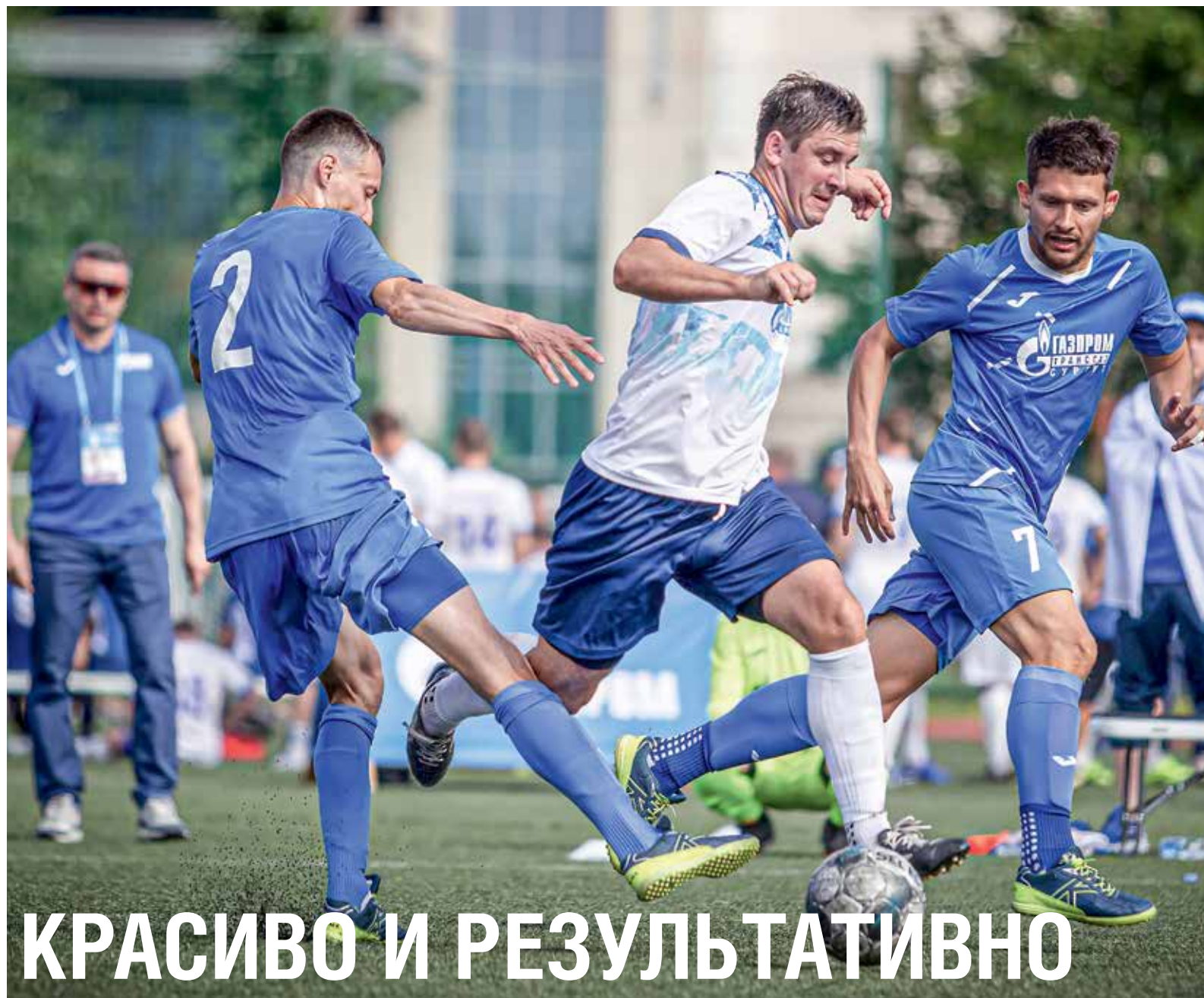




КРАСИВО И РЕЗУЛЬТАТИВНО

На футбольном турнире Спартакиады-2022 команды забивают много голов, а болельщики соревнуются в красоте и экспрессивности поддержки.

Начало второго игрового дня на футбольном турнире Спартакиады ознаменовалось крупной двузначной победой — «Газпром трансгаз

Уфа» со счетом 10:0 разгромил коллег из команды «Газпром инвест» и закрепил за собой статус одного из фаворитов турнира, а также привел в восторг болельщиков на трибунах малой арены «Петровского». Буквально через час на этой же площадке случился второй крупный результат, который недотянул до двузначного всего один гол: футболисты «Газпром добыча

Ямбург» беспощадно разделились с соперниками из «Газпром трансгаз Волгоград» — 9:0!

В первый игровой день крупными победами блеснул «Газпром межрегионгаз», а вот второй день для команды начался со сложнейшей победы над «Газпром трансгаз Ставрополь» с минимальным счетом 1:0.

>>> стр. 2

МГНОВЕНИЯ СПАРТАКИАДЫ



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:



АНДРЕЙ БЕЛУГИН:
«Всегда нахожусь в игре»

СТР. 3



СВЕТЛАНА БЕЛИКОВА:
«Болельщики — наш дополнительный игрок»

СТР. 4



АНАСТАСИЯ ПИЛОШЕНКО
Гиря в подарок на день рождения

СТР. 6



АРТЕМ ШОРНИКОВ:
«Наши тренеры — большие молодцы!»

СТР. 8

стр. 1 <<<

Мяч, как принято говорить в таких случаях, буквально затолкали в ворота едва ли не вместе с вратарем. О причинах такой напряженной борьбы рассказал главный тренер команды «Газпром межрегионгаз» Эдуард Абрамов.

«Думаю, ребята уже подустали чуть-чуть, все же вчера вышли на эмоциях, а сегодня немного успокоились, — сказал тренер. — Ну и соперники все же изучают друг друга. Наверное, поняли, как играть против нас. Постараемся придумать что-то новое. Что касается восстановления при игре в таком интенсивном режиме, то надо просто больше отдыхать, правильно питаться и соблюдать режим. Задачи на турнир? Побеждать в каждом следующем матче, а там посмотрим!»

Если командам только предстоит выяснить, какая из них станет лучшей на турнире, то среди болельщиков уже есть однознач-

ный фаворит, тягаться с которым будет очень непросто. Это группа поддержки «Газпром трансгаз Томск», которая прилетела из Сибири вместе с командой. На матче против «Газпром добыча Астрахань» томские болельщики организовали такой перформанс, что их кумиры просто не могли проиграть.

«Эмоции от турнира не описать словами, мы очень долго готовились к Спартакиаде. Соперники в большинстве своем — темные лошади, да мы и сами до конца не знаем, на что реально способны, поэтому вдвойне приятно начинать турнир с побед. Прежде всего над собой, потому что мы очень волнуемся. Большое спасибо нашей группе поддержки, мы ее на самом деле очень хорошо ощущали, они гнали нас вперед», — отметил нападающий «Газпром трансгаз Томск» Денис Поляков.

Татьяна Копылова



ВЛАДИСЛАВ БАШАЕВ: «ПРИЕХАЛИ НА СПАРТАКИАДУ ТОЛЬКО ЗА ПОБЕДАМИ»

Футболисты «Газпром трансгаз Уфа» начали с десяти безответных голов в ворота команды «Газпром инвест». После этого зрелищного матча впечатлениями от Спартакиады поделился нападающий уфимцев Владислав Башаев.



— Мы настраиваемся на каждую игру, поддерживаем боевой дух команды. Приехали только побеждать, поэтому выкладываемся на все сто процентов. Команда у нас слаженная: перед турниром провели сборы, так что будем и дальше стараться играть в таком же духе. Футбол все-таки штука непредсказуемая, но будем биться за первые места.

— Кого из соперников особо отметите? Может быть, какую-то из команд особо опасаетесь?

— Никого не опасаемся, просто настраиваемся на каждый матч. В третий день турнира у нас будут две интересные игры против команд «Газпром добыча Ямбург» и «Газпром трансгаз Ухта» — готовимся к ним.

— Крупный счет в матче против «Газпром инвеста» — следствие того, что ваша команда настолько выше классом, или в какой-то момент соперник развалился?

— Во втором тайме, конечно, «Газпром инвест» подсел, а мы его «добили» — не знаю, как сказать по-другому.

— Какие первые впечатления от турнира, организации, города?

— Организация на высшем уровне: отель, питание — все замечательно. Две игры в день, конечно, проводить не очень просто, но ничего — стараемся, играем. В первый день успели съездить на экскурсию по Петербургу, все очень понравилось.

— Есть секреты восстановления при таком интенсивном режиме?

— Особых секретов нет. Перед каждой игрой проводим собрания, тренер нас настраивает. Хотя мы и так знаем, для чего мы приехали, дополнительной мотивации не нужно. При такой короткой и интенсивной дистанции распределить силы действительно бывает непросто. Мы каждый раз играем на победу, невозможно тратить, грубо говоря, по 20 процентов энергии на каждый матч.

— В чем секрет вашей личной результативности? Может быть, нацелены на звание лучшего бомбардира турнира?

— Нет, я об этом вообще не задумываюсь. Для меня, как, в общем, и для всех в нашей команде, важен в первую очередь командный результат. Так что самое главное — выкладываться, а голы придут.

Татьяна Копылова

УСПЕХ КОМАНДЫ — В ЕГО РУКАХ

Опытнейший вратарь команды «Газпром трансгаз Уфа» Олег Печенкин празднует день рождения прямо во время Спартакиады. А лучший подарок для голкипера — матч без пропущенных голов.

Выпускник Уфимского нефтяного института Олег Печенкин посвятил всю жизнь спорту, но судьба все равно привела его в топливно-энергетический комплекс. В своей профессиональной деятельности сегодня он — руководитель спортивно-оздоровительного комплекса «Витязь» ООО «Газпром трансгаз Уфа», а в футбол продолжает играть на ветеранском уровне.

ПЕРВЫЕ ШАГИ В СПОРТЕ

Чеканить мяч Олег Юрьевич начал лет с шести. Семья жила на окраине Уфы, где классикой отдыха для местной детворы летом был футбол, зимой — хоккей.

«Позже родители переехали ближе к стадиону „Строитель“, где-то в десять лет я записался в местную спортшколу, — рассказывает Олег Печенкин. — Мой первый тренер предложил сделать выбор: тренироваться в поле или в воротах. Мне тогда было относительно все равно. Хотя с детства любил отбивать мячи, брать на себя ответственность».

ИСПЫТАНИЕ ЛУЖЕЙ

Олег Печенкин ярко вспоминает свое «посвящение» во вратари: «В одних воротах тренировался мой товарищ, который старше был на несколько лет. В других — никого. Потому что там была большая лужа. Это меня не смутило, не испугало. Занял свое место. После матча пришел домой весь мокрый, грязный, но очень довольный. Так на детско-юношеском уровне началась моя карьера вратаря, регулярные тренировки».

Дальше — выступления на республиканских турнирах, Спартакиада народов СССР, где он играл в составе сборной Башкирии, серьезная школа закалки во Второй футбольной лиге чемпионата СССР в составе ФК «Гастелло» и в общей сложности более 20 лет спортивного стажа.

«За карьеру, по моим подсчетам, я отбил примерно половину пенальти. Почему-то всегда возникал невероятный азарт. Особенно когда это были кубковые послематчевые серии, — продолжает Олег Юрьевич. — Запомнилась двухраундовая баталия с московским „Спартак“ в 1991 году. В составе красно-белых играли Станислав Черчесов, Валерий Карпин, Владимир Бесчастных, Александр Мостовой, Дмитрий Хлестов с тренером Олегом Романцевым и начальником команды Николаем Петровичем Старостиным. Сыграли мы достойно: 2:4 дома — кстати, Карпин в этой игре забил мне свой третий в карьере гол — и 1:2 в Москве».

ВО ГЛАВЕ «ВИТЯЗЯ»

Сегодня Олег Печенкин совмещает руководство спорткомплексом «Витязь» с организацией выступления одноименной футбольной команды в третьем дивизионе чемпионата России среди КФК. За его плечами — многократное участие в спартакиадах ПАО «Газпром».



Команда «Газпром трансгаз Уфа»

5 ФАКТОВ О КОМАНДЕ «ГАЗПРОМ ТРАНСГАЗ УФА»

1 Костяк команды — работники управления технологического транспорта и специальной техники и Инженерно-технического центра.

2 В команде играют братья Евгений и Сергей Кречетовы. Старший брат Евгений — голкипер, но легко может сыграть в поле. Младший брат Сергей на площадке тоже может совмещать два амплуа — нападающего и защитника.

3 В раздевалке уфимцев всегда играет ритмичная музыка. Это одна из «фишек» команды, которая помогает зарядиться перед выходом на поле.

4 Ветеран команды Анатолий Карпов пришел в футбол из лапты, где заработал звание мастера спорта.

5 Игрок команды Виталий Иванов начал с дворового футбола и добрался до Второй лиги чемпионата СССР.

«Футбол является отдушиной для сотен газовиков, он входит в число самых популярных и массовых видов спорта на предприятиях Группы „Газпром“, — говорит Печенкин. Опыт и абсолютное спокойствие вратаря даже

в самых острых моментах придают команде «Газпром трансгаз Уфа» на играх в Санкт-Петербурге уверенность и силу!

Эльвира Кашфиева



ВЛАСТНЫЙ ГОЛОС ВОЛЕЙБОЛА

У команды «Газпром трансгаз Краснодар» удивительный тренер. Мужчинами-волейболистами твердой рукой управляет женщина — Галина Евгеньевна Литвиненко.

Главный тренер краснодарцев моментально привлекает внимание властным голосом: «Давай, собрались, мы для чего сюда приехали? Нам побеждать надо, ребята!» Услышав это, трудно оторваться от игры кубанской команды, которая в понедельник в двух партиях победила «Газпром трансгаз Чайковский».

«Мы приехали, чтобы всех себя полностью отдать игре, и ничему больше. Стержень, внутренний дух — это про нас. Я каждую минуту мотивирую ребят. Здесь, на Спартакиаде, все хорошие, но мы — лучше. Только так надо подходить к турниру», — считает Литвиненко.

Галина Евгеньевна может и пожуричь, и прикрикнуть, и похвалить за удачные действия на паркете.

«Вы знаете, мои ребята — настоящие молодцы. Они понимают, что я женщина, и стараются послушно себя вести», — улыбается Литвиненко. — Конечно, у нас бывают какие-то разногласия, без этого не обходится ни одна команда. Мнение каждого игрока для меня дорого, а игроки, в свою очередь, учитывают мое мнение. Я не даю никаких поблажек своим ребятам. Они у меня помнят, что они — мужчины. А мужикам надо пахать, пахать и пахать. Они это и делают, за что я им благодарна».

Про отсутствие поблажек — полная правда. После того как краснодарским волейболистам не удалось воплотить в жизнь одну из задумок, Литвиненко закричала так, что оторопел даже главный арбитр встречи. Но Галина Евгеньевна уверена, что это лучший способ достучаться до своих игроков, когда половина зала скандирует название команды соперника.

«Вы же слышали, как я кричала на них? Постоянно кричу на своих игроков. Наверное, это моя изюминка. Я не тихоня, уж лучше кричать. А мои ребята — настоящие молодцы, потому что прислушиваются. В сложных матчах мы испытываем себя и понимаем, к чему надо стремиться. Принимаем участие в турнирах



«Мы приехали, чтобы отдать себя игре полностью»



с самой первой Спартакиады, видим, что рост команд велик, и мы тоже стремимся расти», — говорит Литвиненко.

Волейболисты с теплотой отзываются о своем тренере. После матча на лицах игроков из Краснодара — довольные улыбки. Было видно, что они благодарны Галине Евгеньевне, которая и сама признает, что волейбол — это соперничество, а потому любые эмоции приветствуются. Они лишь подстегивают к достижению результата.

«Никаких развлечений у нас не предвидится», — говорит Литвиненко. — Только после окончания Спартакиады. У нас каждый день по два матча, хотим играть до конца. Надеемся,



что в Петербурге выступим лучше, чем в прошлый раз. Нам повезло, что Спартакиада проходит в таком шикарном городе. Питер — это просто сказка и праздник. Мы каждый день едем и любимся вашим городом. У нас тоже есть красивая река в Краснодаре — Кубань. А у вас есть Нева, это совершенно другая атмосфера, другой климат. Здорово, что здесь мы все обнимаемся, встречаем тех, кого не видели за время пандемии. Делимся эмоциями, переживаниями. Мы понимаем, что команды „Газпрома“ — соперники только на площадке. А так мы все одна большая Газпром-семья».

Тарас Барабаш

АНДРЕЙ БЕЛУГИН:
«ЗВЕЗДОЙ СЕБЯ НЕ СЧИТАЮ»

Третий номер волейбольной команды «Газпром трансгаз Сургут» привлёк внимание позитивным настроем и искренней улыбкой.

— Андрей, как вам волейбольный турнир Спартакиады в Петербурге?

— Уровень нашей команды — это не «вышка», но Первая лига точно. У нас в группе есть две команды, мастерство которых соизмеримо с уровнем «вышки». Если их поставить рядом с нами, можно увидеть, что перед вами волейболисты совсем другого класса. Но мы стараемся, бьемся до конца.

— Вы за несколько лет проделали путь от рядового сотрудника до начальника цеха. Как так получилось?

— Начальником цеха стал по большей части из-за отсутствия кадров. (Улыбается.)

— Кажется, вы скромничаете!

— Возможно, дело в том, что я ответственно подхожу к работе, и это отметили.

— Наблюдали за вами во время матча. Вы поддерживали свою команду, как самый настоящий руководитель.

— Не поддерживал, это я так играл. (Смеется.) Я же в игре постоянно, в любой момент раз — и вышел.

— Сейчас мимо нас прошли ваши партнеры по команде и сказали, что вы — звезда! Получается, вы действительно очень скромный человек?

— Они меня называли звездой только потому, что у них интервью не берут, а вы у меня берете!

— Что вам пришлось поменять в себе после того, как вы стали начальником?

— Я и до этого был ответственным, что в учебе, что в спорте. А тут уровень совершенно другой. И персонал, и оборудование, и общие цели «Газпрома».

Тарас Барабаш

МАСТЕР В СПОРТЕ И В РАБОТЕ

Хлесткие удары по мячу, отличная дальняя подача и максимальная включенность — вот игровой портрет Константина Тронина из команды волейболистов «Газпром трансгаз Чайковский».

В 34 года Константин Тронин совершил судьбоносный шаг в своей жизни — закончил активную спортивную карьеру и устроился на работу в Пермское ЛПУМГ (линейное производственное управление магистральных газопроводов). А там, как оказалось, требовался не только специалист — мастер участка электроснабжения и релейной защиты промплощадки компрессорной станции «Пермская», но и игрок в волейбольную команду. Пригодились и образование, полученное в Пермском научно-исследовательском политехническом университете, и спортивное прошлое.

СПОРТИВНАЯ КАРЬЕРА

«Я родом из Ижевска, — рассказывает Константин. — Когда учился в четвертом классе, в школу пришел тренер, отобрал самых высоких. Я очень хотел быть в команде, он махнул на меня рукой и сказал: „Ну и этот тоже“. Так я попал в спорт».

Когда пришло время выбирать профессию, Тронин по совету родителей поступил в Ижевский механический институт по направлению «электроэнергетика». Студенту-спортсмену в вузе всегда шли навстречу, ведь на тот момент Константин уже защищал честь команды Удмуртии в Высшей лиге.

После третьего курса студент-волейболист Тронин поменял место жительства, так как перешел в пермскую команду

«Уралсвязьинформ». Ради продолжения учебы пришлось переводиться в пермский Политех. Здесь преподаватели также охотно шли навстречу профессиональному спортсмену. А Константин полностью оправдал оказанное ему доверие.

«Возвращаемся с соревнований, все домой, а я на учебу — закрывать задолженности и сдавать конспекты, — вспоминает Тронин. — Всё успевал. Институт окончил успешно по специальности „электропривод и автоматика промышленных установок и технологических установок“».

В спорте всё тоже складывалось удачно: в составе команд «Уралсвязьинформ» и «Прикамье» Константин Тронин дважды выходил в финал Кубка России, стал мастером спорта. Профессиональный спортивный стаж волейболиста — почти 20 лет!

РАБОТА ГАЗОВИКА

Даже по окончании спортивной карьеры Константин продолжил игровую практику. С его приходом была сформирована волейбольная команда Пермского ЛПУМГ, капитаном и одним из сильнейших игроков которой он является уже 13 лет. Сборная филиала по волейболу принимала участие в первенстве города Перми. Дважды в составе команды ООО «Газпром трансгаз Чайковский» Константин Тронин защищал честь предприятия на спартакиадах ПАО «Газпром».

«Хороший пасующий — это 50 процентов успеха команды. В нашем случае — это Константин Тронин! — говорит об игроке команды инструктор по спорту Пермского ЛПУМГ Олег Головин. — Мы рады, что в нашей команде есть такой профессионал. Причем он добился успеха не только на спортивном поприще. Его уважают в коллективе службы электротепловоснабжения, он специалист высокого класса. Отмечен благодарностью и почетной грамо-

той ООО „Газпром трансгаз Чайковский“. Мастер, одним словом!»

Последние несколько лет Константин Тронин совмещает работу в ЛПУМГ с должностью старшего тренера волейбольного клуба «Кама» города Перми. В 2020 году эта команда стала бронзовым призером Высшей лиги «А». Весь тренировочный процесс команды Пермского ЛПУМГ также на плечах Тронина.

Анна Тарасова



Константин Тронин

УЧЕНИЦА КАРПОЛЯ ПОБЕЖДАЕТ НА СПАРТАКИАДЕ

Второй день группового этапа волейбольного женского турнира на Спартакиаде получился интересным и насыщенным.

ВОЛЕВАЯ ПОБЕДА СУРГУТА

В одном из самых напряженных матчей дня волейболистки «Газпром трансгаз Сургут» вырвали победу в трех партиях у соперниц из «Газпром добыча Ямбург».

Команда из Ямбурга — один из фаворитов группы. В этом матче их шансы на победу изначально оценивались выше. А вот сургутские волейболистки в нынешнем составе выступают впервые. Даже главный тренер команды Людмила Хабибуллина работает с коллективом совсем недавно — меньше года. Раньше она выступала на профессиональном уровне, поиграла за несколько команд в Суперлиге, в том числе за «Уралочку» легендарного Николая Карполя. По признанию Людмилы, принимать участие в матче в качестве тренера намного сложнее, чем играть самой. К тому же команда «Газпром трансгаз Сургут» — одна из самых малочисленных на турнире. В заявке всего семь человек, а значит, проводить ротацию состава крайне сложно.

В первом сете представительницы «Газпром добыча Ямбург» подтвердили статус фаворита — выиграли со счетом 25:18. А вот во второй партии начался такой волейбол, который болельщики любят и ценят больше всего. Команды устроили догонялки — никому из соперников не удавалось уйти в большой отрыв. Именно в этот момент и произошел перелом — Сургуту удалось выиграть второй сет 25:23.

«Мы сегодня показали максимум, — сказала после матча Людмила Хабибуллина. — Это был командный волейбол — в каждом элементе девочки поддерживали друг друга, заставляли друг друга работать, дарили положительные эмоции. За счет этого у них все получалось, а у соперниц игра разладилась».

И действительно, у команды Ямбурга явно нарушился игровой баланс. Невынуж-



СВЕТЛАНА БЕЛИКОВА:
«БОЛЕЛЬЩИКИ — НАШ
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ИГРОК»

Нападающая «Газпром трансгаз Ухта» — о первых днях Спартакиады.

Я не так давно выступаю за волейбольную команду «Газпром трансгаз Ухта», но волейболом занимаюсь практически всю свою жизнь. С 2019 года работаю на предприятии «Газпрома». Я приборист 5-го разряда: слежу за тем, чтобы приборы функционировали без ошибок и сбоев, а если где-то обнаруживается сбой, то сигнализирую об этом, и специальная бригада устраняет проблему.

К этой Спартакиаде наша команда готовилась целенаправленно: мы знали, что соперники будут очень сильными. В рамках подготовки к Спартакиаде у нас были сборы, мы участвовали в нескольких турнирах. В общем, готовились максимально серьезно. Спасибо нашей компании «Газпром трансгаз Ухта» за то, что помогали нам принимать участие в подготовительных соревнованиях.

Группа поддержки — наш дополнительный игрок. Они не дают нам думать о чем-то плохом, а мы благодаря им концентрируемся только на победе, что бы ни происходило на площадке. Мы и сами ходим болеть за наших ребят в других дисциплинах. Задачи у нашей команды амбициозные — хочется выигрывать и стоять на вершине пьедестала, чтобы Ухта нами гордилась.

Ренат Хурамшин



Людмила Хабибуллина, главный тренер «Газпром трансгаз Сургут»

денные ошибки в третьей партии заставляли номинальных гостей нервничать, а это приводило к еще большему количеству небрежностей. В итоге команда Хабибуллиной смогла переломить ход решающего, третьего сета и выиграть его со счетом 15:13, а вместе с ним — и весь матч 2:1. Это первая победа команды из Сургута на турнире, но тренер надеется, что не последняя.

«У меня были высокие амбиции относительно этой команды еще до начала турнира, — говорит главный тренер „Газпром трансгаз Сургут“. — Я видела, что девчонки в прекрасной форме, у них есть потенциал, и сегодня они этот потенциал продемонстрировали. Накануне мы проиграли команде из Нижнего Новгорода, хотя нам было по силам победить. Видимо, сказались волнение, перелет, новый зал. Надеюсь, сегодняшний успех позволит почувствовать девчонкам вкус победы и дальше мы будем выигрывать».

ЯРКАЯ УХТА

Самой красочной с точки зрения поддержки болельщиков получилась игра между командами «Газпром энергохолдинг» и «Газпром

трансгаз Ухта». Представительницы Ухты пришли на арену с оригинальными прическами, в красочных нарядах, с флагами, дудками и хлопушками — таким болельщикам могли бы позавидовать и некоторые профессиональные команды. Если бы на Спартакиаде проводили конкурс на лучшую группу поддержки — Ухта была бы в фаворитах. Под стать болельщикам проявили себя и волейболистки. Шансов своим соперницам в первой партии они не оставили, выиграв ее «в одну калитку» со счетом 25:5. Сценарий встречи не изменился и во втором сете — «Газпром трансгаз Ухта» забрала его со счетом 25:8.

«Несмотря на счет, не могу сказать, что матч для нас получился простым, — говорит нападающая команды из Ухты Светлана Беликова. — В таких встречах сложнее сохранять концентрацию и не допускать невынужденных ошибок. Хотя игра соперниц для нас стала сюрпризом — мы готовились к более серьезному сопротивлению с их стороны, не знаю, почему они так сыграли. Главное, что мы смогли сегодня выиграть».

Ренат Хурамшин

ИЗ БАССЕЙНА НА ВОЛЕЙБОЛЬНУЮ ПЛОЩАДКУ

Пасующая волейбольной команды «Газпром добыча Оренбург» Екатерина Новикова уже выступала на спартакиадах ПАО «Газпром», правда совсем в другом виде спорта.

Соперники из других команд могут помнить, как Екатерина Новикова в 2015 году в Туапсе защищала честь оренбургской сборной на дорожке бассейна. «В детстве около шести лет я занималась плаванием, — рассказывает спортсменка. — Было в моей жизни и синхронное плавание. Но там для хороших результатов нужно держать строжайшую диету. А это, — смеется, — не для меня».

О черноморской спартакиаде у Екатерины остались яркие воспоминания: «На дорожки выходили чемпионы страны, призеры международных турниров, мастера спорта СССР и России. От перечисления их имен и регалий кружилась голова». Трехкратный серебряный призер Олимпиад

Владимир Сельков, выступавший за ООО «Трансгаз Екатеринбург», заметил в глазах оренбурженки волнение и подошел к девушке: «Как настроение?» — «Страшно». — «Страшно может быть на тренировках, а на стартах нужно показать все, что умеешь, — четко и красиво». Он вселил уверенность в пловчих. «В итоге мы выступили на свой результат», — подытожила Новикова.

В школьные годы Екатерина увлекалась волейболом. Она была капитаном команды родной школы № 66 города Оренбурга. «Наши девушки неоднократно становились призерами школьных и городских соревнований», — вспоминает Новикова.

В вузе об игре пришлось забыть: график учебы и отдыха не совпадал с режимом команды. Но позже волейбол вернулся в жизнь нашей героини. «Чтобы не потерять форму, играла вместе с мужчинами, которые пускали на свои тренировки. Потом

узнала, что в спорткомплексе „Юбилейный“ занимается женская сборная. Примкнула к ним. А устроившись на работу, стараюсь не пропускать корпоративных соревнований», — призналась Екатерина Новикова, ведущий инженер службы организации реконструкции и строительства основных фондов отдела проектно-изыскательских работ, экспертизы проектов и проектного обеспечения комплектации оборудованием администрации ООО «Газпром добыча Оренбург».

Екатерине привычнее играть в защите, но перед очередной Спартакиадой решили поставить ее на место пасующей. «Многому приходилось учиться. Тренировались серьезно, сыгрывались, — говорит Екатерина. — Главное — на площадке не растерять уверенности в собственных силах и не забывать, что сила — в команде».

Наталья Анисимова



ТРЕТЬЯ ПОПЫТКА ОКАЗАЛАСЬ УДАЧНОЙ

Для Любови Голяшовой это третья Спартакиада, но на предыдущих турнирах она останавливалась в шаге от победы. Петербург стал для легкоатлетки из команды «Газпром трансгаз Югорск» золотым, а успех принес забег на 500 метров.

В манеже аншлаг. Трибуны заполнены, хотя сами спортсмены и тренеры ждут вдоль дорожек, — в креслах наверху только группа поддержки. Легкая атлетика действительно стала командным видом спорта — болеют целыми предприятиями. Тем более что, помимо личных наград в забегах, разыгрываются баллы для сборных. Каждая секунда может решить судьбу командных медалей.

За некоторыми бегунами вдоль дистанции следуют тренеры с секундомером, помогают держать нужный темп. Трибуны ревут, а главный судья с микрофоном не только зачитывает фамилии и команды, но и успевает подбодрить участников и объяснить некоторые правила для далеких от легкой атлетики болельщиков.

В таких условиях удивительное спокойствие и стабильность показали девушки из команды «Газпром трансгаз Югорск». В забеге на 1000 метров они завоевали золо-



Каждая секунда может решить судьбу медалей



то и серебро, а на 500-метровке заняли первое и четвертое места. Для победительницы на меньшей дистанции Любови Голяшовой золото — особенно важное.

«Участвую в третий раз, до этого дня всегда была второй. (Смеется.) Но я бегала в другой возрастной категории, на другой дистанции. Сейчас наконец-то победила — счастлива! Бег сложился комфортно. Знала, что я готова, понимала свои возможности. Даже не видела и не прислушивалась, кто бежал сзади. Сама себе шла по дистанции без каких-то мыслей», — улыбается спортсменка.

Соперниц, которым она уступала на прошлых турнирах, помнит до сих пор. Тем более что одна из них — Анна Белова — партнер

по команде, которая и финишировала четвертой в этом году.

«После финиша пришло редкое спокойствие. Конечно, мы очень долго этого ждали. Ждали Спартакиаду, готовились. Надеялись, что в этом году соревнования все же состоятся, что их не перенесут. От долгого ожидания радости еще больше», — продолжила делиться эмоциями Голяшова.

У Югорска отлаженная подготовка легкоатлетов. Регулярные тренировки, несколько сборов перед турнирами — подход серьезный. Посмотрим, принесет ли он коллективу медали командного зачета.

Антон Кудинов

НИГИНА ТУХТАЕВА:
«БЕГ ДАРИТ ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ И ПОЗВОЛЯЕТ ОБРЕСТИ НОВЫХ ДРУЗЕЙ»

Представительница «Газпром трансгаз Югорск» стала лучшей в беге на 1000 метров в понедельник. Результат Нигины Тухтаевой — 02:47,86.

— Нигина, с победой! Что для вас она значит?

— Для меня старт в Петербурге — символ сплоченности нашего коллектива. Здесь присутствуют эмоции, которых в обыденной жизни не хватает. Каждый старт — отдельная маленькая жизнь, отдельная история. Очень рада, что мне удалось победить.

— Почему вы со старта рванули на первую дорожку, преградив путь остальным?

— Просто у меня скорость выше, чем у остальных, поэтому я понимала, что мне не выгодно уступать кому-то первую дорожку. Я примерно знаю, кто и как бежит, поэтому решила действовать сама. Взяла все в свои руки со старта.

— Вы выглядите очень счастливой после этой победы. Что вам дал бег? Почему выбрали этот вид спорта?

— Я очень тактильная личность. Бег расширяет круг знакомств. Идешь на пробежку, на турники и там обязательно знакомишься с людьми. Девочки должны заниматься бегом, потому что он дает уверенность, дарит хорошее настроение, приучает к дисциплине. Благодаря бегу люди становятся более общительными, а это очень важно.

Тарас Барабаш

ДЕБЮТАНТ С БИАТЛОННЫМ ПРОШЛЫМ

Нынешняя Спартакиада ПАО «Газпром» станет первой для Динара Гайзуллина, но в большом спорте он совсем не новичок.

«Легкой атлетику все называют, но легкой она никогда не бывает» — простая спортивная философия, которой наш герой придерживается в череде регулярных тренировок. Инспектор отделения защиты имущества службы корпоративной защиты и член сборной «Газпром добыча Надым» Динар Гайзуллин впервые участвует в Спартакиаде ПАО «Газпром».

Приверженность к спорту Динару привили родители. Они катались на лыжах на любительском уровне. С лыжни Динар и начал свою спортивную карьеру, когда ему было всего 8 лет, — первым стартом стали обычные школьные состязания. Потом — уфимская школа олимпийского резерва по биатлону. Динар выступал за сборную Башкирии на соревнованиях различных уровней, был призером, победителем и даже абсолютным чемпионом Башкортостана по биатлону.

Дальше последовала учеба в Университете физической культуры, спорта и здоровья им. Петра Лесгафта. Параллельно Гайзуллин выступал за петербургскую биатлонную команду ЦСКА. Во время учебы в вузе получил свой первый разряд кандидата в мастера спорта — по лыжам. Звание КМС по биатлону ему присвоили за третье место на чемпионате России.

«Раньше спорт занимал огромную часть моей жизни, я был полностью погружен в тренировки, сборы, жил от соревнований до соревнований, — рассказал Динар Гайзуллин. — Сейчас спортивные реалии на втором плане. Они навсегда в моей крови, но уже не на первом месте в жизни. Я отошел от профессионального спорта, но как любитель открыл для себя новое — легкую атлетику. Бегал всегда много, ведь это неотъемлемая часть тренировок. Здорово осознавать, что я уверенно могу пробежать 50-километровый марафон. У меня неплохой баланс скоростных качеств и выносливости, есть генетическая предрасположенность к циклическим видам спорта».

Тренировки у Динара непростые: бег четыре раза в неделю, два раза — плавание и раз в семь дней — тренажерный зал. Боль-



«Невероятно ответственно представлять родное предприятие на таком уровне»



Динар Гайзуллин становился абсолютным чемпионом Башкортостана по биатлону

шое внимание он уделяет работе над выносливостью — это объемные, длительные нагрузки и развитие скоростных качеств.

«На летней Спартакиаде мне предстоит бег на три километра в личной гонке и командная эстафета, — говорит Динар. — Престижно и невероятно ответственно представлять родное предприятие на таком уровне. Хочется выступить достойно, показать свой

максимум. Я понимаю, что соперники сильные, но настроен на серьезную борьбу».

Хотя Динар и отошел от профессионального спорта, сейчас он заканчивает магистратуру в родном физкультурном университете. Говорит, что это наполняет его энергией спорта.

Мария Галлямова
Фото из архива Динара Гайзуллина

ГИРЯ С БАНТИКОМ В ПОДАРОК НА ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

В секторе для гиревого спорта каждый — герой. Болельщики по достоинству оценивают тех, кто не только сражается за результат, но и преодолевает собственные барьеры выносливости.

На соревнованиях по гиревому спорту персональные фанаты — редкость. Понятно, что ближе к решающим группам начинают активно поддерживать своих, но до этого уважительно хлопают каждому из вышедших на помост. Для некоторых сам факт выступлений — уже небольшой подвиг. Кто-то гордится 10 повторениями, пока лидеры закидывают за сотню. Абсолютно позитивная среда, где рады каждому выступающему с любым результатом.

Среди тех, кто аплодирует всем, — Анастасия Пилошенко, тренер команды «Газпром трансгаз Краснодар». В силовом виде спорта девушка, готовящая мужчин к выступлению, — редкость. Хотя сама Анастасия замечает, что подход при подготовке един. «Методика работы мужчин и женщин одинаковая. Девочки тоже занимаются гиревым спортом — это не только для мальчиков. Единственное, дамы не выступают в толчке с 32 килограммами, только рывок с 24 килограммами. Специфика

работы не отличается», — говорит Пилошенко.

Подготовку, по ее совету, следует начинать постепенно. Особенно если раньше вы не занимались гиревым спортом. Сначала приводим себя в хорошую физическую форму, затем нарабатываем технику на небольших весах.

«Очень важно следить за мозолями — ребята часто срывают ладони. По состоянию рук смотрим, готов ли человек тренироваться», — подчеркивает Анастасия.

Гиревой спорт для Пилошенко — семейная история. «Вышла замуж за мастера спорта по гирям. После рождения второго ребенка он мне преподнес 16-килограммовую гирю с бантиком. Сказал, будем приводить меня в форму. До этого я занималась только волейболом и бегом, гири не трогала. Понятно, что не сразу, но постепенно начала заниматься. Пока дети спят, мама в зале тренируется», — рассказывает спортсменка.



Анастасия Пилошенко (впереди слева): «Гиревой спорт — это очень удобно».

В семье Пилошенко у каждого своя гиря. Родители занимаются с большими весами, а дети только привыкают к спорту. Младший ребенок пока играет с пластмассовой. Среднему уже доверили пять килограммов. А старший тренируется с «восьмеркой».

«Перешла на гиревой спорт, потому что это очень удобно. Можно заниматься дома, на работу принести и в перерыве потренироваться — много места гири не занимают», — смеется Анастасия.

Антон Кудинов

ГИРИ УРЕНГОЯ

Тренер Культурно-спортивного центра «Газодобытчик» Александра Походяева демонстрирует великолепные результаты в гиревом спорте. На Спартакиаду ПАО «Газпром» она приехала в роли тренера команды «Газпром добыча Уренгой».

«Еще в школе я хорошо проявляла себя на уроках физкультуры, — вспоминает Александра Андреевна. — Играла в баскетбол, занималась рукопашным боем, отжималась. Наш преподаватель вел секцию гиревого спорта, в которой занимались одни мальчишки, и я стала в ней первой девочкой. Тренировки понравились, тем более что результат в гирях всегда справившись — чем больше раз выполнил упражнение, тем выше место занял. Судьи, ошибки партнеров, другие субъективные факторы на итог не влияют».

Успехи молодой спортсменки начались с юниорского первенства страны 2009 года, куда она приехала второкурницей, достойно защитила честь Ямала и завоевала второе место. Осенью того же года уже в составе сборной России Александра отправилась на чемпионат мира в Эстонию — и вновь завоевала серебряную награду.

Следующие два сезона можно назвать триумфальными для звездочки гиревого спорта. Она прошла без поражений все соревнования, в которых участвовала: юниорские первенства России, Европы, мира. Шесть побед на шести турнирах не шутка. Но особенно ей запомнились Всемирные игры Международной ассоциации спорта для всех (ТАФИСА) — неофициальный вариант Олимпиады. Соревнования проходили в Латвии и принесли Александре Походяевой золото. В 2013 году после очередной победы на первенстве России ей было присвоено звание мастера спорта.

Успешную карьеру внезапно прервала неприятная травма. Операция, физиопроцедуры, восстановление... Лечение заняло около полутора лет, но сейчас у Александры Походяевой все в порядке со здоровьем.

За это время коллеги по гиревому спорту ушли вперед, и ей пришлось наверстывать упущенное. Упорство и напряженный труд принесли результат: в 2017 году мастер спорта Походяева вернулась в сборную автономного округа и вновь начала восхождение к вершинам: в 2020-м она стала седьмой на чемпиона-



Александра Походяева в этом году уже выигрывала соревнования в Петербурге.

те страны, в следующем сезоне заняла пятое место на Кубке России.

Параллельно с выступлением на соревнованиях Александра Андреевна начала тренерскую деятельность в лабытнангской спортивной школе «Юность». Наставник из нее получился хороший: мальчишки и девочки из маленького городка не раз побеждали в первенстве округа, а некоторые выполнили норматив кандидата в мастера спорта. Когда многолетний тренер по гиревому спорту компании «Газпром добыча Уренгой» Иван Беженарь вышел на пенсию, на его место пригласили именно Александру.

«Условия на новом месте мне сразу понравились, — говорит Походяева. — Зал в спорткомплексе „Дорожник“ полностью оснащен, не было маленьких гирь, но я их заказала, и вскоре пробел был устранен. Теперь там могут заниматься и дети. Очень удобный помост, кругом зеркала, чтобы во время выполнения упражнения можно было следить за своей техникой. И в этом, и в прошлом годах обновляли тренажеры, так что есть все, что нужно, даже с запасом».

Дети и сборная «Газпром добыча Уренгой» по гиревому спорту занимаются вместе. Малыши пока в основном сосредоточены на общей физической подготовке, но уже начинают поднимать снаряды весом 6–8 килограммов. Им есть на кого равняться, ведь лучшие атлеты из Уренгоя показывают на крупных сорев-

нованиях неплохие результаты. Так, Андрей Семенов из Уренгойского газопромышленного управления — неоднократный чемпион Ямала в категории до 85 килограммов; в прошлом году победителем окружного первенства стал Денислам Уметбаев из управления технологического транспорта и специальной техники. Оба гиревика имеют звания мастеров спорта. В строю ветеран, мастер спорта Николай Маджар из управления корпоративной защиты; прогрессирует молодой Николай Соловьев, представитель управления материально-технического снабжения и комплектации, который недавно был включен в сборную Ямала.

В марте нынешнего года команда компании победила на 26-й Спартакиаде трудящихся города Новый Уренгой. Кроме Семенова и Уметбаева, первое место в своей весовой категории занял и сотрудник Уренгойского газопромышленного управления Ринат Тухватуллин. К Спартакиаде года парни подходят в прекрасной форме.

Совсем недавно, в апреле, Александра Походяева уже побеждала на турнире в Северной столице — она стала первой в дисциплине «рывок» на Кубке Санкт-Петербурга по гиревому спорту (весовая категория до 63 килограммов). Отличный пример для ее подопечных!

Александр Белоусов
Фото: Владимир Бойко



ЮРИЙ УРЫВСКИЙ:
«РАДИ СОРЕВНОВАНИЙ СБРОСИЛ 10 КИЛОГРАММОВ. ТЕПЕРЬ БУДУ ОТЪЕДАТЬСЯ ОБРАТНО»

В двоеборье у гиревиков до 78 кг победитель очевидный. Если второе и третье места разделил один балл, то лидер оторвался от серебряного призера на 57 очков! Ради такого результата Юрию Урывскому из «Газпрома трансгаз Уюгорск» пришлось серьезно похудеть.

— Рады итогам двоеборья?

— Считаю, что выступил средне. Это не моя весовая категория — я согнал 10 килограммов. На последних минутах было очень тяжело — ноги осели. Ожидал большего, но вышло как есть. Радует итоговое первое место.

— На помосте есть возможность видеть результаты соперников. Следите, у кого сколько повторений?

— Минуте на седьмой начинаю смотреть. В этот момент уже устаешь, и нужно понимать, имеет ли смысл работать дальше.

— В первой части соревнований на седьмой минуте у вас было уже за сотню повторений, а у остальных и 80 не набралось. О чем подумали?

— Понял, что ускоряться смысла нет. Я уже подустал. Нужно было держать свой темп, дотянуть десятиминутку до конца.

— До личного рекорда дотянули?

— Нет. В толкании максимум на тренировках поднимал 145, на Спартакиаде получилось 127. Еще есть небольшой запас. Но это в моем весе. Я обычно вешу 85 килограммов, но здесь выступал в категории до 78.

— Теперь будете усиленно питаться?

— Да-да-да! Буду отъедаться обратно. Ну и готовиться к новым выступлениям.

Антон Кудинов

ТРЕНЕР КОМАНДЫ «ГАЗПРОМ ПХГ» ПАВЕЛ ЛЕГЕНЬКОВ: «ИГРАЕМ РАДИ КРАСОТЫ ШАХМАТ»

Команда «Газпром ПХГ» участвует в шахматном турнире на Спартакиаде. Пока выступление сложно назвать успешным — команда находится в нижней части турнирной таблицы. Несмотря на это, участники сохраняют оптимизм и говорят, что главная цель для них — играть красиво.

О том, как это — играть красиво и в чем ценность шахматного турнира Спартакиады, мы поговорили с тренером команды Павлом Легеньковым.

— Как складывается для вас второй день турнира?
— Пока не слишком удачно, хотелось бы сыграть лучше. Но в любом случае это опыт, это школа для нас. Наша команда очень любит шахматы, но мы никогда не были профессиональными шахматистами и не стремимся ими быть, потому что занятия профессиональным выполнением своей работы в компании. Кто-то из великих шахматистов сказал: «Нужно любить шахматы, а не себя в шахматах». Поэтому мы к победам и поражениям относимся философски.

— Чем вы занимаетесь в компании?
С чем совмещаете шахматы?
— Я являюсь начальником отдела, мы занимаемся имуществом, договорами аренды, лизинга. С трудом удалось попасть на этот турнир в связи с непростой ситуацией. Стоят срочные задачи по обеспечению филиалов в нынешних нестабильных условиях необходимой техникой. Приближается осенне-зимний сезон. Пока подготовка идет по графику, но сложно и тяжело. Несмотря на это, нам удалось выбраться на соревнования. Все участники команды прошли отбор внутри ПХГ и по его итогам получили право представлять наше подразделение на Спартакиаде.

— Насколько серьезным был отбор?
— За право участвовать в Спартакиаде соревновались 26 команд, в каждой по два мужчины и одной женщине. То есть всего



«Нужно любить шахматы, а не себя в шахматах»

почти 80 человек. Наши филиалы расположены по всей России — отбор проходил среди них. Так что в итоге в команду попали действительно сильнеешие.

— Сколько лет вы занимаетесь шахматами?
— Наш капитан Юрий Митин занимается ими уже больше 50 лет. Да и остальные участники играют не один десяток лет. Но, повторюсь, никто не занимался шахматами в спортшколах.
— Помогают ли вам занятия шахматами в вашей работе? И если да, то как?
Юрий Митин, капитан команды: Абсолютно точно помогают. Я, например, работаю в отделе экономической безопасности, и тут без логических связей, ассоциативных яв-

лений и всего остального, что есть в шахматах, просто нельзя. Потому что комбинации у мошенников бывают разные, и надо точно их разгадывать, чтобы предупреждать их следующие шаги.

— Какую задачу вы ставили перед своей командой перед началом Спартакиады?
— Задача была и остается всего одна. Она очень простая — красота игры. Наша задача — сыграть красиво. Мы даже несколько партий проиграли, потому что играли не прагматично, а рискованно, агрессивно, красиво. Словом, старались придерживаться комбинационно-атакующего стиля игры, в котором играли прославленные гроссмейстеры Алехин, Маршалл, Морфи.

Ренат Хурамшин

МИХАИЛ ПАНАРИН:
«ОТ ШАХМАТ НЕ УСТАЕМ»

Гроссмейстер из команды «Газпром трансгаз Краснодар» является одним из лидеров шахматного турнира по итогам двух игровых дней.

— Сегодня второй день шахматного турнира, вы сыграли уже по шесть партий. Это сложно?
— Все зависит от контроля времени. Например, здесь мы играем три партии по 50 минут максимум — то есть каждому шахматисту предоставляется 25 минут на партию. Получается, проводим за доской чуть меньше трех часов в день — это немного. Партия в классические шахматы может длиться шесть-семь часов. Поэтому не устаем.
— Ограниченное время на размышление усложняет ход встречи?
— Приходится думать быстрее, особенно под конец партии, когда времени остается немного. Если отведенное шахматисту на партию время закончится, то, даже находясь в выигрышной позиции, можно проиграть поединок.

— Как оцените свое выступление на данный момент?
— В целом неплохо. В первый день сыграл с двумя кандидатами в мастера спорта и одним мастером ФИДЕ — все три партии мне удалось выиграть. Сегодня мне противостояли три гроссмейстера — и все три матча я закончил вничью. Соперники серьезные, фавориты турнира, так что, думаю, нормальный результат. С собой пока доволен, в последний день турнира надо набирать 2,5 очка из 3, это такой план в идеале.

— Какую задачу ставили перед турниром?
— У меня стартовый номер — четвертый, по-хорошему, мне надо не опуститься ниже четвертого места. Поэтому ставлю себе цель попасть в тройку. Это будет непростое, потому что ребята, которые идут на первых двух местах, из одной команды и не будут играть друг с другом. Соответственно, не отберут друг у друга очки. Будем бороться.

Ренат Хурамшин

На протяжении последних нескольких лет первичная профсоюзная организация «Газпром Администрация профсоюз» уделяла большое внимание развитию шахмат. Даже в период пандемии спортивная жизнь не утихла, а просто перешла в онлайн-формат.

Члены профсоюза и их дети отрабатывают тактические приемы и маневры на базе шахматного клуба «Медный всадник» в Санкт-Петербурге. Шахматисты работают над всеми элементами: тактикой, позиционной игрой, атакующими навыками, психологическим состоянием. Они учатся контролировать эмоции, концентрироваться, думать наперед, брать ответственность на себя, развивают невербальную коммуникацию.

Совершенствование этих и других жизненных навыков у работников — главная задача профсоюзной организации. По качеству шахматной игры можно судить о кадровом потенциале компании!

На Спартакиаде сборную ППО «Газпром Администрация профсоюз» представляют трое игроков: первая доска — капитан команды, главный технолог Департамента 307 Александр Воробьев, вторая доска — главный специалист Департамента 651 Павел Лобачев и третья доска — врач скорой помощи ОКЦ ПАО «Газпром» Мария Лиференко. Девизом команды станет классическое «Один за всех, и все за одного!».

В два последних года шахматисты ППО «Газпром Администрация профсоюз» принимали активное участие в соревнованиях

«ОДИН ЗА ВСЕХ, И ВСЕ ЗА ОДНОГО!»



Шахматы учат контролировать эмоции и брать ответственность на себя



корпоративной лиги, профсоюзных играх в Санкт-Петербурге и Москве, а также в турнирах первенства компаний топливно-энергетического комплекса, где стабильно показывали высокие результаты: попадали в десятку лучших команд страны среди 150–200 команд-участниц. Представители сборной команды профсоюза регулярно бросают вызов соперникам в онлайн-турнирах второй и третьей немецкой бундеслиги.

В шахматах не нужно быть быстрее, выше, сильнее. Порой хорошо проведенная партия, даже закончившаяся вничью или поражением, может доставить большее интеллектуальное удовольствие, чем легкая победа.

Денис Трубин



АРТЕМ ШОРНИКОВ:
«ПОСЛЕ ПОБЕДЫ УВИДЕЛ
НА ЛИЦЕ ТРЕНЕРА УЛЫБКУ»

Студенты из команды «Газпром трансгаз Томск» не только суммарно отжались больше всех, но и в неофициальных личных зачетах оказались в лидерах. Первым у парней стал Артем Шорников.

— В неофициальном личном зачете вы все в лидерах: парни первый и второй, девушки в топ-4. Особенная подготовка?

— Просто наши тренеры — большие молодцы. Они взяли нас в руки и правильно мотивировали. Поддерживали в нужные моменты. Мы прошли через хороший подготовительный лагерь. Большое спасибо тренерам. Правда.

— Сейчас уже можно раскрыть секрет победы. В чем он заключается?

— Упорство, труд. Нам было очень плохо на тренировках. Мы потели и плакали. (Смеется.) В жару и в холод тренировались, чтобы была регулярность. Без благодарности тренерам здесь никак нельзя.

— Вы же в секторе видите, кто сколько отжался. Заранее понимали, что станете чемпионами?

— Не совсем. Концентрировались на своей работе. Знали, сколько мы делаем, какой у нас результат. Потом, когда остальные отжимались, мы сидели в уголке.

— Что тренер сказал после победы?

— Что мы — молодцы и хорошо поработали. Честно скажу, после объявления результатов я был в небольшом мандраже и не все слова тренера запомнил. Он улыбался, по лицу было видно, что он доволен нашим результатом.

Антон Кудинов



Судьи беспристрастно следят за каждым отжиманием

ОТЖИМАНИЯ: ИГРА ЭМОЦИЙ

Первый день студенческих соревнований по силовой гимнастике — командный турнир по сгибанию и разгибанию рук. Известные всем отжимания вполне могут претендовать на звание одного из самых зрелищных видов спорта на Спартакиаде.

В секторе для этого вида спорта всего два стола. Отжимания выполняются на привычной всем горизонтальной поверхности, но выше уровня пола, чтобы судьям было проще следить за качеством и количеством повторений, а зрителям и фотографам — ловить самые сильные проявления эмоций.

Характер спортсменов написан на их лицах во время финальных повторений — эти гримасы страданий наверняка попадут в число лучших фотографий Спартакиады. Судьям отвлекаться на эмоции спортсменов некогда — нужно беспристрастно следить за каждым отдельным отжиманием. Именно поэтому в силовой гимнастике так много судей — на двух спортсменов сразу пятеро: двое ведут счет, двое следят за правильностью выполнения, главный судья контролирует весь процесс.

«В соседних гирях тоже много судей. Есть главная бригада, есть судьи-счетчики. В отжиманиях оценивается не только количество, но и качество выполнения упражнения. Считают люди, а не электронная аппаратура. Чтобы

избежать субъективности, нужно минимум два судьи на человека», — объяснил нюансы работы Андрей Петров, главный судья сектора.

Он тоже остался под впечатлением от настроения студентов. Хотя честно признался, что в количественных показателях ребятам еще нужно прибавлять.

Некоторым показать максимум помешали небольшие травмы. Михаил Семенов из команды «Газпром трансгаз Екатеринбург» сразу после отжиманий легко запрыгнул на перекладину и выдал несколько чистейших подтягиваний. Но в соревнованиях был вынужден закончить упражнение досрочно.

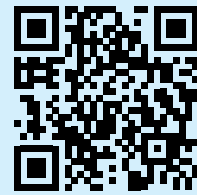
«Самое сложное — отжиматься в темпе, который от тебя требуют. Обычно я отжимаюсь быстрее, но здесь нужно дважды зафиксироваться, чтобы попытку засчитали. Тут и сыграла старая травма — плечо начало клонить под вывих, пришлось сойти со скамьи», — признался Михаил.

Самыми подготовленными в первый день оказались студенты «Газпром трансгаз Томск». У них не только командная победа — от каждого коллектива выступают по два парня и две девушки, — но и хорошие результаты в неофициальных личных зачетах: мужчины стали первым и вторым, а обе девушки вошли в топ-4.

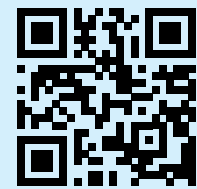
Тарас Барабаш



Официальный сайт Спартакиады
ПАО «Газпром»



Официальная группа Спартакиады
ПАО «Газпром» «ВКонтакте»



Официальный Telegram-канал
Спартакиады ПАО «Газпром»



Мобильное приложение
Спартакиады



ПОДГОТОВЛЕНА НА ОТЛИЧНО

В составе команды «Газпром добыча Ноябрьск» защищать спортивную честь предприятия на Спартакиаде ПАО «Газпром» отправились несколько целевых студентов компании. Среди них — Валерия Грицкан.

Девушка учится в Тюменском индустриальном университете по специальности «техносферная безопасность» и этим летом уже прошла практику на одном из газовых предприятий компании — Комсомольском.

Постижение азов профессии Валерия совместила с подготовкой к спортивным стартам. Отжимания, пресс, бег, растяжка — ежедневно, каждую свободную минуту она тренирует выносливость и оттачивает технику выполнения упражнений. На соревнованиях добавится предстартовое волнение, а потому тело должно действовать на автомате.

Особое внимание Валерия уделила подготовке к соревнованиям по дартсу — раньше ей не приходилось заниматься им всерьез. Овладеть мастерством направлять дротик точно в цель помогали коллеги, а также видеоуроки.

Отжимания на время — та дисциплина, в которой Лера действительно сильна. Ее личный рекорд — 114 раз отжиманий! Среди других спортивных достижений студентки — первое место по плаванию в Ямало-Ненецком автономном округе. В бассейн она пришла во втором классе и со временем стала кандидатом в мастера спорта. Плавать она любит больше всего на свете!

На Спартакиаде Валерия ставит своей целью достойно выступить и не подвести команду.

Андрей Ончев



Валерия Грицкан пришла в бассейн во втором классе