеты стал массовый старт «За Победу!» с символическими финишами на 1945 и 2025 метров.

Юбилейный забег «За Победу!» совершили ветераны спорта и почетные гости:

– Наталья Хрущелева, ЗМС, двукратный серебряный призер чемпионата Европы, бронзовый призер чемпионата мира в беге на 800м, участница

двух летних Олимпийских игр. Почётный гражданин города Тавда;

– Людмила Бикташева, МСМК, бронзовый призер чемпионата Европы в беге на 10000м, чемпионка мира в эстафетном беге Экиден в полумарафоне, участница Олимпийских игр;

– Дмитрий Форшев, ЗМС, двукратный призер чемпионата мира, серебряный призер чемпионата Европы. Двукратный призер первенства Европы, участник Олимпийских игр 2004 г. в Афинах;

– Ольга Котлярова, ЗМС, пятикратная чемпионка мира, рекордсменка мира, бронзовый призер Олимпийских игр 2000 г.;

– Михаил Липский, МСМК, неоднократный чемпион России, бронзовый призер первенства Европы, участник Олимпийских игр 2004 г. в Афинах. Сегодня работает заместителем главы администрации Верх-Исетского района города Екатеринбурга;

– Екатерина Бикерт, МСМК, неоднократная чемпионка страны, участ-



ница двух летних Олимпийских игр 2004 г. в Афинах и 2008 г. в Пекине;

– Владимир Жуков, МСМК, многократный победитель первенств России, рекордсмен России, бронзовый призер первенства Европы в беге 110с/б;

– Павел Уханов, ЗМС, чемпион Сурдлимпийских игр в беге на 800м. Пятикратный призер Сурдлимпийских игр, многократный чемпион и рекордсмен России;

– Александр Сугоняев, ЗМС, восьмикратный чемпион Европы в беге на 5000м и 10000м. Двукратный призер Сурдлимпийских игр в беге на 10000м и в марафонском беге;

– Артем Арефьев, ЗМС, трехкратный паралимпийский чемпион, многократный чемпион мира и Европы. Награжден орденом Дружбы, орденом Почета, медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени и другие знаменитые спортсмены.

Школьники и студенты в зависимости от возраста и команды могли преодолеть один из двух маршрутов: 3,6 километра (вузы, ссузы); 1,8 километра (школьники).

Маршруты прошли вокруг «Екате-

ринбург Арены», по улицам Татищева, Репина, Пирогова.

Забегам предшествовали кольцевая групповая велогонка и велогонка Критериум.

В гонке Критериум первые места завоевали представители спортивной школы олимпийского резерва «Уктусские горы» Артем Шкирмонтов и Анна Петрова. В кольцевой гонке золото среди женщин взяла представительница екатеринбургской спортшколы Софья Китаева.

Среди учреждений среднего профессионального образования равных не было Екатеринбургскому экономико-технологическому колледжу.

Среди сборных команд спортивных школ олимпийского резерва и детско-юношеских спортивных школ победу праздновали представители школы «Росток» и спортивного клуба «Луч».

В группе сборных городов и районов золотые медали заслужила команда Октябрьского района.

Самым быстрым вузом Свердловской области стал УрФУ, а в главном забеге дня победителем вновь стал спортивный клуб «Луч».



Школьная баскетбольная лига «КЭС-БАСКЕТ»

История школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ» началась в 2007 году, когда в Пермском крае стартовал баскетбольный школьный чемпионат. Это был краевой проект. В следующем сезоне проект вышел за рамки одного региона. В сезоне 2008–2009 года участие в чемпионате приняли школьники сразу 13 регионов. Основателем и президентом лиги является Алексей Фролов. На сегодняшний день в чемпионате принимают участие школьники в общей сложности 70 регионов Российской Федерации, а также учащиеся общеобразовательных организаций Монголии и Кыргызстана.

Ежегодный чемпионат школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ» среди женских и мужских команд состоит из шести этапов:

Внутришкольный этап. Соревнования проводятся внутри общеобразовательной организации. Целью этапа является формирование команды, которая будет представлять школу на следующем этапе.

Муниципальный этап. В рамках этого этапа команды общеобразовательных организаций одного муниципального образования выявляют сильнейшие коллективы для участия в дивизиональном этапе. Все участники муниципального этапа получают комплекты баскетбольных мячей, призеры и победители получают кубок, медали и дипломы.

Дивизиональный этап. Лучшие команды муниципальных образований образуют дивизионы по территориальному признаку. Победители этапа получают профессиональную баскетбольную форму.

Региональный этап. В каждом регионе-участнике Чемпионата определяются сильнейшие команды. Мероприятие проходит в праздничном формате. Призеры и победители получают кубок, медали и дипломы, по-

бедители получают путёвку на следующий этап чемпионата.

Федеральный этап. На этом этапе выявляются сильнейшие команды федерального округа. На данный момент в чемпионате принимают участие регионы семи федеральных округов Российской Федерации. Мероприятие проходит в праздничном формате. Призеры и победители получают кубок, медали и дипломы, победители получают путёвку на следующий этап Чемпионата.

Суперфинал. Решающий этап чемпионата. На этом этапе определяются призеры и победители чемпионата. В суперфинале принимают участие 20 команд девушек и 20 команд юношей. На суперфинал приезжают великие спортсмены, известные политические и общественные деятели. Мероприятие проходит в праздничном формате. Победители Чемпионата получают главный приз.

В 2025 году Суперфинал XVIII Всероссийского чемпионата Школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ» прошел на самарской «МТЛ Арене». В соревнованиях, приуроченных к 80-летию Великой Победы, сыграли по два десятка команд юношей и девушек из разных регионов



страны. Золотые награды – у парней из Свердловской области и девушек из Москвы.

В решающем матче турнира среди команд юношей уральцы, руководимые главным тренером Дмитрием Лисиенко, взяли верх над командой Москвы со счетом 54:40. Лучшими бомбардирами у чемпионов стали их капитан Максим Масленников (11 очков) и Иван Антропов (10). Причем команда Свердловской области играла в финале второй год подряд. В прошлом сезоне ребята стали серебряными призерами лиги.

Во встрече за бронзу Бурятия обыграла Вологодскую область – 79:60.

В рядах победителей отметим выдающуюся личную результативность Артура Бессонова – 30 очков.

Индивидуальные призы лучших в разных игровых амплуа по итогам всего Суперфинала получили: разыгрывающий Станислав Суанов (Республика Северная Осетия – Алания), атакующий защитник Олег Худев (Амурская обл.), форвард Роман Усков (Вологодская обл.), центровый Игорь Нестеров (Свердловская обл.).

Награждение провели олимпийские чемпионы Иван Едешко, Светлана Антипова, Ирина Минх, призер чемпионатов Европы Дмитрий Шакулин.

Лучшим тренером команд юношей стал Дмитрий Лисиенко (Свердловская область). Он показал выдающийся тренерский талант, помогая юношам раскрыть свои лучшие качества на пути к финалу.

MVP Суперфинала среди юношей – Максим Масленников (Свердловская область). Максим стал настоящим мотором своей команды и одним из главных героев Супер-



финала, уверенно ведя партнёров к победам.

Поздравляем его с титулом самого ценного игрока среди юношей!

«Для каждой из команд возможность попасть на Суперфинал – не только мечта, но и мощнейшая мотивация работать над собой, соблюдать режим, тренироваться, учиться быть частью команды, – говорит президент ШБЛ «КЭС-БАСКЕТ» Алексей Фролов. – Для школьников участие в Суперфинале – событие, которое запоминается на всю жизнь. Особенно важно, что в этом году мероприятие посвящено 80-летию Победы в Великой Отечественной войне. Воспитание патриотизма, уважения к своей истории и преемственности поколений так же важно, как и спортивная подготовка. Суперфинал помогает нам формировать гармонично развитую, активную и ответственную личность. И, конечно, мы гордимся тем, что из года в год проект становится все масштабнее, а интерес к нему растет как среди школьников, так и среди взрослых, которые ребят поддерживают».



Недосягаемое величие!

6 апреля Александр Овечкин стал лучшим снайпером в истории чемпионатов НХЛ! Российский нападающий «Вашингтон Кэпиталз» забросил 895-ю шайбу в карьере в матче против «Айлендерс» и превзошел достижение Уэйна Гретцки.

Встречу в Нью-Йорке прервали ради чествования великого хоккеиста. Исторического гола ждали даже фанаты «Айлендерс»: болельщики «островитян» желали победы родной команды, которая борется за попадание в плей-офф, но хотели, чтобы Овечкин забил. Этого желал весь мир. Жаждал сам Овечкин, который с первых же минут принялся атаковать Сорокина. В середине второго периода «Вашингтон» получил право на игру в большинстве, и трибуны тут же завопили «Ови! Ови! Ови!» Ведь россиянин – главный специалист по реализации численного преимущества. Получив шайбу на границе левого круга вбрасывания, Александр Михайлович зарядил мощнейший кистевой бросок и пробил Сорокина, который стал 183-м вратарем в «списке жертв» Александра.

Позже Илья пошутит про этот гол: «Гол у Овечкина какой-то непонятный получился. А если я его не видел, то он не считается! Сам не понимаю, как его пропустил», – сказал Сорокин с улыбкой.

Трибуны тут же «взорвались» и не утихали еще очень долго, а игроки «Вашингтона» всем составом выбежали на лед к капитану. Как и пла-

нировалось, НХЛ прервала матч на 20 минут для проведения торжественной церемонии. Во время приготовлений на медиакубе арены в «Айлендерс» включились видеопоздравления главных людей, которые шли с Овечкиным по ходу карьеры. Но самые главные слова прозвучали от его матери Татьяны Николаевны. Александр во время просмотра не смог сдержать слез.

Татьяна Николаевна, супруга Овечкина Анастасия, его сыновья Илья и Сергей, а также Уэйн Гретцки, Гэри Беттмэн и Тед Леонсис вышли на лед, чтобы поздравить Овечкина. И именно Гретцки стал первым человеком, который пожал россиянину руку. Вот она – преемственность. Теперь Александр Овечкин – лучший снайпер в истории чемпионатов НХЛ. То, что казалось невозможным несколько лет назад, стало реальностью.

«Что за день, да? Я всегда говорю, что это командный спорт и без моих парней, всей организации, фанатов, тренерского штаба, я бы не смог пройти весь этот путь и стоять здесь. Ребят, спасибо большое, я вас очень люблю. Я знаю, что здесь присутствуют Никлас Бэкстрем, Ти Джей Оши – ребят я вас люблю, мы сде-



лали это! Спасибо Илье Сорокину за то, что дал забить 895 шайбу. Люблю тебя, брат! И последняя благодарность – всем фанатам по всему миру. Русские, мы сделали это! Это история!», – сказал Александр Овечкин.

Его выбор пал на хоккей. По воспоминаниям матери, уже в двухлетнем возрасте во время прогулки маленький Саша увидел в витрине магазина хоккейную форму, которая настолько понравилась мальчику, что он отказывался двигаться с места, пока комплект не был куплен.

Уже к 16 годам Овечкин признавался многими экспертами одним из лучших юных хоккеистов и в столь юном возрасте дебютировал за московское «Динамо» в российской суперлиге. Высокая скорость, мощный бросок и выносливость сделали его одним из лидеров команды и привлекли внимание скаутов НХЛ.

Заполучить Овечкина удалось команде «Вашингтон Кэпиталз», ко-

Путь Александра Овечкина к триумфу

Александр родился в спортивной семье. Его мать Татьяна Николаевна – известная баскетболистка, двукратная олимпийская чемпионка, пятикратная чемпионка Европы и чемпионка мира в составе сборной СССР, отец Михаил – профессиональный футболист, поэтому с детства Саша жил в атмосфере спорта.



торый выбрал россиянина в 2004 году под первым номером драфта (чем выше номер, под которым выбрали игрока, тем более перспективным он считается). Вскоре Овечкин ярко дебютировал в НХЛ матчем против «Колумбус Блю Джекетс». В первом поединке Александр забил дважды, что стало началом к великому достижению. Уже в своём первом сезоне он достиг гроссмейстерских отметок в 100 очков и 50 шайб.

Мастерство Овечкина росло, а вместе с ним – и зарплата. В середине сезона-2007/2008 он подписал с «Вашингтоном» контракт на рекордную сумму – более \$120 млн на 13 лет. Впервые в истории игрок НХЛ подписал контракт на девятизначную долларовую сумму. Инвестиции клуба в итоге оправдали себя. После подписания контракта «Вашингтон» выходил в плей-офф примерно столько же раз, сколько за всю историю до Овечкина. Клуб из беспросветного аутсайдера во многом благодаря игре своего лидера превратился в одного из фаворитов дивизиона.

К 32 годам Овечкин завоевал практически все награды на клубном уровне, получив «Колдер Трофи» (приз лучшему новичку), «Морис Ришар Трофи» (приз лучшему снай-

перу), «Тед Линдсей Эворд» и «Харт Трофи» (призы самому ценному игроку), «Арт Росс Трофи» (приз лучшему бомбардиру сезона). Не хватало, по сути, только одного трофея – Кубка Стэнли. «Вашингтону» всякий раз чего-то недоставало для завоевания главной награды лиги, и к 2018 году за Овечкиным закрепилось неофициальное звание лучшего хоккеиста мира среди игроков, ни разу не завоевывавших Кубок Стэнли. Но именно в 2018 году Александр вместе с командой всё же поднял этот трофей над головой.

После завоевания Кубка Стэнли россиянин начал буквально «штамповать» рекорды, став лучшим по многим параметрам, включая число сезонов с 30 и 40 голами на счету. Именно в то время Овечкин впервые задумался над тем, чтобы попытаться превзойти достижение легендарного канадца Уэйна Гретцки по числу голов, забитых в регулярных сезонах НХЛ. На тот момент у Александра было за плечами более 600 заброшенных шайб. Многие скептики сомневались, что уже немолодому по спортивным меркам Овечкину удастся забросить ещё почти 300 шайб и побить «вечный» рекорд.



Вопреки всему, в 2025 году это произошло. За успехом россиянина следил воочию и Уэйн Гретцки, который среди первых поздравил Овечкина с установлением нового рекорда: «Это тяжёлый труд и большая самоотверженность. Ты молодец, приятель. Рад за тебя, твою семью и друзей. И особенно – за твоих одноклубников».

На успехе Александра сказался и тот факт, что он прошёл карьеру практически без травм, а это в НХЛ редкость. За 20 сезонов Овечкин пропустил всего 35 игр из-за про-

блем со здоровьем. В марте 2025 года хоккеист сообщил, что не планирует продлевать истекающее летом 2026 года соглашение с «Вашингтоном» и намерен вернуться к истокам – в московское «Динамо».

Рекорд Александра Овечкина – больше, чем личный триумф. Он продемонстрировал, что благодаря упорству, самодисциплине, каждодневной работе даже, казалось бы, «вечные» достижения можно превзойти. Его успех, безусловно, должен вдохновлять юных хоккеистов.

Василий Первунин

Рекорды и достижения Александра Овечкина



Кубок Стэнли – 1 (2018);
Президентский кубок – 3 (2010, 2016, 2018);
Приз Принца Уэльского – 1 (2018).

ЛИЧНАЯ СТАТИСТИКА ОВЕЧКИНА:

Колдер Трофи – 1 (2006);
Тед Линдсей Эворд – 3 (2008, 2009, 2010);
Харт Трофи – 3 (2008, 2009, 2013);
Арт Росс Трофи – 1 (2008);
Морис Ришар Трофи – 9 (2008, 2009, 2013, 2014, 2015, 2016, 2018, 2019, 2020);
Конн Смайт Трофи – 1 (2018).

сезоны с 30+ шайбами на счету – 19;
сезоны с 40+ шайбами на счету – 14;
сезоны с 50+ шайбами на счету – 9
победные голы – 136
голы в овертайме за карьеру – 27;
голы в большинстве – 326;
голы среди левых нападающих за карьеру – 897;
голы среди левых нападающих за сезон – 65;
очки среди левых нападающих за карьеру – 1623;
время на льду среди нападающих за карьеру – 30 672 минуты;
голы в пустые ворота – 65;
голы за одну команду в регулярном чемпионате – 897;
голы на выезде – побил в 2022 году, набрав 403 шайбы;
самый возрастной автор 50 голов за сезон – 36 лет;
самый возрастной автор хет-трика – 36 лет;
самый быстрый гол в овертайме – 6 секунд;
голы среди россиян в регулярке за карьеру – 897;
очки среди россиян в регулярке за карьеру – 1619;
очки среди россиян-новичков в регулярке за сезон – 106;
вратари, которым забивал – 184;
голы, открывшие счет в матче – 147;
количество бросков в створ – около 6864.

Физкультура в космосе

Невесомость наносит существенный вред человеческому организму: среди основных симптомов можно назвать снижение костной плотности, атрофию мышц. Бороться с этими проблемами помогают дополнительный кальций в рационе и физическая культура.

Спортивных снарядов на МКС четыре: две беговые дорожки, велотренажер и вакуумный тренажер-штанга.

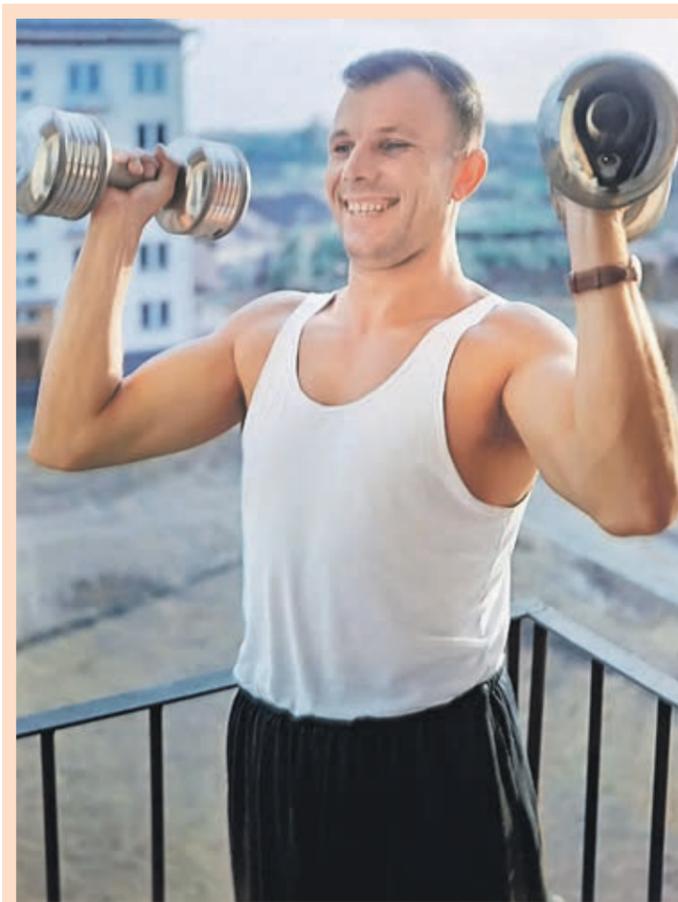
Первым спортивным снарядом на МКС стала беговая дорожка TVIS. Полотно у нее двигалось так же, как у обычных земных беговых дорожек, но кроме этого, TVIS была оборудована системой из ремней-регуляторов длины и пружин. Перед началом пробежки космонавт пристегивал эту систему к поясу специального жилета. Она удерживала космонавта возле дорожки и создавала нагрузку. По словам космонавтов, такой бег похож на земную пробежку с тяжелым рюкзаком за спиной.

Сейчас на МКС более совершенные беговые дорожки. Они позволяют развивать скорость до 20 километров в час, а одна сессия может длиться четыре часа, можно даже пробежать марафонскую дистанцию.

Космический тренажер на велосипед совсем не похож: есть только педали и седло. Руль превратился в торчащие из стены ручки; чтобы держаться за них, приходится сидеть с прямой спиной, как на стуле. Все это – для экономии пространства.

Когда нога давит на педали, приводятся в движение шестерни планетарной трансмиссии, которые передают вращение на маховик. Нагрузка регулируется натяжением ремня, тормозящего маховик. А чтобы упражнения приносили пользу, нужно задать нагрузку, эквивалентную той, которая требуется для аналогичных упражнений на Земле.

И беговая дорожка, и велотренажер – это, конечно, хорошо, но без силовых тренировок сохранить в невесомости мышечную массу вряд ли получится. Поэтому на МКС установлен специальный агрегат, который заменяет земную штангу и тросовый тренажер. Здесь можно выжать штангу, прило-



64 года назад 27-летний Юрий Гагарин совершил первый в истории полет в космос. Один виток на корабле «Восток-1» вокруг Земли продлился 108 минут. За это время Гагарин стал кумиром миллионов жителей нашей планеты. Юрия Гагарина отличала любовь к спорту и здоровому образу жизни. Гантели, водные лыжи, гимнастика, бильярд, хоккей – это все про него. Не случайно же лучшие игроки КХЛ сражаются на Кубок Гагарина.



жив усилие, эквивалентное жиму 270 килограммов на Земле. Для тросового тренажера максимальная нагрузка – аналог 113 килограммов.

Обязательные двухчасовые тренировки позволяют поддерживать работу мышц. Час – бег, ещё час – либо велотренировка, либо занятия на силовом тренажёре.



Футбольный поединок

Олег Артемьев и Антон Шкаплеров – первые жители Земли, которые провели в космосе настоящий футбольный матч, причем официальным мячом. Игра проходила в японском модуле «Кибо». Космонавты действительно нанесли удары по мячу, стараясь забить гол товарищу. Били по мячу крайне аккуратно и слабо, но даже незначительного движения в невесомости было достаточно, чтобы всплыть к «потолку» станции.



Первая шахматная партия в космосе

В 1970 году в космос был запущен пилотируемый корабль «Союз-9» с двумя космонавтами на борту – Андреем Николаевым и Виталием Севастьяновым. В ходе полета на борту «Союза» была проведена первая шахматная партия «Космос – Земля».



Первый бадминтонный матч

Прошел на МКС в феврале 2018 года. От России играли Александр Мисуркин и Антон Шкаплеров, от США – Марк Ванде Хай, а Японию представлял Норисигэ Канаи. Матч вполне официально контролировала Национальная федерация бадминтона России. По оценке специалистов федерации, игры проходили в мужском парном разряде, но по «космическим правилам», поэтому счет не велся.

По Ликийской тропе в марте

Ликийская тропа (Likya Yolu) – размеченная туристическая пешеходная тропа, проходящая вдоль части средиземноморского побережья древней Ликии. Тропа начинается на курорте Олюдениз рядом с Фетхие и заканчивается в деревне Гейкбаури. Вдоль тропы имеется множество руин древних городов, прекрасные пляжи, скалистые горы, изумрудные долины.

Пройти по Ликийской тропе могут даже неопытные путешественники. Туристический маршрут был разработан в 1999 году британской путешественницей Кейт Клоу. Она создала путеводитель, в котором подробно описала тропу, указав протяженность каждого участка, ширину тропинок и дорог, перепады высот, а также рассчитала предполагаемое время на прохождение маршрута. В описании упоминаются все населенные пункты и достопримечательности, встречающиеся на пути туристов, – как природные, так и исторические. Первый вариант маршрута имел длину 509 км, но постепенно к нему начали добавлять новые участки, и по состоянию на 2023 год длина тропы достигла 760 км. Чтобы пройти её всю, понадобится больше месяца, но совсем необязательно идти от начала до конца: можно выбрать один или несколько участков.

Так мы и поступили. Выбрали для путешествия участок Восточной части Ликийской тропы от пос. Гейнюк, вокруг горы Тахталы, через Улюпинар и «горящую гору» Янарташ (Химера) в Чиралы и Олимпос. Весь путь планировали пройти за 5 дней, включая восхождение на Тахталы. Два запасных дня оставляли на непогоду и осмотр Олимпоса.

Восточная часть Ликийской тропы считается самой сложной и при этом – самой популярной у туристов. Стартовой точкой является курортный посёлок Гейнюк. Миновав одноимённый каньон Гейнюк глубиной до 350 м с водой бирюзового цвета на дне, тропа идет к посёлку Ге-

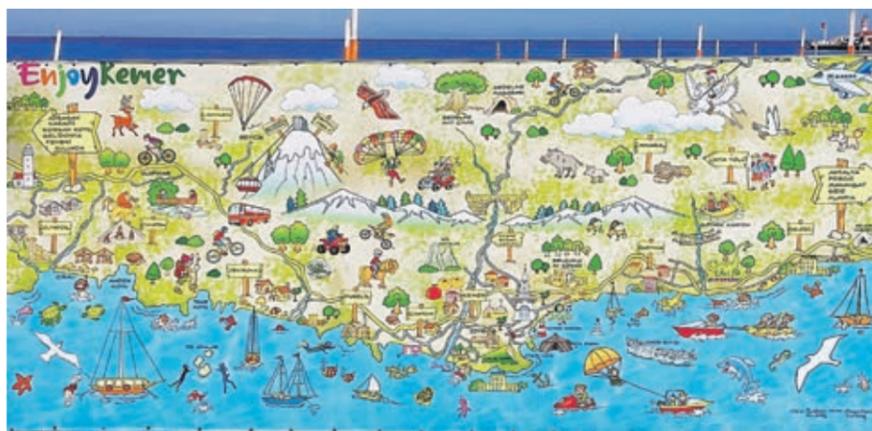
дельме, где сохранились руины старой крепости, множество карстовых пещер и огромный древний платан.

Оттуда по горным тропинкам подъем ведет к горе Тахталы (Олимп) высотой 2365 м. При хорошей физической подготовке подъем на вершину горы не составит большого труда. Со стороны моря на вершину проложена канатная дорога, ведущая на смотровую площадку с 3-х этажным зданием. В нем помимо конечной станции канатки, разместились сувенирные магазины, кафе, лекционные комнаты. С каменистого плато на вершине Тахталы открываются невероятные панорамы окрестностей.

С вершины Тахталы тропа идет все вниз и вниз к поселкам Бейджик и Улупынар. Перевалив через хребет горы Янарташ (она же Химера) в сторону Чиралы, можно увидеть необычное природное явление «Огни Химеры»: на поверхность из-под земли вырываются языки пламени, которые никогда не гаснут. Учёные объясняют это выходом через разломы смеси природного газа, способной к самовоспламенению. Особенно впечатляюще огни выглядят в тёмное время суток. От посёлка Чиралы можно сходить на экскурсию к руинами античного города Олимпос.

На всём протяжении тропа размечена красно-белыми метками, отлично видимыми на камнях и крупных деревьях. В черте посёлков и городов знаки встречаются редко.

Общие впечатления о маршруте и тропе. Конец марта – начало апреля – это еще не сезон. Если на побережье уже тепло +18+20 градусов, то



горах по ночам отрицательные температуры. От высоты 1900–2000 метров лежит снег. Это нужно учитывать при подготовке. Подавляющее большинство кафе, ресторанчиков, магазинов вдоль тропы еще закрыты. Многие места, где отмечен водопровод и родники оказались сухими, поэтому продукты с запасом воды на 1–2 дня лучше всегда нести с собой. Туристов в это время года нет совсем. За пять дней пути встретили одного англичанина и одного немца, причем они шли навстречу друг-другу. Большая часть маршрута хорошо промаркирована, но без карт в навигаторах лучше не ходить. Развилки не везде очевидны, и если быть невнимательным, то легко сбиться с тропы и уйти по дороге в сторону от тропы. Уже на 2–3 день понимаешь: тропа проложена так, что

по асфальтовым и грунтовым дорогам идет лишь небольшими участками. Перепады высот очень большие. В первые дни приходилось набирать и сбрасывать по километру высоты. Для неподготовленных физически людей – это на границе возможностей. Благо в сезон магазины и кафе везде работают, с продуктами и водой проблем нет. Можно распланировать весь маршрут даже без палаток и бивуачного оборудования. Идти с легкими рюкзаками гораздо легче. На всем маршруте готовили на газовых горелках, костры не разводили, необходимости в этом не было. Маршрут тяжеловатый, но интересный и насыщенный природными и историческими объектами. Очень приятно, спустившись с заснеженных гор окунуться в теплое море и поваляться на пляже.



Спортивная викторина

1. Самый титулованный олимпиец в мире:



2. Самый высокооплачиваемый вид спорта:



3. Самый дорогой вид спорта:



4. Спорт, которым занимается больше всего людей в мире:



5. Вид спорта, который был придуман не в России:



6. Самая титулованная олимпийская чемпионка в мире:



Викторина «Фильмы про спорт»

1. Советский фильм 1936 года «Вратарь» посвящен

- A. Баскетболу
- Б. Хоккею
- В. Футболу
- Г. Гандболу

2. Сериал «Молодежка» посвящен

- A. Хоккею
- Б. Бобслею
- В. Регби
- Г. Футболу

3. Советский фильм 1971 года «Ход белой королевы» посвящен

- A. Конькобежцам
- Б. Фигуристам
- Г. Лыжникам
- В. Шахматистам

4. Главный герой фильма «Вторая попытка Виктора Крохина»

- A. Легкоатлет
- Б. Боксер
- В. Футболист
- Г. Тяжелоатлет

5. Фильм «Легенда №17» посвящен

- A. Биатлонисту
- Б. Хоккеисту
- В. Баскетболисту
- Г. Футболисту

6. Советский фильм 1983 года «Непобедимый» рассказывает о

- A. Греко-римской борьбе
- Б. Боксе
- В. Самбо
- Г. Гимнастике

7. Советский фильм 1968 года «Удар! Еще удар!» рассказывает о

- A. Боксе
- Б. Футболе
- В. Хоккее
- Г. Каратэ

8. В советском фильме 1954 года «Запасной игрок» главный герой занимается

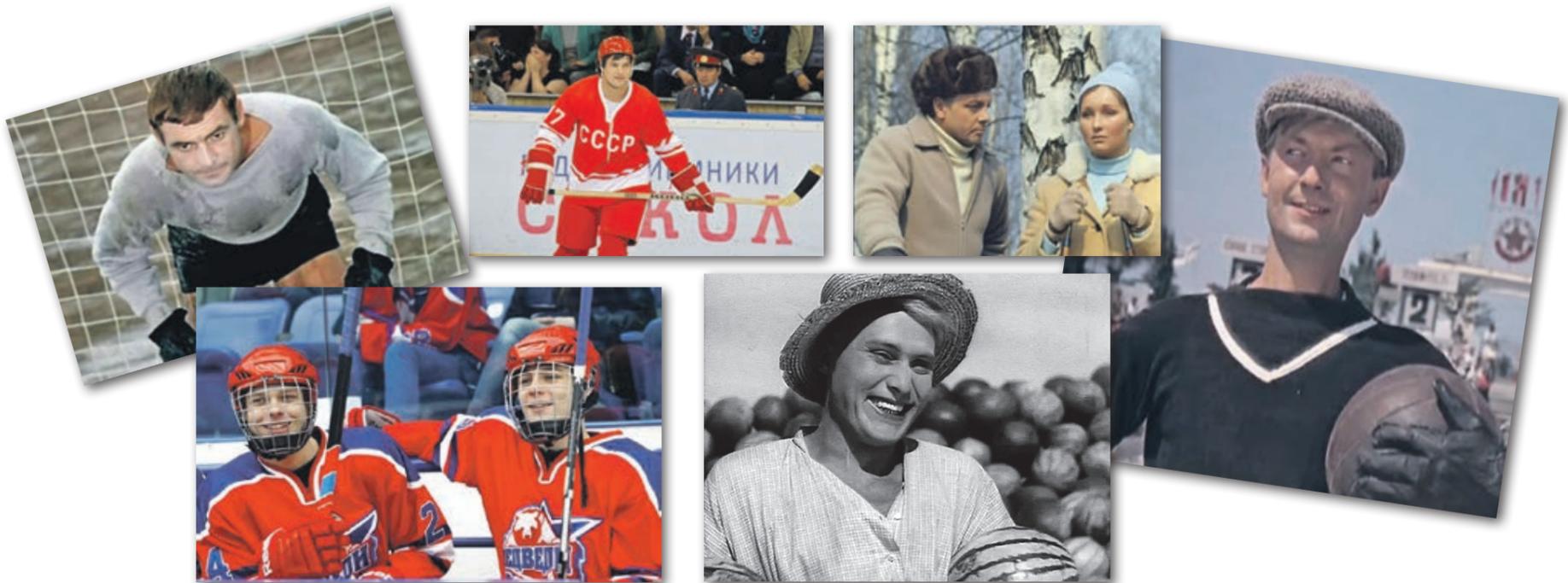
- A. Хоккеем и борьбой
- Б. Футболом и боксом
- В. Баскетболом и самбо
- Г. Регби и каратэ

9. Фильм 1981 года «О спорт, ты мир!» рассказывает об Олимпиаде в

- A. Лондоне
- Б. Москве
- В. Сочи
- Г. Риме

10. Российский сериал «Жаркий лёд» рассказывает о

- A. Керлингистах
- Б. Фигуристах
- В. Хоккеистах
- Г. Конькобежцах



ОТВЕТЫ НА ВИКТОРИНУ СМОТРИ НА ПОРТАЛЕ [HTTP://URALUCHEBA.RF](http://uralucheba.rf) В РАЗДЕЛЕ «ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ»



Газета «Физкульт-привет» зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Свердловской области 12 апреля 2011 года
Свидетельство ПИ №ТУ66-00658

Учредитель и издатель:
ИП Семенов Михаил Геннадьевич
Адрес редакции и издателя:
620086, Екатеринбург, ул. Белореченская, 7-213
тел. +7 (343) 213-47-78, 8-91224-81459
e-mail: mir@k96.ru,
Сайт: www.uralucheba.ru

Главный редактор: Семёнов М.Г.
Отпечатано в типографии ЗАО «Прайм Принт Екатеринбург», г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18.
Заказ № 5612
Тираж 5000 экз. Номер подписан в печать:
по графику в 17-00, фактически в 17-00 30.04.2025
Выход в свет 30.04.2025.
Распространяется бесплатно.

Номер подготовлен при поддержке Детско-молодёжной общественной организации юных корреспондентов Свердловской области