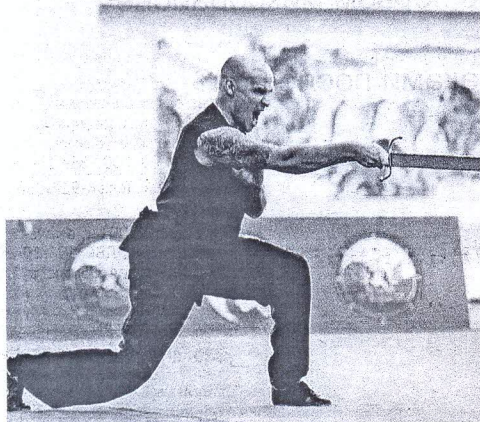


» УШУ

» ТОП-10



Олег Хандешин.

## Европа в онлайн-формате

Вчера финишировал чемпионат Европы по ушу. Он продолжался полторы недели. Награды оспаривали спортсмены из более чем двух десятков стран: России, Испании, Италии, Германии, Португалии, Франции, Великобритании и многих других. Пять медалей завоевали представители Нижневартовска.

В условиях пандемии коронавируса эта новость кажется невероятной, но она – очевидный факт. Впервые чемпионат Европы прошел в онлайн-формате. Никто никуда не выезжал. Мастера ушу в родных пенатах записывали видео, отправляли на нужный адрес, а судьи в интерактивной системе оценивали их выступления.

Две награды высшей пробы необычного чемпионата Европы выиграл Олег Хандешин, золото и серебро – Радик Зарипов, бронзу – Александр Ротарь.

Такие соревнования всяко лучше, чем пропущенные или отложенные на неопределенный срок, – говорит многократный чемпион мира и Европы Олег Хандешин. – Хорошая возможность в период самоизоляции держать себя в форме. Все готовились, выступали, снимали на видео. Сначала в таком формате состоялся чемпионат России, а вскоре – и чемпионат Европы.

**Как проходил европейский чемпионат?**

Согласно положению, в котором подробно расписаны требования к выступлениям, технические характеристики, регламент. Соревнования проходили на площадках 6 на 3 метра, на покрытии неспортивного стандарта, в костюмах для ушу. Комплексы – с определенным набором элементов, продолжительностью 35-40 секунд. Записывали видео в высоком разрешении HD и отправляли. В определенное время, по графику, судьи собирались на платформе ZOOM, просматривали выступления и выставляли оценку. Для победителей и призеров сразу выписывались онлайн-диплом и медаль.

**Приглашали видеооператора?**

Все сами! Сейчас технологии позволяют на хороший телефон фильмы снимать, не то что короткое видео записывать.

**Где снимали видео?**

Мы с Радиком Зариповым – на даче. Там есть большой травяной газон. Обозначили площадку и вперед. В программу чемпионата Европы вошли как традиционные, так и спортивные дисциплины ушу. Я выступал в двух традиционных: в кулачном виде – синьи цюань и в упражнении с прямым мечом – синьи цзянь. В обоих повезло. Стал первым.

**Расчитывали победить?**

Любой спортсмен всегда и везде рассчитывает на успех. И, конечно, волновался. В выступлениях онлайн есть определенные легкость и сложность. В отличие от стандартных соревнований, где у тебя лишь одна попытка, больше никто не позволит выйти на ковер, упражнение на видео можно записать с любого дубля, хоть двадцать раз переснимай, и отправить самое понравившееся. Но в каждый просмотр вмешивается самокритичность. Хочется все сделать лучше и лучше. Всякий раз смотришь, как самый строгий судья. Все в таких условиях, и в итоге спортсмены выставляют видео выступления, доведенного почти до идеала. Выиграть очень непросто.

**Теперь отдых?**

Отдыхать много нельзя, надо поддерживать физическую форму даже в условиях самоизоляции. Она рано или поздно закончится, а соревнований станет только больше.

## Лучшие в истории России

*Нижневартовец Максим Храмцов вошел в десятку лучших тхэквондистов в истории России по версии агентства «Весь спорт». Подопечный Александра Лашпанова занял шестую строчку.*

В 2017 году Храмцов стал первым в истории российского мужского тхэквондо чемпионом мира, а спустя год выиграл европейский титул. Рейтинг возглавили призеры Олимпийских игр. Лучшим тхэквондистом страны признан Алексей Денисенко, завоевавший бронзу в Лондоне и серебро – в Рио-де-Жанейро, на второй строчке – Наталья Иванова, на третьей – Анастасия Барышникова. 22-летний Храмцов на Олимпиадах еще не высту-

пал. Его дебют на Играх должен состояться в Токио, куда нижневартовец отобран одним из первых в России.

Лучших спортсменов страны с 1993 года до наших дней агентство «Весь спорт» определяет во всех олимпийских видах. В боксе десятку сильнейших замкнул Евгений Макаренко. Нынешний депутат Тюменской областной думы, выступавший за Нижневартовск, в молодые годы выиграл две золотые и одну бронзовую медали на чемпионатах Европы и две награды высшей пробы – на чемпионатах мира. Лавры лучшего боксера-любителя в истории России достались двукратному олимпийскому чемпиону Олегу Саитову. На второй строчке – Алексей Тищенко, который также дважды поднимался на вершину пьедестала главных соревнований четырехлетия, а на третьей – Александр Лебзяк. Все

они в начале нынешнего века приезжали в Нижневартовск на Кубок мира по боксу среди нефтяных стран.



Евгений Макаренко.

» СУПЕРЛИГА

## Людей послушал, перестроился

*Лучший бомбардир нижневартовской «Югры-Самотлора», капитан команды Виталий Папазов с нетерпением ожидает, когда завершится период пандемии, чтобы начать полноценную подготовку к новому сезону.*

Раньше, как и многие, я не сталкивался с такой ситуацией. Тренироваться в домашних условиях сложно, – признался волейболист в прямом эфире в инстаграме нижневартовского клуба. – Обычно ходил в «качалку», играл в баскетбол и пляжный волейбол, но сейчас все закрыто. Пока в основном выполняю упражнения для укрепления связок и пресса, и ста-

раюсь находить лазейки: рано-рано выбираюсь в лес, там бегаю, на турниках занимаюсь...

**На площадке вы всегда на позитиве. Всегда таким были?**

Это не сразу пришло. Людей послушал, перестроился. Они раньше спрашивали, почему грущу во время игры. «Ну, давайте покричу!» – подумал. Попробовал и затянуло. В моих эмоциях 20-30

процентов позитива, остальное – спортивная злость, которая помогает мотивировать себя, замотивировать команду и дает результат.

**В Суперлиге вы дебютировали лишь в прошлом сезоне. Не боитесь кризиса второго года?**

Пока больше беспокоит, что сижу в четырех стенах, понимаю, что надо готовиться к новому сезону, но особо не получается, да и никто не знает, когда он начнется. Это напрягает. О кризисе второго года слышал, но не знаю, что о нем сказать. Моя задача пахать, чтобы все получалось.

## Космин ушел в «Зенит»

*Центральный блокирующий Максим Космин пошел на повышение.*

22-летний волейболист, три года выступавший за «Югру-Самотлор», стал игроком питерского «Зенита», который тренирует главный тренер сборной России Туомас Саммелвуо.

В минувшем чемпионате России Космин стал третьим бомбардиром нижневартовской команды. В 19 матчах набрал 159 очков. Его обошли только диагональный Виталий Папазов (274) и доигровщик Иван Никишин (209).

По количеству блоков Космин поделил пятое место в суперлиге с коллегой по амплу Иваном Яковлевым из питерского «Зенита», с которым теперь они станут партнерами.

Нижневартовцы в предыдущем чемпионате страны, не до-



Фото Юлии Пановой

Сезон-2019/20. Космин (в центре) против «Зенита».

игранном из-за угрозы распространения коронавируса, заняли 13-е место, а команда из города на Неве – пятое.

МВ» Валентин Мальков.