



Советский Спорт

30 апреля 1977 г.
СУББОТА
№ 101 (9016)

Цена 2 коп.

ИЗДАЕТСЯ
С 20 ИЮЛЯ 1924 г.

ОРГАН КОМИТЕТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
ПРИ СОВЕТЕ МИНИСТРОВ СССР И ВЦСПС

ЗДРАВСТВУЙ, СОЛНЦЕ МАЯ!

- ✪ «ХИБИНСКАЯ ВЕСНА» — МАССОВЫЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК ЗАПОЛЯРЬЯ
- ✪ ВХОД ТОЛЬКО ПО «СЕМЕЙНЫМ ПРОПУСКАМ»
- ✪ МНОЖИТЬ СЛАВНЫЕ ТРАДИЦИИ КРАЯ!

Апатиты. Десять лет назад на карте Кольского полуострова еще не было этого города. А сегодня Апатиты — это прекрасные жилые кварталы у подножия Хибинских гор. Апатиты — это и один из крупнейших в Заполярье центров горно-химической индустрии: две трети фосфорных удобрений, выпускаемых в СССР для нужд сельского хозяйства, производится из добываемого здесь «камня плодородия». Сегодня Апатиты — это и город спорта, где благотворное влияние физкультуры испытал на себе чуть ли не каждый житель города. Кировский район Мурманской области, в который, кроме Апатитов, входят города Кировск, Мончегорск, Хибингорск и поселок Полярные Зори, суровый край. Никнут и трудятся там в сложных условиях Крайнего Севера мужественные, стойкие люди особого, северного склада. Одним из основных компонентов этого склада является спорт.

О роли и месте спорта в жизни тружеников Заполярья рассказывает в канун Первомай корреспонденту ТАСС первый секретарь Кировского горкома КПСС Мурманской области Г. ГИЛЬМАНОВ.

Заполярье и спорт — эти понятия неразделимы. Физкультура в таких сложных климатических условиях дисциплинирует, закаляет характер и волю человека, повышает трудовую энтузиазм и, конечно, заставляет рационально, бережно относиться к своему здоровью. Побывавшие сегодня в бригаде лауреата премии имени Ленинского комсомола Бориса Иванникова — и каждый специалист, обслуживающий буровую установку, скажет: рекордные проходки ему удалось и благодаря систематическим занятиям физкультурой.

В тресте «Апатитстрой», в коллективах геологоразведочной экспедиции, и Кольской атомной электростанции, у обогатителей Кировска и Мончегорска — всюду в почете спорт.

Стало уже доброй традицией зимой в выходные дни проводить на освещенных трассах старты «Апатитская лыжня зовет». А когда наши города освобождаются из-под полого полярной ночи, и стар и млад высыпает на лыжные стадионы — места проведения праздников «Здравствуй, солнце!». Отличительная черта этих соревнований в том, что призерами могут стать лишь «семейные команды».

Сейчас, с приходом весны, на предприятиях, в учреждениях и школах идет подготовка к традиционному легкоатлетическому кроссу на приз имени академика А. Е. Ферсмана. По-

бедить в этих состязаниях, завоевать приз, учрежденный в честь ученого, разгадавшего тайны Хибин и предсказавшего большое будущее нашему краю, почетно, как, впрочем, и вообще принять участие в беге на этой 24-километровой дистанции. Старт кроссу будет дан в конце мая.

Наша мечта: сделать Кировско-Апатитский центр основной базой лыжного и горнолыжного спорта страны. И цель, которую поставила перед собой физкультурная общественность нашего района, — реальна. У нас уже регулярно проходят лыжные гонки на маршевых дистанциях в рамках чемпионата СССР. Все большую популярность в стране и Европе завоевывает «Хибинская весна» — международные соревнования по лыжному двоеборью (в недавних состязаниях приняли участие команды Венгрии, Чехословакии, ГДР, Польши, Австрии, Финляндии, Норвегии, Швеции и ФРГ). В феврале будущего года у нас намечено провести турнир по горнолыжному спорту по программе Спартакиады народов РСФСР. По традиции мы готовимся и будем готовиться самым тщательным образом к этим стартам. Причем у нас есть все условия для проведения крупных лыжных турниров. К примеру, в Кировске уже 15 трамплинов. Составлен широкий план мероприятий по реконструкции горных спусков, их благоустройству.

Конечно, массовое развитие

физической культуры и спорта немыслимо без широкого привлечения сил общественности. Поэтому в повестку дня партийных собраний и заседаний исполкомов Советов депутатов трудящихся мы регулярно выносим «вопросы комплекса ГТО». За этот «пункт» спрос с руководителей предприятий, учреждений, учебных заведений такой же, как, к примеру, и за выполнение производственных планов. Трудящиеся Заполярья делают все, чтобы выполнить решения XXV съезда КПСС, они прилагают все старания для повышения эффективности и качества работы. И в этом им, несомненно, помогут спорт, физкультура. Лишь умелое сочетание трудового и нравственного воспитания с физическим поможет нам и дальше множить славы традиции тружеников Советского Заполярья, растить людей особого, северного склада.

Завтра Первомай! Даже в наш суровый край в эти дни приходит весна. Она и в природе, и в улыбках людей, славно потрудившихся и встречающих праздники успехами на производстве. Она и в разноцветье спортивных стягов, которые полосуется на северном ветру и призывают жителей нашего района на массовый праздник «Здравствуй, солнце!».

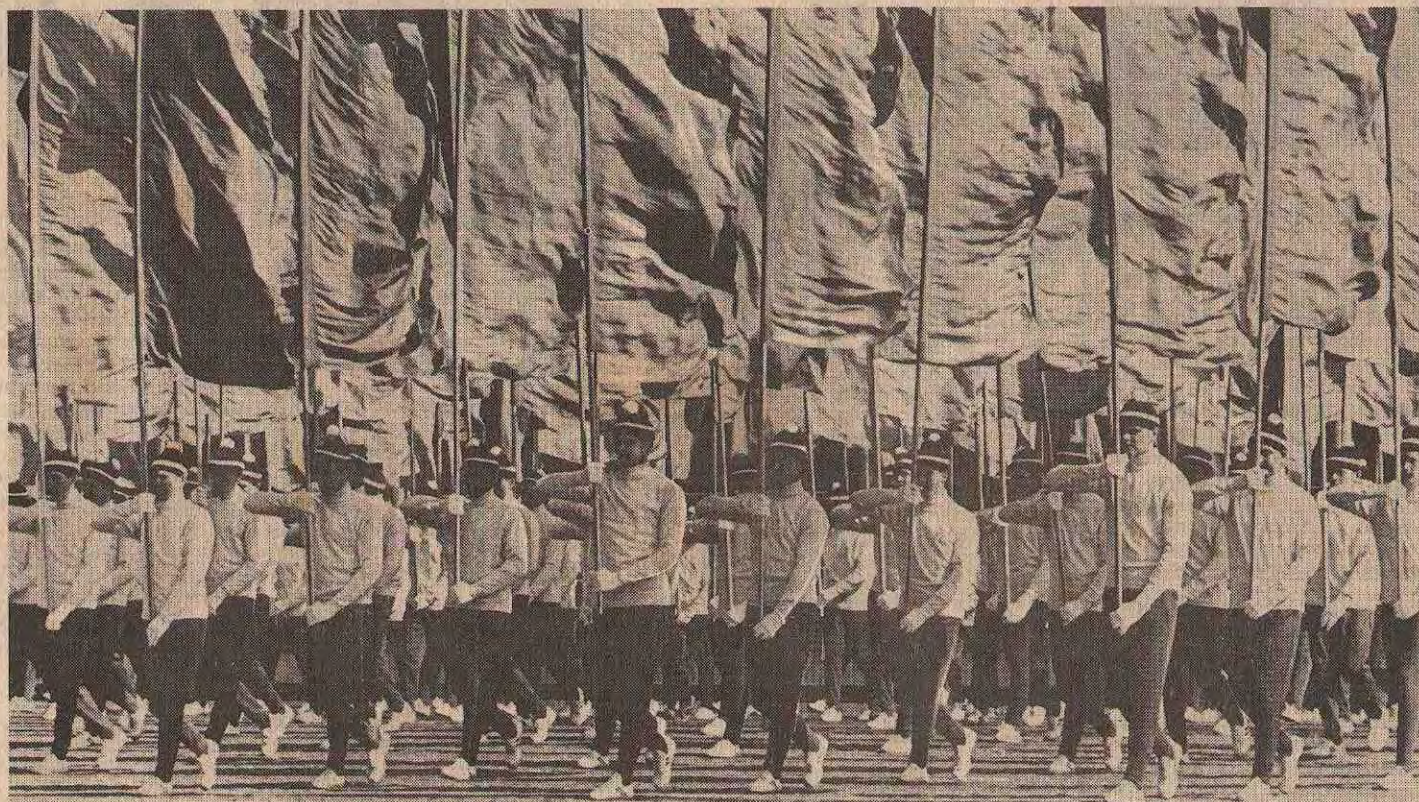
СЛОВО СДЕРЖАЛИ

НОВОСИБИРСК, 29 апреля. (Наш корр.). В канун Первомай на поля Сибири и Казахстана поступают сверхплановые селенки, лучильники, бороны с маркой завода «Сибсельмаш». Свой вклад в праздничный подарок Роди-

не внесли и токари — спортсмены бригады значкиста ГТО Н. Иванникова из ремонтно-механического цеха.

Регулярные занятия спортом помогают рабочим в полтора раза превышать произ-

водственные задания. Социалистические обязательства в честь 1 Мая коллектив выполнил на три дня раньше срока. Отлично потрудились лыжники — первоарзрядники С. Первушин и С. Глазков, спортсмены второго разряда — волейболист Ю. Котельников, пловец В. Швецов.



На марше — молодость страны.

Фото Ю. Моргулис.

МЫ — ИЗ РАЙОНА ВЕСНЫ

ТАК С ГОРДОСТЬЮ ГОВОРЯТ О СЕБЕ МНОГИЕ СПОРТСМЕНЫ ЭТОГО РАБОЧЕГО РАЙОНА СТОЛИЦЫ. СЕГОДНЯ МЫ ЗНАКОМИМ С ЧЕТЫРЬМЯ ЧЕМПИОНАМИ РАЙОНА, НОСЯЩЕГО НАЗВАНИЕ: ПЕРВОМАЙСКИЙ.

СЛЕСАРЬ-СБОРЩИК

На Московском инструментальном заводе Виктор Филиппов работает вот уже сорок лет. Какая только продукция не проходила через его руки за эти годы! Виктор — слесарь-сборщик экспериментального участка, квалифицированный рабочий, ударник коммунистического труда. Знают его там как доброго, отзывчивого товарища и как отличного спортсмена.

Мир его спортивных увлечений разнообразен: лыжи, ориентирование, альпинизм, туризм. Виктор — активист клуба туристов Первомайского района. На лыжах ходил по Кольскому полуострову, был на Камчатке, покорил не одну вершину Кавказа. Но главное, конечно, лыжи.

В этом году стал победителем первенства района на дистанции 5 км. Но особенно рад за команду. В командном зачете — первые в районе. А Виктор — председатель заводской лыжной секции.

ИНЖЕНЕР-МЕХАНИК

Инженер-механик Московского инструментального завода Михаил Тимашев тоже ударник коммунистического труда и тоже первоарзрядник.

Кажется, он успеет все: член заводского партбюро, пропагандист, капитан волей-

больной команды завода, которая и в этом году стала чемпионом района.

ЭЛЕКТРОМОНТЕР

Александр Чуканов — электромонтер на Восточной водопроводной станции. 2 мая он примет участие в легкоатлетическом эстафете по Садовому кольцу на приз газеты «Вечерняя Москва».

— Май прошлого года, — говорит Саша, — был для меня успешным. Тогда я выиграл праздничный кросс Первомайского района.

АВТОМАТИЩА

Цех озонирования воды Восточной станции, где трудится Валентина Конкина, — молодежный. Ну, а где молодежь, там, конечно, любят спорт.

Валя пришла на станцию сразу после школы, это было три года назад. Получила специальность, начала заниматься в легкоатлетической секции. И вот уже результаты. В прошлом году — четвертое место в юношеском первенстве Москвы, в этом стала победителем первенства Первомайского района на дистанции 500 м. Валентина готовится поступать в Московский институт радиотехники и автоматики. Ближайший спортивный рубеж — норматив кандидата в мастера.

В. КАЦ.

В Центральном Комитете КПСС, Совете Министров СССР и ВЦСПС

16 апреля 1977 года в стране состоялся коммунистический субботник, посвященный 107-й годовщине со дня рождения В. И. Ленина и 60-летию Великой Октябрьской социалистической революции.

Трудящиеся с энтузиазмом работали в промышленности, сельском хозяйстве, на транспорте, в строительстве и других отраслях народного хозяйства, а также на благоустройстве городов и населенных пунктов и своим трудом внесли весомый вклад в выполнение плана юбилейного 1977 года, решений XXV съезда КПСС.

В субботнике приняло участие около 144 миллионов человек. Промышленность выпустила в этот день продукции на 769 миллионов рублей.

Заработано и передано в фонд десятой пятилетки свыше 160 миллионов рублей.

Центральный Комитет КПСС, Совет Министров СССР и ВЦСПС сердечно благодарят рабочих, колхозников, инженерно-технических работников и служащих, молодежь, воинов Советской Армии и Флота, ветеранов труда, всех советских людей, принявших активное участие во Всесоюзном коммунистическом субботнике, за их самоотверженный и бескорыстный труд.

Центральный Комитет КПСС и Совет Министров СССР приняли решение направить средства, заработанные на субботнике, на строительство учреждений здравоохранения, а также детских дошкольных учреждений.

ФУТБОЛ

ДОМА— НИЧЬЯ. А В ГОСТЯХ?

Сначала необходимое пояснение. Как помнят, вероятно, любители футбола, в прошлом году молодежная сборная СССР завоевала звание чемпиона Европы. Это было последнее такое первенство континента, в котором участвовали игроки в возрасте до 23 лет. Теперь Европейский союз футбольных ассоциаций изменил положение. С нынешнего сезона в молодежном чемпионате принимают участие футболисты не старше 21 года.

Все команды, изъявившие желание участвовать в первенстве Европы, разделены на отборочные группы. В нашу входят: СССР, Греция и Венгрия. Как видите, точно такие команды, как в квалификационном турнире первенства мира. Турниры уже два матча. Венгры на своем поле победили греков — 7:0, а сборная СССР выиграла у тех же греков в гостях — 2:0.

Вчера на Центральном стадионе имени В. И. Ленина в Москве проводилась третья встреча отборочного турнира в группе. Советские футболисты принимали венгерскую команду. Прямо скажем, в первом тайме наша молодежная сборная разочаровала. В действиях игроков не было страсти, желания добиться победы. Пожалуй, лишь однажды ворота венгерской команды оказались под угрозой.

Венгров явно устраивал невысокий темп, предложенный нашей командой, и они так же спокойно провели первый тайм.

Несколько оживил игру нападения вышедший во втором тайме Крамаренко. Он, правда, после хорошей передачи Шенгелия не использовал неплохую возможность забить гол, пробив мимо ворот, но затем создал прямотаки идеальный момент для того, чтобы забить гол тому же Шенгелию. Тотбилец, однако, метров с восьми, находясь прямо против ворот, пробил выше перекладины. Результат 0:0, конечно же, огорчителен для нас. В ответном матче с венграми в гостях сборной СССР придется нелегко.

О. КУЧЕРЕНКО.

Сборная СССР: Новиков, Паров, Парасадиян, Бузовов, Шавейко, Березин, Тарханов, Соколовский. Дараселия (Крамаренко, 46), Хапсалис, Шенгелия.

Сборная Венгрии: Кшиш, Конач, Кочши, Бег, Чонград, Шемберг, Борощан, Пастар, Ижко, Мадьяр, Майер.

Судьи М. Сродецкий, А. Суханкин, Э. Стросяк (все — Польша).

2230 ПОСАДИТЕ НОВОСТИ

РУЧНОЙ МЯЧ

ЧЕМПИОНАТ СТРАНЫ МУЖСКИЕ КОМАНДЫ ЗАПОРОЖЬЕ. МАИ — «Гранитас» (Каунас) — 2:23 (12:9), «Нунцево» (Москва) — ЦСКА — 13:20 (9:9).

ВОЛЕЙБОЛ

ЧЕМПИОНАТ СТРАНЫ ЖЕНСКИЕ КОМАНДЫ СЕВЕРЯЛОВСКИ. «Уралочка» (Свердловск) — «Динамо» (Москва) — 0:3, ЦСКА — «Аврора» (Рига) — 3:1, «Автомобилист» (Ташкент) — «Искра» (Воршиловград) — 3:1, СКФМ (Киев) — «Спартак» (Ленинград) — 0:3.

В ПРАЗДНИЧНОМ СТРОЮ

В первых рядах колонны демонстрантов Первоуральского хромикового завода пройдут передовики производства — физкультурники.

Группу заводских спортсменов возглавит Герой Социалистического Труда аппаратчик Геннадий Николаевич Ушков, в прошлом — футболист и хоккеист, ныне — тренер-общественник. Здесь же с алыми стягами будут рабочие — чемпионы облас-

ти по зимнему многоборью ГТО Любовь Ямбаева и Любовь Пазникова, хоккеист Борис Воробьев, многие другие.

Спортсмены внесли немалый вклад в успех предприятия, ставшего на предмайскую трудовую вахту. План четырех месяцев коллектив выполнил к 27 апреля.

Л. ШИШКИН, СЕВЕРЯЛОВСКИ.

СПАСИБО ЗА ТАКОЙ ХОККЕЙ!

В интересной, острой борьбе прошла встреча сборных Чехословакии и Советского Союза. Одержав ключевую победу, советская хоккейная дружина возглавила турнирную таблицу. На снимках: Виктор ЖЛУКОВ (№ 22) забивает шайбу в ворота ХОЛЕЧЕКА; так советские туристы приветствуют каждую удачу сборной СССР.

Телефото АП — ТАСС и Б. Светланова.

ОЛИМПИЙСКИЕ ЧЕМПИОНЫ В ПРЕКРАСНОМ СТИЛЕ ПОБЕЖДАЮТ ЧЕМПИОНОВ МИРА ПОСЛЕ ПЯТИ ТУРОВ СБОРНАЯ СССР — ВПЕРЕДИ.

ТАБЛИЦА РОЗЫГРЫША	И	В	Н	П	Ш	О
СССР	5	5	0	56	9	10
Швеция	5	5	0	33	5	10
ЧССР	5	3	1	37	16	7
Канада	5	2	1	15	20	5
США	5	1	3	13	21	3
ФРГ	5	1	3	13	32	3
Финляндия	5	1	0	14	34	2
Румыния	5	0	5	8	52	0

Примечание. В таблице не учтены результаты матчей, закончившихся вчера поздно ночью.



ВЧЕРА НА ЧЕМПИОНАТЕ МИРА И ЕВРОПЫ ПО ХОККЕЮ состоялись две игры. Первыми вышли на лед хоккеисты Финляндии и Румынии. Победили финны — 4:2 (2:0, 0:1, 2:1). А поздно вечером закончилась встреча сборных ФРГ и Канады.

(Другие материалы из Вены — на 3-й стр.)





ВЫПУСК № 54

ВСЕ—НА КРОСС!

8 мая весенний заочный старт КЛБ

Администрация КЛБ приглашает любителей оздоровительного бега на очередное, 54-е заседание. Для этого есть немало поводов. В предыдущем выпуске (20 февраля) объявлено... целых три конкурса: для школьников (по предложению бакинской школы № 207), для начинающих бегунов и олимпийский — для асов. Администрация считает, что организационный период в основном закончился — пора засучив рукава браться за дело. То есть бежать!

Но это не все. За указанный период произошло и немало других событий. Армия местных клубов бега еще более выросла. Ряд читателей поделились с Администрацией интересными мыслями и наблюдениями. Некоторые прислали стихи и песни, а известный поэт Юрий Благос — даже целую книгу стихов, и бег трусцой — не последняя в ней тема... Однако самая главная причина заключается в том, что наконец-то пришла весна, если не сказать больше, — почти наступило лето, а стало быть, не за горами время традиционного заочного кросса КЛБ. На закрытом заседании Администрации после бурных дебатов назван день старта — 8 мая.

КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ • КОНКУРСЫ КЛБ

ДЕРЗАЙТЕ!

Ученики бакинской школы № 207 вместе с преподавателями отправились в символический сверхмарафонский пробег по дорогам 22 Олимпиад и вызвали на соревнования все школы страны. Об успехах пробега мы писали в предыдущем выпуске. Длина каждого этапа равна цифре, обозначающей дату Олимпиады. Так, первый этап — до Афин, столицы Олимпиады, составляет 1896 км, второй — Афины — Париж — 1900 км и так далее. Признаться, пока нет единого мнения, кого считать в итоге победителем пробега: школы слишком разнятся друг от друга по количеству учеников. Но так или иначе первые заявки уже поступили, и отсчет километров начался.

В дальнейший путь отправились учащиеся средней школы № 1 г. Мелеуза Башкирской АССР. Состав команды — все учащиеся пятого — десятых классов. Старт — 12 марта 1977 года, финиш — 19 июля 1977 года. Решено, что ученики школы в течение каждого учебного года будут преодолевать по шесть этапов. Бег проводится ежедневно в утренние часы. Два раза в неделю, побывавшие в адрес нашего КЛБ, заперевшие директором школы Н. Старцевым и преподавателем физкультуры Н. Антошкиным, свидетельствуют о том, что решение штаба

Академик высон и поднят. Голова горделиво покинута на широких плечах. Ясные живые глаза. Но более всего поражает молодое лицо. Рядом — две фотографии: академик в возрасте 62 лет и ровно на двадцать лет старше. Удивительно, но факт: разницы нет.

Впрочем, пора представить сегодняшнего гостя КЛБ. Академик Александр Александрович Микულიн, Герой Социалистического Труда, лауреат четырех Государственных премий СССР. Крупнейший советский конструктор авиадвигателей.

Да, гость КЛБ — не светило медицины, не физиолог, не биохимик, а инженер, конструктор, автор удивительной книги, которая стала, вероятно, библиографической редкостью в первые же дни своего появления на прилавках магазинов. Книга называется до досадного незатейливо: «Активное долголетие» (Издательство «Физкультура и спорт», 1977).

Недавно корреспондент КЛБ «Советского спорта» встретился с академиком А. А. Микულიным. Обстановка его квартиры чем-то напоминала лабораторию. Углы комнат заставлены приборами, стол был завален книгами, среди которых несомненно чернели чужими шарами двухинструментные ганти.

Корреспондент: Александр Александрович, все привыкли к тому, что сердце ваше и мысль, быстрая и замечательная, авиационных двигателях. И вдруг это неожиданное проношение в совершенно иную область человеческой жизни — науку, суть которой можно сформулировать так: активное долголетие. В чем тут дело? Это ваше хобби?

Микულიн: Ни в коем случае. Вопросами долголетия, продления активной творческой жизни я занимаюсь уже три десятка лет. Я изучал физиологию, биологию, анатомию, различные смежные науки, прочел массу книг, провел множество экспериментов. И самый главный из них — на себе — продолжаю по сей день.

Таким образом, это серьезная работа, потратившая меня целиком. Можно считать, что я занялся ею поневоле. Тридцать лет назад я тяжело заболел, организм абсолютно развалился. Я был вынужден жить исключительно по рекомендациям врачей, основным тезисом которых было слово «хельза». Вся жизнь я работал, как говорится, на износ, не считаясь ни со здоровьем, ни со временем. И конечно же, я не думал о физической культуре как о средстве поддержания творческой жизнедеятельности. Последовала расплата. Вот тогда я и решил разобраться в своих недугах и избавиться от них. Собственно, не буду подробно останавливаться на том времени. Важ-

нее то, к чему я пришел в итоге. А именно: сейчас я чувствую себя более молодым и здоровым, чем двадцать лет назад.

Корреспондент: Я ознакомился с вашей книгой. Она удивительно интересна, поражает и убеждает логичностью суждений и доказательств. Так и хочется верить, что все написанное — абсолютная истина. Как бы вы посоветовали относиться к своим взглядам на проблемы долголетия?

Микულიн: В мировой науке существует более двухсот гипотез о долголетии. Я попытался взглянуть на дело с точки зрения инженерной науки. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

линия. Если можно так выразиться, углубился в инженерную человеческое организма. Этот взгляд убедила меня, что большинство наших недугов — причина малой двигательной активности, лени, безво-

ЭКСПЕРИМЕНТ АКАДЕМИКА МИКУЛИНА

поднимитесь на носках так, чтобы каблуки находились в одном сантиметре от пола. Резко опуститесь. Снова — на носки. И так 30 раз. Темп — одно сотрясение в секунду. Перерыв несколько секунд. Еще одна серия. Я называю это виброгимнастикой. Опыта-таки коротко: виброгимнастика, за которую я ратую, великолепно способствует току крови в венах. Ведь они и есть основные дороги, по которым выводятся шлаки.

Корреспондент: Виброгимнастика — это хорошо. Но нам точно известно, что каждое утро, вот уже тридцать лет, в любую погоду вы пробегаете дистанцию 2—3 км. Какую роль вы отводите бегу в вашей системе?

Микულიн: Едва ли не основную. Я солидарен со всеми идеями, касающимися бега трусцой. Знаю, что в стране ширятся ряды бегунов. Большая заслуга в этом КЛБ «Советского спорта». Одно замечание. Вернее, принцип: во всех начинаниях — прежде всего осторожность, последовательность, постепенность. Однако при всем этом я смотрю еще на бег, как на наиболее

должны быть первые шаги для начинающих.

В первый день сделать десять быстрых шагов. Потом, согнув руки в локтях, пять — десять шагов бегом. Дышать надо спокойно. На два шага — вдох носом, на два — выдох через рот. Когда организм разогреется, вдох и выдох надо делать длиннее — на четыре шага. По мере приспособления организма к бегу отрезки для ходьбы нужно уменьшать, и в конце концов вы научитесь пробегать два-три километра полностью. Пожилым людям все-таки лучше чередовать бег и ходьбу через каждые полторы минуты.

Внимание! Я хотел бы обратить и еще вот на что: предлагаемый мною бег очень полезен нашим внутренним органам. Сердце, желудок, кишечник, почки, печень — все органы тела формировались в условиях ежедневных сотрясений во время бега, быстрой ходьбы, прыжков. При том сидячем образе жизни, который мы сейчас ведем, встряхивание при беге — лучший способ, да что там — един-

ственный — «промыть», «прочистить» организм. Причем это нужно не только пожилым, но и молодым. Поэтому как минимум ежедневный тридцатиминутный бег должен стать нормой любого школьника, студента, воина. Если же говорить о рабочих умственных трудах, то бег, и пусть я не покажусь максималистом, — верный путь к долгой творческой жизни.

Корреспондент: Александр Александрович! В вашей книге есть любопытнейшие главы о волевой и личностной гимнастике, о массаже. Чрезвычайно интересен рассказ о роли кислорода в борьбе со старостью, о механизмах так называемого второго дыхания, о жизни человека в эволюционном поле. В данном интервью невозможно остановиться на всех ваших идеях. Безусловно одно: все, что прочтет книгу — и союзники, и противники, — скажут для себя несметное количество открытий о самих себе. Думаю, что в следующих выпусках КЛБ мы еще вернемся к многим из тем книги.

В настоящее же время нас интересует особенно одна из них. В многочисленных письмах в адрес Клуба читатели спрашивают: полезно ли читать? Или во время занятий бегом избежать этого, одеваться полнее? Стоит ли применять парную баню? В вашей книге об этом есть целый раздел. Промоментируйте его коротко.

Микულიн: Пожалуйтесь. Собственно, потогонение — еще один конструктивный канал природы для выведения шлаков. Причем любопытно: пот, который выделяется при беге и других физических упражнениях, содержит в себе гораздо больше количество шлаков, нежели тот, что выделяется в парной бане. Отсюда делаем вывод: сами: регулярный бег с обильным потогонением надо считать важнейшей процедурой, укрепляющей здоровье. Это, понятно, не исключает парной бани — я ее сторонник. Подсудите: система потогонения в организме человека отчасти дублирует работу лимфатической и кровеносной систем по выводу шлаков. Если человек ведет образ жизни, при котором он не потеет, то, стало быть, большая нагрузка ложится на почки и печень. Именно эти органы работают с перегрузками и в итоге заболевают. Словом, потеите на здоровье!

Корреспондент: Благодарю вас за беседу. Несомненно, наши читатели станут самыми страстными читателями вашей книги. Кстати, каков ее тираж?

Микულიн: 100 000.

Корреспондент: Уверен, что желающих прочесть ее гораздо больше. Хотелось бы надеяться, что издательство «Физ» переиздаст книгу.



Немалою человек во главе группы бегунов запечатлели наш фотокорреспондент В. Курьянов во время тренировок. Завтра же он станет командиром церемониального пробега, посвященного памяти павших советских воинов в боях за Москву.

35-летний инженер Петр Сергеевич Финюгин — речь идет о нем — и сам немало прошагал по дорогам войны. Каждый был ранен, награжден многими орденами и медалями. Пробег, который предстоит ему возглавить, стартует 1 мая в Калинин и финиширует 9 мая в Туле. Протяженность маршрута 565 км.

В составе команды отважных бегунов в основном ветераны войны. Среди них бывший лейтенант, а ныне ставленец П. Бабанова, медсестра фронтового госпиталя, а ныне методист лечебной физкультуры А. Кузнецов. Всего шестидесять отважных. Долгой и трудной путь их будет сопровождать бегуны местных клубов. Путь пройдет через города Калинин, Клин, Рязань, Язеново, Дмитров, Истрин, Наро-Фоминск, Алексин, Тулу.

ИЗ КОНКУРСНОГО ДНЕВНИКА

И ТРУДНО, И РАДОСТНО

Сегодня о своем беговом опыте рассказывает лауреат конкурса «Добрым до Мокревалей» 55-летний инженер из Москвы Р. В. Родзянко. Его заставляли бегать многочисленные болезни. В 1971 году научился бегать, когда врачи сказали, что он должен бегать. И вот теперь он рассказывает о своем беговом опыте.

Итак, еще раз взвесьте свои возможности, подумайте и решите, какой из конкурсов вам выбрать. Так сказать, персональный или общий — доступный для всех и даже новичков.

Сегодня о своем беговом опыте рассказывает лауреат конкурса «Добрым до Мокревалей» 55-летний инженер из Москвы Р. В. Родзянко. Его заставляли бегать многочисленные болезни. В 1971 году научился бегать, когда врачи сказали, что он должен бегать. И вот теперь он рассказывает о своем беговом опыте.

Итак, еще раз взвесьте свои возможности, подумайте и решите, какой из конкурсов вам выбрать. Так сказать, персональный или общий — доступный для всех и даже новичков.

ЮНОСТИ СЕКРЕТ



Начинайте день со старта, Убегайте от инфаркта. Лучшим доктором для всех Лично я считаю бег!

Привет: Бег трусцой — какое чудо! Я всегда здоровым буду! Летом, осенью, зимой И в весеннюю порой Дружно следуйте за мной!

Не ленитесь, просыпайтесь! И соседней не стесняйтесь! Раньше бегал я тайком, — Ниче бегает весь дом!

Привет: Бег — не просто мода века, Бег — здоровье человека, Верный спутник долгих лет, Вечной юности секрет! Привет.



ПОЛКУ ПРИБЫЛО

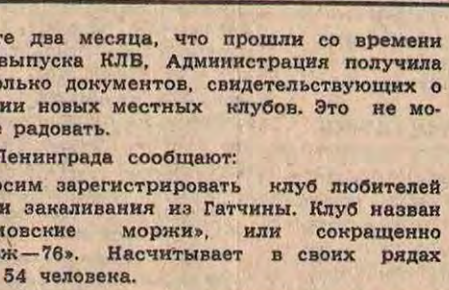
За те два месяца, что прошли со времени 53-го выпуска КЛБ, Администрация получила несколько документов, свидетельствующих о создании новых местных клубов. Это не может не радовать.

Из Ленинграда сообщают: «Просим зарегистрировать клуб любителей бега и закаливания из Гатчины. Клуб назван «Динамовские моржи», или сокращенно «Д-морж-76». Насчитывает в своих рядах пока 54 человека.

Пусть не отпугивает Администрацию наша связь с водой. Просто маршруты наших пробежек в большинстве своем проходят по берегам рек и озер. После бега все мы купаемся. Лишь четверть из нас пока не переживала купаний всю зиму.

Все мы включились в конкурс КЛБ-77. Установлен еженедельный контрольный норматив — 1000 км. Выполнявшие его получают маленькие призы, грамоты. Недавно выпущен первый номер фотозаписи «Д-морж-76»... О финансовой стороне. Мы считаем, что еженедельные взносы (у нас — 3 р.) необходимы. Эти деньги мы расходим на приобретение спортивной формы, выпелов и так далее.

КЛБ «Колобок» создан при районном спортивном обществе «Спартак» в Калуге. Он объединил на первых порах 78 человек в возрасте от 16 до 75 лет. Президентом избран старший преподаватель физвоспитания калужского филиала МВТУ имени Баумана В. П. Новиков. Любители бега получают квалифицированные консультации опытных медиков и методических советы в областном врачебно-физкультурном диспансере...



ПОЛКУ ПРИБЫЛО

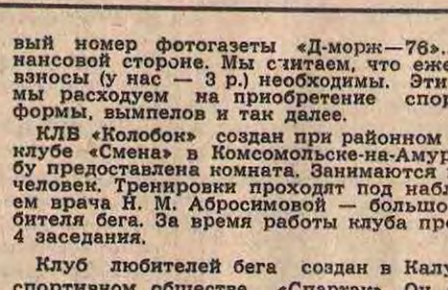
За те два месяца, что прошли со времени 53-го выпуска КЛБ, Администрация получила несколько документов, свидетельствующих о создании новых местных клубов. Это не может не радовать.

Из Ленинграда сообщают: «Просим зарегистрировать клуб любителей бега и закаливания из Гатчины. Клуб назван «Динамовские моржи», или сокращенно «Д-морж-76». Насчитывает в своих рядах пока 54 человека.

Пусть не отпугивает Администрацию наша связь с водой. Просто маршруты наших пробежек в большинстве своем проходят по берегам рек и озер. После бега все мы купаемся. Лишь четверть из нас пока не переживала купаний всю зиму.

Все мы включились в конкурс КЛБ-77. Установлен еженедельный контрольный норматив — 1000 км. Выполнявшие его получают маленькие призы, грамоты. Недавно выпущен первый номер фотозаписи «Д-морж-76»... О финансовой стороне. Мы считаем, что еженедельные взносы (у нас — 3 р.) необходимы. Эти деньги мы расходим на приобретение спортивной формы, выпелов и так далее.

КЛБ «Колобок» создан при районном спортивном обществе «Спартак» в Калуге. Он объединил на первых порах 78 человек в возрасте от 16 до 75 лет. Президентом избран старший преподаватель физвоспитания калужского филиала МВТУ имени Баумана В. П. Новиков. Любители бега получают квалифицированные консультации опытных медиков и методических советы в областном врачебно-физкультурном диспансере...



ПОЛКУ ПРИБЫЛО

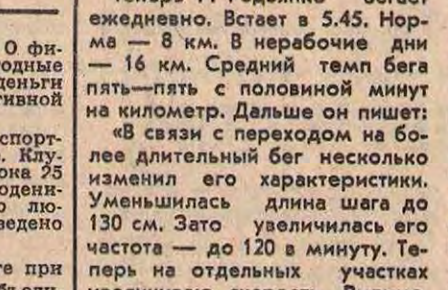
За те два месяца, что прошли со времени 53-го выпуска КЛБ, Администрация получила несколько документов, свидетельствующих о создании новых местных клубов. Это не может не радовать.

Из Ленинграда сообщают: «Просим зарегистрировать клуб любителей бега и закаливания из Гатчины. Клуб назван «Динамовские моржи», или сокращенно «Д-морж-76». Насчитывает в своих рядах пока 54 человека.

Пусть не отпугивает Администрацию наша связь с водой. Просто маршруты наших пробежек в большинстве своем проходят по берегам рек и озер. После бега все мы купаемся. Лишь четверть из нас пока не переживала купаний всю зиму.

Все мы включились в конкурс КЛБ-77. Установлен еженедельный контрольный норматив — 1000 км. Выполнявшие его получают маленькие призы, грамоты. Недавно выпущен первый номер фотозаписи «Д-морж-76»... О финансовой стороне. Мы считаем, что еженедельные взносы (у нас — 3 р.) необходимы. Эти деньги мы расходим на приобретение спортивной формы, выпелов и так далее.

КЛБ «Колобок» создан при районном спортивном обществе «Спартак» в Калуге. Он объединил на первых порах 78 человек в возрасте от 16 до 75 лет. Президентом избран старший преподаватель физвоспитания калужского филиала МВТУ имени Баумана В. П. Новиков. Любители бега получают квалифицированные консультации опытных медиков и методических советы в областном врачебно-физкультурном диспансере...



ПОЛКУ ПРИБЫЛО

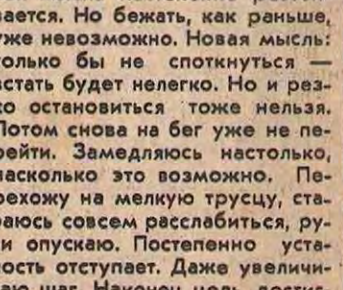
За те два месяца, что прошли со времени 53-го выпуска КЛБ, Администрация получила несколько документов, свидетельствующих о создании новых местных клубов. Это не может не радовать.

Из Ленинграда сообщают: «Просим зарегистрировать клуб любителей бега и закаливания из Гатчины. Клуб назван «Динамовские моржи», или сокращенно «Д-морж-76». Насчитывает в своих рядах пока 54 человека.

Пусть не отпугивает Администрацию наша связь с водой. Просто маршруты наших пробежек в большинстве своем проходят по берегам рек и озер. После бега все мы купаемся. Лишь четверть из нас пока не переживала купаний всю зиму.

Все мы включились в конкурс КЛБ-77. Установлен еженедельный контрольный норматив — 1000 км. Выполнявшие его получают маленькие призы, грамоты. Недавно выпущен первый номер фотозаписи «Д-морж-76»... О финансовой стороне. Мы считаем, что еженедельные взносы (у нас — 3 р.) необходимы. Эти деньги мы расходим на приобретение спортивной формы, выпелов и так далее.

КЛБ «Колобок» создан при районном спортивном обществе «Спартак» в Калуге. Он объединил на первых порах 78 человек в возрасте от 16 до 75 лет. Президентом избран старший преподаватель физвоспитания калужского филиала МВТУ имени Баумана В. П. Новиков. Любители бега получают квалифицированные консультации опытных медиков и методических советы в областном врачебно-физкультурном диспансере...



ПОЛКУ ПРИБЫЛО

За те два месяца, что прошли со времени 53-го выпуска КЛБ, Администрация получила несколько документов, свидетельствующих о создании новых местных клубов. Это не может не радовать.

Из Ленинграда сообщают: «Просим зарегистрировать клуб любителей бега и закаливания из Гатчины. Клуб назван «Динамовские моржи», или сокращенно «Д-морж-76». Насчитывает в своих рядах пока 54 человека.

Пусть не отпугивает Администрацию наша связь с водой. Просто маршруты наших пробежек в большинстве своем проходят по берегам рек и озер. После бега все мы купаемся. Лишь четверть из нас пока не переживала купаний всю зиму.

Все мы включились в конкурс КЛБ-77. Установлен еженедельный контрольный норматив — 1000 км. Выполнявшие его получают маленькие призы, грамоты. Недавно выпущен первый номер фотозаписи «Д-морж-76»... О финансовой стороне. Мы считаем, что еженедельные взносы (у нас — 3 р.) необходимы. Эти деньги мы расходим на приобретение спортивной формы, выпелов и так далее.

КЛБ «Колобок» создан при районном спортивном обществе «Спартак» в Калуге. Он объединил на первых порах 78 человек в возрасте от 16 до 75 лет. Президентом избран старший преподаватель физвоспитания калужского филиала МВТУ имени Баумана В. П. Новиков. Любители бега получают квалифицированные консультации опытных медиков и методических советы в областном врачебно-физкультурном диспансере...

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.

ДОКАТИЛИСЬ ДО СУББОТЫ!

В последнее время в адрес Администрации КЛБ поступает немало писем читателей, желающих познакомиться со страницами нерегулярных выпусков Клуба бесценных советов и мыслей пытливого натуралиста — любителя Топкина Топичкина.



ВЕРНОСТЬ СВОЕЙ ИГРЕ

МИНСК. 29 апреля. (Наш корр.). В заключительный день тура, завершающего предварительный этап чемпионата страны, встречались ЦСКА и «Автомобилист» — сильнейшие наши команды, в которых сосредоточены все лучшие игроки страны. Интерес к этому матчу подогревался еще и тем, что оба коллектива исповедуют различные взгляды на волейбол, действующий в разном стиле.

Первая партия. Никакой разведки. Она и не нужна: соперники знают друг друга до тонкости, на тренировках испытаны все возможные варианты игры «против ЦСКА» и «против «Автомобилиста». Теперь пришла пора реализовать домашние заготовки. С первых минут — напряженная борьба за каждый мяч, за каждое очко, за каждую подачу. Счет растет очень медленно. Казалось бы, удивить друг друга соперники не могут. И все-таки Зайцев — диспетчер ленинградцев — находит неожиданные ходы. Он постоянно меняет направление атак — то адресует мяч в третью зону Сапрыкину, то «на стол» Ермакову. Результативно атакуют Барчуков, которого тренеры в первых матчах тура придерживали в тени. Виртуозно разыгрывает «Автомобилист» комбинацию «эшелоном». И невиданным делом ЦСКА совершает ошибку. К тому же ленинградцы великолепно играют в защите. С середины партии «Автомобилист», набрав скорость, уходит вперед и уверенно побеждает — 15:9.

Вторая партия. Посуrowели лица армейцев. Казалось,

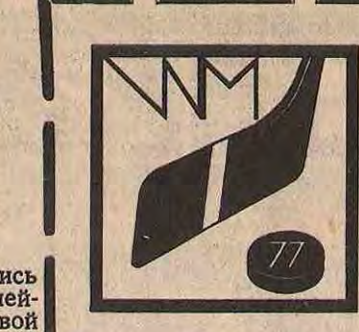
они искали в себе какие-то дополнительные ресурсы. И наши. Армейцы чуть-чуть, как говорится, добавили во всех компонентах игры, но особенно ослепили подачу. И ленинградцы стали все чаще ошибаться на приеме, а главное, заставляли Зайцева искать мяч в середине площадки, а отсюда острую передачу не выполняли. И «Автомобилист» начинает терять свою игру.

А игра ЦСКА проста только внешне. Пожалуй, не элементарным рационализмом отмечена его игра, а высокой степенью надежности. Основное внимание блокирующих ленинградцев приковано к высокорослым Полищуку и Савину, а атакуют все чаще Молибоба и Пятаков.

Сколько добрых слов об армейском ветеране Пятакове сказано за этот чемпионат! Вроде бы всем ясно, как и откуда будет он атаковать. А блок за ним не успевает — настолько высоко его исполнительское мастерство. ЦСКА наносит мощный удар — 15:7.

Третья партия. Это кульминация матча. ЦСКА все время пытается уйти вперед и трижды ленинградцы настаивают армейцев. Наконец, 10:10. Тут уж кто выдержит! Не выдержал «Автомобилист». Ленинградцы упростили игру, а составили в ней с ЦСКА — бесполезное занятие. В концовке великолепно сработал блок армейцев. Комбинация ленинградцев потеряла скорость, а Полищуку с Савиным тут как тут. 15:10 в пользу ЦСКА.

Четвертая партия. Армейцы сразу ушли вперед. У «Автомобилиста» к ошибкам на приеме добавились промахи в атаке. И все-таки ленинградцы сокращают разрыв до минимума — 9:10.



ЧЕХОСЛОВАКИЯ-1

В «Штадтхалле» — аншла... Надо ли говорить, с каким нетерпением ожидали матча СССР — ЧССР! И он оправдал ожидания — это был настоящий хоккей.

«ОДНОСТОРОННЕЕ ДВИЖЕНИЕ»

1:1. Гол нужен как воздух. Ибо ясно: победит тот, кто первым возьмет себя в руки. А помочь в этом может только забытая шайба. Вот почему, когда на 23-й минуте Капустин успел протолкнуть шайбу между коньками вратаря Холечека, даже мы, на трибуне, перевели дыхание.

Сборная СССР повела — 2:1. Направление движения на ледной площадке «Штадтхалле» стало односторонним. Слово кто-то довершил, кто-то повесил! От ворот Третьяка к воротам Холечека. И в отличие от венских улиц пробок и заторов на этой «дорожке» не возникало.

...Минутой позже Михайлов и Петров обыгрывают Поспишала, но шайба попадает в штангу. ...Выходит один к воротам Холечека Валдерис, но бросок его не точен.

...Шалимов чуть-чуть не успевает на отличную передачу Шадрина.

А на 26-й минуте Михайлов все-таки подправил в ворота чехословацкой команды шайбу.

Две минуты спустя на льду произошел такой эпизод: молодой защитник чехословацкой сборной Халуца, забыв обо всем, пытался отсечь к борту Валдериса. А тот и не сопротивлялся — благо шайба была уже переправлена к Капустину. Снова Холечек лежит на льду, снова шайба влетает в ворота.

Лишь на две минуты (удален Харламов) было перекрыто во втором периоде «одностороннее движение». Но, даже играя вчетвером против трех советских хоккеистов (на скамейке штрафников в это время находились еще Жлуктов и Кайял), сборная ЧССР лишь до нашей синей линии добиралась. А уж оставшись в меньшинстве, чехословацкие хоккеисты быстро пропустили еще одну, последнюю в этой двадцатиминутке шайбу.

кажется, ставка была сделана на братьев Штастны — это звено наиболее сыгранно, действует в жесткой современной манере. Но эту-то часть плана выполнить не удалось.

У читателя, наверное, возник недоуменный вопрос: почему говорится о предположительных планах сборной Чехословакии и не упоминается о намерениях наших тренеров? Причина на то есть. Перед игрой я спросил у К. Локтева: кто и против каких звеньев сборной Чехословакии будет у нас играть? В ответ услышал: «У нас порядок выхода на лед будет обычным. А они — как хотят...»

Короче, тренеры нашей команды были согласны на любые варианты. Видимо, потому, что при любых расстановках на стороне сборной СССР было преимущество в скорости. Правда, сказало это преимущество не сразу.

Но вернемся к микроматчу третьих звеньев. Несмотря на то, что после отличного прохода Капустина Жлуктов забил самый красивый — так считают большинство журналистов — гол чемпионата, о перевесе поначалу не было и речи. Правда, наши игроки были быстрее соперников. Игроки, но не их атаки. Чехословацкая пятка лучше играла в пас, а шайба, как известно, опережает самого быстрого хоккеиста. Вот почему в первом перерыве Капустин и Валдерис получили свою долю критических замечаний от тренеров. И критика действовала.

Пас — пас — пас — так стала начинаться атака эта пятка, а уж когда кто-либо из форвардов оставался один на один с соперником, преимущество и в быстрой беге, и в быстроте мышления становилось решающим. Немудрено поэтому, что не слишком опытные защитники Халуца и Дворжак совсем растерялись. В итоге звено Жлуктова выиграло, так сказать, свою игру — 3:0.

КОГДА ПОДВОДЯТ НЕРВЫ

У хоккеистов шадриной тройки, думаю, были основания нервничать. Из-за травмы Мальцева тренеры пришлось вернуться к старому, но не слишком оправдавшему себя в этом сезоне варианту состава. Но как только начался матч, поводов для волнений не осталось: даже в нервном первом периоде пятка Шадрина выглядела наиболее спокойной. И настроение это сохранило, по-моему, перфоратор. Все-то Шадрин делал вовремя: выводил пасом партнеров вперед, успевал остановить рыбки Глиники. И по сути дела вторая пятка чехословацкой сборной в этом матче вообще никаких шансов не имела. Пропустить же она могла, наверное, больше, чем две шайбы. Впрочем, и счет 2:0 в нашу пользу вполне убедителен.

Последний гол в этом матче забил на 53-й минуте Якушев — дождался, пока вратарь Холечек распахнется на льду...

Холечек — вратарь опытный. Не раз в прошлом приносил — хотя он лишь вратарь — победы команде. Но ныне Холечек, как говорится, не тот — нервы у него пошаливают. Вот и перед матчем СССР — ЧССР в стане чехословацкой команды дискутировался вопрос: кому играть — Холечку или Дурилли? Вопрос был решен в пользу первого: уж слишком велик у Дурилли багаж печальных воспоминаний об играх со сборной СССР. Словом, в этом матче кроме поединков трех звеньев шел, так сказать, заочный спор Холечека и Третьяка. Спор старый, спор, в котором до сих пор невозможно было назвать победителя.

Я не случайно, рассказывая о матче, старался подчеркнуть, что Холечек очень часто оказывался лежащим на льду. Да-да, этот вратарь чехословацкой команды, который всегда был хладнокровнее многих нападающих соперников, на этот раз суетился, ошибался.

А что же Третьяк? Третьяк — это я могу сказать с уверенностью — с собой совладал. Чехословацкая команда все последние годы была для него командой, так сказать, неудобной — не то, что, например, сборная Канады. Вот и в этот вечер наш вратарь поначалу был не столь безукоризненным, как обычно. Но и он дело свое сделал. Как, впрочем, и вся наша команда.

Д. РЫЖКОВ.

НАШИ СПЕЦИАЛЬНЫЕ КОРРЕСПОНДЕНТЫ ПЕРЕДАЮТ С ЧЕМПИОНАТА МИРА И ЕВРОПЫ ПО ХОККЕЮ.

ДВА СЛОВА ПОСЛЕ МАТЧА

Борис КУЛАГИН, старший тренер сборной СССР:

— Первый период сборной СССР провела удовлетворительно, второй — очень хорошо. В этом периоде мы использовали все наши соперники. В третьем периоде мы использовали все наши соперники. В третьем периоде мы использовали все наши соперники. В третьем периоде мы использовали все наши соперники.

Карел ГУТ, тренер сборной ЧССР: — Тот, кто ошибается, должен за это расплачиваться. Мы наделили столько ошибок во втором периоде, что игра была практически решена.

ЧТО ВЫ ПЕРЕДАЛИ В СВОЮ ГАЗЕТУ?

«СИЛ ХВАТИЛО НА ОДИН ПЕРИОД»

Так озвучил Владимир Малец свой отчет, переданный в редакцию газеты «Спорт» (Братислава).

— Любый самый взыскательный любитель хоккея был бы доволен этой игрой — быстрой, осмысленной. Наша команда в первом периоде хорошо оборонялась, успешно контратаковала. Мы пригласили в сборную СССР, а неожиданно для всех судьбу встречи решила тройка Валдерис — Жлуктов — Капустин.

Во втором периоде мы не узнавали свою команду. Хоккеисты допускали много ошибок в обороне, и у них не хватало сил для единоборств. Мы играли плохо. А точнее, соперник (сборная ЧССР) не позволял нам играть лучше. По существу, во втором периоде у нас не было ни одного настоящего голевого момента.

С 1966 года мы, кажется, ни разу не проигрывали столь крупно. 11 лет назад в Любляне счет был 1:7.

на — Дворжак, Каберле, Мартин, Новак, Штастны, Лухач, Глинка, Холм, П. Штастны, И. Новак.

СССР: Третьяк; Цыганков — Гусев, Вабинов — Лутченко, Васильев — Петрухин, Михайлов — Харламов, Петров, Шадрин, Шалимов — Шадрин — Якушев, Валдерис — Жлуктов — Капустин.

Штрафное время: у ЧССР — 8 мин., у СССР — 6 мин. Численное преимущество один раз реализовали советские хоккеисты (Вабинов).

Шайбы забросили: Жлуктов (Первую, Капустин, 5), Мартинец (Поспишал, 13), Капустин (Валдерис, Жлуктов, 23), Михайлов (Харламов, Петров, 28), Капустин (Валдерис, 29), Вабинов (Шадрин, 35), Якушев (Шадрин, 53).

САМЫЕ МЕТКИЕ

Положение на 29 апреля
Петров (СССР) — 16 (5+11), Капустин (СССР) — 13 (7+6), Михайлов (СССР) — 12 (8+4), Харламов (СССР) — 12 (7+5), Новы (ЧССР) — 12 (5+7), Валдерис (СССР) — 11 (5+6), Штастны (СССР) — 10 (7+3), Р. Эрикссон (Швеция) — 10 (4+6), Мартинец (ЧССР) — 10 (3+7).

ПРИЗ СПРАВЕДЛИВОЙ ИГРЫ
Сборная СССР продолжает лидировать в споре за Приз справедливой игры. У советской команды 238 очков (200+38=238).

Далее следуют: Швеция — 203 (200+33=233), ЧССР — 201 (200+37=237), Финляндия — 189 (200+14=214), США — 183 (200+13=213), Румыния — 153 (200+8=55), ФРГ — 142 (200+13=71), Канада — 139 (200+15=76).

СОПЕРНИЧАЮТ ВРАТАРИ

По окончании чемпионата мира лучший вратарь турнира получил специальный приз организатора первенства. Это же на него претендует...

Самую надежную игру демонстрирует голкипер сборной СССР Владимир Третьяк. В четырех матчах в его воротах пока было всего три шайбы. На одну шайбу больше (четыре) вратарь сборной ЧССР Владо Дурилла.

Есть на чемпионате голкипер, ворота которого пока не распахивались. Это — швед Эстрем. Правда, он сыграл только один матч.

По окончании чемпионата мира лучший вратарь турнира получил специальный приз организатора первенства. Это же на него претендует...

Самую надежную игру демонстрирует голкипер сборной СССР Владимир Третьяк. В четырех матчах в его воротах пока было всего три шайбы. На одну шайбу больше (четыре) вратарь сборной ЧССР Владо Дурилла.

Есть на чемпионате голкипер, ворота которого пока не распахивались. Это — швед Эстрем. Правда, он сыграл только один матч.

По окончании чемпионата мира лучший вратарь турнира получил специальный приз организатора первенства. Это же на него претендует...

ПЛАВАНИЕ НА ВОДНЫХ ДОРОЖКАХ — ПРЕМЬЕРА

В спортивной афише — новинка: недавно во Владимире состоялась премьера соревнования для самых юных спортсменов на приз «Пионерской правды». На старт нового турнира вышли ребята 1965—1966 годов рождения — воспитанники пятнадцати лучших профессиональных детско-юношеских спортшкол.

Успех выпал на долю спартаковцев Ленинграда. Именно они стали обладателями главного переходящего приза «Пионерки».

На водных дорожках ленинградского бассейна были показаны достаточно хорошие результаты. Но особо хочется отметить некоторые из них. Так, на дистанции 100 м брассом было зафиксировано время 1:19,7, которое принадлежит победительнице заплыва Лене Зекун из Подмоскья. Под стать Лене выступала Светлана Бодягина из Владимира (200 м вольным стилем — 2:17,8 и 100 м баттерфляем — 1:12,9).

Человек Камелова, проплывшая 400 м комплексным плаванием за 5:30,8, ленинградка Леша Ефименко, показавший на дистанции 200 м вольным стилем результат 2:12,7.

Да, многие соискатели приза «Пионерской правды» порадовали быстрыми секундами. Но обобщать эти данные, конечно же, нельзя. Многие зарубежные сверстники наших юных пловцов имеют еще более высокие достижения. Например, лучшие результаты у девочек в этой возрастной категории пловцов ГДР в 1976 г. выглядели таким образом: 800 м вольным стилем — 10:07,8 (десятилетный результат — 10:42,9); 100 м на спине — 1:13,3 (1:17,6); 100 м баттерфляем — 1:14,8 (1:17,9). Ориентиры у мальчиков: 1500 м вольным стилем — 19:38,1 (20:44,3), 100 м на спине — 1:13,4 (1:17,0).

Можно привести подобные примеры и из классификации других стран — США, ФРГ, Венгрии.

И все же, как ни манят рекордные секунды, но не погоня за ними должна составлять основу подготовки юных пловцов. Кропотливая работа над техникой, воспитание характера, развитие силы, выносливости, гибкости и координации движений, постепенное повышение объема тренировочных нагрузок до 1600 км в год — вот что должно быть сейчас в центре внимания спортивных наставников.

Итак, премьера соревнований на приз «Пионерской правды» состоялась. И она явно удалась: хозяева турнира, владимирцы, сделали все возможное, чтобы турнир прошел как праздник.

В. ТОЛСТИКОВ, заслуженный тренер РСФСР.

БЕЗ НЕОЖИДАННОСТЕЙ



ЗАПОРОЖЬЕ, 29 апреля. (По телефону). Здесь начали игры финалисты чемпионата страны по гандболу. За медали спорят гандболисты МАИ, ЦСКА, «Кунцево», ЗИИ, тобольского «Буревестника» и каунасского «Гранитаса».

Первый день игр прошел без неожиданностей. Лидеры одержали победы. Спортсмены МАИ обыграли своих земляков из «Кунцево» — 34:31 (14:16). Самым результативным игроком у студентов был Ильин, забросивший в ворота соперников семь мячей.

Армейцы Москвы обыграли тобольский «Буревестник» — 21:19 (11:9). В этом матче отличился олимпийский чемпион тобольский Анпилогов, забивший восемь мячей.

ШАХМАТЫ

МАТЧИ ПРЕТЕНДЕНТОК

СТАРТОВЫЙ РЫВОК

СОЧИ, 29 апреля. (По телефону). Во второй партии четвертьфинального матча претенденток на мировую шахматную корону, игравшая белыми Е. Фаталбекова рокировала в финальную сторону и предприняла решительный штурм на королевском фланге. В ответ В. Козловская, оставив своего короля в центре, начала наступление на ферзевом фланге.

Чувствуя, что ее действия запаздывают, Козловская попыталась жертвой пешки осложнить борьбу, но Фаталбекова нейтрализовала временную инициативу черных.

Ю. ЛОВАНОВ, мастер спорта.

ПРЕИМУЩЕСТВА ДОБИВАЮТСЯ ЧЕРНЫЕ

ТВИЛИСИ, 29 апреля. (По телефону). В пятой партии четвертьфинального матча претенденток на мировую шахматную корону между Наной Александрией и Майей Чибурдадзе соперницы вновь разыграли один из вариантов сицилианской защиты, знакомых которого являются мастера Е. Свешникова и Г. Тимошенко. И опять, как в двух предыдущих нечетных партиях, преимущества добилась игравшая черными Александрия.

На 14-м ходу Чибурдадзе предприняла сомнитель-

Хозяева площадки уверенно переиграли новичка высшей лиги — команду «Гранитас» — 32:24 (14:12).

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Чемпионат СССР по гандболу. Мужские команды. Финальный турнир. За 1-е место. Дворец спорта «Юность», 28 апреля. ЦСКА — «Буревестник» (Тбилиси) — 21:19 (11:9). Судьи: Г. Тарасов, Л. Бондаренко (оба — Москва). «Кунцево» (МАИ) — 31:34 (18:14). Судьи: Ю. Романов, Ю. Таранухин (оба — Ленинград). ЗИИ — «Гранитас» — 32:24 (14:12). Судьи: Д. Чхартишвили (Тбилиси), Г. Топольян (Бреван).

ТАБЛИЦА РОЗЫГРЫША

Мужские команды. Высшая лига. Положение после 2-го круга. И В Н П Р М О

МАИ	22	20	0	2	830	521	40
ЦСКА	22	17	2	3	833	484	36
«Кунцево»	22	13	3	6	479	448	29
«Буревестник»	22	14	1	7	505	491	29
ЗИИ	22	12	2	8	533	481	26
«Гранитас»	22	7	5	10	513	544	19
СКА	22	9	1	12	492	517	19
ЗАС	22	8	0	14	554	580	16
СКА (К)	22	6	3	13	483	533	15
СКА (М)	22	7	1	14	522	578	15
«Университет»	22	5	4	13	517	583	14
«Нева»	22	3	0	19	518	639	6

Примечание. «Гранитас» имеет лучшую разницу забитых и пропущенных мячей в матчах с львовским СКА.

В победе шведов почти никто не сомневался, но то, что американцы покажут такую безвольную игру, вряд ли можно было предвидеть. В первых матчах чемпионата американцев можно было упрекнуть в чем угодно, но только не в безволии. На этот же раз — почти никакого сопротивления.

Нельзя сказать, что шведы катались с реактивной скоростью, но и среднего темпа им оказалось вполне достаточно, чтобы опережать соперников в ситуациях, когда у «Тре Крунур» казалась, и шансов на выигрыш шайбы почти нет. Особенно заметным становится преимущество скандинавов, когда на лед выходило звено Брасера, на счету которого в итоге оказалось четыре забитые шайбы.

Слабее обычного сыграли американцы в обороне. Потеря шайбы, они, как правило, не торопились возвращаться в свою зону, между защитниками и нападающими часто образовывалась большая разрыв, чем умело пользовались шведы. Например, во время удаления защитника «Тре Крунур» Персона американцы два раза позволили соперникам выходить один на один со своим вратарем. В первом случае грубейшие ошибки заокеанских игроков не привели к печальным последствиям — Р. Эрикссон красиво обыграл Куррана, но не смог переборщить шайбу над лежащим на льду вратарем.

После матча СССР — Чехословакия шведский журналист поинтересовался у тренера сборной СССР В. Кулагина, как, по его мнению, закончится встреча между советскими и шведскими хоккеистами.

— Наш очередной соперник — сборная США. И мы придаем этой встрече не менее важное значение, чем матчам с хоккеистами Чехословакии или Швеции. Так что у наших соотечественников мы сможем поговорить лишь после игры с американцами. Понять Кулагина можно: игроки не должны допускать и мысли о легких победах.

Еще задолго до начала чемпионата тренеры американцев Джон Мариуччи неоднократно говорил о том, что у него мало шансов собрать команду, которая была бы сильнее прошлых лет. И хотя в американской сборной появились игроки из профессиональных лиг НХЛ и ВХА, Мариуччи не преувеличивал. В заявленном списке сборной США значатся 19 хоккеистов из 15 клубов самого разного уровня, начиная от университетских команд штатов Мичиган и Миннесота и кончая известными клубами НХЛ. А защитник Олде вообще выступает за австрийский клуб.

Мы попросили тренера минского «Динамо» Виталия Станна поделиться своими

Пресс-центр чемпионата мира выпустил бюллетени — своего рода доску на каждого игрока, в которых указывается не только номер и игровое амплуа хоккеистов, но и их возраст, рост, вес и т. д. Начнем с возраста. Средний возраст участников чемпионата — 26,3 года. По командам это выглядит так: Румыния — 25, Швеция — 25,5, США — 25,52, ФРГ — 25,68, СССР — 26,6, Канада — 27,1, Финляндия — 27,2, ЧССР — 27,8. Старше всех защитник сборной Румынии Варга. Ему 38 лет. Есть среди участников чемпионата и немало игроков, которые чуть ли не вдвое моло-

рив шайбу, они, как правило, не торопились возвращаться в свою зону, между защитниками и нападающими часто образовывалась большая разрыв, чем умело пользовались шведы. Например, во время удаления защитника «Тре Крунур» Персона американцы два раза позволили соперникам выходить один на один со своим вратарем. В первом случае грубейшие ошибки заокеанских игроков не привели к печальным последствиям — Р. Эрикссон красиво обыграл Куррана, но не смог переборщить шайбу над лежащим на льду вратарем.

После матча СССР — Чехословакия шведский журналист поинтересовался у тренера сборной СССР В. Кулагина, как, по его мнению, закончится встреча между советскими и шведскими хоккеистами.

— Наш очередной соперник — сборная США. И мы придаем этой встрече не менее важное значение, чем матчам с хоккеистами Чехословакии или Швеции. Так что у наших соотечественников мы сможем поговорить лишь после игры с американцами. Понять Кулагина можно: игроки не должны допускать и мысли о легких победах.

Еще задолго до начала чемпионата тренеры американцев Джон Мариуччи неоднократно говорил о том, что у него мало шансов собрать команду, которая была бы сильнее прошлых лет. И хотя в американской сборной появились игроки из профессиональных лиг НХЛ и ВХА, Мариуччи не преувеличивал. В заявленном списке сборной США значатся 19 хоккеистов из 15 клубов самого разного уровня, начиная от университетских команд штатов Мичиган и Миннесота и кончая известными клубами НХЛ. А защитник Олде вообще выступает за австрийский клуб.

Мы попросили тренера минского «Динамо» Виталия Станна поделиться своими

Пресс-центр чемпионата мира выпустил бюллетени — своего рода доску на каждого игрока, в которых указывается не только номер и игровое амплуа хоккеистов, но и их возраст, рост, вес и т. д. Начнем с возраста. Средний возраст участников чемпионата — 26,3 года. По командам это выглядит так: Румыния — 25, Швеция — 25,5, США — 25,52, ФРГ — 25,68, СССР — 26,6, Канада — 27,1, Финляндия — 27,2, ЧССР — 27,8. Старше всех защитник сборной Румынии Варга. Ему 38 лет. Есть среди участников чемпионата и немало игроков, которые чуть ли не вдвое моло-

ж ветеранов. Самые молодые — Фетисов (СССР) и Ситанен (Финляндия). Оба родились в 1958 году. На год старше нападающий сборной США Кригер. Восемью хоккеистам исполнилось по 21 году. Среди них и наш Первухин. Самый старший в сборной СССР — Михайлов (33 года).

Самый легкий участник чемпионата второй вратарь сборной ФРГ Сутнер — 65 кг. А самые тяжелые — Вайль

(Канада) и американец Андерсон — оба по 105 кг. Если бы можно было из каждой сборной взять по одному самому легкому и по одному самому тяжелому игроку, то в команду легких вошли бы: Харламов (СССР) — 79, Георгиу (Румыния) — 67, Луккач (ЧССР) — 72, Илонен (Финляндия) — 72, Сутнер (ФРГ) — 65, Класен (Канада) — 67, Эдберг (Швеция) — 72, Курран (США)

— 75, а в команду тяжеловесов были бы включены: Жлуктов (СССР) — 95, Андерсон (США) — 105, Глинка (ЧССР) — 96, Марьямяки (Финляндия) — 93, Кюнкхаль (ФРГ) — 90, Вайль (Канада) — 105, Линдгрен (Швеция) — 92, Юстиниан (Румыния) — 87.

Самые маленькие хоккеисты — американцы Курран и Дебол. Их рост — по 168 см, а самый высокий — игрок сборной Канады Рассел — 191 см.

Если бы можно было собрать две команды по такому же принципу, в команду высших вошли бы: Якушев (СССР) — 189, Юстиниан (Румыния) — 186, Андерсон (США) — 188, Глинка (ЧССР) — 187, Марьямяки (Финляндия) — 186, Кюнкхаль (ФРГ) — 190, Рассел (Канада) — 191, Р. Эрикссон (Швеция) — 188.

Им бы противостояли: Харламов (СССР) — 174, Антал (Румыния) — 170, Курран (США) — 168, Луккач (ЧССР) — 174, Ситанен (Финляндия) — 170, Сутнер (ФРГ) — 172, Джилберт (Канада) — 175, Брасер (Швеция) — 175.

— 75, а в команду тяжеловесов были бы включены: Жлуктов (СССР) — 95, Андерсон (США) — 105, Глинка (ЧССР) — 96, Марьямяки (Финляндия) — 93, Кюнкхаль (ФРГ) — 90, Вайль (Канада) — 105, Линдгрен (Швеция) — 92, Юстиниан (Румыния) — 87.

Самые маленькие хоккеисты — американцы Курран и Дебол. Их рост — по 168 см, а самый высокий — игрок сборной Канады Рассел — 191 см.

Если бы можно было собрать две команды по такому же принципу, в команду высших вошли бы: Якушев (СССР) — 189, Юстиниан (Румыния) — 186, Андерсон (США) — 188, Глинка (ЧССР) — 187, Марьямяки (Финляндия) — 186, Кюнкхаль (ФРГ) — 190, Рассел (Канада) — 191, Р. Эрикссон (Швеция) — 188.

