

# ЛЕГКАЯ **4** АТЛЕТИКА

АПРЕЛЬ 1981

ежемесячный спортивно-методический



журнал



**СИЛА,  
БОДРОСТЬ  
И ЗДОРОВЬЕ**

**ВОССТАНОВЛЕНИЕ**

**ТЫ  
БУДЕШЬ  
ПЕРВОЙ!...**

**КИНОГРАММА**  
Прыгает  
Лутц Домбровский

В обширной легкоатлетической программе появился еще один вид — спортивная ходьба среди женщин, получивший с нынешнего года постоянную прописку в календаре всесоюзных соревнований. Первой чемпионкой страны в закрытых помещениях стала О. Чугунова из Чебоксар



В 1981 г. трехкратная олимпийская чемпионка Татьяна Казанкина, как обычно, пропустила старты в закрытых помещениях. В зимне-весенний период она отдает предпочтение кроссам. Летом Казанкина собирается участвовать в соревнованиях на Кубки Европы и мира.

По меньшей мере две советские бегуни этим летом впервые выступят в крупном международном женском марафоне. Это неофициальное состязание должно состояться во время Кубка Европы по марафону среди мужчин.

Полностью оправился от тяжелой травмы — перелома толчковой ноги — один из лидеров советских прыгунов в длину Владимир Цепелев. Свидетельством этому стало его успешное выступление на зимнем чемпионате СССР, где он показал 7,97. Более года ушло на лечение и восстановление. И вот в нынешних стартах Цепелев впервые после долгого перерыва прыгал в полную силу как прежде. По словам Владимира, физически он чувствует себя сильнее, чем до травмы.

В период подготовки к летнему сезону прыгун решил сосредоточить главное внимание на технической подготовке. В этом году Владимир намерен много соревноваться, чтобы наверстать упущенное, достичь новых для себя рубежей.

Владимир Поляков, один из наших сильнейших прыгунов с шестом, по мнению тренера В. В. Осипова, в этом году прежде всего должен стабилизировать свои результаты на ранее достигнутом уровне. Уже на зимнем чемпионате СССР Поляков повторил свой лучший прошлогодний показатель — 5,60.

— Владимиру нужно освоить те технические элементы, которые помогли его прогрессу в предыдущие годы. Он должен осознать, за счет чего ему удается высоко прыгать, — говорит тренер. — В зимних стартах перед Поляковым была поставлена задача — не увлекаться борьбой, а отрабатывать

технику, которая у него еще не устоялась. При благоприятном стечении обстоятельств он может прыгнуть довольно высоко.

Прыгунья в длину из Каунаса Маргарита Буткиене специально готовилась к нынешним зимним стартам. На Кубке СССР у себя дома она прыгнула на 6,71. Отметим, что ее прошлогодний результат — 6,81.

— Сейчас я чувствую себя, как никогда ранее, хорошо, — сказала Маргарита. — В прыжке мне очень помогает быстрый разбег. 60 метров я бегу за 7,2. Думаю, могу и за 7,1. Не совсем получается пока техническое исполнение прыжка. Осенью я травмировала спину, которая еще побаливает. Поэтому оттапливаю с опаской, не очень удается последний шаг.

Успешно начал послеолимпийский сезон иркутянин А. Крупский, ставший на зимнем чемпионате Европы серебряным призером



## Авилов уходит и... остается

Перед началом зимнего чемпионата страны нынешнего года по многоборьям, который проходил в футбольно-легкоатлетическом комплексе ЦСКА в феврале, состоялись торжественные проводы из большого спорта Николая Авилова.

...Он стоял в одном строю с теми, кто собирался выйти на старт борьбы за медали чемпионата. Для многих из них он был «человеком из легенды». И действительно, его спортивная судьба похожа на красивую легенду. Много было в нашей легкой атлетике отличных десятиборцев, на равных сражавшихся с сильнейшими атлетами мира. Был Василий Кузнецов, многократный чемпион Европы и бронзовый призер двух олимпиад. Был Рейн Аун, обладатель серебряной медали токийской пробы, были Юрий Кутенко, Михаил Стороженко, Янис Ланка. Были другие. Но никому из них не удалось сделать то, что удалось Николаю Авилову — покорить олимпийский Олимп. Путь к нему начался для Николая в 1968 году в далеком Мехико.

Авилов был молод — всего двадцать лет. Но борьбу он вел дерзновенно, сражаясь без страха с признанными лидерами американцами Тумеем, Уэдделлом, Кирстом из ГДР, Бендлином и Вальде из ФРГ. В этой компании ему удалось установить личный рекорд и занять почетное четвертое место. Выступил Авилов лучше всех в команде, но все равно был расстроен. И тогда к нему подошел Леонид Сергеевич Хоменков и сказал: «Чудак, твоя Олимпиада — в 72-м, а здесь была просто прикидка». Хоменков как в воду глядел: пришел год семьдесят второй, а вместе с ним и триумф Николая Авилова. Ему было уже 24 года — пора спортивной зрелости. Такого бле-

стящего выступления не помнил давно олимпийские игры. Авилов установил в десяти видах восемь личных рекордов и набрал выдающуюся сумму — 8454 — новый мировой рекорд! За эту победу он был награжден орденом Трудового Красного Знамени.

Затем была еще одна Олимпиада — последняя в его биографии спортсмена. Монреаль. 1976 год. И вновь выступил Авилов лучше всех среди наших, вел их за собой, набрал неплохую сумму — 8369 очков и сумел в борьбе с более молодыми соперниками завоевать свою вторую медаль — на этот раз бронзовую. Медалью «За трудовое отличие» отметила Родина мужество Авилова.

...В последний раз стоял он в одном строю со спортсменами. Впервые стоял не в спортивном костюме. Любители легкой атлетики, спортсмены, тренеры, болельщики прощались с Авиловым-спортсменом. Он уходил из спорта, но оставался в нем в новом для себя качестве — качестве тренера. И сегодня, прощаясь с ним со страниц журнала, мы говорим ему от имени многих тысяч его поклонников, читателей журнала: «Большое тебе спасибо, Николай Авилов, за доставленную радость, за то мужество, которое ты продемонстрировал на дорожках и в секторах. Спасибо за все. Пусть будет таким же счастливым и удачным второй этап твоей жизни в спорте. счастья тебе и удачи!»





№ 4, 81 (311) апрель  
ежемесячный спортивно-методический журнал  
Комитета по физической культуре и спорту  
при Совете Министров СССР  
издается с 1955 года

## СОДЕРЖАНИЕ стр.

Сила, бодрость и здоровье	1
<b>Тюрин Ю.</b> Соизмерять шаги со временем	3
<b>Андреев В.</b> Познакомьтесь	5,11
<b>Залесский М.</b> Восстановление в спринтерском и барьерном беге	6
<b>Пудов Н.</b> Еще несколько советов. Ответы на письма	8
<b>Гаврилов Б.</b> Опыт старших и организация занятий	10
<b>Эльтерман Л.</b> Ты будешь первой!..	12
<b>Попов В., Папанов В.</b> Прыгает Лутц Домбровский	16
<b>Коробов А., Суслов Ф.</b> Потери в пути: правило или исключения?	18
<b>Кулик Я.</b> Стадион своими руками	21
Рекорды юных	23
25 лучших молодых легкоатлетов 1980 года	24
<b>Владимиров В.</b> Брат брату не поверил	31
<b>Теннов В.</b> На пути к рекордам	

### РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

**А. П. БОНДАРЧУК, В. Ф. БОРЗОВ, В. А. ВАСИН, В. И. ВОРОНКИН, Э. В. ГУЩИН, А. Н. ЕФИМЕНКО, В. С. КАЮРОВ** (главный редактор), **А. И. КОМАРОВ, М. П. КРИВОНОСОВ, Н. И. ПОЛИТИКО, В. Б. ПОПОВ, И. Н. ПРЕСС, В. Д. САМОТЕСОВ, Л. С. ХОМЕНКОВ**

Ответственный секретарь **М. П. Бундин**  
Редакторы отделов: **Н. Д. Иванов, В. Н. Калясьев, Е. В. Масалина, Е. Б. Чен, А. К. Шедченко**

Художественное оформление **Н. Н. Левитской**  
Младший редактор **Л. И. Тареева**

## сила, бодрость и здоровье

На XXVI съезде Коммунистической партии Советского Союза вновь было подчеркнуто, что в решении задач экономического и социального развития нашей страны на период одиннадцатой пятилетки не последняя роль отводится физической культуре и спорту. Дальнейшее их развитие, более широкое внедрение физической культуры и спорта в повседневный быт советских людей, эффективное использование имеющихся в стране спортивных сооружений — вот нынешняя программа деятельности физкультурных организаций страны, каждого работника и активиста спорта. Но было бы неверно относить эти слова только к тем, кто непосредственно, по долгу службы ответствен за развитие физической культуры и спорта в масштабе страны, республики, края, области, района, города, наконец, в производственном коллективе. Эта работа касается всех, кто проявляет заботу об улучшении физического воспитания трудящихся, об укреплении их здоровья и трудовой активности.

Залогом успешного выполнения новых задач, поставленных партией и правительством, по праву можно считать те достижения, которые имели в десятой пятилетке советские спортсмены и физкультурники. А успехи были немалые. За прошедшее четырехлетие десятки миллионов советских граждан пополнили ряды значкистов ГТО, десятки тысяч спортсменов покорили вершины мастерства, защищали спортивную честь страны на чемпионатах Европы и мира, различных международных турнирах, наконец, на Играх XXII Олимпиады. В этом видится прежде всего итог большой работы физкультурных организаций, неустанной заботы партийных, советских, комсомольских и общественных организаций.

Каждый год десятой пятилетки давал новый импульс в работе, знаменовался большими достижениями в развитии поистине массовой физической культуры. Только в прошлом сезоне

# сила, бодрость и здоровье

на старты состязаний Всесоюзного комплекса ГТО вышло более 45 млн. человек, более 25 млн. тружеников города и села, учащейся молодежи успешно сдали нормативы комплекса ГТО. Росту рядов физкультурников в значительной степени способствовал и Всесоюзный смотр-конкурс, который в комсомольских и физкультурных коллективах проходил под девизом «От значка ГТО — к олимпийской медали» и посвящался XXII Олимпийским играм. Конкурс, совпавший с подготовкой и проведением массовых соревнований по программе VII летней Спартакиады народов СССР, охватил более 200 тыс. коллективов физической культуры, вызвал творческий энтузиазм у физкультурников страны, послужил толчком появления новых интересных форм спортивно-массовой работы.

В Белоруссии, например, в прошлом году популярными стали состязания под названием «Олимпийская миля», ставшие самыми массовыми стартами в республике. В этом плане интересны и массовые соревнования «Олимпиада здоровья и спорта» и «Олимпиада для всех», которые прошли в Латвии и Эстонии и в которых приняли участие сотни тысяч физкультурников и спортсменов. Более того, в Молдавии только на втором этапе смотра-конкурса участвовало более 1 млн. человек, 258 тыс. из них стали значкистами ГТО, а более 12 тыс. человек выполнили разрядные нормативы Всесоюзного комплекса. И, конечно же, в авангарде всегда шли маяки производства, физкультурного движения.

Хорошо знают на московском автомобильном заводе имени Лихачева бригаду слесарей-сборщиков, возглавляемую Юрием Мироновым. Это он вместе с товарищами выступил инициатором движения «К Олимпиаде-80 — всем значки ГТО». И свои планы молодые рабочие с честью выполнили. Бригада Миронова по-ударному, досрочно закончила десятую пятилетку, все 28 ее членов стали обладателями золотого значка ГТО. Почин автозаводцев нашел широкую поддержку на многих предприятиях страны. Десятки комсомольско-молодежных коллективов последовали примеру мироновцев и к открытию Игр XXII Олимпиады успешно сдали нормативы Всесоюзного комплекса. Это лишь один пример из сотен и тысяч ему подобных.

Когда мы сегодня говорим о дальнейшем развитии физической культуры и спорта, то должны иметь в виду не только привлечение в ряды регулярно занимающихся новых сотен тысяч физкультурников и спортсменов из числа взрослых людей, но прежде всего школьников, учащейся молодежи. С этой точки зрения заслуживает внимания инициатива комитета комсомола Владимирской средней школы Томаковского района Днепропетровской области, который закрепил каждого старшеклассника — члена ВЛКСМ, лучшего физкультурника наставниками ребят из младших классов. В числе победителей завершившегося смотра-конкурса «От значка ГТО — к олимпийской медали» можно увидеть немало коллективов физической культуры профессионально-технических училищ, в которых, надо отметить, за последние годы значительно активизировалась работа по физическому воспитанию учащейся молодежи. Этому способствовала, в частности, и организация соревнований на местах под девизом «Стартуют все», когда на старт состязаний выходили учебные группы в полном составе, что, в свою очередь, способствовало привлечению не одного десятка тысяч юношей и девушек к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В привлечении детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом большую роль может сыграть сила родительского примера. Если взрослые начинают утро зарядки, если родители дружат с лыжами, часто ходят на стадион или в спортзал, то и дети тоже полюбят спорт. В этом смысле неоценимую помощь в пропаганде физической культуры, в привлечении детей и молодежи к регулярным занятиям физической культурой оказали всесоюзные заочные соревнования городов под девизом «Всей семьей — на старт!», организованные Спорткомитетом СССР совместно с редакцией газеты «Известия», которые прошли в 260 городах.

В настоящие спортивные праздники вылились турниры, которые проходили в Литве, Молдавии, на Украине. Десятки тысяч детей и подростков на этих стартах впервые приобщились к занятиям спортом, получили возможность интереснее и содержательнее проводить свой досуг. Соревнования по такому принципу надо проводить повсеместно и, как показывает практика, как можно больше. В организации семейных стартов большую помощь могут оказать предприятия и организации. В Одессе, к примеру, на старт городских соревнований вышли 1400 семей, а хорошо их организовать помогли активисты производственного объединения

«Продмаш», сахаро-рафинадного завода, а также редакции газет «Знамя коммунизма», «Комсомольская искра» и «Вечерняя Одесса». Отныне принято решение о ежегодном проведении соревнований под девизом «Всей семьей — на старт!» Но праздничность этих турниров, их организация и массовость во многом будут определяться отношением домовых комитетов ЖЭКов и домоуправлений, районных советов ДСО, помощью шефствующих предприятий и коллективов, будут зависеть от состояния спортивных сооружений, обеспечения их инвентарем, от четкой работы судей и интересной программы соревнований.

Претворяя в жизнь решения XXVI съезда КПСС, нужно еще и еще раз осмыслить работу, проделанную за прошедшее четырехлетие, обобщить накопленный опыт, сделать все, чтобы хорошие начинания получили гласность и самое широкое распространение. Для этого надо искать и находить, приводить в действие резервы — организационные, технические, моральные, которые позволят нам привлечь к регулярным занятиям физической культурой и спортом новые миллионы людей, продемонстрировать истинную массовость нашего физкультурного движения. К сожалению, и это не секрет, иные физкультурные организации под массовостью понимают нечто иное, подменяя ее «престижностью». Для иных важнее успешно выступить сборными командами на определенных соревнованиях и хорошо выглядеть в выполнении физкультурных планов. Добиться «успеха» при такой работе не составляет особого труда: достаточно найти, чаще на стороне, с десяток разносторонних спортсменов и одним и тем же составом закрывать все «бреши», а для массовости провести одно-два мероприятия с ограниченным количеством участников, прибавив для отчета сотню-другую «мертвых душ». Как это было обнаружено инспекциями ГТО в коллективах физической культуры Челябинского электролитного завода, ленинградской бумажной фабрики имени Горького, на домостроительном комбинате в Тольятти, Рижском электроламповом и Воронежском шинном заводах. Да, находятся еще у нас любители приписок и очковитательства, которые, прикрываясь мнимой активностью, мало заботятся об организации массовых соревнований, не видят в физической культуре главный источник здоровья.

Мы должны, обязаны заботиться о повсеместном укреплении авторитета физической культуры, о популяризации массовых видов спорта во всех, самых отдаленных, уголках нашей страны. Чтобы в каждом районе, колхозе, совхозе, поселке, ма-

леньком городке велась активная работа по организации и проведению массовых соревнований. Мы умеем сегодня образцово проводить состязания на уровне города, края, республики, а вот «глубинка» наша, образно говоря, остается неосвоенной. Районные, внутриколхозные и внутризаводские спартакиады — это прежде всего источник массовости, рычаг подъема физической культуры. Их комплексность, наглядность результатов привлекают физкультурников, которые чаще всего не имеют возможности регулярно участвовать в других представительных состязаниях. Такие спартакиады сплачивают коллективы не только с точки зрения спортивной жизни, но и производства, что, в свою очередь, положительно сказывается на росте производительности труда, выполнении производственных планов и заданий.

Однако вряд ли можно привлечь на те или иные соревнования большую массу людей, если добротнo не подготовить места для состязаний, без внимания отнестись к благоустройству и оснащению спортивных сооружений, баз и площадок.

XXVI съезд нашей партии наметил широкую программу социального развития страны и повышения народного благосостояния. Это значит, что советские физкультурники и спортсмены получают сотни и тысячи новых стадионов, бассейнов, спортивных залов и площадок. Но было бы неправильным рассчитывать только на новые спортсооружения. Наша задача — и это подчеркивалось на прошедшем форуме коммунистов — эффективнее использовать уже имеющиеся базы, разумно, по-хозяйски распоряжаться тем, что уже построено. Прямой долг каждого руководителя, инструктора, спортивного работника сделать все необходимое, чтобы стадионы, бассейны, загородные базы отдыха, спортивные залы и площадки работали с большой эффективностью и самым лучшим образом служили людям, способствовали укреплению их здоровья, чтобы забота о привлекательности спортивных сооружений, создании на них максимума удобств для самостоятельных и организованных физкультурников и спортсменов — стали нормой работы. Словом, сегодня необходимо с государственной точки зрения подходить к любому вопросу, касающемуся развития массовой физической культуры и спорта, внедрения их в повседневный быт нашего народа.



## соизмерять шаги с временем

В беге на средние и длинные дистанции, в марафоне и спортивной ходьбе на Олимпиаде-80 приняли участие 364 атлета из 56 стран. Нашу страну представляли 27 спортсменов, перед которыми была поставлена конкретная задача — завоевание 3 золотых медалей и 35 очков в неофициальном командном зачете. Итог борьбы на беговых дорожках, трассах спортивной ходьбы и марафона известен: у нас 2 золотые, 2 серебряные и 5 бронзовых олимпийских наград, и в переводе на язык неофициальных цифр в копилку сборной внесено 55 очков. Как видим, по количеству золотых наград группа вынослости до планового задания не дотянула. И все-таки выступление наших атлетов на Московской олимпиаде можно оценить удовлетворительным, поскольку они в неофициальном зачете нанного опередили основных своих соперников — спортсменов ГДР, Эфиопии, Финляндии.

**К**ак и на предыдущей Олимпиаде, очень сильно выступили наши девушки. Причем если в Монреале 2 золотые медали в беге на 800 и 1500 м были завоеваны одной лишь Татьяной Казанкиной, то на этот раз в беге на два круга, например, весь пьедестал почета был наш. Да и на «полторке», не сделав Л. Смолка тактических просчетов, кто знает, может, тоже три ступеньки были бы за нашими девушками. В конечном итоге в активе наших девушек оказалось 2 золотые, 1 серебряная и 2 бронзовые награды, что составило больше половины всех медалей, завоеванных группой вынослости.

Чем можно объяснить этот успех? Прежде всего правильно поставленными и методически выдержанными тренировками, комплексными средствами воспитания, целеустремленностью, трудоспособностью и поистине огромной самоотверженностью. Образец тому — Татьяна Казанкина. Честно признаться, еще год назад сомнения в ее участии в Играх-80 были. Опасения оказались напрасными. Татьяна не только сумела обрести к открытию Игр прекрасную спортивную форму, но и отработала беспроблемное тактическое оружие против соперниц. Подготовить себя фактически за полтора года с «нуля» до олимпийской чемпионки, согласитесь, это настоящий спортивный подвиг.

**Первую олимпийскую награду в марафонском беге — бронзовую медаль — за всю историю участия советских атлетов на олимпиадах завоевал С. Джуманазаров на XXII Игры в Москве**

Не случайно Казанкину наградили высшим орденом нашей страны — орденом Ленина.

Если шесть девушек в общей сложности принесли команде львиную долю зачетных очков и медалей, то наша «сильная половина» — 22 атлета внесла в копилку всего лишь 1 серебряную и 3 бронзовые олимпийские награды. По правде сказать, такое соотношение особой радости не вызывает. Тем более что на дистанциях 1500, 5000, 10 000 и 3000 м с препятствиями наши мужчины не набрали ни одного зачетного очка. Но в словах огорчения есть и нотки маленьких радостей. В первую очередь я имею в виду выступление С. Джуманазарова. Призовое место в марафоне на нынешней Олимпиаде — единственное за всю историю участия советских легкоатлетов на олимпийских играх.

Однако, признаюсь, от марафонцев мы ожидали большего. вспомним, что на чемпионате Европы в Праге наши бегу-

ны были самой сильной командой на континенте. Да и в последующие годы они не раз становились победителями и призерами международных турниров, возглавляли списки сильнейших марафонцев мира. Так что если говорить честно, то на Московской олимпиаде наши спортсмены должны были бороться только за высшие олимпийские награды. Об этом говорит и тот факт, что в этом виде программы у нас был, пожалуй, самый большой отряд высококвалифицированных спортсменов. За год до Олимпиады мы имели 13 мастеров спорта международного класса. Очень высоким был и средний результат десяти лучших марафонцев страны за год — 2:12.22,0. По сравнению с Монреальской олимпиадой он вырос почти на 3 минуты. Так что на XXII Игры наши марафонцы должны были выступить на самом высоком уровне. Третье место С. Джуманазарова и четвертое молодого бегуна В. Котова — это большой успех. Но пятое место чемпиона Европы Л. Мосеева вряд ли таковым назовешь. Ведь именно Л. Мосеев в последние два года считался общепризнанным лидером среди марафонцев мира. Самого спортсмена вряд ли можно винить в неудачном выступлении. Прежде всего эта вина ложится на методические просчеты тренера.

С некоторой оговоркой можно назвать успешным выступление советских скороходов на дистанциях 20 и 50 км, завоевавших серебряную и бронзовую медали. Ведь из Монреаля они не привезли ни одной медали. К тому же во время олимпийских состязаний

за нарушение стиля ходьбы были дисквалифицированы явные претенденты на призовое место Б. Яковлев и А. Соломин. На этот счет можно было бы говорить о некоей случайности, «необъективности судей», если бы не тот факт, что в погоне за скоростью последнее время тренеры, да и сами атлеты тоже, упустили из виду вопросы техники ходьбы, ее «законы». Впрочем, такой «грех», как показала Олимпиада, водится не только за нашими атлетами. Как известно, с дистанции были сняты многие сильнейшие скороходы мира. Так что в очередном межоллимпийском цикле специалистам предстоит серьезно заняться проблемой умения правильно «ходить». Для этого необходимо в срочном порядке взяться за разработку технических средств фиксации фазы полета в процессе ходьбы и без промедления вооружить ими как тренеров, так и судейство.

Особого разговора заслуживает выступление на Московской олимпиаде средневикив и стайеров. Если «бронзу» Н. Кирова в беге на 800 м можно считать успехом, то в остальных видах беговой программы, в том числе и в стипль-чезе, наши мужчины проявили себя отнюдь не лучшим образом. Как и четыре года назад, в этих дисциплинах мы не завоевали ни одной награды.

Помнится, анализируя выступление наших средневикив на Монреальской олимпиаде, специалисты пришли к выводу, что среди причин неудачного выступления были в первую очередь такие, как снижение тренировочных объемов в смешанном и анаэробном режи-

мах; недостаточность скоростно-силовых упражнений, малое количество стартов на смежных дистанциях, редкое участие в соревнованиях по кроссу. Компенсировалось все это форсированием подготовки спортсменов. Желая как можно быстрее добиться высокого результата, а значит, обеспечить ученику место в сборной команде, наставники шли на неоправданную интенсификацию тренировок в период, когда должна была бы только закладываться база для будущих успехов. Этот своего рода выход из положения давал на первых порах «скороспелые» относительно высокие результаты. Как правило, в начале сезона. Потом наступала развязка: резкое падение спортивной формы и в конечном итоге слабое выступление на главных стартах.

Заглядывая сегодня в будущее, надо сказать, что и работа с юниорами, нашим резервом, ведется тоже не ахти как. Это чувствуешь сразу, как только молодой спортсмен попадает во взрослые сборные коллективы. Молодежь просто не выдерживает тех тренировочных объемов и нагрузок, которые отвечают современным требованиям и обеспечивают стабильность выступлений на высоком уровне. Причина та же — форсирование результата, явное нарушение методики тренировочного процесса.

Внезапно приходится говорить о неблагоприятном положении в беге на 3000 м с препятствиями. Выступление наших стипльчезистов на Московской олимпиаде вновь показало, как мы еще далеки от сильнейших бегунов мира. Даже установленный Димовым на Играх рекорд СССР не скрашивает общего положения дел в этом виде. Слишком он далек от мировых стандартов. Честно признаться, накануне Олимпиады мы надеялись, что молодежь в конце концов проявит свой характер, покажет свое мастерство в борьбе с соперниками. Но ни того, ни другого, ни третьего мы так и не отметили. Еще раз приходится говорить, и это в который раз, что трудная дистанция стипль-чеза может покориться только быстрым и выносливым спортсменам. Наши же специалисты в основном упор делали на поиск выносливых бегунов. А если и находили быстрых спортсменов, то они не были физически готовы вести многотуровую борьбу, которая предусмотрена программой олимпийских соревнований.

В предстоящем четырехлетии тренеры серьезно должны пересмотреть свои взгляды на методику подготовки бегунов на средние дистанции и в стипль-чезе, исключить «отсебятину», работать по единому плану.

К числу неудач советских бегунов можно отнести и вы-

ступление стайеров. Согласитесь, восьмое место на дистанциях 5000 и 10 000 м не лучший показатель. Видно, ошибки в подготовке спортсменов накопились не сразу, не за один год. Им предшествовал весь меж-олимпийский цикл. А главное — у наших стайеров на всем этом протяжении отсутствовал качественный резерв. Фактически за последние четыре года весь международный календарь закрывал один и тот же квартет — А. Федоткин, А. Антипов, В. Абрамов и Э. Селлик. И только потому, что не было достойной замены. Ведь начиная с семьдесят второго года ни одно ДСО, ведомство, ни одна республика не подготовили для сборной команды страны ни одного мастера спорта международного класса. Многие здесь зависят от тренеров, но есть и чисто объективные причины.

Специалистам хорошо известно, что после соревнований бегуны на длинные дистанции восстанавливаются значительно дольше, чем, скажем, спринтеры или те же средневики и что, как показала многолетняя практика, стайеры показывают свои лучшие результаты во второй половине спортивного сезона. В то же время всеозонный и международный календари независимо от времени сезона в программу своих соревнований почти всегда включают бег на длинные дистанции. Вероятно, нужно каким-то образом внести поправки в программу соревнований, особенно на этапах базового и начала соревновательного периода. Было бы лучше, если стайеры выступали бы в это время на смежных дистанциях, скажем, в беге на 2000 и 3000 м.

Многие наши тренеры, работающие со стайерами, за последние годы, по-моему, слишком уж увлеклись подготовкой спортсменов в среднегорье. Тренировки в среднегорье стали своего рода модой, что ли. И по делу, и без дела — все стремятся в горы. Постоянная работа на одной и той же высоте приводит к тому, что организм спортсмена настолько адаптируется к условиям среднегорья, что никакого уже эффекта от таких тренировок не приходится ожидать. Как видим, причин, отчего наши стайеры выступили на Московской олимпиаде более чем скромно, предостаточно. Все это нужно в срочном порядке исправлять, переделывать, изменять, ибо через четыре года нам обязательно нужно выйти на качественно новые рубежи.

И для этого есть все условия. Достаточно сказать, что сегодня у нас имеются более 20 центров подготовки бегунов на выносливость, полтора десятка стадионов с высококачественным покрытием, отвечающим самым высоким международным стандартам. Однако

все это вряд ли поможет, если сами специалисты, руководители спортивных обществ и ведомств, спортивных организаций не будут относиться к планам подготовки мастеров спорта и мастеров спорта международного класса как к государственному плану. Ведь для того чтобы успешно выступить на будущей Олимпиаде, нам уже завтра нужно иметь в каждом виде как минимум по 5 мастеров спорта международного класса. Реальны такие цифры? Думаю, что да. Как показывает опыт, статистические данные, как правило, из десяти мастеров спорта всегда можно подготовить одного мастера спорта международного класса. То есть в каждом виде по группе выносливости мы должны иметь 50 «железных» мастеров спорта.

У нас уже сегодня есть такие исходные данные. Об этом говорят и списки пятидесяти лучших спортсменов года. Картина в списках даже более чем впечатляющая. Наш резерв просто фантастичен. Вряд ли какая страна располагает таким вторым шезлоном. Распорядиться им надо только по-хозяйски, по-государственному и количество перевести как можно быстрее в качество. Без поиска, эксперимента, смелости, трудолюбия, заинтересованности, наконец, без энтузиазма вряд ли тут обойтись. И не решить всех этих проблем в одиночку. Только объединенными усилиями можно, в конце концов, вывести наших спортсменов на ведущие позиции сильнейших бегунов мира. Мы до сих пор говорим о работе бригад как о перспективном методе подготовки спортсменов, в то время как коллективное творчество тренеров уже себя показало с самой лучшей стороны. Возьмите для примера работу «дуэтов» Н. Малышева и В. Морозова из Ленинграда, Н. Снесарева и В. Охрименко из Витебска, гомельчан А. Чернецкого и Белого, Л. Подоплелова и Н. Литвинова из Харькова и многих других. На принципе «Я и только я могу подготовить олимпийского чемпиона» сегодня далеко не уедешь. Ныне олимпиец — это прежде всего итог коллективного воспитания, эффект от которого вряд ли сравним с работой одиночек. Забота каждого — забота всех! — вот какие нормы должны лечь в основу нашей работы.

**Ю. ТЮРИН,**  
заслуженный  
тренер СССР,  
главный тренер  
по группе видов выносливости  
Управления легкой атлетики  
Спорткомитета СССР

## ДОРОГИЕ ТОВАРИЩИ!

XXVI съезд КПСС поставил перед работниками физкультурного движения задачи государственной, общенародной важности — еще активнее развивать массовую физическую культуру и спорт, способствовать тому, чтобы спорт не оставался для большинства людей лишь зрелищем, чтобы физическая культура вошла в повседневную жизнь широких слоев населения и особенно детей. Чтобы еще эффективнее использовались спортивные сооружения.

Претворению этих положений и задач в жизнь призвана всемерно способствовать и спортивная печать.

Редакция и редакционная коллегия журнала «Легкая атлетика» обращается к читателям с просьбой высказать свои предложения, замечания, пожелания о том, какие темы, организационно-методические вопросы, информационные материалы они считают наиболее актуальными в свете выполнения решений XXVI съезда партии.

Мы предлагаем читателям поделиться опытом спортивно-массовой работы, рассказать о найденных ими эффективных формах и методах развития массовой физической культуры и спорта среди различных групп населения, людей разных возрастов и профессий, ждем ваших писем по таким, с нашей точки зрения, актуальным темам, как: роль и место комплекса ГТО и массовых соревнований в активизации физкультурно-массовой работы по месту жительства, в общеобразовательных школах, профессионально-технических, средних специальных и высших учебных заведениях, в коллективах физкультуры предприятий, совхозов, колхозов, в спортивных клубах, местах массового отдыха трудящихся; коэффициент полезного действия спортивных сооружений — стадионов, манежей, площадок; обобщение и пропаганда передового опыта, современных форм и методов использования легкой атлетики для организации физкультурно-спортивной работы среди детей и молодежи, совершенствование работы ДЮСШ, легкоатлетических секций и клубов; морально-этическое воспитание физкультурников, спортсменов и любителей спорта в коллективах физкультуры, спортклубах и секциях, на спортивных сооружениях — в процессе тренировочных занятий и во время соревнований; формирование активной жизненной позиции физкультурников и спортсменов; формы и методы организации физкультурно-оздоровительной работы среди населения и т. п.

Редакция выражает уверенность, что эти темы найдут живой отклик у читателей.

Активный, заинтересованный обмен мнениями, опытом будет способствовать совершенствованию форм и методов массовой физкультурно-спортивной работы в свете намеченной ЦК КПСС программы экономического и социального развития страны на очередное пятилетие и десятилетие и предусмотренного широкого комплекса мер по созданию самых благоприятных условий для высокопроизводительного труда, активного отдыха трудящихся, укрепления здоровья всего населения.



**Шамиль АБДЯСОВ**

Фрунзе, «Динамо». Родился 16 апреля 1957 г. в селе Араван Киргизской ССР. Рост — 185 см, вес — 73 кг. Студент IV курса Фрунзенского политехнического института. Легкой атлетикой начал заниматься в 1970 г. в г. Ош (прыжок в длину), тройным прыжком — в 1974 г. во Фрунзе. Норматив мс выполнил в 1977 г. в Киеве на II всесоюзных спортивных играх молодежи (3-е место — 16,26), мсмк — в 1981 г. в Ленинграде на Мемориале В. И. Алексеева (1-е место — 16,92). В основном составе сборной СССР дебютировал в 1981 г. на XII зимнем чемпионате Европы в Гренобле (1-е место — 17,30, высшее мировое дост. для залов). Тренеры: с 1970 по 1974 г. — Иван Петрович Звягин; с 1974 г. — Лев Матвеевич Эльтерман, заслуженный тренер СССР и Киргизской ССР. Лучшие результаты: длина — 7,97; тройной — 17,30 (в зале) и 16,54 (на стадионе).

Длина	Тройной
1973 (16) 5,61	—
1974 (17) 6,57	—
1975 (18) —	14,44
1976 (19) —	15,45
1977 (20) 7,33	16,26
1978 (21) 7,47	16,46
1979 (22) 7,61	16,38
1980 (23) 7,97	16,54
1981 (24) 7,95	17,30

В 1976 г. занял 5-е место на юниорском первенстве СССР в Запорожье (15,15). В 1977 г. — 3-е место на Всесоюзных молодежных играх (16,26). В 1979 г. — 13-е место на VII летней Спартакиаде народов СССР и чемпионате страны (16,38). В 1980 г. занял 5-е место на Мемориале Знаменских (7,81) и открытом чемпионате Москвы (7,57), 4-е место на зимнем чемпионате страны в прыжках в длину (7,76) и там же 3-е место в тройном прыжке (16,54), 3-е место на «Дне прыгуна» в Ленинграде (7,73), 2-е место на Кубке СССР (7,67), завоевал золотую медаль на чемпионате СССР в Донецке (7,97). В 1981 г. занял 6-е место на зимнем чемпионате страны в Минске (7,72), 3-е место на Кубке СССР в Каунасе (7,56). Одержал победу на зимнем чемпионате Европы в Гренобле в тройном прыжке (17,30) и там же получил бронзовую награду в длине (7,95).

**Любовь СМОЛКА**

Киев, «Буревестник». Родилась 29 ноября 1952 г. в г. Павлограде Днепропетровской обл. Рост — 170 см, вес — 60 кг. По профессии педагог. В 1977 г. окончила Киевский ГИФК. Легкой атлетикой начала заниматься в 1970 г. в Киеве. Норматив мс выполнила в 1976 г. в Киеве на II Всесоюзных студенческих играх в беге на 3000 м (2-е место — 9,24,8), мсмк — в 1979 г. на VII летней Спартакиаде народов УССР в Донецке (1-е место — 4,02,0). В основном составе сборной СССР впервые дебютировала в 1980 г. в Москве на XXII Олимпийских играх (6-е место — 4,01,3). Тренер: с 1970 г. — Леонид Вячеславович Гордиенко. Лучшие результаты: 800 м — 1.59,3; 1500 м — 3.56,7; 3000 м — 8.36,0.

	800 м	1500 м	3000 м
1970 (18)	2.24,5	—	—
1971 (19)	2.20,0	4.45,0	—
1972 (20)	2.16,2	4.38,0	—
1973 (21)	2.14,5	4.35,3	—
1974 (22)	2.12,6	4.31,1	10.40,0
1975 (23)	2.10,8	4.28,2	9.55,3
1976 (24)	2.09,0	4.24,3	9.24,8
1977 (25)	2.08,0	4.21,0	9.31,0
1978 (26)	2.05,4	4.11,9	9.25,0
1979 (27)	1.59,6	4.02,0	8.41,3
1980 (28)	1.59,3	3.56,7	8.36,0
1981 (29)	зимой	4.08,64	—

В 1978 г. заняла 6-е место на зимнем чемпионате СССР в Москве (4,26,5), на всесоюзном кроссе на призы «Правды» в беге на 2000 м (6,37,0), 11-е место на чемпионате страны в Тбилиси (4,11,9), 1-е место на Кубке СССР в Харькове в беге на 1500 м (4,14,2). В 1979 г. одержала победы в кроссе на призы газеты «Руде право» в Праге, на чемпионате СССР и в кроссе «Правды» в Ереване на 2000 м (6,19,0), на Мемориале Знаменских в Каунасе (8,41,3) заняла 6-е место на международных соревнованиях в Сочи (4,08,9), 8-е место на VII летней Спартакиаде народов СССР и 6-е место на чемпионате страны (4,04,6), 5-е место (1,59,6) и 1-е место (4,05,6) на Мемориале В. Куца, 2-е место на Кубке СССР в Тбилиси (4,10,3). В 1980 г. — 4-е место на международных соревнованиях в Сочи (4,01,0) и на открытом чемпионате Москвы (8,36,0), 3-и места на матче республик в Сочи (4,00,8), на чемпионате СССР в Донецке (4,04,3 и 8,43,6), 2-е место на зимнем Кубке страны (4,11,2) и на Мемориале Знаменских (3,56,7). Завоевала золотую медаль на чемпионате СССР по кроссу и соревнованиях призы «Правды» во Фрунзе в беге на 2000 м (5,47,4). В 1981 г. получила серебряную награду на зимнем чемпионате страны в Минске (4,10,3) и бронзовую медаль на XII чемпионате Европы в Гренобле (4,08,6), одержала победу на Кубке СССР в Каунасе (4,10,1).



**Тамара СОРОКИНА (Казачкова)**

Челябинск, «Динамо». Родилась 15 августа 1950 г. в селе Казановка Варненского района Челябинской обл. Рост — 163 см, вес — 52 кг. По профессии педагог. В 1976 г. окончила Челябинский ГИФК. Легкой атлетикой начала заниматься в 1967 г. в Магнитогорске. Норматив мс выполнила в 1971 г. в Москве на Мемориале Знаменских (1-е место — 2,03,2 рекорд СССР), мсмк — в 1972 г. на чемпионате страны (3-е место — 4,11,6). В основном составе сборной СССР впервые дебютировала в 1971 г. в Киеве на матче с ФРГ (2-е место — 2,05,0). Тренеры: с 1967 по 1975 г. — Василий Иванович Петров, заслуженный тренер РСФСР; с 1975 г. — Борис Михайлович Фадеев, заслуженный тренер РСФСР. Лучшие результаты: 800 м — 1.58,4; 1500 м — 3.59,3; 1000 м — 2.32,8.

1968 (18)	2.13,2	—
1969 (19)	2.09,0	—
1970 (20)	2.08,7	—
1971 (21)	2.03,2	4.24,0
1972 (22)	2.04,1	4.11,6
1973 (23)	2.06,2	4.23,4
1974 (24)	2.04,4	4.11,2
1975 (25)	2.05,1	4.12,6
1976 (26)	1.58,4	4.07,2
1977 (27)	родилась дочь	—
1978 (28)	2.09,0	—
1979 (29)	2.01,3	4.06,3
1980 (30)	2.00,6	3.59,3

В 1970 г. заняла 1-е место на кроссе «Правды» (4,35,2) и первенстве страны среди юниоров (2,10,0), 6-е место на чемпионате СССР среди взрослых в Минске (2,08,7). В 1971 г. — 2-е место на V летней Спартакиаде народов СССР (2,08,5). В 1972 г. заняла 2-е место в матче с ФРГ в Аугсбурге (2,04,17), на соревнованиях на призы «Правды» (2,05,4), 3-е место на чемпионате страны (4,11,6), 8-е место в забеге на Играх XX Олимпиады в Мюнхене (4,20,2). В 1973 г. — 2-е место в зимнем матче с США в Ричмонде (2,11,1) и Кубке СССР (4,23,4), 1-е место на зимнем чемпионате страны на 1000 м (2,44,8). В 1974 г. одержала победы в зимнем матче с США (4,20,9), зимнем чемпионате СССР (4,20,5), в матче с Финляндией (4,12,4), заняла 2-е место в матче с США в Дареме (4,18,2), 3-е место на чемпионате Европы в Гетеборге (4,14,45). В 1975 г. — 3-е место в матче с США и НРБ (4,18,6). В 1976 г. — 2-е место на зимнем (4,22,1) и летнем (4,08,2) чемпионатах СССР, 1-е место на «Дне бегуна» с мировым рекордом на 1000 м (2,32,8). В 1977 г. родилась дочь Марина. В 1980 г. заняла 1-е место зимой на Кубке СССР (4,11,0) и чемпионате страны (4,07,8), 2-е место на матче республик (4,00,6), 3-е место на международных соревнованиях в Сочи (3,59,3). Затем травмировалась. В 1981 г. заняла 1-е место на чемпионате СССР в Минске (2,02,7 и 4,09,6), 2-е место на Кубке СССР в Каунасе (4,13,7).



**Татьяна СКАЧКО (Паховская)**

Ворошиловград, «Авангард». Родилась 18 августа 1954 г. в Ворошиловграде. Рост — 162 см, вес — 57 кг. По профессии — педагог. В 1979 г. окончила Ворошиловградский пединститут. Легкой атлетикой начала заниматься в 1967 г. (спринт), прыжками в длину — с 1976 г. Норматив мс выполнила в 1971 г. на Всесоюзной школьной Спартакиаде в Воронеже (1-е место — 11,6 и 24,2), мсмк — с 1976 г. на чемпионате ЦС ДСО «Авангард» в Запорожье (1-е место — 6,56). В юниорской сборной СССР впервые выступила в 1971 г. в матче с ГДР в Нойденбурге (2-е место — 24,4), в основном составе дебютировала в 1977 г. на зимнем чемпионате Европы в Сан-Себастьяне (4-е место — 6,40). Тренер: с 1967 г. — Валерий Петрович Скачко, заслуженный тренер УССР. Лучшие результаты: 60 м — 7,4; 100 м — 11,3; 200 м — 24,1; длина — 7,01.

	100 м	Длина
1969 (15)	12,4	1976 (22) 6,56
1970 (16)	11,8	1977 (23) 6,67
1971 (17)	11,6	1978 (24) 6,66
1972 (18)	11,5	1979 (25) 6,63
1973 (19)	родилась сын	1980 (26) 7,01
1974 (21)	11,5	1981 (27) 6,60

В юношеские годы неоднократно занимала призовые места на всесоюзных соревнованиях в беге на 100 и 200 м. В 1977 г. заняла 2-е место на соревнованиях на призы «Правды» (6,39), в матче с ФРГ (6,32), 3-и места в матчах с ГДР и ПНР (6,45), с США (6,47), на Кубке мира в Дюссельдорфе (6,48), 5-е место на Универсиаде в Софии (6,31), на Кубке Европы в Хельсинки (6,34). В 1978 г. — 2-е место на Мемориале Знаменских (6,39), 4-е место на чемпионате СССР в Тбилиси (6,39). В 1979 г. — 1-е место на «Дне прыгуна» в Донецке (6,63), на Мемориале Знаменских в Каунасе (6,57), 2-е место на международных соревнованиях в Сочи (6,41), в матче с ГДР в Лейпциге (6,52), 3-е место на Универсиаде в Мехико (6,57). В 1980 г. — 1-е место на зимнем чемпионате страны (6,62), на матче республик в Сочи (6,85), на «Дне прыгуна» в Ленинграде (6,88), на Кубке СССР в Ленинграде (6,71), на Мемориале Знаменских (7,00), на чемпионате СССР в Донецке (6,92), 6-е место на зимнем чемпионате Европы в Зиндельфингене (6,43), 3-е место на Играх XXII Олимпиады в Москве (7,01). Награждена медалью «За трудовые отличия». В 1981 г. заняла 1-е место на зимнем чемпионате СССР в Минске (6,60), 4-е место на зимнем чемпионате Европы в Гренобле (6,60).

# ВОССТАНОВЛЕНИЕ В СПРИНТЕРСКОМ

Наиболее уязвимым звеном у спринтеров и барьеристов является опорно-двигательный аппарат нижних конечностей.

Нередко во время скоростных тренировок или соревнований неожиданно появляется боль в области задней поверхности бедра. В основе этого явления может быть мышечный спазм, острое растяжение или надрыв мышц.

Выделяют несколько причин, которые обуславливают функциональные изменения и органические повреждения мышц задней поверхности бедра. Одной из наиболее существенных является нарушение нормального взаимодействия между мышцами передней и задней поверхности. При хорошем функциональном состоянии этих мышечных групп сокращению четырехглавой мышцы бедра соответствует адекватное расслабление мышц-антагонистов, и наоборот. При снижении же функционального состояния, особенно связанного либо с утомлением, либо с нарушением солевого баланса, ухудшается прежде всего расслабление мышц. Поскольку мышцы передней группы бедра более сильные, то во время их сокращения мышцы задней поверхности не успевают расслабляться, что и приводит к описанным выше явлениям.

Другими причинами повреждений мышц задней поверхности могут быть: генетически обусловленный повышенный тонус этих мышц, их недостаточная тренированность или первичная функциональная слабость, что при неадекватных нагрузках и приводит к травматизации.

Среди средств профилактики и восстановления важнейшими являются педагогические. Перед началом тренировки, оценив состояние мышц спортсмена, необходимо провести разминку, включающую медленный бег, упражнения на растягивание и релаксацию мышц задней поверхности. Полезен также легкий массаж и встряхивание мышц. В прохладную погоду после проведенной накануне интенсивной тренировки или при ощущении «потягивания» мышц задней поверхности время разминки следует увеличить.

В основной тренировке необходимо придерживаться принципа гибкой индивидуализации в дозировании нагрузок при объективном и субъективном контроле. Опасно предлагать спортсмену превозможать

неприятные тянущие и болевые ощущения в мышцах, если они не исчезли в процессе разминки. В зависимости от выраженности утомления следует изменять интервалы отдыха, варьировать число повторений, вводить дополнительные упражнения на релаксацию. Важным элементом, обеспечивающим восстановление как в процессе тренировки, так и по ее окончании, является рациональный подбор и чередование упражнений, позволяющих, не снижая объема работы, перекладывать нагрузку на различные мышечные группы. Заканчивать тренировку рекомендуется легким бегом и упражнениями на расслабление.

Для спринтеров, имеющих функциональную слабость мышц задней поверхности, необходимо увеличить количество упражнений на укрепление силы этих мышц, используя, в частности, работу на специальных тренажерах для их «закачивания», а также проводить электростимуляцию.

Из медико-биологических средств восстановления после первой тренировки рекомендуется прием жидкости, содержащей минеральные соли и глюкозу (200—300 мл) и теплый душ (3—5 мин. с температурой воды 37—39°). После второй тренировки — также прием жидкости и теплый душ (5—7 мин.) или ванна (лучше хвойная, нарзанная, сероводородная и т. п.)

После «пиковых» нагрузок в недельном микроцикле, а также при выраженных признаках утомления хорошее восстанавливающее действие оказывает сауна (3 захода по 5—7 мин. при температуре 100—110°) с последующим массажем. Положительный эффект дает также использование теплой ванны с гидромассажем и барокамеры Кравченко (трехкратный подъем на 1200—1500 м с экспозицией 2—3 мин. и компрессией между подъемами 0,5—0,7 атм. по 30—40 сек.).

Из фармакологических средств восстановления можно рекомендовать обширный комплекс препаратов, хорошо зарекомендовавших себя при вы-

раженных признаках мышечного утомления (гипертонус, «забитость» мышц и т. д.), однако применять их можно только по совету и под наблюдением врача. При повышенном мышечном тонусе положительный эффект дает использование препарата скутамия Ц (0,5—1 таблетка вечером), вызывающего мышечную релаксацию. Витамин Е (2—3 драже в день в течение 3—5 дней) повышает эластичность мышц и снижает вероятность травматизации. При «забитости» мышц, обусловленной накоплением шлаков и молочной кислоты, особенно выраженной после длительных и интенсивных тренировок у бегунов на 400 м, показано применение никотинатов (трентал, нигексин, ксавин — 2—4 таблетки вечером), улучшающих внутримышечный кровоток и удаление шлаков. Для быстрого окисления избытка молочной кислоты, отрицательно влияющей как на мышцы, так и на сухожилия, рекомендуется использовать инозин (или рибоксин) по 6—8 таблеток в сутки.

Частой причиной снижения работоспособности спринтеров является возникновение болевых ощущений в области ахиллова сухожилия. Это связано с микротравматизацией и последующим воспалением волокон ахиллова сухожилия и прилегающих тканей (паратенониты), как следствием неадекватных нагрузок. Продолжение тренировок в этой ситуации в прежнем объеме и с высокой интенсивностью (превозмогая боль) может привести к стойким рубцовым изменениям и даже к надрыву сухожилия.

При возникновении болевых ощущений рекомендуется снизить прежде всего интенсивность нагрузок. Регулярно применять массаж с мазями, улучшающими кровоток и снимающими отек и воспаление (опио-гель, репарил, фенилбутазон). Из физиотерапевтических процедур в «остром» периоде можно использовать УВЧ и электрофорез, а затем ультразвук с лазером или капсулином. В восстановительном микроцикле широко применять водные процедуры (теплые ванны, плавание).

В питание этих спортсменов следует добавлять продукты, способствующие быстрейшему заживлению хрящевой ткани (студни, желе), а также увеличить витаминизацию (аскорбиновая кислота, каротин). Из фармакологических препаратов

рекомендуется использовать метилурацил (4—6 таблеток в сутки) в течение 5—7 дней).

Нередко у спортсменов, особенно у барьеристов, возникают боли в паховой области. По нашим наблюдениям, в значительном проценте случаев это связано не только с микротравматизацией и растяжением мышечно-связочного аппарата этой области, но и с локальной травматизацией сосудов. В связи с указанными причинами спортсменам, у которых периодически возникают боли, рекомендуется в качестве профилактической меры ввести специальные упражнения, направленные на укрепление мышечно-связочного аппарата паховой области. Средства и методы восстановления можно использовать те же, что применяются при нарушениях в области ахиллова сухожилия. Кроме того, учитывая сосудистую травматизацию, в качестве дополнительного средства восстановления можно рекомендовать применение аскорутин (3—4 таблетки в день) в сочетании с препаратами кальция (глюконат, глицерофосфат, хлорид), укрепляющих стенки кровеносных сосудов.

Многие спортсмены жалуются на боли в стопах, обусловленные плоскостопием. В качестве профилактики можно рекомендовать ношение удобной обуви с супинаторами. Среди мер восстановления на первом месте должны быть специальные упражнения, направленные на укрепление мышечно-связочного аппарата свода стопы. К ним относятся перемещение тела в положении стоя за счет подтягивания пальцами стоп, бег по песку, катание стопами круглого бруска и т. п. Полезно тренироваться на травяном газоне босиком, делать тонизирующий массаж стопы. Хороший эффект дает электростимуляция стоп, которую можно проводить 2—3 раза в год по 10 сеансов.

Специфическим повреждением ног у барьеристов являются ушибы. Тактика восстановления состоит в том, чтобы в первые 10—15 мин. создать на месте ушиба холод (хлорэтил, лед). В дальнейшем можно использовать компрессы с мазями, уменьшающими отек и воспаление (У-паста, опио-гель), а также физиотерапевтические процедуры (УВЧ, электрофорез). С целью снятия болевых ощущений можно применять диадинамические токи или пользоваться аппаратом «Ам-



# и барьерном беге

плипульс». В фазе остаточных явлений показаны тепловые и водные процедуры.

Важнейшим элементом высокой работоспособности бегунов является энергетика мышечного сокращения. Для дистанций 100 и 200 м она определяется в основном запасами креатинфосфата в мышцах, в то время как для бегунов на 400 м — запасами гликогена в мышцах и способностью сохранять скорость и координацию движений при высоких концентрациях лактата в крови. В процессе работы происходит истощение запасов креатинфосфата и гликогена в мышцах, а во время отдыха они восстанавливаются. Однако рост спортивных результатов определяется не простым восстановлением запасов энергетических веществ, а их увеличением по отношению к исходному уровню (суперкомпенсацией).

Таким образом, при рационально построенной тренировке запасы в мышцах креатинфосфата и гликогена должны увеличиваться. Между тем было установлено, что многократные повторные старты (40—80 м с интенсивностью 90—95%) с малыми интервалами отдыха не только не приводят к суперкомпенсации, но и вызывают снижение запасов креатинфосфата по отношению к исходному уровню, что, естественно, может отразиться на спортивных результатах. Аналогичная картина с истощением запасов гликогена в мышцах происходит при многократных повторных стартах бегунов на 400 м (300—600 м с интенсивностью 80—90%) при недостаточных интервалах отдыха.

В настоящее время мы не располагаем фармакологическими препаратами, способствующими повышению запасов креатинфосфата, и можем добиваться этого только педагогическими средствами. По современным представлениям наиболее рациональным средством для достижения суперкомпенсации запасов креатинфосфата в мышцах является построение тренировочного процесса, при котором между сериями в 4—6 стартов с высокой интенсивностью (40—80 м) следует пауза с медленным бегом в течение 10—12 мин.

Для суперкомпенсации запасов гликогена используется схема, согласно которой между сериями по 2—3 старта на 300—600 м с высокой интенсивностью следуют паузы мед-

ленного бега продолжительностью до 15—20 мин. (по самочувствию). В течение этих пауз спортсмен выпивает до 200—300 мл напитка, содержащего глюкозу (до 50—60 г). Непосредственно по окончании интенсивных тренировок, содержащих серии отрезков 300—600 м, рекомендуется прием углеводов (глюкоза, мед, сахар) в количестве 100—150 г с достаточным количеством жидкости, витаминов (особенно аскорбиновой кислоты) и минеральных солей. Для быстрого удаления избытка лактата используется прием инозина, теплая ванна, барокамера на конечности.

При напряженных тренировках, особенно связанных с резким увеличением как объема, так и интенсивности выполняемой работы, а также в преддверии и непосредственно в условиях ответственных соревнований, огромная нагрузка ложится на нервную систему спортсменов. Перегрузка нервной системы может проявляться в снижении работоспособности, разлаживании техники и неспособности спортсмена реализовать свой спортивный потенциал. В связи с этим в современной системе подготовки спортсменов особую актуальность приобретает использование средств восстановления состояния нервной системы.

Среди педагогических средств к ним относятся: строго индивидуальный подход к каждому спортсмену, рациональное планирование чередования работы и отдыха, создание комфортных бытовых условий, хорошая организация досуга, создание доброжелательной, товарищеской атмосферы в команде.

Использование психологических средств восстановления, особенно психорегулирующей тренировки (ПРТ), способствует лучшей адаптации спортсмена к окружающим условиям, выработке у него своеобразного защитного механизма, помогающего нервной системе противостоять различным факторам, которые могут являться причинами психоэмоциональных срывов.

Большое значение имеют медико-биологические средства восстановления. Использование электросна, франклиннизации, углекислых и хвойных ванн способствует нормализации деятельности центральной нервной системы. Применение гаммалона (аминалона) и ностропила, восстанавливающих обмен

веществ и улучшающих трофику клеток головного мозга, способствует ускоренному усвоению и лучшему закреплению двигательных навыков.

Периодически у спортсменов в состоянии утомления или в стрессовых ситуациях может наблюдаться перевозбуждение (плохой сон, словоохотливость, вспыльчивость) или угнетение (подавленность, вялость, замкнутость) нервной системы, существенно влияющие как на работоспособность, так и на спортивный результат и также требующие применения средств восстановления. В состоянии перевозбуждения наряду с физиотерапевтическими мероприятиями хороший эффект дает применение успокаивающих средств (настой корня валерианы или травы пустырника с бромистым натрием), которые следует принимать в течение 3—5 дней. В более серьезных случаях можно использовать легкие транквилизаторы (рудотель,

терален), но не более чем по 1—2 таблетки в сутки в течение 2—3 дней. На ночь можно рекомендовать по 1—2 таблетки радедорма, но не более 2 дней подряд.

При состоянии угнетения, особенно связанного с рабочим утомлением, можно рекомендовать прием в первой половине дня (2 раза в день) тонизирующих препаратов растительного или животного происхождения (настойка лимонника или жень-шеня, экстракт левзеи, пантокрин) в сочетании с контрастным душем после тренировки.

Следует также серьезно относиться к такому восстановительному фактору, как питание. Прежде всего оно должно быть сбалансировано по калорийности, о чем можно судить по динамике веса: прибавка в весе указывает на избыток калорий, похудание — на их недостаток. Кроме того, спринтерам и барьеристам, как и предателям других скоростно-силовых видов спорта, необходимо, особенно в периоды работы над скоростью и силой, стремиться к относительно преобладанию в пищевом рационе белков, которые содержатся в таких продуктах, как мясо, рыба, творог, сыр. В то же время следует несколько ограничить себя в потреблении продуктов, содержащих жиры (сливочное и растительное масло, сметана, жирный творог, мясо и т. п.) и углеводы (конфеты, сахар, мучные изделия, пирожные и т. п.), кроме случаев потребления углеводов после тренировок, о которых было сказано выше.

Не следует также забывать о максимальном разнообразии пищевого рациона с включением продуктов животного и растительного происхождения и о витаминизации пищи за счет свежих овощей и фруктов в течение всего года, особенно в зимне-весенний период. В случаях отсутствия свежих овощей и фруктов необходимо регулярно принимать поливитаминные препараты из расчета 1 драже в сутки, а в зимне-весенний период или при больших нагрузках — до двух драже. По нашим наблюдениям наиболее адекватным поливитаминным комплексом для спортсменов, восполняющим естественные траты витаминов, является комплекс «аэровит».

## ПОЗДРАВЛЯЕМ

Сборная команда СССР, тренеры, спортивная общественность горячо поздравляют с 50-летием неутомимого труженика, опытного педагога и доброго наставника, старшего тренера сборной команды страны по бегу на средние дистанции Уно Ясовича Кялле.

Свой спортивный путь Уно Кялле начал в обществе «Трудовые резервы», выступая в беге на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. В 60-е годы ему принадлежало высшее мировое достижение в беге на 30 км, он являлся 8-кратным чемпионом столицы.

В своей тренерской работе выпускник Московского областного педагогического института имени Н. К. Крупской У. Я. Кялле прошел путь от тренера коллектива физкультуры до тренера сборной команды Москвы, а последние годы он возглавляет женскую сборную СССР по бегу на средние дистанции. Глубокие профессиональные знания, большой опыт работы помогают Уно Ясовичу Кялле в практической деятельности. Твердо, настойчиво, доказуемо, с большим педагогическим тактом проводит он «свою линию» во вверенном ему коллективе. Олимпийские медали XXII Игр в беге на средние дистанции были вручены его подопечным, и, как тренер сборной команды СССР, У. Я. Кялле по праву делит успех своих именитых учениц и их личных тренеров. За время работы Кялле подготовил более 30 призеров чемпионатов СССР.

По итогам XXII Олимпийских игр в Москве Уно Ясовичу Кялле присвоено звание «Заслуженный тренер СССР». Он награжден медалью «За трудовое отличие».

В день пятидесятилетия желаем Уно Ясовичу Кялле крепкого здоровья, творческих успехов и большого личного счастья.

М. ЗАЛЕСКИЙ,  
кандидат  
медицинских наук

# еще несколько советов ОТВЕТЫ НА ПИСЬМА

Продолжая разговор о подготовке молодых бегунов в связи с письмами, поступающими в редакцию, видимо, есть необходимость более широко раскрыть содержание физической подготовки.

С ростом мастерства от спортсмена требуется значительное увеличение (по объему и интенсивности) тренировочных нагрузок. В свою очередь, это невозможно выполнить без предыдущей фундаментальной подготовки. Всесторонняя физическая подготовка вообще является основой советской системы физического воспитания независимо от специализации и вида спорта. Поэтому молодым людям, поставившим перед собой задачу достижения высоких результатов в избранных ими видах бега в первую очередь нужно обратить на это внимание, так как всесторонняя физическая подготовка является не только основой для целенаправленного развития качеств, но и залогом здоровья, без чего невозможен рост спортивных достижений.

Физическая подготовка разделяется на общую и специальную. Это разделение весьма условное, так как точно определить, где кончается общая и где начинается специальная физическая подготовка практически невозможно, хотя есть и четко выраженные средства и методы общей и специальной подготовки. Важно, что и та и другая направлены к одной цели — спортивному совершенствованию.

В практике спортивной тренировки общая физическая подготовка условно подразделяется на общеразвивающие упражнения (ОРУ) и упражнения ОФП (специфические упражнения с набивными мячами, камнями, ядрами, с отягощениями — штанга, вес партнера, упражнения на снарядах — перекладина, гимнастическая стенка, скамейка, конь). Это делается для того, чтобы определить направленность занятий в недельных или месячных циклах тренировок и определенных периодах годового цикла. Общеразвивающие упражнения применяются в каждом занятии и на всех этапах и периодах подготовки и большого изменения в дозировках не претерпевают. А упражнения ОФП в тренировочных планах имеют значительные изменения в дозировках в зависимости от периода подготовки.

Значительное место упражнения ОФП занимают в подго-

товительном периоде, а в соревновательном применяются дифференцированно. В подводящих и соревновательных микроциклах упражнения ОФП сводятся до минимума, а в разгрузочных микроциклах, когда интенсивность тренировочных занятий по специальной физической подготовке снижается, — возрастает роль упражнений ОФП. Возрастает роль упражнений ОФП и в объемных (нагрузочных) микроциклах, когда нет соревнований.

## ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ (ОРУ)

Общеразвивающие упражнения направлены на развитие координационных способно-

## ПОЗДРАВЛЯЕМ

Интересно сложилась жизнь Владимира Васильевича Кузнецова. В юности — он один из лучших спортсменов страны, а в день своего пятидесятилетия — маститый ученый, работы которого известны не только в нашей стране, но и за рубежом.

В 1953 г. Владимир Кузнецов установил свой первый всесоюзный рекорд в метании копья — 76,20, затем в течение четырех лет он пять раз улучшает это достижение, а в 1962 г. доводит рекорд СССР до 85,64. Неуемная энергия, поиски новых вариантов техники метания копья, эксперименты в методике тренировки — вот характерные черты молодого спортсмена. Он ставит своих соперников включиться в борьбу не только за улучшение национальных, но европейского и мирового рекордов.

Владимир Кузнецов — участник Олимпийских игр в Хельсинки, Мельбурне и Токио, чемпионатов Европы в Берне, Стокгольме, Белграде, всемирных фестивалей и крупнейших международных соревнований и матчевых встреч. Более 15 лет длились его спортивные выступления и все эти годы неуклонно росли результаты.

Окончив Ленинградский ГДОИФК имени П. Ф. Лесгафта, защитив кандидатскую диссертацию, Владимир Васильевич Кузнецов перешел на тренерскую, а затем на научную работу. В настоящее время доктор педагогических наук коммунист В. В. Кузнецов возглавляет отдел во Всесоюзном научно-исследовательском институте физкультуры. Антропомаксимология — наука о максимальных возможностях человека — вот сфера деятельности профессора В. В. Кузнецова. Деятельный, энергичный, опытный специалист, он оказывает большую помощь сборной команде страны. За плодотворную работу в области физической культуры и спорта В. В. Кузнецов награжден орденом «Знак Почета».

Сердечно поздравляем с 50-летием заслуженного мастера спорта, профессора Владимира Васильевича Кузнецова и желаем ему здоровья, творческих успехов, интересных замыслов и начинаний.

стей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. В подготовительной части тренировочного занятия ОРУ применяются для разогревания мышц и подготовки организма к предстоящей работе. А в основной части при повторном или интервальном методах тренировки, когда нагрузка выполняется сериями, — служат средством активного отдыха. В заключительной части — способствуют лучшему восстановлению после проделанной работы и локально применяются для укрепления и развития отдельных мышц.

Выполнение разнообразных ОРУ улучшает координационные способности, образует определенные навыки и помогает быстрее усвоить сложные формы спортивной техники. При этом необходимо так подбирать упражнения и методы их выполнения, чтобы без значительного увеличения мышечной массы выработать умение и навыки владения своими мышцами (быстро сокращать их с необходимой силой и расслаблять после выполнения упражнения). Арсенал ОРУ всем известен: без них не проводится ни один урок физкультуры в школе. Однако, как показали наши наблюдения, многие молодые спортсмены не придают им должного внимания, выполняют их вяло и в малом количестве. Дозировка же упражнений, направленных на развитие гибкости и подвижности в суставах, должна постепенно возрастать, особенно в подготовительном периоде. Для получения необходимого эффекта каждое упражнение должно выполняться не менее 10—15 раз. В тех случаях, когда бегуны проводят равномерные, переменные темповые кроссы или фартлек, где разминкой служит легкий бег 4—6 км, ОРУ выполняются обязательно после окончания тренировок.

Наибольшую нагрузку у бегунов несут мышцы опорно-двигательного аппарата, и часто это приводит к травматизму, особенно у молодых спортсменов. Этого можно избежать, если в течение всего периода подготовки соблюдать правильное соотношение специальных и общеразвивающих упражнений.

## УПРАЖНЕНИЯ ОФП

Основными упражнениями

ОФП со снарядами и на снарядах, которые не требуют особых условий, являются:

1. Упражнения с набивными мячами или с камнями разного веса.
2. Упражнения со штангой с небольшими весами — от 20 до 40 кг.
3. Упражнения на снарядах: перекладина, гимнастической стенке и коне (или на скамейке).
4. Круговая тренировка.

Придавая большое значение силовой подготовке молодых бегунов, необходимо так строить тренировочные занятия, чтобы упражнения были разнообразными и эмоциональными по исполнению. Наиболее эффективными являются упражнения с набивными мячами и упражнения с камнями или ядрами. Они комплексно воздействуют на развитие всех физических качеств. Вес набивных мячей и ядер подбирается в соответствии с подготовленностью спортсменов. Последовательность выполнения упражнений следующая:

1. Круговые вращения.
2. Наклоны вперед, назад, в стороны.
3. Броски вперед, назад и сбоку.
4. Толчки одной рукой.
5. Толчки двумя руками от груди.
6. Броски из-за головы.
7. Толчки от груди с подскоками.
8. Броски назад между ног.

Каждое упражнение выполняется не менее 10—12 раз в быстром темпе. Расстояние между партнерами подбирается так, чтобы мяч можно было поймать и быстро отдать в толчке или броске. В упражнениях с ядрами и камнями партнеры располагаются у определенной черты и поочередно выполняют упражнения, постепенно увеличивая дальность броска или толчка. После выполнения каждого броска нужно научиться максимально расслаблять мышцы.

## УПРАЖНЕНИЯ СО ШТАНГОЙ

Обычно упражнения со штангой выполняются с небольшими весами — от 20 до 40 кг, но достаточно быстро. Последовательность выполнения упражнений:

1. Повороты со штангой на плечах.
2. Наклоны.
3. Приседания.
4. Толчки.
5. Толчки с подскоками.
6. Выпрыгивания со штангой на плечах.

Каждое упражнение выполняется по 8—10 раз последовательно по 2—3 подхода с небольшим отдыхом (1—1,5 мин.) или сериями (когда выполняют-

ся все упражнения с отдыхом) до 4—5 мин. С максимальными весами упражнения со штангой обычно проводятся как тесты и применяются периодически для определения уровня развития силы в определенных упражнениях на различных этапах подготовки.

#### УПРАЖНЕНИЯ НА СНАРЯДАХ

Наиболее распространенными снарядами, применяемыми в подготовке бегунов, являются перекладина, гимнастическая стенка и конь (или скамейка), которые используются для развития мышц плечевого пояса, живота, спины, передней и задней части бедра.

Упражнения на перекладине (ветке дерева) и гимнастической стенке:

1. Подтягивание на руках.
2. Подтягивание коленей до груди с последующим выпрямлением ног.
3. Подтягивание ног до перекладины.
4. В висе на перекладине поднять прямые ноги в положение «угол» и держать 6—10 сек.

Упражнения на коне, скамейке или столе:

1. Лежа на животе (ноги фиксируются в упоре или партнером) наклоны с последующим выпрямлением и прогибанием в пояснице.
2. Лежа на спине наклоны вперед с последующим выпрямлением и прогибанием назад.

Упражнения могут выполняться и с отягощением.

#### КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА

С целью разнообразия занятий и повышения интереса занимающихся к упражнениям ОФП применяется так называемая круговая тренировка. Основной задачей круговой тренировки является воспитание силовой выносливости. Для проведения занятий в спортивном зале, манеже или на площадке подготавливаются необходимые снаряды. Наиболее простой набор снарядов: штанга, набивные мячи, гимнастическая стенка, перекладина. После легкого кросса и разминки бегуны приступают к выполнению упражнений в следующей последовательности:

1. Штанга. Упражнения выполняются сериями, как указывалось выше (упражнение со штангой).
2. Гимнастическая стенка или перекладина.
3. Упражнения с набивными мячами.
4. Легкий бег 1,5 мин.

Время отдыха между упражнениями на разных снарядах — до 30 сек. Каждое упражнение выполняется от 6 до 10 раз. Общее время, затра-

чиваемое на круговую тренировку, — около 30 мин.

Мы дали лишь краткую характеристику общеразвивающих упражнений и упражнений со снарядами и на снарядах. Их влияние на рост спортивных результатов несомненно, хотя они не дают такого быстрого прироста результата как средства специальной подготовки, а создают фундаментальную базовую подготовку, благодаря которой возможно достижение высоких результатов в избранном виде бега.

Большое значение общая физическая подготовка имеет не только в многолетней подготовке, но и в годичном цикле. Многие молодые бегуны, да и спортсмены высших разрядов, понимая значение общей физической подготовки, проводят ее на должном уровне в подготовительном периоде, а в соревновательном периоде зачастую сводят к нулю. И, видимо, неслучайно в весеннем периоде и на раннем этапе соревновательного периода они показывают относительно высокие результаты, а затем результаты снижаются. На наш взгляд, это объясняется снижением работоспособности, что, в свою очередь, является следствием недостаточного внимания поддержанию уровня общей физической подготовки и специальными средствами беговой подготовки, направленным на развитие аэробных возможностей.

В последние годы в тренировке молодых бегунов наблюдается тенденция к ранней специализации, к увеличению объема специальной подготовки и снижению объема общей физической подготовки. Это приводит к достижению высоких результатов в относительно короткие сроки. Есть масса примеров, когда молодые бегуны достигают высоких результатов в юношеском возрасте, а в дальнейшем рост результатов замедляется. И наоборот, те спортсмены, которые прошли через фундаментальную базовую подготовку, достигают высоких и стабильных результатов, хотя это порой и требует более длительного времени.

#### СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Специальная физическая подготовка бегуна на средние и длинные дистанции — это совершенствование и дальнейшее развитие физических качеств, двигательных навыков и функциональных возможностей организма, направленных на повышение достижений в избранном виде.

Основными средствами специальной физической подготовки являются бег и специальные упражнения. Средства и методы беговой подготовки были нами изложены в журнале «Легкая атлетика» в 1980 году

(№№ 3, 5, 8 и 11), а здесь мы кратко остановимся на специальных упражнениях.

Специальные упражнения направлены на развитие силы, быстроты, гибкости, силовой выносливости и совершенствование всех органов и систем организма. Эффективность специальных упражнений заключается в том, что они могут воздействовать на группы мышц более избирательно, чем собственно бег. Следовательно, специальные упражнения нужно подбирать так, чтобы развивать те мышцы, которые несут основную нагрузку и чтобы по своей двигательной структуре они были сходны с бегом. Специальными упражнениями являются:

1. Различные многоскоки.
2. Бег прыжками.
3. Семенящий бег.
4. Бег с высоким подниманием коленей.
5. Пяти — десятикратные прыжки и т. д.

Применяются специальные упражнения в большем объеме в подготовительном периоде,

## ТЕХНИКА И МЕТОДИКА

особенно в марте — апреле, и в меньшем объеме в соревновательном периоде. Наши наблюдения показывают, что многие спортсмены исключают из своей подготовки специальные упражнения в соревновательном периоде. Это совершенно неоправданно, так как ведет к снижению физических возможностей и как следствие к снижению спортивных результатов. И чтобы двигательная структура основного движения (техника бега) не нарушалась, тренировочные занятия должны строиться так, чтобы в них сочетались основные средства беговой подготовки и специальные упражнения.

**Н. ПУДОВ,**  
заслуженный тренер РСФСР



#### РЕКОМЕНДУЕМ ПРОЧИТАТЬ

В завоевавшей широкое признание у читателей серии «Сердца, отданные спорту» вышла еще одна книга, которую с интересом прочтут наши читатели, — «Высоте нет предела». Ее автор — заслуженный мастер спорта, заслуженный тренер СССР, доктор педагогических наук, профессор В. М. Дьячков (Дьячков В. М. «Высоте нет предела». — М.: Физкультура и спорт, 1980. — 232 с., ил. — Сердца, отданные спорту).

«Когда серебряные трубы возвещают победу, они зовут на пьедестал не только победителя, они славят спорт: разум и силу, мужество и волю, верность, отвагу и честь: они славят людей, отдавших сердца спорту, зовущих своими делами, своим примером на жизненный подвиг. Эти строки, ставшие эпиграфом ко всей серии, можно в полной мере отнести к Владимиру Михайловичу Дьячкову, посвятившему служению спорту, легкой атлетике всю свою жизнь.

Многочисленный чемпион и рекордсмен страны в прыжках в высоту и с шестом, В. Дьячков выступал также в барьерном беге, прыжках в длину с места и в метании диска, участвовал в соревнованиях по гимнастике и в эстафетах. Свои первые победы на всесоюзной арене он одержал 20-летним юношей в 1924 году когда советский спорт только еще начинал набирать силу, а закончил в 1945 году, в возрасте 41 года, и затем про-

должал свою деятельность спортивно-педагога и ученого, возглавившего советскую школу прыжков в высоту.

Перед нами проходит более чем полувековая история советской легкой атлетики, крупнейшие спортивные события, участником или свидетелем которых был автор, рассказывается о становлении отечественной школы прыжков. Читатель знакомится с наиболее известными предшественниками советской легкой атлетики того времени: М. Шамановой и А. Максумовым, Т. Корниенко и А. Деминным и многими другими. Немало волнующих страниц посвящено Н. Озолину и Г. Ржевскому — постоянным соперникам автора на секторе для прыжков с шестом. И, наконец, значительное место в книге (четыре последние главы) отведено борьбе советских легкоатлетов за завоевание высоты, борьбе, которой автор отдал все свои знания и опыт спортивного педагога и исследователя.

От скромного результата 170,75 см, который В. Дьячков показал в 1924 году (что было почти на 30 см ниже мирового рекорда), до «космической» высоты 2,34 см — мирового рекорда В. Яценко и блестящих побед на крупнейших соревнованиях современности — чемпионата Европы и олимпийских играх — таков путь советских прыгунов в высоту, который по праву можно назвать восхождением. Среди героев этого восхождения ученики и подопечные В. М. Дьячкова по сборной команде В. Ситкина и Ю. Степанова, И. Кашкарова и Р. Шавлакадзе и самый яркий из прыгунов мира Валерий Брумель.

И в заключение злободневные вопросы: фосфери-флор или перекидывание? И каковы перспективы развития прыжков в высоту? На повестке дня рубеж 2 м 40 см, «а там на очереди и 2 м 50 см». — отвечает автор. Наступление продолжается. Нет предела совершенству. Нет предела высоте, которую покоряет человек. «В утверждении этих истин — величие и смысл современного спорта».

В ПОМОЩЬ  
НАЧИНАЮЩЕМУ ТРЕНЕРУ

# опыт старших и организация занятий

Моя тренерская деятельность после окончания института началась летом, в августе. Время для набора ребят в группу — явно неподходящее, так как почти все дети в это время находятся в пионерских лагерях. Учитывая это, руководство школы им. братьев Знаменских решило направить меня в школьный спортивно-оздоровительный лагерь, где, собственно, и начались мои трудовые будни.

Решение это было исключительно удачным. Ведь я не имел никаких навыков практической тренерской работы, а здесь представилась отличная возможность постоянного общения с целым коллективом опытных спортивных наставников, имевших за плечами много лет работы. Общение это обогатилось непринужденностью самой лагерной обстановки, которая располагала к откровенным разговорам, совместным занятиям, дружеской помощи. Я сразу почувствовал себя полноценным членом большой тренерской семьи: со мной делились воспоминаниями о начале своей работы, советовали, как вести себя в тех или иных ситуациях, исправляли мои упущения в отношениях с ребятами, которые я допускал в то время немало. Естественно, и я старался внимательно приглядываться к тому, как работают другие тренеры, как они организуют занятия, перенимая наиболее эффективные приемы работы старших товарищей.

На всю жизнь я запомнил реплику одного из своих коллег: «Тренер начинается с костюма!» Что греха таить, на первых порах мне частенько приходилось выслушивать от администрации школы, да и от товарищей замечания по поводу моего внешнего вида: то появлялся на занятиях в цивильных брюках (забыл спортивный костюм дома), то не успевал переодеть обувь. Мне тактично подсказали, что внешний вид тренера влияет не только на настроение учеников, но и на качество тренировки — ведь не будешь показывать то или иное движение в ботинках и брюках. Да и находясь «не в форме», вряд ли решишься сделать замечание своему ученику за грязный или небрежный костюм.

Не случайно лучшие тренеры всегда приходят на работу в тщательно выглаженном костюме, в нарядной рубашке, в галстуке. Они всегда чисто выбриты и аккуратно подстриже-

ны. Переодеваясь, они ведут себя так, словно им предстоит не тренировка с учениками, а соревнование, в которых они сами принимают участие: костюм подогнан, спортивные туфли тщательно зашнурованы. Они всегда помнят, что во всем должны служить примером воспитанникам.

Тренировка начинается с разминки. Это элементарно. Но ведь и разминку можно проводить по-разному. В нашей школе занятие всегда начинается с общего построения, на котором дежурный тренер делает объявление. После разминочного бега группы подходят к своим преподавателям. Как правило, тренеры групп начальной подготовки проводят всю разминку сами, а тренеры более старших ребят хотя и находятся рядом, но более пристально наблюдают за отдельными спортсменами, делая им замечания индивидуально. Мне объяснили, что эффект от такой разминки гораздо больший, чем если спортсмены предоставлены сами себе: плотность занятия и его качество при таком начале всегда

## СОБЫТИЯ И ФАКТЫ

В этом году на зимнем первенстве СССР по многоборьям впервые состоялась состязания женщин по программе шестиборья. Для спортсменов и тренеров они стали важной проверкой хода подготовки к летним стартам в семиборье. По словам В. Карапетова, тренера бронзового призера Олимпиады Ольги Курагиной, зимнее многоборье показало, что летом наши ведущие многоборцы способны достичь результатов уровня 6300—6600 очков. Тренеры сборной команды обратили особое внимание на новые имена в нашем многоборье, молодых спортсменов Надежду Виноградову, Валентину Курочкину и Наталью Шубенкову. На первенстве в программе шестиборья была дистанция 100 м, сейчас рассматривается возможность замены этой дистанции в зимнем многоборье на 200 м.

Восьмиборье на чемпионате выступал обладатель серебряной олимпийской медали Юрий Куценко. Хотя здесь его и постигла неудача в прыжке с шестом, в ряде других видов он состязался как никогда хорошо, достиг своих лучших зимних показателей.

— Куценко, пожалуй, единственный из наших многоборцев-олимпийцев, активно продолживший свою подготовку, — сказал его тренер В. Карапетов, — никогда зимой он не выступал так сильно. Это серьезная основа для отличного результата летом.

Вместе с Куценко тренируется победитель зимнего чемпионата Григорий Дегтярев (1958 г. р.). Специалисты отмечают многообещающий прогресс достигнутый этого атлета, ведь только в прошлом году он впервые принял участие в десятиборном соревновании.

увеличиваются. К сожалению, бывает и другая картина: тренер ходит вдоль бровки или, того хуже, сидит на трибуне и беседует с таким же нерадивым коллегой, а на поле ребята без тренерского глаза в разминке заучивают неправильные движения, на исправление которых потом будет потрачено так много дорогого тренировочного времени!

Качественное проведение занятия, естественно, предполагает тщательное его планирование. И я, начиная работать с группой, уделяя планированию должное внимание, твердо знал, чем будет заниматься сегодня мои ученики. Но потом оказалось, что этого недостаточно. Опытные тренеры подсказали мне, что следует иметь и резервный план, который можно использовать, исходя из конкретных обстоятельств. Ведь очень часто случается так, что не один, а несколько преподавателей запланировали, например, в основной части низкие старты или бег с барьерами. Даже на стадионе, не говоря о манеже, в таком случае на дорожке или на старте становится тесно. Мне (как более молодому) приходилось подстраиваться к другим группам, что, конечно, не совсем удобно, а более опытные тренеры сразу переходили на запасной вариант без всякого ущерба для тренировки.

Вот еще одна непридуманная ситуация. Все знают, что тренировка проходит хорошо в организационном плане, если нет опоздавших, которые, догоняя группу, постоянно отвлекают тренера вопросами: что им делать дальше? а как у них получается?

Что делать с опоздавшими и как бороться с опозданиями?

Одни тренеры просто не допускают опоздавших к занятию, другие громко выговаривают виновным в присутствии всей группы, третьи просто делают вид, что ничего особенного не произошло (особенно если опоздавший — лучший спортсмен!). Думается, что правильно поступает тот тренер, который, предложив группе несколько минут заниматься без него, сначала выясняет причину опоздания (в случае неуважительной причины следует замечание или выговор), а затем допускает спортсмена к тренировке, дав

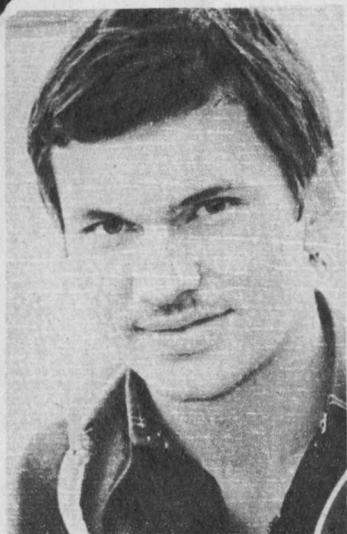
самостоятельное задание, исключив тем самым возможность дальнейших помех.

Организуя занятия, тренер должен уметь выбирать место для наблюдений за учениками. Это тоже приходит с опытом. Как-то я проводил занятия в барьерном беге и, как обычно, занял место чуть сбоку и впереди от старта. После нескольких пробежек ко мне подошел тренер Б. Шапочник и посоветовал встать сзади, за линией старта, откуда хорошо просматриваются все ошибки старта и входа на барьер. Потом я сам, присматриваясь к коллегам, заметил, что они часто меняют не только расстояние до дорожки (или сектора), но и угол наблюдения, имея возможность оценить технику выполнения различных фаз упражнений.

Тренеру, особенно в работе с начинающими спортсменами, очень важно научить их правильному движению по стадиону или манежу с целью не мешать другим, избежать случайных столкновений или не попасть под летящий снаряд. Нужно объяснить ребятам: почему нельзя ходить толпой по дорожке, почему нужно быть внимательным при переходе секторов, как и где возвращаться после пробежки или прыжка. Казалось бы, это мелочи, но именно из этих мелочей и состоит своеобразная «техника безопасности» поведения на стадионе. За этими деталями нужно неукоснительно следить, особенно на первых порах, пока ваши воспитанники твердо не запомнят правил поведения на тренировках. Это помогает избежать многих травм и, кроме того, повышает дисциплину и плотность занятия.

Присматриваясь к методам работы опытных тренеров (как я присматривался к приемам Б. Шапочника, А. Лисина, В. Белицкого и других тренеров нашей школы), вы значительно быстрее пополните свой опыт качественными практически навыками, чем если пойдете собственным методом «проб и ошибок». Не стесняйтесь спрашивать своих старших коллег и без ложного самодлюбия прислушивайтесь к их советам. Это поможет вам быстрее стать настоящим тренером.

Б. ГАВРИЛОВ,  
тренер



**Александр КРУПСКИЙ**

Иркутск, «Локомотив». Родился 4 января 1960 г. в Иркутске. Рост — 186 см, вес — 75 кг. Студент II курса Иркутского института инженеров железнодорожного транспорта. Легкой атлетикой начал заниматься в 1973 г. Норматив мс выполнил в 1978 г. в Минске на зимнем юниорском первенстве страны (5-е место — 5,00), мсмк — в 1979 г. в Ангарске на чемпионате Сибири и Дальнего Востока (1-е место — 5,50). В юниорской сборной СССР впервые выступил в 1978 г. в Донецке в матче с США (2-е место — 5,20), в основном составе — в 1981 г. в Гренобле на XII зимнем чемпионате Европы (2-е место — 5,65). Тренеры в 1973 г. — Вадим Александрович Скурагов; с 1974 г. — Юрий Николаевич Волков, мастер спорта СССР международного класса, заслуженный тренер РСФСР. Лучшие результаты: 5,65 (в зале) и 5,50 (на стадионе).

1974 (14)	3,00	1978 (18)	5,20
1975 (15)	4,10	1979 (19)	5,50
1976 (16)	4,80	1980 (20)	5,50
1977 (17)	4,90	1981 (21)	5,65

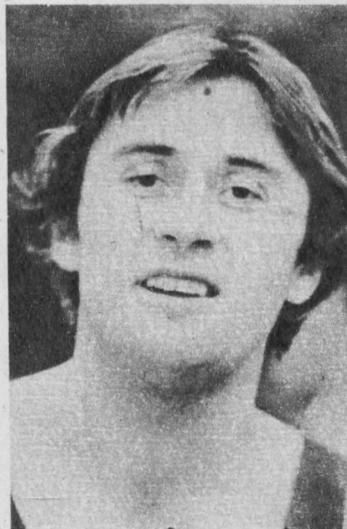
В 1977 г. занял 1-е место на юношеском первенстве СССР в Таллине (4,90). В 1978 г. занял 5-е место на юниорском первенстве страны в Риге (5,00), 3-е место на соревнованиях «Дружба» в Бухаресте (5,00). В 1979 г. — 7-е место на VII летней Спартакиаде народов СССР и 5-е место на чемпионате страны (5,40), 4-е место на зимнем юниорском первенстве СССР в Ленинграде (5,30) и в матче РСФСР — Великобритания в Лондоне (5,20), 3-е место на взрослом зимнем чемпионате СССР в Минске (5,40), 2-е место в юниорском матче с США в Бейкерсфилде (5,30) и на чемпионате Европы среди юниоров в Бьдгоше (5,40), одержал победы в матче с юниорами ГДР в Чернигове (5,30), на всесоюзных соревнованиях юниоров в Сочи с рекордом СССР (5,41), в финале Кубка страны в Тбилиси (5,50). В 1980 г. занял 6-е место на чемпионате СССР в Донецке (5,20), 5-е место на зимнем Кубке страны (5,40), на международных соревнованиях в Сочи (5,40), на Мемориале Знаменских (5,30), 4-е место на зимнем чемпионате СССР (5,40), победил на международных соревнованиях в Бельгии (5,25). В 1981 г. занял 6-е место на Кубке страны в Каунасе (5,40), 2-е место на зимнем чемпионате СССР в Минске (5,60) и чемпионате Европы в Гренобле (5,65).

**Павел ЯКОВЛЕВ**

Улан-Удэ, «Трудовые резервы». Родился 16 января 1958 г. в г. Улан-Удэ. Рост — 185 см, вес — 73 кг. Учащийся VI курса Бурятского индустриально-педагогического техникума. Легкой атлетикой занимается с 1973 г. Норматив мс выполнил в 1976 г. на кроссе «Правды» (1-е место на 3000 м — 8.20,2). В юниорской сборной СССР дебютировал в 1976 г. на «Дружба» в Зеленой Гуре (2-е место — 3.45,8), в основном составе — в 1979 г. в Лейпциге на матче с ГДР (3-е место — 3.40,3). Тренер с 1973 г. — Виктор Дмитриевич Домнин, заслуженный тренер РСФСР. Лучшие результаты 800 м — 1.50,2; 1500 м — 3.36,4; 2000 м — 5.05,4 рек. СССР; 3000 м — 7.58,8.

1973 (15)	4.13,1	1977 (19)	3.42,4
1974 (16)	3.59,5	1978 (20)	3.40,7
1975 (17)	3.49,3	1979 (21)	3.37,2
1976 (18)	3.45,8	1980 (22)	3.36,4

В 1975 г. занял 1-е место на зимнем первенстве страны среди юниоров в Ленинграде (3.54,4), 2-е место в зимнем юниорском матче с ГДР (3.55,0). В 1976 г. — 1-е место на кроссе «Правды» на 3000 м — 2-е место в юниорском матче с ГДР в Эрфурте (3.52,1), на соревнованиях «Дружба» в Зеленой Гуре (3.45,8), 3-е место в матче с юниорами США в Таллине (3.48,1). В 1977 г. — 1-е место в юниорских матчах с ГДР в Гомеле (8.12,7), с США в Ричмонде (3.47,4), на Всесоюзных спортивных играх молодежи в Киеве (3.42,4), 6-е место на чемпионате Европы среди юниоров (8.10,4) в Донецке. В 1978 г. — 2-е место на матче республик в Сочи (3.42,2), 8-е место на приз «Правды» в Сочи (3.43,3). В 1979 г. — 1-е место на матче республик в Сочи (3.37,2 повт. рек. СССР), 2-е место на летнем чемпионате СССР — 3.39,4 (4-е место на VII Спартакиаде народов СССР), 3-е место в матче с ГДР в Лейпциге (3.40,3). В 1980 г. — занял 4-е место на международных соревнованиях в Сочи (3.41,3) и на чемпионате СССР в Донецке (3.42,9), 3-е место на матче республик (3.36,4), 2-е место на Мемориале Знаменских (3.38,1), 5-е место в забеге на Играх XXII Олимпиады (3.44,2). В 1981 г. — 4-е место на Кубке СССР в Каунасе (8.14,4), 2-е место на чемпионате страны в Минске (3.45,4).



**Людмила ВЕСЕЛКОВА (Семенюта)**

Ленинград, «Труд». Родилась 25 октября 1950 г. в селе Дорожнянка Гуляйпольского района Запорожской обл. Рост — 168 см, вес — 54 кг. По профессии техник-технолог. В 1972 г. окончила Ленинградский радиополитехникум. Сейчас студентка III курса ГДОИФКа. Легкой атлетикой начала заниматься в 1969 г. в Ленинграде. Норматив мс выполнила в 1972 г. в соревнованиях на призы «Правды» (54,4), мсмк — в 1978 г. в Дортмунде на матче с ФРГ, где впервые дебютировала в составе сборной СССР (2-е место — 1.58,3). Тренеры: с 1969 по 1974 г. — Ефим Петрович Десятник; с 1975 по 1976 г. — Юрий Александрович Полевой; с 1977 по 1979 г. — Николай Егорович Малышев, заслуженный тренер СССР; с 1979 г. — Сергей Александрович Веселков; в сборной СССР консультирует Валерий Георгиевич Куличенко, заслуженный тренер СССР. Лучшие результаты: 400 м — 53,35; 800 м — 1.56,9; 1500 м — 4.03,6.

1969 (19)	56,3	1975 (25)	54,8
1970 (20)	55,1	1976 (26)	55,1
1971 (21)	55,3	1977 (27)	2.03,8
1972 (22)	54,4	1978 (28)	1.57,5
1973 (23)	родилась	1979 (29)	1.59,2
1974 (24)	56,4	1980 (30)	1.56,9

В 1969 г. заняла 2-е место на чемпионате СССР в Ужгороде в эстафете 4×400 м. В 1971 г. — 2-е место на весенних всесоюзных соревнованиях в Сочи (56,9) и на Кубке СССР в Баку (56,5). В 1976 г. — 3-е место на чемпионате страны в Ереване в эстафете 4×400 м. В 1977 г. — 4-е место на Мемориале Знаменских (2.05,3). В 1978 г. стала чемпионкой СССР в Тбилиси в эстафете 4×800 м, заняла 2-е место на зимнем (2.05,7) и летнем (1.57,8) чемпионатах страны, на Мемориале Знаменских (1.57,5). В 1979 г. заняла 2-е место на зимнем чемпионате СССР (2.04,6), 3-и места в зимнем матче с США в Форт-Уорте (2.07,4) и на VII летней Спартакиаде народов СССР в эстафете 4×800 м. В 1980 г. заняла 4-е место на зимнем чемпионате страны (2.01,8), 5-е место на международных соревнованиях в Москве (1.57,6), 3-и места на Мемориале Знаменских (1.56,9), на открытом чемпионате Москвы (1.57,3), на чемпионате СССР в Донецке в эстафете 4×800 м, где также одержала победы на дистанциях 800 м (1.59,0) и 1500 м (4.03,6). Заняла 2-е место на Кубке страны в Ленинграде (1.59,7). В 1981 г. на Кубке СССР в Каунасе заняла 1-е место на 800 м (2.03,6) и 3-е место на 1500 м (4.13,8). На чемпионате страны в Минске — 2-е и 3-е места (2.02,8 и 4.10,5).



**Тамара БЫКОВА**

Ростов-на-Дону, «Буревестник». Родилась 21 декабря 1958 г. в г. Азове Ростовской обл. Рост — 178 см, вес — 63 кг. Студентка III курса филологического факультета Ростовского пединститута. Легкой атлетикой начала заниматься в 1975 г. До этого увлекалась туризмом, ориентированием. Норматив мс выполнила в 1978 г. на зимнем чемпионате страны в Москве (10-е место — 1,78), мсмк — в 1980 г. на матче республик в Сочи (1-е место — 1,92). В основном составе сборной СССР дебютировала зимой 1979 г. в матче с США в Форт-Уорте (4-е место — 1,76). Тренеры: в 1975 г. — Юрий Алексеевич Артемов; с 1975 по 1977 г. — Сергей Павлович Спиридонов; с 1977 по 1978 г. — Николай Васильевич Пустовойт, заслуженный тренер РСФСР; с 1978 по 1979 г. — Валентин Николаевич Катаев; с 1979 г. в сборной страны консультировал Владимир Михайлович Дьячков, заслуженный тренер СССР; с 1980 г. — Евгений Петрович Загорюлько.

1974 (16)	1,50	1978 (20)	1,85
1975 (17)	1,72	1979 (21)	1,88
1976 (18)	1,70	1980 (22)	1,97
1977 (19)	1,70	рекорд СССР	

В 1978 г. заняла 1-е место в финале Кубка СССР в Харькове (1,81), 3-е место на всесоюзном «Дне прыгуна» в Кишиневе (1,85), 8-е место на чемпионате страны в Тбилиси (1,78), 9-е место на Мемориале Знаменских (1,80). В 1979 г. победила на международных соревнованиях в Сочи (1,88), заняла зимой 2-е место на Кубке СССР (1,83) и в матче с Канадой (1,84), 3-и места на зимнем чемпионате страны (1,85) и в матче РСФСР — Румыния (1,75), 4-е место в матче с ГДР в Лейпциге (1,83). В 1980 г. одержала победы на чемпионате страны в Донецке с рекордом СССР (1,97), на Кубке СССР в Ленинграде (1,93), на матче республик в Сочи (1,92), на международных соревнованиях в Москве (1,94), в матче РСФСР — Румыния (1,93). Заняла 2-е место на зимнем чемпионате страны (1,86), на открытом чемпионате Москвы (1,91), 9-е место на Олимпиаде в Москве (1,88).

**Рубрику ведёт В. АНДРЕЕВ**



**ТЫ  
БУДЕШЬ  
ПЕРВОЙ!..**

Родилась 18 октября 1959 года  
в поселке Апамедий Киргизской ССР.  
Легкой атлетикой начала заниматься  
в 1973 году во Фрунзе.  
Заслуженный мастер спорта,  
победительница XXII Олимпийских  
игр в Москве в прыжке в длину.

В каждодневном труде  
ковалась  
олимпийская победа  
Татьяны Калпаковой



Спортивный стаж Тани Калпаковой к моменту ее участия в первом легкоатлетическом соревновании насчитывал лишь уроки физкультуры да два-три занятия, предшествовавших старту в кроссе. Но к удивлению сверстниц и учителя физкультуры, в этом первом своем спортивном выступлении семиклассница Калпакова опередила всех и стала победительницей.

Через день после кросса подруга Тани, которая уже занималась легкой атлетикой, привела ее на тренировку моей группы.

Есть люди, личность которых проявляется сразу при первом знакомстве. «Лев Матвеевич, — сказала Таня в первые минуты разговора, — я еще не знаю, буду ли тренироваться у вас. Если мне что-нибудь нравится, то я отношусь к этому серьезно и отдаю все силы, без остатка. А если легкая атлетика мне не понравится, то заниматься у вас просто так, для здоровья я не буду». И хотя это говорила девочка, которой не было еще пятнадцати лет, не скрою, я постарался провести в тот день занятие как можно интереснее. Мне очень хотелось, чтобы моей новой ученице понравилась наша легкая атлетика!

Я погрешил бы против истины, если бы сказал, что Таня уже на первом занятии поразила меня необыкновенными способностями. Ничего подобного не было. Девочка старательно (пожалуй, даже слишком старательно, что естественно для новичка) выполняла все упражнения, искоса поглядывая на более старших



Торжественные минуты  
во время вручения  
правительственных  
наград



спортсменов, стараясь правильно копировать их движения.

После окончания тренировки я спросил Таню, понравилась ли ей легкая атлетика? И в ответ услышал: «Когда завтра приходите на тренировку?» Так в 1973 году началась наша совместная работа.

И все-таки что-то меня удивило во время первой тренировки в Тани Калпаковой. Но, как часто бывает, это «что-то» ускользало от сознания, не оформляясь в четкий образ. И только вечером, когда я по привычке анализировал прошедший день и тренировку, мне удалось поймать неуловимое «что-то». Обычно новички выполняют одни упражнения лучше, другие хуже. А Таня довольно быстро — на втором или третьем повторении —

## ТЕХНИКА И МЕТОДИКА

осваивала и беговые движения, и прыжки, и простейшие метания. А это уже говорило о неплохих координационных способностях девочки.

Но все-таки, кем же она будет в спорте? У меня в ту пору большинство группы составляли барьеристы, а Таня больше увлекалась прыжками в длину и толканием ядра. Так пришло решение построить первый год тренировки на основе пятиборья.

В моем арсенале было тогда (и остается по сию пору) одно любопытное упражнение, которое способствует и выработке ритма, так необходимого в барьерном беге, и улучшению прыгучести, что важно для

прыгунов. Я говорю о прыжках через низкие (25 см) барьеры. Это упражнение удобно тем, что усилия и интенсивность выполнения регулируются с помощью различной расстановки барьеров. При этом прыжки через барьеры эмоциональны, что позволяет выполнять значительный объем тренировочной работы. Прошло несколько месяцев тренировки, и Таня Калпакова, вчерашний новичок, начала обыгрывать не только своих подруг, но и многих ребят в разных модификациях «барьерных прыжков». К этому времени она твердо решила, что будет прыгуньей в длину и говорила мне: «Я выполняю все упражнения пятиборья, но в будущем буду все-таки только прыгать в длину».

## ТЫ БУДЕШЬ ПЕРВОЙ!..

Я же на первых порах в будущей специализации Татьяны сомневался. Дело в том, что, как и на первой тренировке, у нее неплохо шли все виды, входящие в пятиборье (напомню, что в то время вместо бега на 800 м была 200-метровая дистанция). Однако уже весной 1974 года она на отборочных республиканских состязаниях прыгнула в длину на 5,45, выполнив II взрослый разряд. А 9 мая состоялся ее дебют на всесоюзных юношеских соревнованиях. Это было в Москве на Центральном стадионе им. В. И. Ленина, и ее соперницами были девушки, родившиеся в 1956—1957 годах, то есть старше Тани на 2—3 года.

Одной из особенностей спортивного характера Тани Калпаковой было и остается то, что она не боялась никаких конкурентов, будь то в тренировочном соревновании или на чемпионате страны. И тогда в 1974 году в Москве она смело сражалась с более старшими и опытными девушками и (неожиданно для меня) сумела занять второе место с результатом 5,90. И это всего только после одного года тренировок!

Обычно я очень сдержан на похвалу, но здесь не выдержал и после соревнований в порыве чувств сказал Тани: «Ты будешь первой из женщин, кто прыгнет за 7 метров!»

Те соревнования надолго остались в моей памяти. Недавно, готовя эту статью, я снова просмотрел результаты финалистов, опубликованные в журнале «Легкая атлетика» (1974 г. № 7) и увидел там фамилии победителей, призеров и участников будущих Олимпийских игр в Москве: Ю. Седых, Л. Кондратьева, В. Киселева, А. Григорьева, А. Димова, А. Воробья, А. Федоткина, Н. Васильева. Все-таки не так уж плохо работают наши тренеры, воспитавшие тогдашних юношей до ранга олимпийцев. Но вернемся к Тани Калпаковой.

Трое киргизских легкоатлетов вернулись тогда из Москвы призерами — Мария Кульчунова и два моих ученика — Тани и барьерист Павел Эльтерман. Этот успех сделал их заметными фигурами в республиканской легкой атлетике. Но первый успех не вскружил голову Татьяне. Она по-преж-

нему хорошо училась в школе, оставалась скромной и обязательной девушкой. Пожалуй, она стала лидером группы, но лидером не заносчивым, а доброжелательным. Отмечу, что она никогда не приходила на тренировку как на работу. Она шла на тренировку отдыхать, заниматься любимым делом.

С моей, тренерской, точки зрения, прыжок Тани на 5,90 в 1974 году был не столько показателем ее подготовленности (он все-таки стоял особняком в ряду обычных для нее результатов), сколько мерилом ее потенциальных возможностей в прыжке в длину. Если спортсменка после года тренировок может (пусть даже только один раз) прыгнуть на 5,90, значит, она по-настоящему талантлива. Поэтому я не поддавался вполне понятному искушению и не спешил, несмотря на высокий результат в прыжках, переходить на узкоспециализированную тренировку. Слишком много было еще слабых мест в подготовке Татьяны.

Мы по-прежнему занимались прыжками через барьеры в сентябре — октябре. Затем — в ноябре — декабре большое место в тренировке занимали упражнения с резиновыми амортизаторами для укрепления мышц ног, и только в январе главенствующее место в занятиях отводилось прыжковым упражнениям и прыжкам с различных разбегов. Весной большое внимание мы уделяли спринтерскому бегу.

Одной из особенностей тренировки Калпаковой всегда была очень долгая разминка, где она выполняла множество упражнений для развития гибкости, ловкости и координации движений. Вообще нужно отметить, что ребята нашей группы не чурались больших объемов и двухразовых тренировок. Но, конечно, это было возможным только при условии правильного восстановления. С этой целью мы несколько раз в течение года выезжали всей группой на озеро Иссык-Куль. Там в течение 10—12 дней спортсмены тренировались на местности, на озерном песке и принимали радоновые и фторовые ванны, хорошо способствующие расслаблению. После такого «реабилитационного курса» можно было приступить к объемной тренировке.

Тренеры сборной команды СССР часто сетуют на то, что многие спортсмены, попадая в сборную, оказываются не готовыми (ни физически, ни морально) к двух- и трехразовым тренировкам с большими объемами и интенсивностью. В этом отношении за

Танию я был спокоен. Она пришла в ряды сборной СССР созревшей спортсменкой, готовой к любой нагрузке.

Довольно большим был и ее соревновательный опыт. Она выступала почти во всех республиканских состязаниях, прошла школу двух спартакиад школьников и двух спартакиад народов СССР, где получила хороший опыт выступления с сильными соперниками. А то, что ей не удалось победить в представительных спортивных форумах, — не беда. Просто тогда не пришло еще ее время. Ведь даже на Спартакиаде народов СССР 1979 года ей прыжок всего 20 лет.

Можно сказать, что настоящей прыгуней в длину Татьяна Калпакова стала только в 1978 году. И говорю я это вовсе не потому, что она стала мастером спорта. Наоборот, норматив мастера спорта СССР покорился ей именно вследствие той более специализированной работы, которая была проведена в этом сезоне, а затем с незначительными коррективами перенесена на 1979 и 1980 годы. Эта работа велась по следующим основным направлениям.

В спринтерской подготовке упор был сделан на повышение скорости разбега, и особенно предтолковых шагов. Если в первые годы занятий в тренировке Татьяны преобладали длинные беговые отрезки, с помощью которых формируется техника бега, структура бегового шага и специальная спринтерская выносливость, то в последних сезонах мы больше внимания уделили коротким отрезкам, где совершенствуется скорость. И не случайно, например, в беге на 40 м с низкого старта Калпакова улучшила результат с 5,5 до 5,05, а в беге на 150 м показала 17,2. Достигнутый уровень скорости реализовывался в прыжках с помощью многократных пробегов по разбегу (на беговой дорожке и на секторе).

Большое внимание уделили мы и повышению уровня прыжковой подготовленности спортсменки. В прыжках в длину с места результат улучшился на 25 см (2,50 и 2,75), в тройном с места — с 7,70 до 8,65. Особенно показателен в этом плане результат Татьяны в пятикратном прыжке с 6 шагов разбега — 20,25. Этот показатель явился лучшим среди результатов прыгуней — кандидатов в олимпийскую команду.

Одним из самых «острых» средств в подготовке прыгунов является прыжок в длину с полного разбега. В применении этого средства у нас была

некоторая специфика: в годичном цикле мы проводили всего 6—7 таких тренировок. Но в каждом из них Калпакова выполняла до 40(!) прыжков с полного разбега.

В последние два года резко был увеличен объем силовой подготовки. Если в 1978 году он не превышал 40—50 т, то в сезонах 1979—1980 годов составил 280 т.

При этом следует отметить, что тренировки спортсменки носили комплексный характер, когда все средства (пожалуй, только за исключением прыжков в длину с полного разбега) равномерно распределялись в годичном цикле и использовались почти в каждом занятии. Это позволило успешно сочетать повышение уровня физических качеств с техническим совершенствованием.

Специализированная тренировка позволила Татьяне в два последних года совершить резкий скачок в результатах. Вот как росли ее достижения начиная с 1977 года: 1977 — 5,95; 1978 — 6,21; 1979 — 6,63; 1980 — 7,06.

Говоря о тренировке Татьяны, я ничего не сказал еще о самом ценном ее качестве — высочайшей устойчивости нервной системы. Именно это качество позволило ей стабильно выступать во всех отборочных состязаниях, где она регулярно показывала результаты на уровне 6,80. Оно же позволило ей успешно, без больших затрат нервной энергии пройти квалификационный барьер Олимпиады. Но, конечно, с особой яркостью нервная устойчивость Калпаковой проявилась в олимпийском финале, в самой сложной соревновательной ситуации, когда она в последней попытке должна была пробиваться в призовую тройку. Только уверенная в своих силах спортсменка, полностью контролирующая все свои действия, могла установить личный рекорд и победить на Олимпийских играх в последнем прыжке!

Конечно, Олимпийские игры потребовали от спортсменов огромных затрат. И все же Татьяна Калпакова дважды приняла старт после Олимпиады. Мы понимаем, что звание олимпийской чемпионки не гарантирует от поражений, но не собираемся создавать себе тепличные условия. Татьяна еще молода, и впереди у нее много стартов. Как и все молодые олимпийцы, она мечтает выступить на чемпионатах Европы и мира и на Играх XXIII Олимпиады.

Фрунзе

Л. ЭЛЬТЕРМАН,  
заслуженный  
тренер СССР

# за массовость физкультуры и спорта

14 апреля 1980 г. Спорткомитетом СССР было принято постановление «О дополнительных мерах по повышению эффективности использования спортивных сооружений». Но, как показывают письма в центральные газеты и журналы, в Спорткомитет СССР, другие организации, во многих городах, районах продолжают иметь серьезные недостатки в работе спортивных сооружений. В Ижевске, Ялте, Славянске, Донецке, других городах материально-спортивная база находится в плохом состоянии, пустуют стадионы, слабо используются спортивные залы, катки, плавательные бассейны, отсутствуют постоянно действующие группы здоровья, общей физической подготовки, проводится недостаточное количество соревнований.

Проверкой, организованной Спорткомитетом СССР, установлены факты необоснованного отказа администрации стадионов, Дворцов спорта и Домов культуры, плавательных бассейнов в создании групп здоровья, проведения занятий в спортивных секциях.

В Хабаровском крае, Одесской области, Таджикской, Казахской ССР, городах Оренбурге, Смоленске, Ереване из-за плохого состояния материально-спортивной базы, слабого контроля, безынициативности спорткомитетов, советов ДСО спортивные залы, бассейны, другие спортивные сооружения закрытого типа используются на 70—80%, а открытые площадки — на 15—30%.

Плохо используются школьные залы для оздоровительной работы среди детей и взрослого населения.

В целях широкого внедрения физической культуры и спорта в повседневный быт советских людей, создания условий для активного отдыха трудящихся, эффективного использования спортивных сооружений, организации регулярных занятий в физкультурно-оздоровительных группах, спортивных секциях и самостоятельно занимающихся Спорткомитет СССР издал в январе 1981 г. приказ «О мерах по улучшению физкультурно-массовой работы на спортивных сооружениях». В нем, в частности, предложено комитетам по физической культуре и спорту, советам ДСО профсоюзов и ведомственным физкультурным организациям, руководителям предприятий, учреждений и учебных заведе-

ний и других организаций, на балансе которых имеются спортивные сооружения, совместно с профсоюзными и комсомольскими организациями, комитетами ДОСААФ, органами жилищно-коммунального хозяйства, культуры и народного образования принять дополнительные меры по приведению спортивных сооружений в образцовый порядок, оснащению их соответствующим оборудованием и инвентарем, закреплению квалифицированных тренеров, преподавателей, инструкторов-методистов, организации систематической работы физкультурно-оздоровительных групп, спортивных секций, проведению самостоятельных занятий и массовых соревнований. Рекомендовано обеспечить 100% загрузку спортсооружений во все дни недели и особенно в субботние, воскресные и праздничные дни, предоставлять возможность всем желающим заниматься спортом, посещать спортивные секции, физкультурно-оздоровительные группы вне зависимости от возраста и уровня подготовки.

Повсеместно на стадионах, во Дворцах спорта, на других спортивных сооружениях, расположенных в жилых микрорайонах, парках культуры, местах массового отдыха открыть платные секции по видам спорта, абонементные физкультурно-оздоровительные группы оздоровительного бега, общей физической подготовки и др., консультационно-методические пункты, обеспечить дежурство в них квалифицированных тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов, спортивных врачей, ветеранов спорта; пункты проката спортивного инвентаря и оборудования.

Необходимо совместно с органами печати, радио и телевидения, обществом «Знание» использовать возможности кинотеатров, торговых центров, мест массового отдыха населения по организации широкой пропаганды регулярных занятий физической культурой и спортом.

Директорам стадионов, баз, администраторам спортивных сооружений жилых микрорайонов, парков культуры и зон массового отдыха предложено обеспечить в летний период оборудование освещенных трасс здоровья, кроссовых дистанций, спортивно-игровых и физкультурно-оздоровительных площадок, городков ГТО и т. д.

## НОВЫЕ КНИГИ

### ЧЕМ ПОРАДУЕТ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ 1981 ГОД, ПЕРВЫЙ ГОД ПОСЛЕ МОСКОВСКОЙ ОЛИМПИАДЫ?

В плане издательства «Физкультура и спорт» по-прежнему значительное место занимает олимпийская тематика. Выдет из печати 2-е издание хорошо известного нашим читателям подарочного альбома «От Афи до Москвы», посвященного истории олимпийских игр (автор-составитель В. Л. Штейнбах). Новое издание включает главы об Олимпийских играх в Москве и Лейк-Плэсиде. Об обладателях всех 203 золотых медалей Олимпиады-80 расскажет книга «Олимпийское созвездие». Вторым изданием выдет подарочный набор мини-книжек «Советские спортсмены на олимпийских играх» (составитель А. И. Шиллер), где представлены портреты всех наших олимпийцев. Восьмая книга охватывает 1980, олимпийский год. Книга В. В. Барвинского и С. Н. Вилинского «Рождено Олимпиадой» рассказывает о влиянии олимпиад на развитие различных сторон жизни города, избранного столицей очередной олимпиады. Основное внимание здесь уделено строительным конструкциям и архитектурно-планировочным решениям при сооружении спортивных объектов Игр XXII Олимпиады в Москве. В серии «Герои олимпийских игр» выдет буклет о легкоатлете — победителе Олимпиады в Москве. Читатели получат также литературный альманах «Эстафета. Писатели о Московской олимпиаде» (составитель А. П. Кулешов), куда войдут повести и рассказы, очерки и критические статьи, юмор и пародии, эссе, драмы и дружеские шаржи. Подготовлен к печати и традиционный ежегодник «Панорама спортивного года, 1980» (составитель А. Н. Корольков).

Несколько изданий адресовано специалистам по легкой атлетике, спортсменам и тренерам. Это 2-е, переработанное издание «Учебника тренера по легкой атлетике» (составитель Л. С. Хоменко). В новом учебнике, написанном виднейшими специалистами, излагается опыт работы ведущих тренеров со спортсменами старших разрядов, дается анализ техники видов легкой атлетики и пути овладения высшим спортивным мастерством. Методика подготовки многоборцев излагается в пособии «Легкоатлетические многоборья», автором которого является известный специалист в этом виде Ф. О. Куду. Книга рассчитана на спортсменов, тренеров, преподавателей вузов и техникумов.

«Цель — 42» — так назван практический путеводитель для марафонцев американских авторов С. Брауна и Д. Грехэма, предназначенный тренерам и спортсменам, впервые стартующим в марафоне. Здесь приводятся методика подготовки в этом виде, даются советы медицинского характера, основанные на личном опыте авторов. Книга болгарского автора С. Станчева «Техническая подготовка легкоатлетов-метателей» адресована спортсменам старших разрядов и представляет собой попытку использовать принципы и основные положения программированного обу-

чения в подготовке высококвалифицированных метателей на базе системного подхода. Известный спортивный журналист Б. На й ду в своей книге «Спортивные звезды Африки» расскажет о выдающихся африканских спортсменах и достижениях спорта в Африке (серия «Звезды зарубежного спорта»).

В серии «Наука — спорту» будут опубликованы книги: Б. А. Вяткина «Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях», посвященная одной из актуальных проблем современного спорта — проблеме регуляции нервно-психического состояния; П. И. Готовцева и В. И. Дубровского «Спортсменам о восстановлении»; А. Г. Дембо «Причины и профилактика отклонений в состоянии здоровья спортсменов»; В. М. Зацорского, А. С. Аруна и В. М. Селуянова «Биомеханика двигательного аппарата человека».

Для специалистов по легкой атлетике небезынтересными будут книги: В. Ф. Башкирова «Возникновение и лечение травм у спортсменов»; «Медицинский справочник тренера» (составитель В. А. Геселевич, 2-е издание); «Травмы в спорте» — авторы Л. Петерсон и Т. Ренстрем (перевод со шведского). Тренирам, учителям физической культуры адресована книга А. Н. Деркача, А. А. Исаева «Педагогическое мастерство тренера», тренерам ДЮСШ — «Теоретическая подготовка юных спортсменов».

Специалистам по физической культуре, тренерам, преподавателям, научным работникам можно рекомендовать книги: «Физическая культура и советский образ жизни» — авторы К. В. Адамсон, А. С. Чесноков, М. Х. Титма; «Прогнозирование в спорте» В. И. Баландина, В. А. Плахтиенко, А. И. Федорова; «Социально-экономические проблемы физической культуры и спорта» — авторы Б. С. Кузьмак и А. А. Осинцев, а также сборник психологов различных стран «Психология и современный спорт».

Выдет в свет учебник для институтов физической культуры «Спортивный массаж» (авторы В. В. Васильева и А. А. Бирюков). Читатели получат также Единую всесоюзную спортивную классификацию на 1981—1984 гг.

Несколько слов о книгах, подготовленных другими издательствами, которые представляют интерес для наших читателей. В «Молодой гвардии» выдет книга В. А. Голубниченко «Почему люди ходят» (серия «Спорт и личность»). Издательство «Просвещение» выпускает учебное пособие для студентов педагогических вузов «История и организация физической культуры и спорта» — автор В. В. Столбов, «Советская Россия» — книгу «Олимпийские мериды», посвященную Московской олимпиаде, и сборник очерков о чемпионах зимних и летних олимпийских игр «Твоя чемпионы, Россия».



#### Динамика результатов Лутца Домбровски

1975 г.	— 7,13
1976 г.	— 7,55
1977 г.	— 7,60
1978 г.	— травма
1979 г.	— 8,31
1980 г.	— 8,54

**Н**а приводимой кинограмме запечатлен прыжок победителя Московской олимпиады Лутца Домбровски (ГДР) на 8,54. Л. Домбровски продемонстрировал на Центральном стадионе им. В. И. Ленина отличную серию прыжков: 8,15 (скорость ветра +1,11 м/сек) — 8,32 (+1,59) — 0 — 8,21 (+0,59) — 8,54 (+0,85) — 8,34 (+0,87).

Результат пятой попытки — 8,54 является лучшим в истории легкой атлетики, показанным на равнинных стадионах, и уступает только результату 8,90, достигнутому Р. Бимоном в 1968 г. на Олимпийских иг-

рах в Мехико на высоте 2200 м над уровнем моря.

При довольно высоком для прыгуна в длину росте — 187 см Лутц весит не так уж мало — 85 кг (у Р. Бимона рост 191 см, вес 72 кг). Но во время разбега создавалось впечатление, что Лутц свой вес совсем не чувствует — настолько энергично и мощно набирал он скорость с каждым шагом.

Анализ кинограммы показывает, что Домбровски на последних трех шагах разбега развивает среднюю скорость 10,6 м/сек. Он довольно равномерно распределяет усилия на 20 беговых шагах разбега, плавно набирает длину и высокий (4,7—5,0) темп шагов, что способствует сохранению контроля над свободой движений в беге и контакта с дорожкой на максимальной скорости. За три шага до отталкивания в движениях прыгуна заметны большое стремление и продвижение вперед (кадры 1—2), достаточная амплитуда и свобода в фазе полета

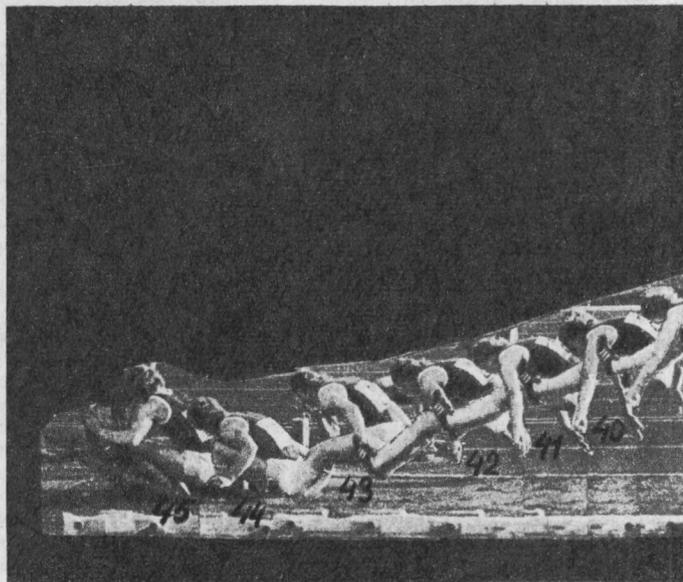
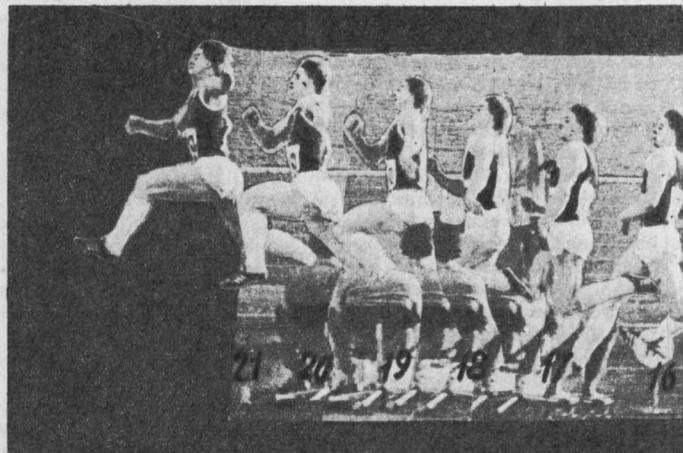
## прыгает

(кадры 3—5). За два шага до планки, пробегая через толчковую (правую) ногу, он держится упруго на стопе, что характеризует сохранение высокой скорости бега и темпа беговых шагов, хотя здесь же начинает проявляться и подготовка к толчку (кадры 8—14), некоторое напряжение в работе рук (сравните кадры 2—4 и 8—9) и потеря наклона тела.

В предпоследнем шаге Домбровски заметно мягче проходит через опорную ногу (кадры 12—14). В этом также проявляется его подготовка к мощному толчку от планки, однако прыгун при этом сохраняет небольшой наклон и продвижение тела вперед. По нашему мнению, такая подготовка носит естественный характер, во время соревнований была незаметна на глаз

и в целом не отражается на продвижении вперед и скорости бега.

В последнем шаге Лутц выносит толчковую ногу более выпрямленной, не поднимая высоко бедра (кадры 14—15), а затем опускает его вниз (кадры 15—16), ставит почти прямую упругую ногу на планку и отлично «выходит» тазобедренной областью на ногу (кадры 16—17), что всегда сопутствует упругости и своевременности отталкивания и является важным моментом техники. На кадре 17 можно видеть незначительное амортизационное сгибание толчковой ноги в коленном и тазобедренном суставах и разгибание ее до момента вертикали (кадр 18). Для повышения мощности отталкивания Лутц использует выпрямление



# Лутц, Домбровски

грудной клетки, подъем плечевого пояса и на этой основе четкую работу рук (кадры 18—19). Маховая нога энергично и свободно выносится вперед (кадры 16—17) и далее широким движением вверх-вперед (кадры 18—21), способствуя плавному переходу от разбега к полету.

В полете все движения Домбровски отличаются простотой, направлены на поддержание равновесия (кадры 22—34) и принятие (кадры 35—40) исходного положения «группировки» для последующего далекого выбрасывания ног (кадры 41—43).

После широкого вылета в «шаге» (кадры 20—23) Лутц опускает маховую ногу и вытягивает левую руку высоко вверх (кадры 24—25), затем прогибается в грудной и пояс-

ничной части, вынося круговым движением вверх прямую правую руку к левой (кадры 26—31), и занимает устойчивое, простое и удобное положение с натянутыми мышцами передней части тела для начала группировки. Очень важно, что Лутц начинает группировку с движения вперед-вверх коленей (кадры 32—34) при незначительном наклоне туловища. Это позволяет ему достаточно высоко поднять колени (кадры 35—37) и далее, выпрямляя ноги, высоко поднять и ступни (кадры 38—40).

Обратите внимание на удержание в группировке (кадр 40) ступней не только высоко, но и на одном уровне, чему способствует одновременное и тоже на одном уровне движение рук (кадры 34—43).

Только перед самым касанием песка (кадры 41—42)

спортсмен пытается еще дальше продвинуть ступни ног и удержать их возможно выше, несколько уменьшая наклон тела и продолжая движение рук назад.

Несмотря на несколько раннюю группировку и слишком большой наклон тела, что затрудняет подъем и удержание ног, Лутцу удается максимально использовать траекторию полета. Об этом свидетельствует низкое положение таза над следами приземления и мягкий выход вперед (кадр 45).

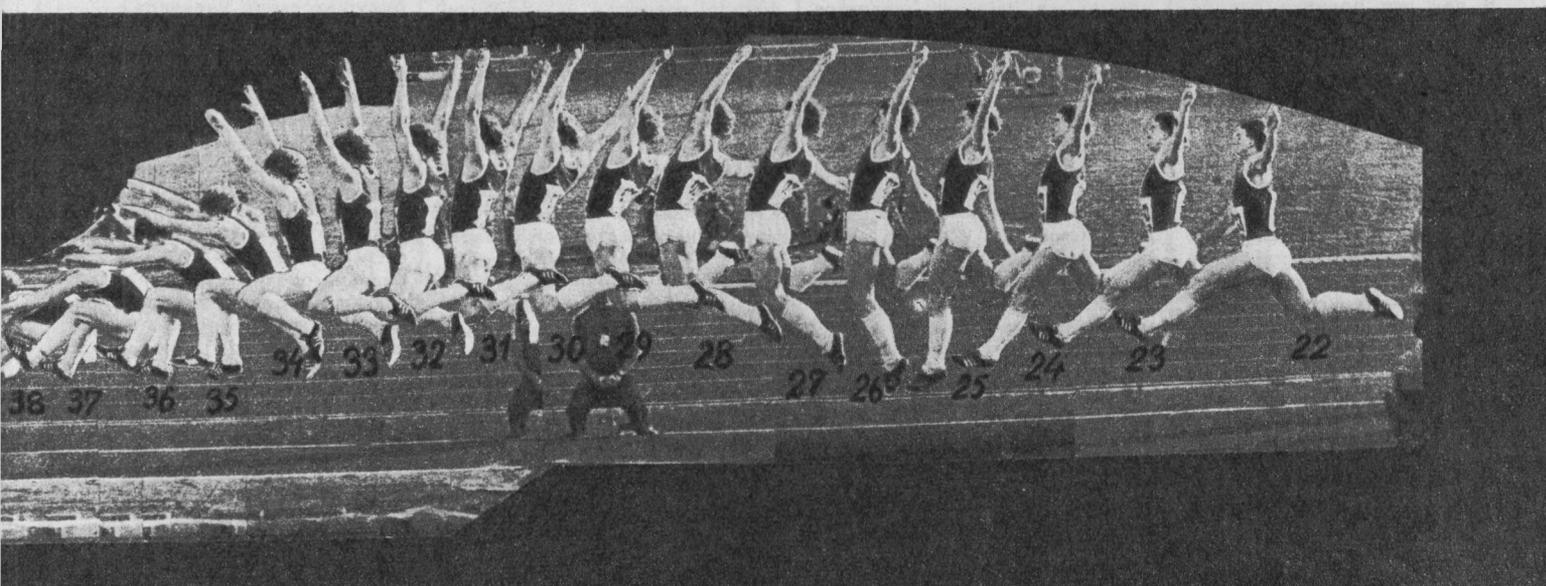
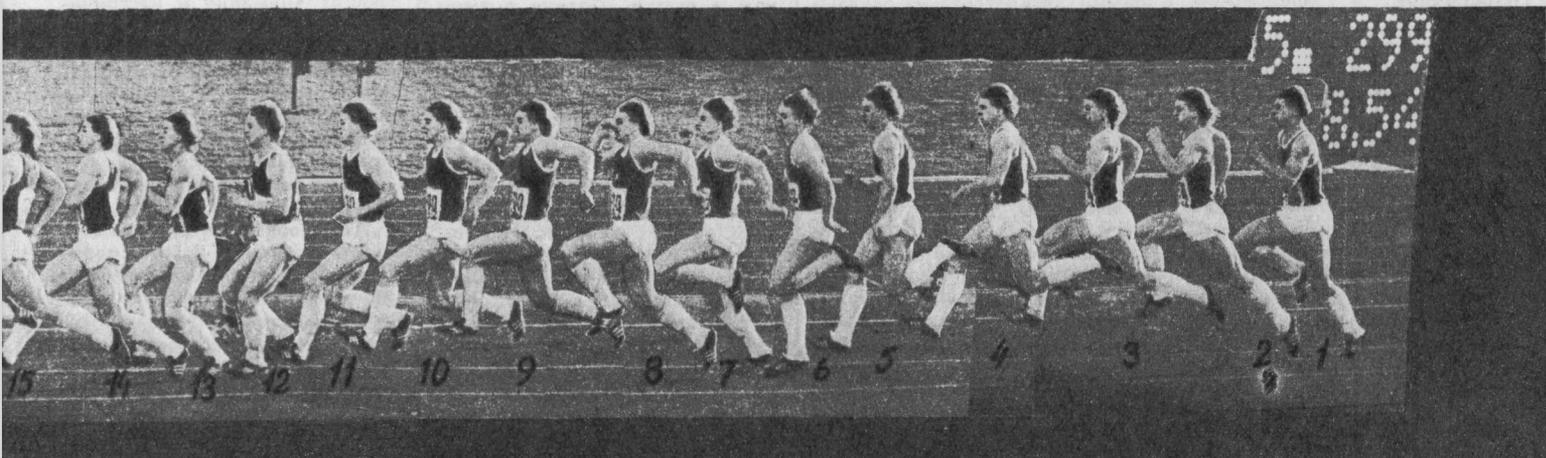
В заключение напомним молодым прыгунам, что быстрый, стремительный разбег, активное отталкивание, широкий вылет в шаг и далекое выбрасывание ног являются основой прыжка в длину.

Можно с убежденностью сказать, что чемпион Московской олимпиады в совершенст-

ве владеет уверенным, смелым, очень энергичным и ритмичным разбегом с чувством упругости в ногах и большим стремлением вперед к планке, активным, мощным отталкиванием и устремлением в полет, устойчивостью в полете и далеким выбрасыванием ног при приземлении.

Пожелаем нашим прыгунам в длину успехов в овладении эффективной техникой движения и покорении доступного рубежа — восемь с половиной метров.

**В. ПОПОВ,**  
заслуженный  
тренер РСФСР,  
кандидат  
педагогических наук,  
**В. ПАПАНОВ,**  
тренер ЦСК  
профсоюзов



# ПОТЕРИ В ПУТИ:

## БУДУЩЕЕ ЗА МНОГО- БОРЬЯМИ

Подготовка полноценного резерва является залогом успешных выступлений взрослой сборной команды страны на международной арене. При подлинной массовости занятий легкой атлетикой в нашей стране, при наличии научно обоснованной методики подготовки легкоатлетов на всех этапах тренировки от новичка до зрелого мастера спорта международного класса закономерным было бы иметь нам длинную «скамейку запасных», как говорят спортсмены-игроки. Но она у нас, как правильно замечено в статье М. Богена, коротка из-за больших потерь талантливых спортсменов в юношеском возрасте.

Основы спортивной тренировки, разработанные нашими специалистами, учеными и взятые на вооружение лучшими тренерами, рекомендуют, прежде чем приступать к узкоспециализированной тренировке в избранном виде легкой атлетики, пройти разностороннюю физическую подготовку, создать крепкий фундамент, на котором должно строиться здание высокого спортивного результата в избранном виде. Наши же тренеры зачастую грешат узкоспециализированной направленностью в работе с детьми и юношами.

В чем же причина ранней специализации и «форсажа» в подготовке юных легкоатлетов большинством тренеров? Их несколько: проведение соревнований по отдельным видам легкой атлетики; зависимость оценки качества работы тренера от результата детей в избранном виде для своего возраста (от чего зависит уровень зарплаты тренера); возможность тренеру работать менее напряженно по узкоспециализированной программе (а не готовить детей по программе разносторонней подготовки). О многих из этих причин говорили участники дискуссии. Поэтому подробно на них останавливаться нет необходимости. Хочется более детально поговорить о проблемах, освещенных в ходе дискуссии менее ярко.

Работа ДЮСШ оценивается у нас ныне по уровню спортив-

ных результатов выпускников на день окончания спортивной школы. Оценка эта не зависит от того, как выпускники прогрессируют после расставания со школой, по достижении зрелости. Те из них, которые добились выдающихся результатов после выпуска, не приносят славы школе и тренерам, готовившим их в ее стенах. Та же школа и ее тренеры, которые путем форсированной подготовки добились более высокого результата к моменту выпуска и «загубили» потенциального рекордсмена и чемпиона, считаются нередко передовыми. Такое положение в корне неверно.

Одним из важнейших условий успеха в достижении высокого спортивного результата является высокий уровень владения техникой избранного вида легкой атлетики. Анализ степени технической подготовленности нашими лучшими юными легкоатлетами показывает, что многие из них слабо владеют техникой. Часто основы ее сформированы неправильно. Это объясняется тем, что отдельные тренеры в погоне за спортивными достижениями уходят от кропотливой работы по оттачиванию движений. Нередки случаи, когда тренер имеет недостаточно точное представление о правильной технике и методике обучения. Кроме того, узкоспециализированная подготовка не требует творческого отношения к построению тренировочного процесса, не требует заботы об эмоциональном климате на тренировках. А эмоциональный, психологический климат на занятиях является важным фактором, обеспечивающим успешность тренировочного процесса. Тренировочные занятия должны быть увлекательными, на них нужно не «пахать», а играть. Для создания благоприятного психологического климата на тренировочных занятиях следует широко применять игровые методы. Это убедительно доказано в исследованиях П. Воварова Б. Н., результаты которых изложены в книге «Игры в тренировке легкоатлетов» (1959 г.). Об этом же утверждает и тренер американских конькобежцев Бет и Эрика Хайденов Диана Холам: «Тяготы тренировки нужно сделать не тяготами и для этого искать даже для взрослых какие-то похожие на игру упражнения, которые не только разнообразят программу, но и снижают нервное напряжение».

Задачи физического развития можно успешно решать в игровой форме занятий. Многие технические навыки также удается формировать в игровой форме, снижая нервное напряжение, повышая активность занимающихся. В спортивных подвижных играх совершенствуются координационные способности организма занимающихся, что, в свою очередь, обеспечит формирование правильных технических навыков в избранном виде легкой атлетики с меньшей затратой времени, сил и нервной энергии спортсмена и тренера.

Что же нужно делать, чтобы исправить положение и работа по подготовке резервов для большого спорта пошла лучше в соответствии с теоретическими разработками, подтвержденными экспериментальными исследованиями и опытом передовых тренеров? Правильные выводы сделаны М. Богеном в статье «Потери в пути: правило или исключение». Нужно создать условия, которые бы поощряли тренеров работать с детьми по разносторонней программе с применением широкого круга средств, обеспечивающих необходимый фундамент для последующей специализации в избранном виде легкой атлетики. И главным из этих условий, несомненно, будет включение в программу соревнований различных многоборий, составленных из тренировочных и легкоатлетических упражнений. Причем жребием нужно определять то из них, по которому будет проводиться данное соревнование. Это обеспечит преимущество тренерам и коллективам, которые занимаются по программе разносторонней подготовки.

Характер многоборий должен изменяться в зависимости от возраста соревнующихся. Их содержание должно учитывать склонности занимающихся в группе видов легкой атлетики. Но начинать постепенный переход к специализированным многоборьям нужно только после 4—5 лет занятий по общей программе, т. е. в 15—16 лет.

Для работы с такими детьми, прошедшими этап общей подготовки, следует разработать типовую поурочную программу по группам видов легкой атлетики. А в соответствии с этой программой проводить соревнования по многоборьям, включающим в себя 2—3 легкоатлетических вида и 2—6 тренировочных упражнений.

По мере взросления занимающихся многоборья должны становиться более специализированными. В соревнованиях спортсменов в возрасте 18—19 лет результат, показанный в основных легкоатлетических видах многоборья, должен составлять основную часть оценки при определении занятого места в личных и командных соревнованиях.

В достижении высоких спортивных результатов во всех видах легкой атлетики, не исключая даже бег, имеет большое значение высокий уровень технической подготовленности. Совершенная техника обеспечивает более полную реализацию физических качеств спортсмена. Но формирование правильных технических навыков требует длительной, кропотливой и вдумчивой работы спортсмена и тренера.

С тем, чтобы поощрять спортсменов и тренеров, уделяющих внимание и настойчиво работающих над техническим совершенствованием, целесообразно ввести в практику оценку по специально разработанной шкале уровня владения техникой основных упражнений. Она должна учитываться при подведении окончательных итогов соревнования.

Для обеспечения плодотворной работы нужно использовать бригадный метод работы тренеров. В таком случае тренеры высшей ступени этой пирамиды должны выступать в роли шефов, наставников, оказывать методическую помощь и осуществлять контроль за ходом подготовки спортсменов, знакомиться и изучать будущих своих учеников.

Всем этим будет обеспечиваться преемственность в работе и облегчаться переход ученика к другому тренеру. Психологический аспект бригадной работы тренеров по системе «пирамиды» очень сложен, и это нужно иметь в виду. Для успешного решения этой задачи нужно пересмотреть систему морального и материального стимулирования работы тренеров и затем неукоснительно ее применять в жизни. Тренеры, работающие со спортсменами на этапах начальной и специализированной подготовки наравне с тренером, готовящим спортсмена на этапе высшего спортивного мастерства, имеют право на соответствующие звания, награды и премии.

**А. КОРОВОВ,**  
доцент кафедры  
легкой атлетики ГЦОЛИФКА

# правило или исключения?

## ВНИМАНИЕ КАЛЕНДАРЮ

Статьей доцента ГЦОЛИФКА М. Богена открылась новая дискуссия о проблемах юношеской легкой атлетики.

Следует сразу отметить, что, разделяя большинство положений, высказанных автором, мы хотим заострить внимание читателей на некоторых ключевых проблемах организации многолетней подготовки юных легкоатлетов.

Анализ итогов XXII Олимпийских игр 1980 г. в Москве показал, что выход молодых талантливых легкоатлетов, выступавших предыдущие три года в группе юниоров (1977—1980), в олимпийские сборные команды своих стран наиболее высок в команде СССР. Бывшие юниоры нашей страны собрали и самый богатый «урожай» очков и медалей по сравнению со своими сверстниками из других национальных команд. Об этом достаточно подробно сказано в статье В. Зеличенка «Юниоры на Московской олимпиаде» в последнем номере журнала за прошлый год.

Однако в большинстве крупных международных соревнований, таких, как чемпионаты Европы среди юниоров, «Дружба», летние матчи СССР—ГДР, выступление наших молодых легкоатлетов не принесит удовлетворения многочисленным поклонникам «колесы спорта».

В нашей стране в группах ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ и других учебных заведений, готовящих резервы, занимается около 330 тысяч юных легкоатлетов. С ними работают 11,5 тысячи тренеров (как штатных, так и почасовиков). Эта огромная армия спортсменов только тогда станет надежным резервом сборных команд страны, когда мы значительно поднимем качество ее подготовки.

Главное, что мешает качественной работе с резервами,— это форсирование подготовки молодых талантов, ибо наиболее одаренная часть занимающихся испытывает на себе все последствия недостатков, имеющих в системе подготовки юных легкоатлетов. В этой статье хотелось бы остановиться на причинах, ведущих к форсированию подготовки наиболее талантливых юных легкоатлетов 15—19 лет, находящихся на этапах начальной и углубленной спортивной специализации.

Важнейшим фактором системы подготовки спортсменов является календарь соревнований. Соревнования подводят итог работы в многолетних, годовых и полугодовых циклах, они являются также средством контроля за ходом тренировки, средством повышения уровня подготовленности и являются мощным орудием воспитания.

Соревновательные нагрузки на организм спортсмена — самые интенсивные в системе подготовки, они намного выше, чем в самых напряженных тренировках. Поэтому количество соревнований должно быть таким, чтобы сумма их и тренировочных объемов обеспечила необходимый уровень интенсивности всего процесса подготовки. Чем больше соревнований, тем должен быть ниже уровень интенсивности тренировочного процесса, и наоборот. В то же время высокая интенсивность тренировочного и соревновательного процессов требует прочной базы общефизической и специальной подготовленности и больших объемов упражнений, выполняемых со средней и невысокой интенсивностью. Несоблюдение этих правил ведет к форсированию подготовки юных, а также и взрослых легкоатлетов.

Спортивная практика и научные исследования выработали определенные соотношения между количеством тренировочных и соревновательных нагрузок. 48-недельный годичный цикл (без 4 недель переходного периода) должен включать 26—30 недель на тренировку и от 22 до 18 недель на соревнования, т. е. количество тренировочных микроциклов в 1,2—1,8 раза должно превышать число соревновательных. При этом чем к более важным стартам многолетнего

цикла приближается легкоатлет, тем больше изменяется соотношение в пользу тренировочных недель.

В спортивной практике имеются отдельные успешные случаи использования соревновательного метода подготовки (Р. Кларк, Х. Ронно, Ю. Гармак и другие). Однако этот метод использовался ими не каждый год, а сами спортсмены к этому моменту имели хорошую многолетнюю базу подготовки.

Если проанализировать годичный цикл в системе подготовки сильных легкоатлетов мира — США и ГДР, мы увидим подтверждение сказанному выше. В США подготовительный период тренировки юных легкоатлетов, занимающихся в средних школах или в университетах и колледжах, начинается 1 августа с самостоятельных занятий дома. С 1 сентября проводится тренировка под руководством тренера. 4 недели ноября — период соревнований по кроссу. К этому времени легкоатлет имеет уже трехмесячную подготовку. Зимние соревнования проходят в январе — феврале и длятся до 6—8 недель. Летние соревнования проводятся в течение 10 недель (апрель — конец июня). Таким образом, на соревнования приходится около 20 недель годичного цикла.

В системе подготовки юных легкоатлетов ГДР в последние годы действует периодизация, связанная со сроками учебного года. 1 сентября начинается подготовительный период. Зимний соревновательный период — январь — февраль (не более 6 недель). Летний соревновательный период — вторая половина апреля — июль (а для сильнейших до середины августа), т. е. 14 недель. В году соревнования занимают около 20 недель. Следует отметить, что сильнейшие легкоатлеты, которым предстоит соревноваться в августе, получают дополнительно на подготовку еще 3—4 недели в июле.

Какая же конкретная ситуация складывается в последние годы в нашей стране? В соответствии с планами, разрабо-

танными Всесоюзным тренерским советом и учебными планами школ, лучшие легкоатлеты 15—19 лет должны начинать подготовительный период с 1 октября. Но начинается ли он в эти сроки? В подавляющем большинстве случаев нет. Например, только в 1980 году в октябре проводился: финал Всесоюзного профсоюзного кросса, первенство ДЮСШ РСФСР, первенство ДСО «Авангард», чемпионаты Узбекской и Казахской ССР, соревнования на призы В. Саниева, Универсиада Грузии, приз первокурсников ЦС ДСО «Буревестник», матчевая встреча ДЮСШ, проведенная СДЮШОР Совпрофа Грузии. В ноябре республиканские соревнования Минпроса РСФСР, первенство школьников Грузии и много других соревнований. Прибавьте к этим срокам необходимые 2—4 недели активного отдыха (переходный период) — и начало подготовительного периода отодвигается на середину ноября. А так как все эти соревнования имеют командный зачет, то основная нагрузка ложится на сильнейших, а следовательно, наиболее талантливых молодых легкоатлетов.

Зимние всесоюзные соревнования по календарю начинаются в феврале. До них проводятся республиканские или ведомственные первенства, а также областные и городские состязания, матчевые встречи между коллективами ДЮСШ и СДЮШОР. Одним словом, соревнования начинаются уже с первых чисел декабря и на подготовку остается всего 1—2 месяца вместо 3—4 по плану. Добавьте к этому бесчисленные перелеты, задержки в аэропортах из-за непогоды — и потери тренировочного времени будут еще больше. В начале марта заканчиваются всесоюзные соревнования и весь март проводятся командные состязания на первенство организаций, не успевших провести свои старты в январе — феврале. Это соревнования опорных пунктов олимпийской подготовки ДСО профсоюзов, где основной состав участников — юниоры и юноши; первенства среди юношей, юниоров и взрослых ЦС ДСО, если чемпионат СССР проходил по территориальному признаку или наоборот — первенство союзных республик, если во всесоюзном чемпионате участ-

# ПОТЕРИ В ПУТИ: ПРАВИЛО ИЛИ ИСКЛЮЧЕНИЯ?

вовали команды ДСО и ведомств. Итак, зимний календарь для сильнейших молодых легкоатлетов вместо 6 длится от 10 до 16 недель. Полноценная тренировка начинается в апреле, да и то только в скоростно-силовых видах легкой атлетики. Для бегунов на средние и длинные дистанции — это период участия в соревнованиях кросса «Правды».

Май по всей стране — это период эстафет, матчевых встреч и других соревнований. В конце месяца начинаются всесоюзные старты, затем соревнования разного ранга продолжают до октября и даже ноября.

В этих условиях грамотный и целеустремленный тренер ведет многочисленные «бои» с местными и ведомственными руководителями всех рангов, и порой даже вмешательство республиканских и Всесоюзного тренерских советов не приносит положительных успехов. Таким образом, тренироваться некогда.

Как же в этих условиях выполнять необходимый уровень тренировочных нагрузок, предусмотренных планами и программами? Как можно успеть провести за год 300—350 тренировочных занятий, «набегать» 3000—4000 км, преодолеть 5000—6000 барьеров, выполнить 10—12 тысяч отталкиваний, 2000—3000 бросков снарядов и т. д.

В этих условиях сильнейшие юные легкоатлеты не в состоянии заложить необходимую базу общей и специальной физической подготовки и плодотворно работать над техникой. Недостатки в системе тренировки юных легкоатлетов и увлечение соревновательной подготовкой хорошо иллюстрируются положением, сложившимся в женских прыжках в высоту. Ежегодно в зимних первенствах СССР по легкой атлетике для юношей и девушек (16—17 лет) участвует по 10—12 мастеров спорта. Эти спортсмены начинают свою соревновательную подготовку рано (в декабре) участием в турнирах в различных городах страны обычно с длинными разбегами. В газете «Советский спорт» мелькают в это время хвалебные статьи о талантливых юных прыгунях, преодолевающих высоты от 175 до 183 см. Но вот прихо-

дит май — и о юных талантах уже ничего не слышно, уровень результатов девушек начинает снижаться, а в августе он падает настолько, что в соревнованиях по прыжкам в высоту чаще всего побеждают многоборки, проводившие зимой разностороннюю подготовку, а чистые «высотницы» ограничиваются результатами только 169—176 см. Если во всех остальных видах легкой атлетики летние достижения спортсменов намного превосходят зимние, то в прыжках в высоту у девушек на протяжении последних 4 лет наблюдается обратная картина. К тому же большинство спортсменов, выйдя на мастерский уровень в 15—17 лет, в дальнейшем перестают прогрессировать. Резонный вопрос: кому и для чего нужны эти «скороспелые мастера»?..

Что же необходимо предпринять для ликвидации форсирования подготовки молодых легкоатлетов? Прежде всего запретить проведение соревнований для легкоатлетов уровня 1 разряда и выше и входящих в сборные команды областей, республик, ЦС ДСО и страны в октябре, ноябре, декабре, марте и апреле (кроме 1—2 стартов в кроссе «Правда»).

Второе: выделить время легкоатлетам, которым предстоит соревнования в августе — сентябре в круглогодичном цикле (в июле — августе), для базовой тренировки с целью восстановления физических качеств.

И третье: перенести целый ряд ведомственных и республиканских первенств с сентября — октября на конец июня — начало и середину августа, а с марта на конец февраля, т. е. в сроки международных соревнований сборной юниорской команды СССР.

Анализ соревновательной подготовки юношей и юниоров показывает, что многим легкоатлетам часто не хватает необходимого количества стартов из-за малого числа их в календаре городских и областных спорткомитетов и ДСО, в то же время у самой талантливой части наших резервов их бывает слишком много, а некоторые из этих стартов по своему нервному напряжению бывают неадекватными возможностями молодого организма.

Еще одной причиной, ведущей к форсированию подготовки, является участие наиболее сильных юниоров в двух календарях: юниорском и взрослом. Вот несколько примеров. Успешно выступали в прыжках в высоту в 1978 году М. Серкова и С. Ванюшина. Выполняя юниорский всесоюзный и международный календарь, они были привлечены к участию во всесоюзных и международных соревнованиях. Несмотря на возражения тренера В. И. Никифоровой, Марина Серкова продолжала «тянуть» два календаря и в 1979 г. Она добилась своего лучшего результата — 193 см зимой 1979 г., а затем, не выдержав двойной нагрузки, заболела, неудачно выступила на юниорском чемпионате Европы в Бидгоще и, несмотря на то, что в 1980 году вошла в состав олимпийской команды, не достигла своего лучшего юниорского результата. Светлана Ванюшина после 1978 г. вообще пропала из поля зрения специалистов.

В течение 1978 и 1979 гг. успешно выступала во всесоюзных и международных соревнованиях молодая пятиборка Сильвия Оя. Но и она участвовала в двух календарях сразу, причем часто разрыв между всесоюзными и международными соревнованиями сборной команды СССР и сборной команды Эстонии составлял всего 2—3 дня. Прилетая с одних соревнований, она на следующий день улетала на другие. В результате спортсменка, не выдержав нервных перегрузок, травмировалась.

В наших правилах соревнований по легкой атлетике записан хороший пункт, запрещающий девушкам и юношам участвовать в соревнованиях взрослых легкоатлетов. Однако этот пункт почти никогда не выполняется. Руководители мандатных комиссий, главные судьи, главные секретари должны строго следить за этим пунктом. По просьбе ряда союзных республик, где легкая атлетика не достигла еще высокого уровня развития, к участию в Спартакиаде народов СССР в 1979 г. была допущена группа девушек 1962—63 гг. рождения. Что же случилось? Ни одна из них не повторила на Спартакиаде своих лучших результатов, а в личном зачете не заняла места ближе 30-го и через год не добилась прогресса в своем виде. Руководители легкоатлетиче-

ских команд этих республик не добились получения зачетных очков своей команде, но зато способствовали застою спортивных достижений у молодых, наиболее талантливых легкоатлетов.

В то же время есть положительные примеры мудрого решения этого вопроса. В 1980 году тренеры сборной команды СССР, планируя участие в XXII Олимпийских играх в Москве Наталии Бочинной, вместе с ее тренером И. М. Гусевой полностью отказались от участия в зимнем и летнем юниорском календаре, в том числе и международном.

В 1979 году Ю. Н. Волков принял решение с июля снять Константина Волкова с участия в юниорском внутреннем и международном календаре, так как к середине сезона стало ясно, что его результаты позволят успешно выступать в крупных международных соревнованиях взрослых спортсменов.

Участие легкоатлетов различного возраста в одних соревнованиях также часто ведет к форсированию подготовки младших спортсменов.

Это искусственное смешивание не принесет успеха нашему делу. Отказ же от участия молодых легкоатлетов в двух календарях, проведение соревнований строго по возрастным группам должно помочь ликвидации одной из причин «потерь в пути» — форсирования подготовки молодых талантливых легкоатлетов.

Основной проблемой современной юношеской легкой атлетики является повышение качества организационной и методической работы. Это требование исходит из задач олимпийской подготовки советских легкоатлетов. Решения партии о повышении эффективности и качества в работе являются основополагающими и в работе по дальнейшему развитию юношеского спорта.

**Ф. СУСЛОВ,**  
кандидат педагогических наук, заслуженный тренер Казахской ССР



# стадион своими руками

Как уже отмечалось во втором номере нашего журнала за прошлый год, постановление ЦК КПСС «Об улучшении идеологической, политико-воспитательной работы» нацеливает органы культуры и спорта на более полноценное максимальное использование учреждений культуры, спортивных сооружений. Наряду с использованием уже имеющихся спортсооружений большое значение придается строительству плоскостных спортивных сооружений методом народной стройки. В связи с этим большой интерес представляет опыт, накопленный в Винницком политехническом институте. Здесь без вложения капитальных средств и планового снабжения стройматериалами методом народной стройки построены стадион стандартных размеров с резинобитумным покрытием, запасные легкоатлетические секторы, резинобитумная и опилочная наклонные тренировочные дорожки, целый комплекс игровых площадок, трибуны на 5 тысяч зрителей, подсобные и вспомогательные помещения. Об этом опыте рассказывает в нашем журнале заведующий кафедрой физического воспитания ВПИ судья всесоюзной категории Я. И. Кулик.

Специфика нашего строительства заключалась в том, что институт был образован сравнительно недавно и строительство стадиона проводилось параллельно со строительством учебных корпусов и общежитий. При всем при этом строительство стадиона не было плановой стройкой. Сложность заключалась еще и в том, что в начальном периоде кафедра физвоспитания, возглавившая строительство, была малочисленна — всего 6 преподавателей. Работники кафедры не имели опыта в этом новом деле, а студенты не верили, что на «голом» энтузиазме можно что-то построить.

На первых порах нам приходилось не только учить строительных специальностям студентов, но и самим учиться у рабочих, друг у друга.

Но уже первые месяцы позволили поверить в собственные силы, накопить определенный опыт организации строительства, овладеть смежными профессиями плотников, каменщиков, сварщиков, геодезистов и др. Резко изменилось и отношение к строительству у студентов — они стали понимать, что делают важное и вовсе не «безнадежное» дело.

Для организации строительства был создан штаб, который возглавил заведующий кафедрой физвоспитания. В состав штаба вошли преподаватели кафедры физвоспитания, преподаватели спецкафедр, представители комитета комсомола и профкома института.

Простейшую проектную документацию составили сами, проконсультировавшись со специалистами. После этого штаб распределил обязанности с учетом выполнения следующих работ:

1. Организация строительных работ и контроль за их качеством.
2. Снабжение стройки строительными материалами и оборудованием.
3. Подготовка необходимых инструментов и контроль за их состоянием.
4. Обеспечение транспортом и механизмами.
5. Связь с шефами.
6. Художественное оформление стройки.
7. Освещение в печати средствами наглядной агитации хода строительства, информация о проделанной работе.

Составляя план и график работ, мы руководствовались следующими правилами:

— планирование должно быть конкретно, учитывать си-

лы, возможности и имеющееся в распоряжении время;

— четкое инструктирование всех категорий занятых на строительстве людей;

— правильная организация труда (расстановка сил, твердые посильные нормы);

— учет и оценка результатов труда.

Большую помощь в строительстве нам оказал комитет комсомола института. Формами организации работ на строительстве были субботники и воскресники, третий студенческий трудовой семестр во время каникул, ежедневная работа групп в свободное от занятий время, спланированная комитетом комсомола. При проведении субботников и воскресников, в которых принимало участие большое количество студентов и преподавателей, мы планировали работы большого объема: планировочные, переноску стройматериалов, уборку территории, земляные работы, рытье водоотводной системы, ям для посадки деревьев, ям для установки ограждения.

Начальник стройки имел в своем распоряжении помощников из расчета один на 10—15 работающих. Перед началом работ помощники получали задания, консультацию по выполнению работ, проверяли готовность инструментов. Важно было правильно спланировать фронт работ на день, быстро и четко определить задания работающим, ознакомить их с правилами техники безопасности. При организации строительства мы использовали следующие принципы: труд должен носить коллективный характер, цель труда должна быть понятна студентам, его общественная значимость очевидна, любое задание студент должен доводить до конца, и завершаться труд должен общественным признанием.

У нас, как и в любом другом вузе, были студенты, овладевшие специальностями, позволяющими им выполнять самые разнообразные работы: каменщики и плотники, штукатуры и маляры, слесари и сантехники, водители, художники и др. Особую ценность представляли студенты, работавшие в стройотрядах и прошедшие службу в рядах Советской Армии. Таких ребят мы использовали строго по специальностям.

Большую роль в правильной организации труда сыграл сектор агитации и пропаганды

штаба стройки. Благодаря его усилиям студенты поверили в реальность начатого большого дела, стройка была объявлена комсомольской, участие в спортивном строительстве учитывалось при подведении итогов социалистического соревнования между группами, курсами и факультетами. Сектор отмечал работу лучших, боролся с нерадивыми.

Самым важным делом в любом самостоятельном строительстве являются вопросы снабжения материалами и обеспечения транспортом. Их нам пришлось решать самыми разнообразными путями. Песок и глину привозили из близрасположенных карьеров. С помощью горисполкома часть материалов, пригодных для строительства, получили при разборке старых зданий, использовали строительные отходы на новостройках. Договорились с дирекцией кирпичного завода о получении бракованного кирпича. При этом выгода была обоюдная: очищалась территория завода, а мы получали материал для основания секторов, дорожек и дренажных систем. На заводах ЖБК получали бракованные плиты, столбы и др.

По просьбе ряда предприятий, нуждающихся в рабочей силе, в летние месяцы мы управляли в их распоряжение студенческие строительные отряды. В благодарность за это нам поставлялись дефицитные стройматериалы: цемент, трубы, рейки для сидений и др. При стадионе возникли мини-цеха: столярный, сварочный, по изготовлению железобетонных столбиков-опор и др. Экономический эффект их работы был налицо: для строительства трибун нам понадобилось 5 тысяч опорных столбиков. Стоимость их по государственным расценкам составляла 14 850 руб. Стоимость же изготовленных нами опор составила всего 840 руб.

На стадионе мы решили уложить резинобитумное покрытие. Взяли за основу резинобитумную смесь, предложенную инженером А. С. Каминским. Единственным ее недостатком было то, что она быстро теряла свои упругие качества. Мы изменили процентное соотношение компонентов, увеличили до 16,9% количество резиновой крошки и до 16,7% количество битума, снизили температурные режимы изготовления смеси, получив тем

## ЗИМНЯЯ ПРОВЕРКА

самым покрытие, обладающее высокими упругими качествами и более долговечное при эксплуатации. Такое покрытие позволяет показывать высокие спортивные результаты и избежать травм, характерных для тренировок на жестких покрытиях (воспаление надкостницы, ахиллова сухожилия и др.). Полученный состав имеет еще и то преимущество, что покрытие сохраняет свои упругие качества при более широком диапазоне температур окружающей среды.

Уже после окончания строительства работники проектного института определили, что стоимость стадиона составляет почти 300 тысяч рублей. Фактические же затраты составили 29,7 тысячи рублей.

Накопив опыт работ, стройотряд, укомплектованный студентами и сотрудниками института, построили первый на Винничине колхозный стадион с резиновитумным покрытием в селе Липовка Томашпольского района. Политехники разработали и оказали помощь в строительстве комбинированного школьного стадиона в селе Тимоновка Тульчинского района.

Студенты, преподаватели, сотрудники, руками которых построен стадион, с удовольствием на нем занимаются, берегут его, гордятся им. На «Олимп» (такое название носит студенческий стадион) более 3 тысяч человек ежедневно укрепляют здоровье, повышают свое спортивное мастерство, сдают нормы ГТО. Здесь проводятся городские, областные, республиканские и всесоюзные соревнования. Строители радуются, что их «Олимп» помог только за два последние года легкоатлетам В. Думе, А. Загоруйко, А. Паламарчуку, П. Долженко, В. Дубнюку, Н. Барской показать мастерские нормативы, а И. Ковальчуку стать мастером спорта международного класса. Не меньше их радует и то, что только на всесоюзном мемориале Л. Ратушной, который традиционно проводится здесь и в котором участвуют практически все крупнейшие вузы страны, ежегодно 5—6 легкоатлетов пополняют армию мастеров спорта СССР.

В этом году на главных зимних стартах — Кубке СССР, чемпионате СССР, первенстве Европы в Гренобле — мы не увидели большинства наших олимпийских чемпионов, призеров Игр. Далекий февраль от крупных летних соревнований, поэтому-то атлеты решили не вводить себя в боевую форму, а воспользоваться зимним временем, чтобы постараться восстановить в себе силы, отнятые напряженным сезоном Олимпиады.

Но тихой зимы не получилось. Продолжили разгон, взятый в олимпийском году, молодые атлеты, активно состязались те, кому не посчастливилось пробиться в число олимпийцев.

Высоко вытаскивал шест Александра Крупского и Владимира Полякова, пустившихся вдогонку за достижением француза Тьерри Виньерона, отлично прыгали тройным Шамиль Аббясов, установивший высшее мировое достижение, и Василий Грищенко, на равных сражался с мировыми лидерами на первенстве Европы в прыжке в высоту Владимир Граненков...

И все же в Гренобле у советской команды оказалась лишь одна золотая медаль, в прошлом году их было четыре.

Вот какую оценку выступлению наших легкоатлетов нынешней зимой дал главный тренер сборной команды СССР Н. Политико:

«На зимних соревнованиях мы хотели проверить наши резервы, поглядеть на новых людей. Ведь с началом нового межоллимпийского цикла перед нами снова стала задача насыщения команды свежими силами, не секрет, что лишь примерно десять процентов прежних олимпийских чемпионов принимают участие в новой олимпиаде. Прошедшие соревнования показали как положительные моменты подготовки, так и вскрыли наши слабые места.

По-прежнему среди отстающих видов — мужской бег на 800 и 1500 метров. Нужно прямо сказать, что здесь у нас нет бегунов, способных в настоящее время выигрывать у своих сильнейших зарубежных соперников. Утратили мы позиции в прыжке в высоту. Правда, обнадеживает выступление на чемпионате Европы дебютанта команды Владимира Граненкова. Его лучший прошлогодний результат — 2,21. А в Гренобле он прыгнул на 2,25 и лишь по попыткам про-

играл известным атлетам из ФРГ экс-рекордсмену мира Мёгенбургу и Тренхардту. Совершенно необоснованным было решение Алексея Демянюка начать состязание с высоты 2,22, которой ему так и не удалось преодолеть. Беспокоит нас положение в толкании ядра, где пока не видно достойной замены нашим лидерам. Неблагополучным остается положение в стипль-чезе. Как видим, проблем много.

Вместе с тем не может не радовать высшее мировое достижение в тройном прыжке — 17,30 — Шамиля Аббясова. Удачно пробежала 400 метров Наталья Бочина. Она уступила только Ярмиле Кратохвилевой из Чехословакии, серебряному призеру Олимпиады, обладательнице высших мировых достижений в беге на 200 и 400 метров. Следует отметить, что девятнадцатилетняя Бочина впервые стартовала на этой дистанции в международном соревновании.

Дает о себе знать в прыжке с шестом «школа» Волкова. Его воспитанник Александр Крупский покорил в Гренобле 5,65 и занял второе место вслед за Виньероном. Неплохо выступила в барьерном беге Мария Кеменичи. Ей также досталась серебряная медаль. Вселяют определенные надежды и результаты спринтеров.

В нынешнем году в ряде видов на чемпионате Европы были небывало острое соперничество и высокие результаты. Это в первую очередь относится к прыжку с шестом и женскому прыжку в длину. Усилилась конкуренция, выросли результаты. Такое начало предвещает чрезвычайно серьезную борьбу на летних стартах сезона, на Кубках Европы и мира. Нельзя забывать и о встречах, которые предстоят нашей сборной с командами ГДР, США, Великобритании, Италии.

### XII ЗИМНИЙ ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ

21—22 февраля г. Гренобль (Франция)

#### МУЖЧИНЫ

50 м. М. Воронин (ПНР) 5,65; В. Муравьев (СССР) 5,76 (в п/ф. 5,73 высшее все. дост.); А. Шляпников (СССР) 5,77; Э. Ришар (Фр) 5,78; Ф. Джонкур (Фр) 5,79; С. Кларк (Вбр) 5,82. 400 м. А. Кнебель (ГДР) 46,52; М. Вепплер (ФРГ) 46,88; С. Малинверн (Ит) 46,96; П. Бурди (Фр) 47,69. 800 м. Х. Вурстхерн (ФРГ) 1,47,70; А. Пароан (ВНР) 1,47,73; А. Паес (Исп) 1,48,31; А. Буссе (ГДР) 1,48,82; Д. Вагенкиехт (ГДР) 1,48,87; Т. Вилкинг (ФРГ) 1,49,49. 1500 м. Т. Вессингате

(ФРГ) 3,42,64; У. Беккер (ФРГ) 3,43,02; М. Зерновски (ПНР) 3,44,32; П. Белчер (ФРГ) 3,44,89; Х. Абаскал (Исп) 3,45,08; Л. Тот (ВНР) 3,45,84; М. Невенс (Белг) 3,46,67; Г. Тручи (Ит) 3,48,22. 2820 м. (из-за ошибки судей участники не добижали 1 круг — 180 м). А. Гонзалес (Фр) 7,22,3; Е. Игнатов (НРБ); В. Абрамов (СССР) без времени. 50 м с/в. А. Брюггаре (Фин) 6,47; Ж. Морачо (Исп) 6,48; Г. Дрю (Фр) 6,54; П. Крафев (НРБ) 6,62; Ю. Черванев (СССР) 6,62; Х.-Г. Клейн (ФРГ) 6,71. Высота. Р. Дальгозер (Швец) 2,28; К. Тренхардт (ФРГ) и Д. Мёгенбург (ФРГ) по 2,25; В. Граненков (СССР) 2,25; Ф. Бонне (Фр) 2,19; С. Карлссон (Шв). Я. Фраймуг (ГДР), И. Кравчук (ПНР), А. Шнайдер (ФРГ) все по 2,19; М. Тамбери (Ит) 2,19; ... А. Демянюк (СССР) не взял высоту 2,22. Шест. Т. Виньерон (Фр) 5,71; высшее мировое дост. А. Крупский (СССР) 5,65; Ж.-М. Белло (Фр) 5,65; П. Дерюэль (Белг) 5,60; М. Климчик (ПНР) 5,55; Ф. Увион (Фр) 5,55; В. Поляков (СССР) 5,55; А. Тарев (НРБ) 5,50; ... 10-е место А. Черняев (СССР) 5,35. Длина. Р. Бернхардт (Швейц) 8,01; А. Коргоз (Исп) 7,97; Ш. Аббясов (СССР) 7,95; Л. Салама (ВНР) 7,90; Я. Буссе (ФРГ) 7,72; К. Апостолюк (ФРГ) 7,69; И. Туларов (НРБ) 7,61; А. Чочев (НРБ) 7,61; ... 13-е место А. Бескровный (СССР) 7,31. Тройной. Ш. Аббясов (СССР) 17,30 высшее мировое дост.; К. Кублер (ФРГ) 16,73; А. Мур (Вбр) 16,73; П. Боуссен (ФРГ) 16,61; Б. Ламитье (Фр) 16,50; А. Бескровный (СССР) 16,46; Я. Хегелинд (СФРЮ) 16,31; В. Кнабе (ФРГ) 16,14. Ядро. Р. Стольберг (Фин) 19,88; Л. Вьюдэс (Фр) 19,41; З. Сараевич (СФРЮ) 19,40; А. Андрей (Ит) 19,34; Р. Махура (ЧССР) 19,22; Х. Халлдорссон (Исл) 19,15; О. Якобссон (Исл) 19,13; Д. Васичек (ЧССР) 19,09. Ходьба 5 км. (вне программы). Х. Гаудер (ГДР) 19,08,59; М. Дамиано (Ит) 19,13,90; Г. Лельвер (Фр) 19,55,02; Дж. Дамиано (Ит) 20,31,97; Д. Губе (Фр) 20,41,25; П. Ланлар (Фр) 20,41,37; Р. Миллс (Вбр) 22,08,87.

#### ЖЕНЩИНЫ

50 м. С. Попова (НРБ) 6,17; Л. Хагlund (Шв) 6,17; М. Кох (ГДР) 6,19; И. Ауэрвальд (ГДР) 6,20; О. Коротова (СССР) 6,22 высшее все. дост.; У. Хойт (Вбр) 6,30. 400 м. Я. Кратохвилева (ЧССР) 50,07; Н. Бочина (СССР) 52,32 высшее все. дост.; В. Эдлер (Вбр) 52,37; К. Кафер (Авс) 52,50. 800 м. Х. Ульрих (ГДР) 2,00,94; С. Залатева (НРБ) 2,01,37; Н. Штерева (НРБ) 2,02,50; Х. Мак-Дермот (Вбр) 2,02,88; А.-М. ван Нудфелд (Белг) 2,05,37; М. Пуайол (Исп) 2,06,13. 1500 м. А. Поссаман (Ит) 4,07,49; В. Ильных (СССР) 4,08,17; Л. Смолка (СССР) 4,08,64; В. Господнинова (НРБ) 4,10,13; Д. Расмуссен (Дан) 4,16,50; Д. Гиллиан (Вбр) 4,25,34. 50 м с/в. З. Бельчик (ПНР) 6,74; М. Кеменичи (СССР) 6,80; Т. Анисимова (СССР) 6,81; С. Кемпин (ФРГ) 6,84; Л. Гусева (НРБ) 6,89; Х. Сиска (ВНР) 7,02. Высота. С. Симеони (Ит) 1,97; Э. Кравчук (ПНР) 1,94; У. Килан (ПНР) 1,94; У. Мейфарт (ФРГ) 1,88; Ж. Фишер (ФРГ) 1,88; Э. Бела (ВНР) 1,85; С. Лорентсон (Шв) 1,85; Д. Булеронт (Ит) 1,85; М. Серкова (СССР) 1,85. Длина. К. Хэнель (ФРГ) 6,77 высшее мировое дост.; З. Хайманн (ГДР) 6,66; Ж. Фишер (ФРГ) 6,65; Т. Скачок (СССР) 6,60; К. Суусик (ФРГ) 6,60; Л. Химлебаек (Дан) 6,40; Э. ван Хесцинк (Нид) 6,36; Д. Расмуссен (Дан) 6,30. Ядро. И. Слупянек (ГДР) 20,77; Х. Фибингерова (ЧССР) 20,64; Х. Кнооршайт (ГДР) 20,12; Н. Абашилзе (СССР) 18,50; В. Хейд (Вбр) 17,65; С. Сароуди (Греция) 17,44; Т. Киви (Фин) 16,77; Л. Бертимон (Фр) 16,59.

# рекорды юных

Рекорды мира, Европы, СССР для юниоров (19 лет и моложе), юниорок (18 лет и моложе) и рекорды СССР среди юношей и девушек (17 лет и моложе) на 1 января 1981 года

ЮНИОРЫ И ЮНОШИ			Юноши			Исходный норматив			
100 м Юниоры	Мира	10,07	Флойд Стэнли 61 США 24.5.80	Остин	СССР	41,50	Сборная Грузии (Б. Меквабшвили, Т. Аджоев, В. Ловчий, Д. Меладзе) 23.7.72	Киев	
	Европы	10,32	Куррат Клаус-Дитер 55 ГДР 24.8.73	Дуйсбург	Мира	41,0р	Сборная США (Т. Дейл, Э. Браун, Л. Голлстоун, Т. Дарден) 8.7.76	Люденшейд	
		10,32	Макфарлан Майкл 60 Великобритания 6.8.78	Эдмонтон	Европы	3,04,8	Сборная ГДР (У. Херманн, Е. Гольке, Д. Круг, Д. Утикал) 26.8.73	Дуйсбург	
	СССР	10,48	Шляпников Андрей 59 Москва, Д 16.6.78	Тбилиси		3,06,8	Сборная ФРГ (В. Гиссинг, Э. Накладаль, У. Шмидт, Х. Вебер) 19.8.79	Быдгощ	
Юноши		10,1р	Корнелиус Александр 50 Баку, Д 27.10.68	Ужгород		3,06,8	Сборная СССР (В. Лагутенко, А. Мельников, Ф. Вахитов, П. Коновалов) 19.8.79	Быдгощ	
		10,1р	Радул Анатолий 52 Кишинев, Д 18.9.71	Кишинев	Юноши	СССР	3,16,5	Сборная ЦС сельских ДСО (П. Веремеенко, А. Болдырев, М. Рудяк, И. Зайцев) 13.7.80	Челябинск
	СССР	10,70	Ваханелов Семен 60 Москва, М 21.7.77	Киев	Высота	Мира и Европы	2,35	Мёгенбург Дитмар 61 ФРГ 26.5.80	Рейлингтон
		10,3р	Столяров Сергей 56 Мухачево, Л 16.7.73	Киев	Юниоры	СССР	2,34	Ященко Владимир 59 Запорожье, А 16.6.78	Тбилиси
200 м Юниоры	Мира	20,22	Эванс Дуэйн 58 США 22.6.76	Юджин	Юноши	СССР	2,22	Ященко Владимир 59 Запорожье, А 12.9.76	Эрфурт
	Европы	20,59	Хофф Бернард 58 ГДР 21.8.77	Донецк					
	СССР	21,07	Шляпников Андрей 59 Москва, Д 17.6.78	Тбилиси	Шест	Мира и Европы	5,61	Виньерон Терри 60 Франция 30.9.79	Лонгви
		20,8р	Шляпников Андрей 59 Москва, Д 5.10.78	Орджоникидзе	Юниоры	СССР	5,60	Волков Константин 60 Иркутск, Л 5.8.79	Турина
Юноши		21,55	Соколов Сергей 62 Киев, Д 3.8.79	Прага	Юноши	СССР	5,31	Спасов Виктор 59 Донецк, А 15.5.76	Ялта
		21,3р	Шляпников Андрей 59 Москва, Д 19.9.76	Ворошиловград	Длина	Мира	8,34	Уильямс Рэнди 53 США 8.9.72	Мюнхен
	СССР	45,04	Колетт Уэйн 49 США 13.9.68	Колумбус	Юниоры	Европы	8,09	Коргос Антонио 60 Испания 17.6.79	Брюссель
		45,45	Дженкинс Дэвид 52 Великобритания 13.8.71	Хельсинки	Юноши	СССР	7,89	Потапенко Владимир 61 Гомель, Д 18.7.80	Каунас
400 м Юниоры	Мира	45,04	Ловачев Сергей 59 Чита, ТР 16.7.78	Вильнюс	Юноши	СССР	7,75	Матвеев Владимир 55 Тамбов, С 26.6.72	Сакраменто
	Европы	45,45	Григорьев Сергей 63 Кишинев, Мл 17.5.80	Сочи					
	СССР	46,27	Ряшко Иван 62 Ленинград Т 19.5.79	Сочи	Тройной	Мира	17,40	Перес-Дуэньяс Педро 52 Куба 5.8.71	Кали
		48,33	Лисков Валерий 58 Армавир, Минпрос 9.8.75	Баньска-Быстрица	Юниоры	Европы и СССР	16,83	Бескровный Александр 60 Москва, Б 18.8.79	Быдгощ
Юноши		47,9р	Крэм Стивен 61 Великобритания 13.8.80	Цюрих	Юноши	СССР	16,36	Литвиненко Дмитрий 63 Ташкент, Мх 29.9.80	Ташкент
	Мира	1,44,9	Буссе Андреас 59 ГДР 7.6.78	Острава	Ядро	Мира	20,65	Картер Майкл 60 США 4.7.79	Бостон
	Европы	1,45,5	Андрусенко Александр 53 Краснодар, Б 8.6.72	Москва	Юниоры	Европы	20,20	Бейер Уло 55 ГДР 6.7.74	Лейпциг
	СССР	1,48,4	Лисков Валерий 58 Армавир, Минпрос 9.8.75	Баньска-Быстрица	Юноши	СССР	19,71	Киселев Владимир 57 Кременчуг, А 15.5.76	Ялта
800 м Юниоры	Мира	1,49,7	Брук Леонид 60 Омск, С 16.8.79	Быдгощ	Юноши	СССР	17,75	Киселев Владимир 57 Кременчуг, А 10.5.74	Сочи
	Европы	1,45,5	Дитлашак Дмитрий 62 Ровно, Кл 19.5.79	Сочи			18,30	Исходный норматив	
	СССР	1,48,4	Паунонен Ари 58 Финляндия 22.6.77	Кельн			(6 кг)		
	Юноши	СССР	1,49,7	Криза Юло 54 Кохтла-Ярве, Нр 22.8.73	Дуйсбург	Диск	Мира и Европы	63,64	Хартман Вертнер 59 ФРГ 25.6.78
1500 м Юниоры	Мира	3,34,8	Корченков Юрий 52 Симферополь, Д 18.6.69	Москва	Юноши	СССР	59,96	Зинченко Владимир 59 Запорожье, А 12.7.78	Чернигов
	Европы	3,40,0	Биннс Стивен 60 Великобритания 16.9.79	Лондон			56,80	Зинченко Владимир 59 Запорожье, А 14.8.76	Запорожье
	СССР	3,40,0	Лебедев Константин 57 Киев, С 3.8.74	Дрезден			60,00	Исходный норматив	
	Юноши	СССР	3,49,8	Нехемия Ренальдо 59 США 16.8.78	Цюрих	Молот	Мира и Европы	78,14	Штойк Роланд 59 ГДР 29.6.78
3000 м Юниоры	Мира	7,43,2	Брюггаре Арто 58 Финляндия 14.8.77	Хельсинки	Юноши	СССР	75,20	Никулин Игорь 60 Ленинград, ВС 4.6.79	Леселдизе
	Европы	8,04,6	Прокофьев Андрей 59 Свердловск, У 16.9.78	Тбилиси	Юноши	СССР	67,66	Пастухов Юрий 61 Днепрпетровский, Б 4.10.78	Орджоникидзе
	СССР	8,04,6	Шабанов Георгий 60 Псков, Б 6.8.77	София			74,28	Пастухов Юрий 61 Днепрпетровский, Б 20.9.78	Ташкент
	Юноши	СССР	8,14,8	Казанов Игорь 63 Даугавпилс, Д 31.5.80	Юрмала	Копье	Мира	87,76	Олсен Фил 57 Канада 25.7.76
5000 м Юниоры	Мира	13,27,1	Барбашин Владимир 62 Ташкент, ВС 9.4.79	Ташкент	Юноши	СССР	85,70	Харконен Арто 59 Финляндия 25.6.78	Хельсинки
	Европы	13,55,0	Исходный норматив	(100 см)			82,24	Осипов Александр 59 Пермь, 24.9.78	Баку
	СССР	13,55,0	Шмидт Харальд 57 ФРГ 7.7.76	Люденшейд			78,66	Осипов Александр 59 Пермь 14.7.76	Вильнюс
	Юноши	СССР	14,18,2*	Архипенко Василий 57 Донецк, А 11.9.76	Эрфурт	Десятиборье	Мира и Европы	8124	Томпсон Дейли 58 Великобритания 30—31.7.77
110 м с/б Юниоры	Мира	13,23	Архипенко Василий 57 Донецк, А 13.5.76	Сочи	Юноши	СССР	7606	Буряков Владимир 55 Ростов-на-Дону, Б 29—30.6.74	Остин (11,09-7,21-13,75-1,90-48,90-15,01-39,60-4,40-57,20-4,44,2)
	Европы	13,66	Мищенко Руслан 64 Одесса, ВС 17.5.80	Сочи			7632р	Влияев Александр 51 Иркутск, Л 12—13.9.70	Париж (11,3-7,19-14,40-1,95-51,5-15,9-46,42-4,10-57,90-4,28,2)
	СССР	13,77	Мищенко Руслан 64 Одесса, ВС 12.7.80	Челябинск			7199	Рейнтак Свен 63 Таллин, ТР 17—18.5.80	Сочи (11,75-6,92-11,44-1,95-50,87-15,49-32,54-4,50-50,60-4,29,52)
	Юноши	СССР	14,74	Эрба Гаэтано 60 Италия 18.8.79	Быдгощ	Юноши	СССР	7518р	Кюльвет Вальтер 64 Вильянди, К 9—10.8.80
400 м с/б Юниоры	Мира	51,02	Исходный норматив	(100 см)			7576ю	Рейнтак Свен 63 Таллин, ТР 11—12.7.80	Челябинск (11,4-6,95-13,02-2,02-51,7-14,7-41,64-4,80-54,38-4,45,7)
	Европы	51,02	Исходный норматив	(100 см)					
	СССР	51,02	Исходный норматив	(100 см)					
	Юноши	СССР	51,40	Исходный норматив	(100 см)				
2000 м с/п Юниоры	Мира	5,27,5	Исходный норматив	(100 см)					
	Европы	5,37,4	Исходный норматив	(100 см)					
	СССР	5,45,6	Исходный норматив	(100 см)					
	Юноши	СССР	5,45,6	Исходный норматив	(100 см)				
Ходьба 10 км Юниоры	Мира	39,31,2	Исходный норматив	(100 см)					
	Европы	40,27,2	Исходный норматив	(100 см)					
	СССР	40,27,2	Исходный норматив	(100 см)					
	Юноши	СССР	43,05,0	Исходный норматив	(100 см)				
4×100 м Юниоры	Мира	39,32	Исходный норматив	(100 см)					
	Европы	39,67	Исходный норматив	(100 см)					
	СССР	39,67	Исходный норматив	(100 см)					
	Юноши	СССР	39,67	Исходный норматив	(100 см)				
			<b>ЮНИОРКИ И ДЕВУШКИ</b>						
100 м Юниорки	Мира	11,13	Сборная США (Л. Доуэрс, Э. Браун, В. Джексон, К. Смит) 4.7.79	Бостон	100 м	Мира	11,13	Чинзборо Чандра 59 США 21.6.76	Юджин
	Европы	11,17	Сборная СССР (С. Ваханелов, А. Литвинов, Г. Бугаев, А. Прокофьев) 8.7.78	Донецк	Юниорки	Европы	11,17	Ольснер Марлис 58 ГДР 29.5.76	Карл-Маркс-Штадт
	СССР	11,30	Сборная СССР (С. Ваханелов, А. Литвинов, Г. Бугаев, А. Прокофьев) 8.7.78	Донецк		СССР	11,30	Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 4.7.80	Москва

Девушки	СССР	11,55	Малахова Елена 62 Серпухов, С 16.8.79 Былгощ
		11,3р	Жаркова Людмила 52 Свердловск, Т 7.9.68 Москва
200 м Юниорки	Мира, Европы и СССР	22,19	Бочина Наталья 62 СССР (Ленинград, Д) 30.7.80 Москва
Девушки	СССР	23,22	Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 18.8.79 Былгощ
400 м Юниорки	Мира и Европы	49,77	Бремер Кристина 58 ГДР 9.5.76 Дрезден
Юниорки и девушки 800 м	СССР	51,68	Тузникова Лиля 62 Грозный, ТР 18.8.79 Былгощ
Юниорки	Мира и Европы	1,59,7	Хюбнер Марион 62 ГДР 11.8.79 Карл-Маркс- Штадт
	СССР	2,00,5	Никитина Ирина 61 Таганрог, Т 15.9.79 Донецк
Девушки	СССР	2,04,0	Аглетдинова Равиля 60 Душанбе, Хсл 29.5.77 Фрунзе
1500 м Юниорки	Мира и Европы	4,06,0	Фридман Биргит 60 ФРГ 1.7.78 Дортмунд
Девушки	СССР	4,09,2	Никитина Ирина 61 Таганрог, Т 6.9.79 Тбилиси
	СССР	4,14,4	Аглетдинова Равиля 60 Душанбе, Хсл 23.7.77 Киев
3000 м Юниорки	Мира и Европы	8,58,4	Кнутссон Ингер 55 Швеция 1.9.73 Стокгольм
	СССР	9,12,5	Гуськова Светлана 59 Тирасполь, ТР 25.8.77 Эдинбург
Девушки	СССР	9,13,1	Никитина Ирина 61 Таганрог, Т 17.8.78 Галле
100 м с/б Юниорки	Мира Европы СССР	12,95 13,24 13,53 13,2р	Янг Кэнди 62 США 79 Спооф Лена 61 Финляндия 17.8.79 Былгощ Оя Сильвия 61 Пярну, Д 5.7.79 Бостон Сергеева Наталья 61 Киев, Д 13.7.77 Днепропетровск
Девушки	СССР	13,55	Оя Сильвия 61 Пярну, Нр 25.6.78 Мехико
		13,4р	Оя Сильвия 61 Пярну Нр 1.7.78 Халлапа
400 м с/б Юниорки	Мира и Европы СССР	56,68 59,45	Скоглунд Анна-Луиза 62 Швеция 31.8.80 Хельсинки Филиппина Светлана 62 Свердловск 17.5.80 Сочи
		58,8р	Ажель Светлана 63 Горький, Т 12.7.80 Челябинск
Девушки	СССР	59,96	Ажель Светлана 63 Горький, Т 17.5.80 Сочи
		58,8р	Ажель Светлана 63 Горький, Т 12.7.80 Челябинск
4×100 м Юниорки и девушки	Мира и Европы	43,95	Сборная ГДР (К. Керстин, К. Вальтер, У. Херманн, К. Симон) 19.8.79 Былгощ
4×400 м Юниорки	СССР	44,59	Сборная СССР (Е. Малахова, Г. Михеева, А. Козловская, Н. Бочина) 19.8.79 Былгощ
	Мира и Европы	3,31,7	Сборная ГДР (К. Каттус, М. Хюбнер, М. Хейлманн, Д. Рюбам) 19.8.79 Былгощ
	СССР	3,35,3	Сборная СССР (Т. Лоздовская, И. Петрова, Л. Тузникова, М. Иванова) 17.8.78 Галле
Девушки	СССР	3,37,4	Сборная СССР (И. Мищенкова, Л. Тузникова, И. Петрова, М. Иванова) 6.8.78 Бухарест
Высота Юниорки	Мира и Европы СССР	1,93 1,88 1,88	Деднер Керстин 61 ГДР 25.6.79 Эрфурт Федорчук Алла 57 Минск, ТР 26.8.75 Афины Годинчук Марина 64 Караганда, Е 25.5.80 Ташкент
Девушки	СССР	1,88	Годинчук Марина 64 Караганда, Е 25.5.80 Ташкент
Длина Юниорки	Мира и Европы	6,77	Фельцке Марианна 56 ГДР 24.8.76 Берлин
Девушки	СССР	6,47	Поздняя Любовь 62 Киев, А 18.5.80 Сочи
	СССР	6,43	Чистякова Галина 62 Измаил, В 1.7.79 Днепропетровск
Ядро Юниорки	Мира и Европы	19,23	Шокнехт Илона 56 ГДР 15.9.74 Берлин
	СССР	17,15	Шмелева Надежда 56 Москва, ТР 16.5.76 Ялта
Девушки	СССР	16,59	Козлова Елена 62 Киев, А 17.8.79 Былгощ
Диск Юниорки	Мира и Европы	64,86	Месцински Ирена 62 ГДР 15.6.80 Потсдам
	СССР	56,52	Кугаевских Надежда 60 Омск, С 2.9.78 Калининград
Девушки	СССР	55,64	Петрова Наталья 56 Волгоград, Д 8.6.72 Волгоград
Копье Юниорки и девушки	Мира и Европы	66,40	Тодорова Антуанетта 63 Болгария 25.5.80 София
	СССР	63,86	Пастернакевич Людмила 59 Минск, ТР 19.7.76 Львов
Пятиборье Юниорки	Мира и Европы	4594	Эвертс Сабина 61 ФРГ 18.8.79 Былгощ (13.46-11.91-1.86-6.53-2.16,1)
	СССР	4424	Оя Сильвия 61 Пярну, Д 18.8.79 Былгощ (13.77-13.26-1.82-6.30-2.26,3)
Девушки	СССР	4343	Оя Сильвия 61 Пярну, Нр 6.8.78 Бухарест (14.07-11.42-1.85-6.26-2.22,2)
Семиборье Юниорки	СССР	5474	Ившина Светлана 62 Новгород 13—14.9.80 Одесса (14.84-11.40-1.80-26.22-5.68-28.20- 2.14,3)
		5639р	Ившина Светлана 62 Новгород 1—2.7.80 Калнини (14.4-10.71-1.80-26,1-6.24-32.46- 2.19,2)
Девушки	СССР	5350э 5475р	Исходный норматив Ещеганова Наталья 63 Донецк, А 29—30.5.80 Донецк (14.8-11.51-1.75-25.9-5.80-30.02- 2.19,0)

## Мужчины

### 100 м

10,57	Юшманов Николай 61 Л, Д 6.9 Донецк
10,62	Дубчак Евгений 61 М, Д 4.6 Ленинград
10,64	Кожуховский Константин 61 Крс, Т 17.5 Сочи
10,71	Бойко Виталий 61 К, Б 17.5 Сочи
10,71	Соколов Сергей 62 К, Д 17.5 Сочи
10,83	Евгеньев Александр 61 Л, Д 21.6 Ленинград
10,87	Сивченко Александр 62 Томск; Т 17.5 Сочи
10,88	Шершень Владимир 61 Л, Л 30.8 Ленинград
10,92	Калиничев Анатолий 61 Баку, Н 17.5 Сочи
10,93	Надуда Александр 61 Житомир, С 17.5 Сочи
10,93	Разин Андрей 62 Пермь, Д 17.5 Сочи
11,00	Иванов Андрей 61 Ленинград, Л 21.6 Л
11,02	Грошев Игорь 64 М.о. ТР 17.5 Сочи
11,03	Кныш Александр 64 Бобруйск, У 17.5 Сочи
11,04	Брызгин Виктор 62 Врш, Д 17.5 Сочи
11,04	Ляднов Вячеслав 63 Орд, ОНО 17.5 Сочи
11,06	Табакос Виктор 61 Самарканд, Б 6.9 Донецк
11,10	Бульбенович Генрих 62 Вильнюс, Ж 6.9 Дн
11,12	Чернобай Александр 62 Смп, Б 6.9 Дн
11,13	Тоне Юрис 61 Рига, ТР 6.9 Донецк
11,14	Воеводин Сергей 63 Ленинград, Т 17.5 Сочи
11,15	Алексеев Станислав 63 Св, ВС 17.5 Сочи
11,16	Реджепов Гельды 62 Ашхабад, Л 6.9 Донецк
11,16	Святненко Иван 63 Киев, Б 13.9 Кишинев
11,18	Решетов Владимир 63 Саратов, У 17.5 Сочи

10,2	Юшманов Николай 61 Ленинград, Д 18.8 Л
10,3	Святненко Иван 63 Киев, Б 30.9 Алушта
10,4	Курочкин Александр 61 Павлодар, Б 14.6 Пвл
10,4	Иванов Андрей 61 Ленинград, Л 27.6 Чп
10,4	Патрешов Олег 63 Москва, С 11.7 Челябинск
10,4	Дубчак Евгений 61 Москва, Д 17.7 Каунас
10,4	Шершень Владимир 61 Ленинград, Л 18.8 Л
10,5	Кожуховский Константин 61 Крс, Т 6.5 Дн
10,5	Смирнов Вячеслав 62 Донецк, Д 10.5 Зп
10,5	Разин Андрей 62 Пермь, Д 8.6 Пермь
10,5	Гуселев Сергей 61 Горький, Б 13.6 Горький
10,5	Тоне Юрис 61 Рига, ТР 13.6 Юрмала
10,5	Сивченко Александр 62 Томск, Т 1.7 Рязань
10,5	Кныш Александр 64 Бобруйск, У 11.7 Ч
10,5	Евгеньев Александр 61 Ленинград, Д 17.7 Кн
10,5	Иванченко Анатолий 61 Львов, Кл 3.8 Зп
10,6	Бойко Виталий 61 Киев, Б 24.4 Ялта
10,6	Надуда Александр 61 Житомир, С 6.5 Алушта
10,6	Бобик Богдан 61 Волгоград, Б 1.7 Рязань
10,6	Грошев Игорь 64 М.о. ТР 11.7 Челябинск
10,6	Воеводин Сергей 63 Ленинград, Т 11.7 Ч
10,6	Новерман Андрей 64 Москва, Б 12.7 Ч
10,6	Федоров Андрей 63 Львов, Б 14.9 Дн
10,6	Шило Василий 62 Кировоград, Л 2.10 Ялта
10,6	Ковалев Сергей 63 Днепропетровск, А Дн

### 200 м

21,21	Кожуховский Константин 61 Крс, Т 18.5 Сочи
21,38	Юшманов Николай 61 Л, Д 14.8 София
21,45	Соколов Сергей 62 Киев, Д 16.8 С д/К
21,55	Сафаров Алим 61 Фергана, Б 18.5 Сочи
21,62	Шершень Владимир 61 Л, Л 18.5 Сочи
21,89	Григорьев Сергей 63 Кш, Мл 18.5 Сочи
21,93	Дубчак Евгений 61 М, Д 31.8 Ленинград
21,95	Евгеньев Александр 61 Л, Д 14.8 София
22,08	Терешкин Валерий 62 Москва, С 18.5 Сочи
22,12	Сивченко Александр 62 Томск, Т 18.5 Сочи
22,21	Надуда Александр 61 Житомир, С 18.5 Сочи
22,23	Ряшко Иван 62 Ленинград, Т 10.9 Кишинев
22,26	Гоширидзе Бесики 61 Тбилиси, ТР 7.9 Дн
22,30	Максудов Мурад 62 Ставрополь, ТР 18.5 Сочи
22,38	Ляднов Вячеслав 63 Орд, ОНО 18.5 Сочи
22,39	Ломтев Евгений 61 Саратов, Т 18.5 Сочи
22,40	Мальцев Игорь 62 Курск, У 18.5 Сочи
22,43	Жалтаускас Артурас 61 Каунас, ТР 7.9 Дн
22,44	Андреев Леонид 61 Симферополь, Б 18.5 Сочи
22,44	Патрешов Олег 63 Москва, С 18.5 Сочи
22,44	Жекас Саулус 61 Каунас, Нм 7.9 Донецк
22,50	Реджепов Гельды 62 Ашхабад, Л 18.5 Сочи
22,52	Черныш Сергей 62 Дн, С 14.9 Кишинев
22,53	Фокин Игорь 64 Ташкент, С 14.9 Кишинев
22,57	Калиничев Анатолий 61 Баку, Мхс 18.5 Сочи

### При попутном ветре свыше 2 м/сек

22,54	Грошев Игорь 64 М.о. ТР 16.8 Сантьяго д/К
-------	---

21,2	Сафаров Алим 61 Фергана, Б 6.5 Тш
21,2	Кожуховский Константин 61 Крс, Т 7.5 Дн
21,2	Ломтев Евгений 61 Саратов, Т 20.9 Брянск
21,3	Шершень Владимир 61 Ленинград, Л 19.8 Л
21,3	Юшманов Николай 61 Ленинград, Д 24.8 Кш
21,4	Курочкин Александр 61 Павлодар, Б 15.8 А-А
21,5	Гуселев Сергей 61 Горький, Т 2.7 Рязань

# 25 лучших молодых легкоатлетов 1980 года

(1981 ГОДА РОЖДЕНИЯ И МОЛОЖЕ)

21,6 Приходько Владимир 61 Пермь, Д 21,4 Ташкент  
21,6 Святненко Иван 63 Киев, Б 20,5 Донецк  
21,6 Декснис Айгарс 61 Мурияни, Вп 29,6 Юрмала  
21,6 Сивченко Александр 62 Томск, Т 18,7 Каунас  
21,6 Михалев Олег 61 Омск, С 3,8 Ангарск  
21,6 Надула Александр 61 Житомир, С 10,8 X  
21,6 Чернорай Александр 62 Смл, Б 15,8 А-А  
21,6 Соколов Сергей 62 Киев, Д 28,9 Бухарест  
21,7 Балон Игорь 62 Киев, ТР 9,4 Евпатория  
21,7 Новерман Андрей 63 Москва, Б 24,5 Москва  
21,7 Патрешов Олег 63 Москва, С 3,7 Курган  
21,7 Нигматулин Рафис 61 Пермь, Б 8,7 Пермь  
21,7 Красов Валерий 61 Ульяновск, Т 9,7 Донецк  
21,7 Рышко Иван 62 Ленинград, Т 18,7 Каунас  
21,7 Змиевской Андрей 61 Харьков, Б 6,8 Харьков  
21,7 Черныш Сергей 62 Днепрпетровск, С 28,9 Дн  
21,8 Федоров Андрей 63 Львов, Б 2,7 Оренбург  
21,8 Кыш Александр 64 Бобруйск, У 13,7 Ч  
21,8 Климов Валерий 61 Ташкент, Л 18,7 Каунас  
21,8 Козмерчук Александр 62 Алма-Ата, ВС 18,7 Кн  
21,8 Головянский Николай 61 Иркутск, Б 6,8 X  
21,8 Калинин Анатолий 61 Баку, Мхс 10,8 Калуга

## 400 м

47,16 Сафаров Алим 61 Фергана, Б 17,5 Сочи  
47,51 Курцубо Сергей 61 Ленинград, Б 21,6 Л  
47,60 Терешкин Валерий 62 Москва, С 8,9 Донецк  
47,72 Декснис Айгарс 61 Мурияни, Вп 13,9 Кишинев  
47,80 Шершень Владимир 61 Ленинград, Л 17,5 Сочи  
47,88 Курочкин Александр 61 Павлодар, Б 6,9 Дн  
48,33 Григорьев Сергей 63 Кишинев, Ма 17,5 Сочи  
48,33 Рышко Иван 62 Ленинград, Т 21,6 Ленинград  
48,59 Андреев Леонид 61 Симферополь, Б 17,5 Сочи  
48,83 Николаев Владимир 61 Грозный, У 17,5 Сочи  
48,90 Ломтев Евгений 61 Саратов, Т 17,5 Сочи  
48,94 Яцен Виктор 61 Павлодар, Б 6,9 Донецк  
48,96 Максимов Юрий 61 Павлодар, Б 6,9 Донецк  
49,07 Коротыгин Андрей 61 Л, СДЮСШ 28,5 Сочи  
49,20 Веремеенко Павел 63 Циурупинск, Кл 17,5 Сочи  
49,30 Савин Александр 62 Душанбе, С 17,5 Сочи  
49,33 Иванов Анатолий 62 Донецк, С 17,5 Сочи  
49,40 Жилаков Игорь 61 Курган, Б 17,5 Сочи  
49,45 Приходько Владимир 61 Пермь, Д 17,5 Сочи  
49,67 Володько Владимир 63 Витебск, КЗ 13,9 Кш  
49,75 Тавто Феликс 64 Баку, Н 13,9 Ташкент  
49,80 Перевалов Вячеслав 63 Омск, С 17,5 Сочи  
49,80 Рудинченко Андрей 61 Л, Т 17,5 Сочи  
49,85 Пфайфер Владимир 62 Кустанай, Кр 6,9 Дн  
49,87 Тирнов Сергей 62 Львов, А 17,5 Сочи

46,9 Сафаров Алим 61 Фергана, Б 17,7 Каунас  
47,2 Курочкин Александр 61 Павлодар, Б 5,8 X  
47,3 Терешкин Валерий 62 Москва, С 17,7 Каунас  
47,4 Ломтев Евгений 61 Саратов, Т 1,7 Рязань  
47,5 Оясту Айварс 61 Тарту, У 17,5 Каунас  
47,5 Курцубо Сергей 61 Ленинград, Б 20,8 Л  
47,7 Декснис Айгарс 61 Мурияни, Вп 17,7 Кн  
47,9 Жилаков Владимир 61 Курган, Б 1,7 Рязань  
48,0 Куцаев Владимир 61 Свердловск, Б 1,7 Рязань  
48,0 Теслик Игорь 62 Донецк, ТР 9,8 Донецк  
48,2 Максимов Юрий 61 Павлодар, Б 5,8 Харьков  
48,4 Шершень Владимир 61 Ленинград, Л 6,2 Т  
48,4 Андреев Леонид 61 Симферополь, Б 17,7 Кн  
48,4 Ватиорц Сергей 62 Чернигов, Б 17,7 X  
48,4 Яцен Виктор 61 Павлодар, Б 5,8 Харьков  
48,4 Риза Евгений 61 Кострома, С 11,9 Курган  
48,5 Козмерчук Александр 62 А-А, ВС 14,6 А-А  
48,5 Рышко Иван 62 Ленинград, Т 17,7 Каунас  
48,5 Пфайфер Владимир 62 Кустанай, Кр 16,8 А-А  
48,6 Виняйкин Анатолий 61 Горький, Т 14,6 Г  
48,6 Волков Владимир 61 Красноярск, Б 2,8 Анг  
48,7 Григорьев Сергей 63 Кишинев, Мл 13,7 Ч  
48,7 Бик Александр 61 М.о., Т 17,7 Каунас  
48,8 Иваченко Анатолий 61 Львов, Кл 5,7 Плт  
48,8 Хакимов Венер 61 Челябинск, Б 5,8 Харьков

## 800 м

1,50,7 Литенков Николай 61 Могилев, Б 11,6 М  
1,50,7 Давыдов Александр 62 М.о., Т 11,6 Москва  
1,50,8 Жеребин Евгений 62 Златоуст, Т 1,7 Рязань  
1,51,0 Тарасов Игорь 62 Магнитогорск, Т 19,7 Кн  
1,51,0 Степанов Олег 62 Даугавпилс, Дг 20,9 Бри  
1,51,1 Сербиненко Сергей 61 Донецк, Л 18,5 Сочи  
1,51,3 Иванов Анатолий 62 Донецк, С 1,7 Донецк  
1,51,3 Крюдлин Сергей 61 Харьков, С 19,7 Каунас  
1,51,3 Клементьев Леонид 61 Донецк, Д 10,9 X  
1,51,5 Кунип Николай 62 Дн, А 11,5 Орд  
1,51,5 Ильин Валерий 61 Ленинград, С 18,5 Сочи  
1,52,0 Анниканов Андрей 62 Москва, Т 19,7 Каунас  
1,52,1 Мельников Алексей 61 Ч, ОНО 19,7 Кн  
1,52,1 Болдырев Андрей 63 Горький, У  
1,52,2 Лукьянов Андрей 61 М.о., У 1,7 Рязань  
1,52,3 Лукьянов Андрей 62 Мгн, Т 19,7 Кн  
1,52,3 Наумов Анатолий 62 Донецк, С 6,8 Донецк  
1,52,3 Хороших Сергей 61 Свердловск, Б 6,8 X

1,52,4 Казанчян Вардак 62 Ереван, ВС 19,7 Каунас  
1,52,5 Русских Константин 62 Москва, С 19,7 Кч  
1,52,6 Рудяк Михаил 64 Львов, Кл  
1,52,8 Безелев Виктор 63 Харьков, ТР 11,7 Ч  
1,52,8 Легада Анатолий 62 Чернигов, Кл 9,8 Клг  
1,52,9 Коротков Сергей 61 Краснодар, С 19,7 Кн  
1,52,9 Погорелов Борис 61 Алма-Ата, ВС 19,7 Кн

## 1500 м

3,44,0 Сербиненко Сергей 61 Донецк, Л 4,7 Москва  
3,45,0 Киселев Сергей 61 Мгн, Б 17,5 Сочи  
3,47,3 Жеребин Евгений 62 Златоуст, Т 17,3 Сочи  
3,47,7 Шелкунов Юрий 61 Харьков, Б 3,6 Чернигов  
3,47,8 Дитлашок Дмитрий 62 Ровно, Кл 17,5 Сочи  
3,48,4 Харченко Валерий 61 Киев, Д 17,5 Сочи  
3,48,4 Легада Анатолий 62 Чернигов, Кл 9,9 Плт  
3,49,0 Матвеев Андрей 61 М, ВС 24,8 Подольск  
3,50,0 Литенков Николай 61 Могилев, Б 17,5 Сочи  
3,50,0 Криулин Сергей 61 Харьков, С 17,5 Сочи  
3,50,0 Безлепкин Владимир 61 Дн, ВС 17,5 Сочи  
3,50,0 Бояров Сергей 61 Харьков, А  
3,50,8 Мишурный Григорий 62 Витебск, КЗ 19,7 Кн  
3,51,0 Авдеев Михаил 61 Москва, ВС 17,5 Сочи  
3,51,0 Нефедов Петр 62 Липецк, ТР 1,7 Рязань  
3,51,2 Корягин Юрий 61 Караганда, С 17,5 Сочи  
3,51,4 Михалев Олег 62 Челябинск, Т 19,7 Каунас  
3,51,9 Дабульские Альгимантас 61 Кн, Ж 19,7 Кн  
3,52,0 Александров Владимир 61 Ер, ВС 17,5 Сочи  
3,52,0 Ермошин Виктор 63 Ульяновск, У 1,7 Рз  
3,52,0 Овчинников Анатолий 62 См, ВС 24,8 Под  
3,52,2 Глинских Лев 62 Свердловск, Т 1,7 Рязань  
3,52,2 Дрягалов Лев 61 Горький, У 17,5 Сочи  
3,52,4 Деникеев Эльдар 61 Фрунзе, ТР 17,5 Сочи  
3,52,6 Самойленко Владимир 61 Зп, А 13,9 Кш

## 3000 м

8,09,3 Киселев Сергей 61 Магнитогорск, Б 22,2 Т  
8,13,2 Грязнов Валерий 61 Копейск, Б 22,2 Т  
8,16,8 Жеребин Евгений 62 Златоуст, Т 27,4 Сочи  
8,22,5 Черноус Николай 64 Кишинев, Д 12,7 Ч  
8,25,3 Семичев Юрий 62 Омск, У  
8,25,6 Сербиненко Сергей 61 Донецк, Л 6,2 Т  
8,26,0 Чамеев Николай 62 Чбк, У 17,8 С д/К  
8,27,3 Стрижаков Олег 63 Тбилиси, Д 12,7 Ч  
8,28,7 Дабульские Альгимантас 61 Каунас, Ж 13,9 Кш  
8,29,7 Мафат Владимир 64 Алма-Ата, Кр 12,7 Ч  
8,29,8 Мишин Сергей 61 Витебск, ВС 13,9 Кишинев  
8,30,8 Дрягалов Лев 61 Горький, У 6,2 Тбилиси  
8,31,0 Бояров Сергей 62 Харьков, А 24,4 Харьков  
8,31,2 Харченко Валерий 61 Киев, Д 6,2 Тбилиси  
8,31,8 Андронахий Василий 61 Кишинев, Д 6,2 Т  
8,31,8 Борнский Сергей 61 Архангельск, Б 6,2 Т  
8,32,9 Лебедев Эдуард 64 Калининград, У 12,7 Ч  
8,33,6 Никитин Борис 62 М.о., Т 13,9 Кишинев  
8,34,7 Дитлашок Дмитрий 62 Ровно, Кл 6,2 Т  
8,34,7 Левданский Виктор 61 Фрунзе, ТР 6,2 Т  
8,34,8 Авдеев Михаил 61 Москва, ВС 6,2 Тбилиси  
8,34,8 Матвеев Константин 63 Харьков, А 12,7 Ч  
8,34,9 Карасев Игорь 61 Москва, С 6,2 Тбилиси  
8,35,0 Цысарев Евгений 62 РСФСР, З 6,2 Тбилиси  
8,35,0 Романов Александр 63 Майский, ТР 12,7 Ч

## 5000 м

13,55,0 Киселев Сергей 61 Мгн, Т 17,5 Сочи  
14,02,2 Деникеев Эльдар 61 Фрунзе, ТР 18,5 Сочи  
14,02,8 Чамеев Николай 62 Чбк, У 18,5 Сочи  
14,09,7 Дрягалов Лев 61 Горький, У 14,6 Горький  
14,10,0 Безлепкин Валерий 61 Дн, ТР 18,5 Сочи  
14,16,4 Харченко Александр 61 Киев, Д 18,5 Сочи  
14,18,2 Мишин Сергей 61 Витебск, ВС 18,5 Сочи  
14,19,2 Абдрафиков Файзулла 61 Уфа, Т 18,5 Сочи  
14,20,3 Дабульские Альгимантас 61 Кн, Ж 17,7 Кн  
14,21,9 Мишурный Григорий 62 Витебск, КЗ 17,7 Кн  
14,24,0 Корягин Юрий 61 Крг, Д 6,3 Алшута  
14,25,0 Темников Геннадий 61 У-У, ВС 18,5 Сочи  
14,25,1 Левданский Николай 61 Фрунзе, ТР 17,7 Кн  
14,26,2 Грязнов Валерий 61 Копейск, Б 24,8 Под  
14,27,0 Нику Дмитрий 62 Кишинев, М, о, 18,5 Сочи  
14,27,4 Авдеев Михаил 61 М.о., о, ВС 17,7 Каунас  
14,28,7 Симанов Сергей 61 Птрз, С 18,5 Сочи  
14,31,0 Андронахий Василий 61 Кш, Д 18,5 Сочи  
14,31,3 Солодовников Сергей 61 Л, ВС 24,5 Сочи  
14,32,6 Попов Василий 61 Воронеж, С 2,7 Рязань  
14,33,6 Лысенко Геннадий 61 Донецк, ТР 18,5 Сочи  
14,33,7 Сибирянов Радик 61 Н-Ч, Т 18,5 Сочи  
14,34,6 Леонтьев Евгений 61 Белорецк, Т 2,7 Рз  
14,36,2 Стрижаков Олег 63 Тбилиси, Д 11,7 Ч  
14,36,8 Толстогузов Сергей 61 Уфа, ТР 18,5 Сочи

## 10 000 м

29,29,0 Киселев Сергей 61 Мгн, Т 19,7 Кн  
29,30,3 Абдрафиков Файзулла 61 Уфа, Т 23,5 Сочи  
29,32,0 Чамеев Николай 62 Чебоксары, У 18,7 Кн

29,53,4 Левданский Николай 61 Фрунзе, ТР 18,7 Кн  
30,06,3 Куш Геннадий 62 Харьков, А 18,7 Каунас  
30,12,1 Мишин Сергей 61 Витебск, ВС 18,7 Каунас  
30,12,9 Симанов Сергей 61 Птр, С 18,7 Кн  
30,14,0 Солодовников Сергей 61 Л, ВС 18,7 Кн  
30,14,3 Роднонов Михаил 61 Ленинград, ВС 18,7 Кн  
30,20,3 Нику Дмитрий 62 Кишинев, Мл 18,7 Каунас  
30,25,3 Лысенко Геннадий 61 Донецк, ВС 18,7 Кн  
30,28,0 Мороз Александр 61 Хмельницк, А 2,6 Чр  
30,37,6 Безлепкин Владимир 61 Донецк, ВС 5,8 Дн  
30,39,9 Мирошниченко Александр 61 Душ, ВС 18,7 Кн  
30,41,3 Мишов Сергей 62 Павлово-Посад Т 18,7 Кн  
30,43,1 Багдасарян Сергей 61 Могилев, ВС 18,7 Кн  
30,43,7 Неверов Юрий 61 Красноярск, С 18,7 Кн  
30,45,4 Басыров Фанил 61 Уфа, Б 1,7 Рязань  
30,45,6 Генис Альгисарс 61 Каунас, Ж 18,7 Каунас  
30,53,9 Медведев Юрий 61 Минск, Б 18,7 Каунас  
30,57,6 Ершов Александр 61 Смф, Б 30,6 Дн  
30,59,0 Гайя Владимир 62 Свердловск, Б 18,7 Кн  
31,00,0 Дрягалов Лев 61 Горький, У 30,8 Пгг  
31,22,0 Астраханцев Андрей 61 Томск, Т 1,7 Р  
31,24,0 Салмов Игорь 61 Казань, Т 27,9 Дн

## 110 м с/б

14,12 Климов Валерий 61 Ташкент, Л 6,7 М  
14,33 Барбаши Владимир 62 Тш, ВС 17,8 С д/К  
14,43 Полищук Сергей 62 Р/Д, ТР 21,6 Ленинград  
14,77 Алайчев Александр 61 Донецк, А  
14,80 Ватраченко Виктор 63 Дн, Л 14,9 Кш  
14,87 Близдзе Шалва 62 Тбилиси, Б 14,9 Кишинев  
14,92 Михайлов Анатолий 63 Ленинград, Т 14,9 Кш  
14,97 Мышкин Юрий 63 Волгоград, ВС 18,5 Сочи  
14,99 Каладзе Дмитрий 61 Тбилиси, Г 14,9 Кишинев  
15,00 Подмарев Игорь 61 Ашхабад, Зх 7,9 Донецк  
15,05 Погребнюк Сергей 61 Львов, Б 18,5 Сочи  
15,06 Матвиенко Алексей 61 Донецк, А 14,9 Кш  
15,07 Красовский Сергей 63 Донецк, А 14,9 Кш  
15,13 Романюк Михаил 62 Львов, ВС 16,9 Куба  
15,16 Кокин Вячеслав 61 Ташкент, Б 18,5 Сочи  
15,18 Цысарев Сергей 62 Воронеж, Д 18,5 Сочи  
15,18 Исаев Антон 61 Ленинград, Д 14,9 Кш  
15,21 Снятков Вячеслав 62 М.о., Т 14,9 Кишинев  
15,23 Столтенков Павел 61 Ашхабад, Л 7,9 Донецк  
15,38 Усов Сергей 64 Ташкент, Д 14,9 Кишинев  
15,49 Рейнтал Свен 63 Таллин, ТР 18,5 Сочи  
15,70 Лепинайтис Римас 61 Вильнюс, Д 14,9 Кш  
15,73 Кучерявый Евгений 61 Харьков, А 18,5 Сочи  
15,73 Лях Алексей 62 Москва, С 14,9 Кишинев

14,0 Климов Валерий 61 Ташкент, Л 17,7 Кн  
14,2 Казанов Игорь 63 Даугавпилс, Д 30,5 Юрмала  
14,2 Барбаши Владимир 62 Ташкент, ВС 17,7 Кн  
14,3 Рьябинский Владимир 62 Бобруйск, Д 26,1 Мн  
14,4 Зайцев Михаил 61 М.о., Д 6,2 Тбилиси  
14,4 Мышкин Юрий 63 Волгоград, ВС  
14,5 Близдзе Шалва 62 Тбилиси, Б 22,2 Р/Д  
14,5 Полищук Сергей 62 Р/Д, ТР 17,7 Кн  
14,5 Богданов Олег 61 Челябинск, Б 17,7 Кн  
14,5 Подмарев Игорь 61 Ашхабад, Зх 13,9 Брянск  
14,5 Алайчев Александр 61 Донецк, А Донецк  
14,6 Стрельченко Сергей 61 Р/Д, Б 23,8 Кр  
14,7 Гутник Александр 62 Донецк, Л 5,4 Ялта  
14,7 Романюк Михаил 62 Львов, ВС 2,7 Донецк  
14,7 Погребнюк Сергей 61 Львов, Б 5,7 Донецк  
14,7 Васильев Александр 61 Киев, Д 13,8 София  
14,7 Исаев Антон 61 Ленинград, Д 24,8 Кш  
14,8 Каладзе Дмитрий 61 Тбилиси, Г 6,2 Т  
14,8 Лосев Василий 61 РСФСР, З 6,2 Тбилиси  
14,8 Матвиенко Александр 61 Донецк, А 1,7 Дн  
14,8 Нарыжный Сергей 61 Тольятти, Т 1,7 Рз  
14,8 Полков Игорь 62 Новосибирск, Л 1,7 Рз  
14,8 Кучерявый Евгений 61 Харьков, А 13,9 К-Р  
14,8 Авдеев Геннадий 61 Москва, Т 13,8 Дэр  
14,9 Поталкин Игорь 63 Р/Д, ТР 2,2 Пермь  
14,9 Банников Александр 61 Луцк, Б 28,5 К-Р  
14,9 Ионов Игорь 64 ВС 15,6 Лиелупе  
14,9 Талещкий Николай 61 Гомель, Д 15,7 Брн  
14,9 Анисеев Андрей 62 Москва, Т 9,8 М  
14,9 Михайлов Анатолий 63 Ленинград, Т 30,6 А  
14,9 Красовский Сергей 63 Донецк, А 24,8 Вильнюс

## 400 м с/б

51,40 Мищенко Руслан 64 Одесса, ВС 17,5 Сочи  
51,51 Васильев Александр 61 Киев, Д 14,8 София  
51,90 Герцев Вадим 62 Тш, Б 15,8 С д/К  
52,75 Ткаченко Виктор 62 Одесса, ВС 17,5 Сочи  
53,22 Лукьянов Сергей 61 Влад, Б 16,8 Влг  
53,37 Кожобаткин Сергей 62 Горький, Б 17,5 Сочи  
53,54 Подмарев Игорь 61 Ашхабад, Зх 17,5 Сочи  
53,56 Гутник Андрей 62 Донецк, Б 7,9 Донецк  
53,58 Евстифеев Сергей 61 Киев, Д 14,8 София

53.87 Шадрин Владимир 63 Караганда, ТР 14.9 Кш  
53.96 Земсков Тагир 62 Ленинград, ТР 17.5 Сочи  
54.28 Мышь Вячеслав 61 Дн, Д 14.9 Кш  
54.37 Цыганов Юрий 62 Душанбе, Хсл 17.5 Сочи  
54.48 Мясенкин Юрий 61 Харьков, А 17.5 Сочи  
54.62 Дедухов Сергей 63 Киев, Д 17.5 Сочи  
54.69 Королев Борис 61 Киев, С 17.5 Сочи  
54.81 Попков Андрей 61 Новосибирск, Л 17.5 Сочи  
54.89 Станкевич Игорь 61 Лиена, Вп 14.9 Кш  
54.91 Кушебо Сергей 61 Ленинград, Б 14.9 Кш  
55.07 Коротков Сергей 61 Ленинград, Д 14.9 Кш  
55.13 Моляр Виктор 63 Киев, Д 17.5 Сочи  
55.20 Мурыгин Юрий 61 Гомель, У 14.9 Кишинев  
55.39 Мерцалов Альберт 63 Дн, СДЮШОР 14.9 Кш  
55.47 Переваляс Виргиниюс 61 Вильнюс, Ж 14.9 Кш  
55.82 Ласис Нормунд 61 Рига, Вп 7.9 Донецк

50.7 Мищенко Руслан 64 Одесса, ВС 12.7 Ч  
51.5 Васильев Александр 61 Киев, Д 18.7 Каунас  
52.2 Мацулевич Дмитрий 62 Киев, Б 20.9 Киев  
52.5 Герцев Вадим 62 Тш, Б 18.7 Каунас  
52.6 Ткаченко Виктор 62 Одесса, ВС 18.7 Каунас  
52.8 Земсков Тагир 62 Ленинград, ТР 18.7 Кш  
52.9 Коротков Сергей 61 Москва, ТР 18.7 Каунас  
52.9 Бзын Андрей 61 Ленинград, ВС 20.8 Л  
53.0 Фаустов Александр 61 Люберцы, Т 2.7 Рязань  
53.0 Лукьянов Сергей 61 Владивосток, Б 18.7 Кш  
53.0 Гудюков Юрий 61 Караганда, Е 20.9 Брянск  
53.1 Оясту Айвар Тарту, К 15.6 Таллин  
53.2 Шадрин Владимир 63 Караганда, ТР 12.7 Ч  
53.2 Феськов Александр 61 Ташкент, ТР 18.7 Кш  
53.3 Кожобаткин Сергей 62 Горький, Б 2.7 Рязань  
53.4 Гутник Андрей 62 Донецк, Б 1.7 Донецк  
53.4 Матвеев Рудик 62 Москва, ТР 18.7 Каунас  
53.4 Переваляс Виргиниюс 61 Вильнюс, Ж 18.7 Кш  
53.4 Мурыгин Юрий 61 Гомель, У 18.7 Каунас  
53.5 Мышь Вячеслав 61 Днепрпетровск, Д 7.9 Дн  
53.5 Огарышев Александр 61 Пермь, С 11.9 Курган  
53.6 Дедухов Сергей 63 Киев, Д 18.7 Ч  
53.6 Станкевич Игорь 61 Лиена, Вп 18.7 Каунас  
53.6 Цыганов Юрий 62 Душанбе, Хсл 18.7 Каунас  
54.0 Непорядный Анатолий 61 Каунас, Нм 18.7 Кш  
54.0 Евстифеев Сергей 61 Киев, Д 23.8 Кишинев

## 2000 м с/п

540.2 Грязнов Валерий 61 Копейск, Б 17.7 Кш  
5.41.4 Андронакий Василий 61 Кишинев, Д 17.7 Кш  
5.42.0 Глиньских Лев 62 Свердловск, Т 17.5 Сочи  
5.43.0 Мирошинченко Александр 61 Душ, Тл 17.5 Сч  
5.44.8 Вагдасарян Сергей 61 Могилев, С 17.7 Кш  
5.45.6 Бойков Евгений 63 Ленинград, С 17.5 Сочи  
5.45.6 Дитлашок Дмитрий 62 Ровно, Кл 16.8 С д/К  
5.46.4 Толстокооров Владимир 62 Млх, С 17.7 Кш  
5.46.5 Волкодлаво Владимир 62 Волгоград, Л 2.7 Рз  
5.47.1 Мишуриный Григорий 62 Вт, КЗ 16.8 С д/К  
5.47.7 Кляниченко Николай 61 Ташкент, Мх 17.5 Сочи  
5.48.1 Кундратас Чесловас 61 Вильнюс, Нм 17.7 Кш  
5.49.8 Уксусов Андрей 61 Караганда, Е 6.5 Дн  
5.50.0 Бобик Сергей 62 Краснодар, У 17.7 Кш  
5.50.0 Катякало Александр 61 Врш, Д 6.8 Дн  
5.50.5 Медведев Олег 62 Киев, Д 24.8 Кишинев  
5.50.7 Березнов Сергей 61 Харьков, Д 24.8 Кш  
5.52.0 Белоусов Александр 61 Курск, С 2.7 Рязань  
5.52.5 Мышляйн Айн 62 Рапла, Л 17.7 Каунас  
5.53.0 Сурич Виталий 63 М.о, Т  
5.53.2 Безелев Виктор 63 Харьков, ТР 17.5 Сочи  
5.54.0 Павел Владимир 61 Киев, Б 1.7 Дн  
5.54.4 Васильев Геннадий 61 Чебоксары, У 2.7 Рз  
5.54.4 Поротиков Сергей 62 Омск, Т 17.5 Сочи  
5.54.6 Семичев Юрий 62 Омск, У 17.5 Сочи

## 3000 м с/п

8.38.5 Грязнов Валерий 61 Копейск, Б 7.9 Донецк  
8.46.0 Андронакий Василий 61 Кишинев, Д 27.9 К  
9.04.1 Федин Сергей 61 Рязань, ВС 13.5 Москва  
9.06.6 Ташлай Юрий 62 Киев, Б  
9.11.0 Кузьменко Сергей 61 Гомель, Б 7.8 Харьков  
9.12.0 Катякало Александр 61 Ворошиловград, Д  
9.13.0 Павел Владимир 61 Киев, Б  
9.15.4 Бельй Геннадий 61 Николаев, Б  
9.16.4 Ткаченко Владимир 61 Харьков, А  
9.25.0 Филимонов Роман 61 Волгоград, Б 16.8 Влг

## 4x100 м

41.29 «Динамо» (Юшманов Н., Евгеньев А., Потенко В., Нерсесян А.) 13.8 София  
41.82 «Динамо» (Юшманов Н., Соколов С., Нерсесян А., Разин А.) 17.5 Сочи  
41.87 «Локомотив» (Андреев В., Климов В., Шершень В., Раджепов Г.) 17.5 Сочи  
42.42 СССР (Грошев И., Соколов С., Барбашин В., Полищук С.) 17.8 Сантьяго-де-Куба  
42.74 «Зенит» (Кожуховский К., Проценко О., Зверьков А., Калинин И.) 17.5 Сочи  
43.07 Вооруженные Силы (Мышкин Ю., Барбашин В., Погребняк С., Гуселев С.) 17.5 Сочи  
43.52 «Авангард» (Кучерявый В., Афиногенов В., Королев С., Рыколев А.) 17.5 Сочи

## 4x100 м

40.8 Ленинград (Шершень В., Андреев В., Евгеньев А., Юшманов Н.) 19.7 Каунас  
40.9 РСФСР (Гуселев С., Разин А., Сивченко А., Кожуховский К.) 19.7 Каунас

41.4 Украинская ССР (Бойко В., Соколов С., Науду А., Николенко В.) 27.9 Бухарест  
41.9 Узбекская ССР (Табаков В., Барбашин В., Нектарьев А., Климов В.) 19.7 Каунас  
42.0 Латвийская ССР (Звоначев А., Тоне Ю., Станкевич И., Дексинс А.) 19.7 Каунас  
42.1 Литовская ССР (Жалтаускас А., Лабашаускас Л., Буйвис К., Сидабрас В.) 19.7 Каунас  
42.2 РСФСР «Буревестник» (Нигматуллин Р., Куцаев В., Зозин В., Бобик Б.) 2.7 Рязань  
42.2 «Буревестник» (Вашинов В., Корняков Ю., Новерман А., Святненко И.) 12.7 Челябинск  
42.3 РСФСР «Динамо» (Разин А., Головин А., Астафьев С., Приходько В.) 2.7 Рязань  
42.3 Украинская ССР (Семенов В., Бойко В., Соколов С., Науду А.) 19.7 Каунас  
42.4 «Спартак» (Попов А., Глазунов А., Патрешов О., Глудовенко А.) 12.7 Челябинск  
42.5 «Динамо» (Федоров А., Касанов И., Попов В., Ильин В.) 12.7 Челябинск  
42.5 «Труд» (Белов В., Кардинов В., Воеводина С., Потемин С.) 12.7 Челябинск  
42.5 Азербайджанская ССР (Юнусов И., Пыршенков В., Арутюнов А., Калинин А.) 19.7 Каунас  
42.5 Казакская ССР (Чернобай А., Ринас О., Козмерчук А., Демир И.) 19.7 Каунас  
42.6 Москва, «Спартак» (Садаков Н., Банников А., Прохоров И., Першин В.) 1.6 Москва  
42.6 Белорусская ССР (Хотей О., Лебедев В., Вербицкий Ю., Полецкий Н.) 18.7 Каунас  
42.6 Грузинская ССР (Чадуели Г., Нерсесян А., Гошридзе Б., Топуридзе В.) 18.7 Каунас  
42.7 Свердловск (Дирченко П., Черепанов М., Коротких О., Молодушкин А.) 19.7 Каунас  
42.8 Украинская ССР «Динамо» (Пуговкин А., Разгонов Н., Федоров А., Комяков В.) 3.7 Оренбург  
42.8 Вооруженные Силы (Витковский И., Шаповалов И., Мышкин Ю., Сакулин Ю.) 12.7 Челябинск  
42.8 Москва (Банников А., Черяев Д., Алманов Н., Терешкин В.) 19.7 Каунас  
42.9 Ленинград, «Динамо» (Смоляков В., Кальвинскас А., Ованесов В., Николаев Д.) 3.7 Оренбург  
42.9 «Авангард» (Афиногенов В., Тютин А., Рыкалов А., Мирошинченко С.) 12.7 Челябинск  
42.9 Сельские общества (Кныш А., Решетов В., Гешой И., Чугунов Г.) 12.7 Челябинск  
43.0 «Спартак» (Гайнутдинов Р., Ридз Е., Букатин В., Михалева О.) 2.7 Рязань

## 4x400 м

3.12.0 Ленинград (Шершень В., Ряшко И., Земсков Т., Кушебо С.) 19.7 Каунас  
3.12.2 РСФСР (Волков В., Шляков В., Пуцаев В., Леонтьев Е.) 19.7 Каунас  
3.15.5 Украинская ССР (Андреев Л., Васильев А., Иванов А., Наумов Ю.) 19.7 Каунас  
3.15.7 Казакская ССР (Янчев В., Максимов Ю., Казмерчук В., Погорелов Б.) 19.7 Каунас  
3.15.8 «Буревестник» (Сафаров А., Янчев В., Андреев Л., Васильев А.) 18.5 Сочи  
3.15.9 Украинская ССР (Мельников С., Григорьев Ю., Бойчук В., Сташук В.) 28.9 Бухарест  
3.16.2 Челябинск (Хакимов В., Оренбуров А., Кудашев В., Тарасов И.) 19.7 Каунас  
3.16.5 Сельские общества (Веремеинко П., Болдырев А., Руляк М., Зайцев И.) 13.7 Челябинск  
3.17.6 Вооруженные Силы (Мищенко Р., Перегуда И., Коандров В., Андреев И.) 13.7 Челябинск  
3.18.2 «Авангард» (Тыронов С., Мясенкин Ю., Подкидач А., Свищ В.) 18.5 Сочи  
3.18.6 «Зенит» (Порцев С., Муменко С., Тентин Э., Корняков А.) 13.7 Челябинск  
3.20.2 «Зенит» (Володько В., Давыдов А., Прысак Г., Ломтев Е.) 18.5 Сочи  
3.20.6 «Спартак» (Данильянц Э., Попов А., Чепасов А., Кудашкин В.) 13.7 Челябинск  
3.21.5 «Буревестник» (Хохлов В., Солуп А., Михайлов А., Свиридов В.) 13.7 Челябинск  
3.22.0 «Трудовые резервы» (Товмасян А., Градничев В., Безелев В., Шадрин В.) 13.7 Челябинск  
3.22.2 «Динамо» (Вайтукайтис А., Ведухов С., Писаревский С., Житкевич И.) 13.7 Челябинск  
3.22.51 СССР (Дитлашок Д., Герцев В., Кунин Н., Грошев И.) 17.8 Сантьяго-де-Куба  
3.22.8 «Динамо» (Житкевич И., Лышпынин Е., Вознесенский Е., Сантылов И.) 5.7 Оренбург  
3.22.8 «Авангард» (Попелав А., Мамотов Е., Непомнящий Е., Садовничий В.) 13.7 Челябинск  
3.23.0 «Труд» (Потемин С., Павлов П., Тинников А., Лопатов С.) 13.7 Челябинск  
3.23.1 Украинская ССР «Динамо» (Костюк С., Писаревский С., Сердечный С., Мухин А.) 3.7 Оренбург  
3.26.2 «Физкультура и спорт» (Солоныо Ю., Рошин А., Мезенцев С., Василенков С.) 13.7 Челябинск

## Ходьба 10 км

40.27.2 Перлов Андрей 61 Нс, В 1.7 Рязань  
41.25.6 Пишко Владимир 62 Харьков, ТР 17.7 К  
41.33.7 Триголюнас Антанас 61 Вл, Нм 17.7 Кш  
41.52.6 Епифанов Александр 61 Пенза, Т 1.7 Рз  
41.57.4 Коротков Александр 61 Душ, ВС 17.7 Кш  
41.58.2 Поташев Александр 62 Витебск, КЗ 6.2 Т  
41.59.5 Гусейнов Зелихман 62 Тбилиси, Б 17.7 Кш  
42.08.2 Лобомиров Игорь 61 Пенза, Т 10.5 Брянск  
42.12.4 Ретунский Александр 61, ВС 17.5 Сочи  
42.16.4 Штефан Александр 61 Харьков, Д 4.8 Х  
42.28.5 Позайтис Повилас 61 Каунас, Ж 17.7 Кш  
42.31.0 Илларионов Вячеслав 61 Иви, Т 10.5 Врш  
42.52.2 Мунтян Анатолий 62 Бендеры, Л 17.7 Кш

42.55.6 Валитов Станислав 62 Челябинск, Б 1.7 Рз  
43.05.0 Шумак Артур 63 Минск.о, У 22.7 Гродно  
43.21.0 Попович Виталий 62 Киев, Д 13.9 Кш  
43.27.0 Сенин Виктор 62 Минск, ВС 13.9 Кишинев  
43.28.5 Кекелидзе Эльдар 62 Тбилиси, Л 13.9 Кш  
43.35.6 Добрянский Иван 61 Львов, ВС 6.4 Алушта  
43.38.5 Гай Юрий 62 Рига, Вп 17.7 Каунас  
43.42.0 Семерьяков Константин 61 Кем, У 6.2 Т  
43.50.0 Иленин Александр 63 Врш, ТР 3.4 Евл  
43.58.0 Балаба Борис 61 Харьков, С  
44.05.0 Погребняк Анатолий 63 Св, ТР 3.4 Евл  
44.09.4 Третьяков Александр 62 Томск, Т 6.2 Т

## Ходьба 20 км

1:21.16.0 Перлов Андрей 61 Нс, В 27.4 Чрк  
1:21.21.0 Поташев Александр 62 Вт, КЗ 27.4 Чрк  
1:24.56.0 Ретунский Александр 61 Кем, У 27.4 Чрк  
1:27.00.0 Шутас Витас 61 Вильнюс, ТР 27.4 Чрк  
1:27.10.0 Илларионов Вячеслав 61 Иви, Т 13.8 Мги  
1:28.18.0 Кекелидзе Эльдар 62 Т, Л 27.4 Чрк  
1:28.20.0 Пишко Владимир 62 Харьков, ТР 3.10 Уж  
1:28.33.0 Семерьяков Константин 61 Кем, У 27.4 Чрк  
1:29.29.0 Третьяков Александр 62 Том, Т 30.3 Шлк  
1:29.35.0 Попович Виталий 62 Киев, Д 27.4 Чрк  
1:29.55.0 Позайтис Повилас 61 Каунас, Ж 27.4 Чрк  
1:29.56.0 Триголюнас Антанас 61 Вл, Нм 27.4 Чрк  
1:29.56.0 Аксенов Андрей 61 Омск, С 27.4 Чрк  
1:30.04.0 Стасюнас Каститис 62 Аянтус Ж 27.4 Чрк  
1:30.10.0 Никиточкин Владимир 63 Внд, Л 30.3 Шлк  
1:30.32.0 Ахмедов Магомед 63 А-А, Д 27.4 Чрк  
1:30.42.0 Епифанов Александр 61 Пенза, Т 27.4 Чрк  
1:30.45.0 Добрянский Иван 61 Львов, ВС 12.10 К  
1:30.46.0 Черняхович Валерий 62 Жт, С 7.5 Жт  
1:30.47.0 Дроздов Александр 61 Житомир, С 7.5 Жт  
1:30.53.0 Хворенков Юрий 61 Иж, Т 2.4 Еснт  
1:30.54.0 Мингазов Дамир 62 Ташкент, Мх 27.4 Чрк  
1:32.43.0 Балаба Борис 61 Харьков, С 5.10 Уж  
1:32.45.0 Федоров Владимир 61 Москва, ВС 14.5 М

## Высота

2.23 Азамурялов Олег 62 Спр, Б 21.6 С-Нак  
2.21 Марцинович Геннадий 61 Пинск, ТР 13.6 Гм  
2.18 Самарев Александр 61 А-А, С 12.1 Кргд  
2.18 Эргард Виктор 61 Караганда, ВС 18.5 Сочи  
2.18 Литвин Виктор 61 Киев, Д 18.5 Сочи  
2.18 Пакин Игорь 63 Фрунзе, Б 28.6 Мгн  
2.18 Афоншин Владимир 62 Горький, Б 9.9 Дн  
2.18 Самылов Игорь 62 Ленинград, Т 9.9 Дн  
2.16 Сиваков Алексей 61 Ставрополь, Д 31.5 Кр  
2.15 Гешой Иван 63 Рени, Кл 19.1 Харьков  
2.15 Перфилов Игорь 61 Р/Д, С 6.2 Тбилиси также 2.12.7 Калинин  
2.15 Костович Александр 61 Луцк, Б 8.5 Ужгород  
2.15 Нерадько Вадим 61 Москва, Д 9.5 Москва  
2.15 Барников Михаил 61 Ленинград, Б 31.5 Л  
2.15 Шман Игорь 61 Донецк, ВС 18.7 Каунас  
2.15 Вдовиченко Евгений 62 Пермь, Д 18.7 Каунас  
2.15 Новиков Вадим 62 Москва, ВС 27.9 Кем  
2.13 Оганян Вадим 63 Чимкент, С 24.4 Чимкент  
2.12 Готовский Юрий 61 Ленинград, Б 20.2 Харьков  
2.12 Пискунов Александр 63 Фрунзе, ТР 17.5 Ф  
2.12 Малчугин Виктор 61 М.о, С 21.6 Ленинград  
2.12 Григорьев Алексей 61 Астрахань, Т 2.7 Кш  
2.12 Нальвайко Виталий 61 Кл, Кл 7.7 Харьков  
2.12 Полляков Олег 61 Днепрпетровск, А 14.7 К-Р  
2.12 Зосимович Сергей 61 Караганда, ТР 17.8 А-А

## Шест

5.40 Ткаченко Валерий 61 Киев, Д 7.2 Тбилиси также 5.30 5.8 Донецк  
5.30 Богатырев Павел 61 И, Д 7.2 Тбилиси  
5.10 Шулгин Владимир 61 Алма-Ата, Л 7.2 Тбилиси  
5.10 Бубка Сергей 63 Донецк, А 17.5 Сочи  
5.10 Звоначев Александр 61 Рига, ТР 1.6 Юрмала  
5.00 Трофименко Василий 62 Л, Т 16.8 С д/К  
5.00 Назаров Игорь 62 Ленинград, Т  
5.00 Короблев Сергей 61 Москва, Д 7.2 Тбилиси  
5.00 Турин Александр 63 Гомель, У 13.7 Челябинск  
5.00 Иваушкин Леонид 61 Бобруйск, С 16.6 Брест  
5.00 Кичиджи Александр 61 Донецк, А 13.9 Кишинев  
4.85 Цепелев Вадим 64 Харьков, Си 1.10 Алушта  
4.80 Григорьев Александр 64 Челябинск, Т 13.7 Ч  
4.80 Лаптев Евгений 62 Ярославль, ТР 7.2 Т  
4.80 Васильев Леонид 62 Иркутск, Л 7.2 Тбилиси  
4.80 Рейнтак Свен 63 Таллин, ТР 14.2 Таллин  
4.80 Капуста Андрей 61 Киев, Б 5.4 Ялта  
4.80 Дубовский Юрий 61 Львов, Б 5.4 Ялта  
4.80 Дубовский Дайнис 61 Рига, СДЮШОР 21.8 Юр  
4.80 Тимашков Андрей 61 Р/Д, ВС 13.9 Р/Д  
4.80 Смоляков Сергей 62 М.о, Т 13.9 Кишинев  
4.80 Бобученко Александр 62 Гомель, С  
4.75 Калинин Виталий 64 Челябинск, Т Свердловск  
4.70 Краснов Владимир 64 Челябинск, Т  
4.70 Романюк Михаил 62 Львов, ВС 16.9 Сд/К

## Длина

7.89 Потепенко Владимир 61 Гомель, Д 19.7 Каунас  
7.57 Калинин Геннадий 61 Ленинград, Т 11.9 Л  
7.55 Семенов Виктор 61 Киев, Б 6.8 Донецк  
7.54 Соболевский Игорь 62 Душанбе, Хсл 15.8 Аш  
7.51 Родин Сергей 63 Москва, ТР 17.5 Сочи  
7.50 Шелудченко Сергей 61 Донецк, ТР 1.7 Донецк  
7.47 Арутюян Гасик 61 Ереван, Б 23.9 Брест  
7.44 Бакунин Валерий 62 Волгоград, ТР 10.1 Св  
7.44 Рыжковский Андрей 61 Челябинск, У 18.7 Каунас  
7.43 Валахов Андрей 62 Минск, ТР  
7.40 Шаралапов Геннадий 61 Полтава, А 1.7 Дц  
7.39 Тоне Юрис 61 Рига, ТР 14.6 Юрмала

7.38 Васильченко Дмитрий 63 Дн. Си 30.9 Алушта  
7.37 Каптелов Геннадий 61 Дн. Б 14.9 Кш  
7.33 Усов Игорь 61 Чимкент, ТР 7.2 Тбилиси  
7.33 Борков Сергей 61 Куйбышев, ТР 23.3 Адлер  
7.33 Урбанас Эгидиос 62 Шяуляй, Ж 17.8 Вильнюс  
7.30 Каргин Сергей 62 Куйбышев, Т 7.5 Дн  
7.30 Машенко Сергей 61 Харьков, А 13.6 Харьков  
7.28 Нерсесян Аршак 61 Тбилиси, Д 17.5 Сочи  
7.27 Кравченко Глеб 63 Горький, Т 17.1 Орл  
7.27 Лептинко Владимир 62 Алма-Ата, С 6.5 Алушта  
7.27 Миннасян Артур 63 Москва, Д 17.5 Сочи  
7.27 Карлов Игорь 61 Р/Д, С 12.9 Курган  
7.26 Зуев Алексей 62 Л. Си 25.5 Киров

## Тройной

16.36 Литвиненко Дмитрий 63 Ташкент, Мх 29.9 Тш  
16.24 Усов Игорь 61 Чимкент, ТР 20.2 Тбилиси  
также 15.71 17.7 Каунас

16.20 Ахведиани Сергей 62 Т. Б 17.8 С. д/К  
15.97 Нерсесян Аршак 61 Тбилиси, Д 18.5 Сочи  
15.97 Афиногенов Василий 63 Киев, А 12.7 Ч  
15.96 Зверков Андрей 62 Москва, Т  
15.94 Прошенко Олег 63 М.о. ВС 6.5 Дн  
15.90 Шкода Олег 63 Днепрпетровский, ОНО 13.9 Кш  
15.74 Мазуренко Сергей 61 Москва, ВС  
15.73 Кобылянский Вадим 61 Харьков, С 7.5 Алушта  
15.69 Борисевич Сергей 63 Минск, ТР 12.7 Ч  
15.65 Леонов Александр 62 Гомель, Д 15.6 Гомель  
15.59 Жилин Дмитрий 61 Калуга, ТР 12.8 Ств  
15.57 Авдеенко Денис 63 Одесса, ВС 17.7 Одесса  
15.55 Урбанас Эгидиос 62 Шяуляй, Ж 17.7 Каунас  
15.55 Фроленков Сергей 62 Брянск, Л 10.8 Донецк  
15.52 Штулин Вадим 61 Чернигов, Б 17.5 Чернигов  
15.51 Красин Сергей 61 Дн. С 18.7 П  
15.43 Бружик Марис 62 Стучка, Вп 19.9 Юрмала  
15.41 Гишчук Юрий 62 Ивано-Франковск, Б  
15.35 Кравец Игорь 61 Волгоград, Т 11.5 Брянск  
15.35 Горняк Владимир 61 Баку, ВС 17.7 Каунас  
15.33 Камалетдинов Ильдар 61 Чебоксары, Б 7.2 Т  
15.32 Федотов Сергей 61 Ленинград, Т 7.2 Тбилиси  
также 15.22 17.7 Каунас  
15.28 Малофеев Артур 63 Куйбышев, ТР 12.7 Ч

## Ядро

18.50 Каснаускас Сергей 61 Минск, ТР 22.2 Т  
также 18.04 15.7 Брест  
18.20 Коптюх Дмитрий 61 Запорожье, А 15.8 Зп  
18.00 Куюмджан Юрий 61 Москва, С 27.11 Ленинград  
также 17.11 14.9 Кишинев  
16.71 Стенин Валерий 61 Караганда, ТР 17.5 Сочи  
16.59 Мишуков Юрий 63 Минск, Д 15.9 Львов  
16.56 Чернышев Олег 62 И-Фр. С 17.5 Сочи  
16.53 Гришин Сергей 62 Пермь, Б 17.5 Сочи  
16.48 Шубин Виктор 62 Ворошиловград, Л 17.5 Сочи  
16.44 Гейгер Герман 62 Омск, С 17.7 Каунас  
16.16 Белкин Сергей 61 Москва, Б 27.11 Москва  
15.97 Петелин Герман 62 Омск, С 17.7 Каунас  
15.97 Клевос Иосиф 62 Киев, Б 25.9 Ужгород  
15.85 Кузнецов Александр 61 Куйбышев, Т 6.5 Дн  
15.76 Коломнец Роман 63 Гомель, Д 8.10 Ялта  
15.67 Шиняк Иосиф 62 Львов, Б 3.2 Львов  
15.67 Верещанин Валерий 61 М.о. У 5.5 Смоленск  
15.60 Кидикас Ванцловас 61 Литва, Нн 9.8 Калуга  
15.60 Орлов Валерий 62 Караганда, ТР 14.9 Кш  
15.45 Иванов Михаил 62 Волгоград, У 30.8 Пгт  
15.47 Петрашко Марис 61 Рига, ВС 14.9 Валмиера  
15.38 Галченко Петр 62 Краснодар, Б 2.7 Калинин  
15.26 Альшинович Виктор 61 Луцк, Б 27.5 К-Р  
15.13 Федотов Юрий 63 Свердловск, Т 10.5 Брянск  
15.02 Коридзе Автандил 63 Тбилиси, ВС 17.5 Сочи  
15.01 Якубовский Василий 61 Минск, ВС 14.9 Кш

## Диск

54.58 Гречко Александр 62 Киев, Д 6.8 Донецк  
54.40 Савостюк Юрий 62 Гродно, Б 14.7 Брест  
54.14 Фирсов Александр 62 Свердловск, Т  
53.90 Гришин Виталий 62 Челябинск, Б 12.7 Пермь  
52.78 Соколов Андрей 62 Кострома, Б 12.9 Крг  
52.30 Дмитриченко Андрей 62 Краснодар, Тр  
52.04 Кучерук Александр 61 Харьков, Б  
51.48 Говоруха Николай 61 Донецк, А Р/Д  
50.48 Куюмджан Юрий 61 Москва, С 19.7 Каунас  
50.46 Гориславцев Сергей 62 Москва, Б 19.7 Кн  
50.22 Янсонс Юрис 62 Рига, ТР 22.3 Рига  
50.20 Хакман Тийт 62 Таллин, К  
49.84 Агафонов Александр 61 Гомель, У 14.9 О  
49.72 Горошко Александр 63 Свердловск, Т 6.5 Дн  
49.68 Хаустов Савелий 61 Ленинград, Т 6.5 Дн  
49.50 Шлопа Андрей 64 Псков, Т 25.8 Иваново  
49.26 Агафонов Александр 61 Гомель, У 19.7 Кн  
49.22 Гасленко Виталий 62 Челябинск, Б 19.7 Кш  
49.16 Мишуков Юрий 63 Минск, Д 18.5 Сочи  
49.08 Каснаускас Сергей 61 Минск, ТР 18.5 Сочи  
49.06 Янов Павел 62 Свердловск, ТР 13.9 Кишинев  
48.82 Корабейник Юрий 61 Харьков, ТР 16.6 Х  
48.22 Клевос Игорь 62 Киев, Б 25.5 Ужгород  
48.14 Виланда Николай 61 Минск, ТР 18.5 Сочи  
48.12 Филиппов Николай 62 Краснодар 24.8 Кр  
47.56 Музынчук Валентин 62 Донецк, Л Донецк

## Молот

71.28 Иванов Сергей 62 Ставрополь, ТР 29.8 Ксл  
70.30 Пастухов Юрий 61 Дн. Б 17.5 Сочи  
68.78 Сидоренко Василий 61 Влг, Т 17.5 Сочи  
67.80 Вилуцкис Беньяминас 61 Клайпеда, Ж 17.7 Кн  
67.68 Веселов Василий 61 Ленинград, У 1.7 Кн  
66.60 Макаров Андрей 62 РСФСР, У 30.8 Пятигорск  
66.42 Коровин Вячеслав 62 Краснодар, Т 17.5 Сочи  
66.12 Грибов Евгений 62 Краснодар, Б 7.9 Душанбе  
65.84 Бородин Виктор 62 Брянск, Т 21.9 Брянск

65.80 Козлов Владимир 62 Ставрополь, У 30.8 Пгт  
65.28 Дорожон Сергей 64 Дн. А 14.9 Кш  
64.76 Мишин Владимир 62 Брест, Д 9.5 Винница  
63.50 Федоренко Александр 62 Киев, ОНО  
63.36 Аузяк Игорь 62 Донецк, Л 4.8 Донецк  
63.28 Васильев Юрий 62 Ворошиловград, С 18.7 Плт  
62.98 Байгуш Виктор 63 Запорожье, А 17.5 Сочи  
62.98 Будочьянц Георгий 62 Врш, Б 6.9 Врш  
62.14 Лукьянов Вячеслав 61 Влг, Т 23.2 Сочи  
61.84 Есаиян Юрий 62 Ваку, ВС 17.7 Каунас  
61.78 Волак Геннадий 62 Кр, ТР 23.3 Адлер  
61.74 Вингрис Эрнест 61 Рига, Вп 9.8 Калуга  
60.68 Погорелов Николай 61 Ств, ТР 17.2 Сочи  
60.60 Вилуцкис Беньямин 61 Клайпеда, Ж 3.10 Кн  
60.18 Паршиков Николай 63 Врш, Кл 14.9 Кш  
60.14 Юлдашев Рамиль 62 Навои, Мх 17.7 Каунас  
60.14 Таликашвили Зураб 62 Тбилиси, Г 14.9 Кш

## Копье

77.42 Титов Алексей 61 Смоленск, ТР 6.5 Смоленск  
77.28 Божок Игорь 61 Киев, Б 27.9 Днепрпетровский  
76.52 Апаичев Александр 61 Донецк, А 2.6 Потсдам  
75.20 Будник Эдуард 61 Киев, Д 18.5 Сочи  
74.52 Кристовских Гиртс 62 Внтс, Д 12.10 Мур  
73.90 Смирнов Юрий 61 Рига, Д 13.6 Юрмала  
73.82 Василишин Сергей 61 Киев, Б 8.10 Ялта  
73.52 Лысенко Юрий 61 Харьков, Б 18.7 Каунас  
73.28 Осьминкин Валерий 62 Краснодар, У 31.8 Пгт  
73.10 Оксиччук Валерий 61 Минск, ТР 18.7 Каунас  
73.00 Грицкевич Александр 62 Витебск, Б 18.7 Кн  
71.52 Рьбин Юрий 63 Липецк, ТР 22.3 Адлер  
71.36 Ильин Александр 62 Харьков, А 7.5 Дн  
71.26 Кортиев Эльгуджа 61 Тбилиси, Б 13.9 Кш  
71.20 Кудинов Александр 63 Харьков, А 7.5 Донецк  
70.88 Иванов Константин 61 Ташкент, Мх 18.5 Сочи  
69.80 Череповский Вячеслав 64 Алма-Ата, ВС  
69.74 Терех Николай 62 Гомель, Б  
69.48 Пискунов Алексей 63 Нямн, Д 23.2 Сочи  
69.32 Юрша Кястутис 62 Каунас, ТР 18.7 Каунас  
68.92 Чакалия Даур 64 Сухуми, Д 14.8 Таллин  
68.64 Кармышин Александр 64 Влг, ОНО 27.3 Пгт  
68.36 Третьяков Владимир 62 Курган, Б  
68.10 Василенко Николай 61 Одесса, Д 23.8 Кш

## Десятиборье

7581 Апаичев Александр 61 Донецк, А 2.6 Потсдам  
11,48-6,63-13,28-1,94-51,14-14,90 - 38,22 - 4,30-  
76,52-4,34,5  
7659р Соболевский Игорь 62 Душ, Хсл 12.10 Фрунзе  
10,7-7,18-14,10-2,00 - 51,8-15,4 - 41,62-4,10-  
64,40-4,55,3  
7418 Раджос Юрданис 61 Каунас, НМ 2.6 Потсдам  
11,20-6,82-12,19-1,97-50,52-15,65 - 44,74 - 4,30-  
48,02-4,23,3  
7518р Кюльвет Вальтер 64 Вильянди К 10.8 Кярику  
11,2-6,67-13,16-2,02-50,6- 15,4-41,14-4,50 - 53,54-  
4,35,1  
7476р Агафонов Александр 61 Гомель, У 18.7 Каунас  
11,7-6,88-14,40-1,93-52,7-15,5-48,88-4,50 - 62,60-  
4,57,3  
7468р Романюк Михаил 62 Львов, ВС 2.7 Донецк  
11,4-6,84-12,73-1,90-51,5-14,7-42,68 - 4,40 - 55,44-  
4,30,8  
7424р Тарнавецкий Павел 61 Львов, Б 2.7 Донецк  
11,3-6,96-13,52-1,95-50,0-16,1-40,62-4,30 - 51,88-  
4,30,8  
7304 Романов Владимир 61 Одесса, Д 14.9 Одесса  
11,76-7,02-12,72-1,99-52,50-16,87 - 44,82-4,20-  
61,20-4,32,8  
7344р Лепинайтис Ринас 61 Вильнюс, Д 1.9 Каунас  
11,4-6,77-13,20-1,93-50,3-15,4-40,84-3,80 - 51,44-  
4,17,1  
7199 Рейнтак Свен 63 Таллин, ТР 18.5 Сочи  
11,75-6,92-11,44-1,95-50,87-15,49-32,54 - 4,50-  
60,60-4,29,52  
7151 Лях Алексей 62 Москва, С 15.9 Кишинев  
11,79-7,15-12,99-1,95-51,52-15,73-38,72 - 4,30-  
51,04-4,44,7  
7143р Сидоров Иван 62 Врш, Б 30.5 Донецк  
11,3-6,89-12,66-1,91-51,2-15,4-41,22 - 4,00-44,60-  
4,33,2  
7134р Возмилдов Сергей 61 Омск, ТР 20.8 Ксл  
11,5-6,79-13,28 - 1,97-52,4 - 17,1-38,90-4,20-  
57,30-4,35,8  
7086р Крючков Владимир 62 Москва, Т 14.8 Калинин  
11,4-6,32-12,11-2,03-51,4-16,1-38,56 - 4,10 - 48,42-  
4,24,1  
7085р Жорновой Вячеслав 61 Харьков, С 2.7 Донецк  
11,2-6,80-12,42-1,80-51,6-15,6-38,62-4,30 - 51,88-  
4,41,0  
6983 Хорин Иван 62 Москва, ТР 19.5 Сочи  
11,76-6,55-12,47-1,98-51,65-16,08-38,46 - 3,60 -  
56,82-4,27,64  
6958р Петерс Рихо 62 Таллин, Д 29.6 Коктла-Ярве  
12,1-6,42-13,20-1,99-54,2-16,3-45,08 - 4,30 - 54,10-  
4,49,7  
6949р Стринкевич Сергей 61 Пермь 28.9 Дн  
11,6-7,01-11,30 - 1,90-51,5 - 16,0-37,50-4,20-48,07-  
4,35,6  
6947р Красовский Сергей 63 Донецк, А 24.8 Вл  
11,3-7,06-12,26-1,75-54,2-14,9-42,30-4,20 - 50,38 -  
4,56,5  
6939р Пастухов Владислав 62 Свердловск, ТР 19.7 Кн  
11,6-6,63 - 13,10-1,99-52,3 - 15,7-36,00-3,80-55,56-  
4,50,0  
6917р Дидченко Павел 61 Свердловск, ТР 6.5 Адлер  
11,2-6,46-13,92-1,90 - 53,6 - 15,7-39,44-4,00-47,06-  
4,51,2

6841р Сердюк Игорь 63 Ростов-на-Дону 13.7 Р/Д  
11,0-7,00-11,48-1,85-52,6 - 16,2-37,78-4,20 - 48,80-  
4,49,0  
6771р Нечай Игорь 62 Запорожье 30.5 Донецк  
11,1-6,78-11,25-1,80-51,4 - 15,7-35,32-4,00 - 39,54-  
4,47,9  
6740р Ефимов Константин 61 Л. Д 19.7 Каунас  
11,1-6,24-11,21-1,93 - 52,2-15,8 - 35,48 - 3,80-  
52,88-4,16,8  
6730р Петрашкевич Николай 62 Л, ТР 6.5 Адлер  
11,3-6,51-13,66-1,85-52,8 - 15,0 - 31,50-3,80-46,02-  
4,48,4

Лучшие результаты  
десятиборцев 1961 г.  
рождения и моложе  
в видах десятиборья  
в 1980 г.

## 100 м

10,7 Соболевский И. 7659р 12.10 Фрунзе  
10,9 Родин Сергей 7104ю 6.5 Адлер  
11,20 Раджос Юрданис 7418 2.6 Потсдам  
11,0 Сердюк Игорь 6841р 13.7 Ростов-на-Дону  
11,1 Нечай Игорь 6771р 30.5 Донецк

## Длина

7,18 Соболевский Игорь 7659р 12.10 Фрунзе  
7,18 Родин Сергей 7104ю 6.5 Адлер  
7,15 Лях Алексей 7151 15.9 Кишинев  
7,06 Красовский Сергей 6947р 24.8 Вильнюс  
7,02 Романов Владимир 7304 14.9 Одесса

## Ядро

14,41 Агафонов А. 6834р 14.9 Одесса  
14,10 Соболевский И. 7659р 12.10 Фрунзе  
13,92 Дидченко П. 6917р 6.5 Адлер  
13,66 Петрашкевич Н. 6730р 6.5 Адлер  
13,57 Лепинайтис Р. 7016р 19.5 Сочи

## Высота

2,03 Липп Хеймар 7433ю 6.6 Таллин  
2,03 Крючков В. 7086р 14.8 Калинин  
2,02 Кюльвет В. 7518р 10.8 Кярику  
2,02 Рейнтак С. 7576ю 12.6 Челябинск  
2,00 Соболевский И. 7659р 12.10 Фрунзе  
2,00 Родин С. 7121ю 12.6 Челябинск  
2,00 Еременко В. 6616ю 8.6 Гомель

## 400 м

50,0 Тарнавецкий П. 7424р 2.7 Донецк  
50,52 Раджос Ю. 7418 2.6 Потсдам  
50,3 Лепинайтис Р. 7344р 1.9 Каунас  
50,6 Кюльвет В. 7518р 10.8 Кярику  
50,87 Рейнтак С. 7199р 18.5 Сочи

## 110 м с/б

14,77 Апаичев А. 7473р 7.9 Лаге  
14,7 Романюк М. 7468р 2.7 Донецк  
15,13 Романюк М. 7264 16.9 Куба  
14,9 Красовский С. 6947р 24.8 Вильнюс  
15,0 Петрашкевич Н. 6730р 6.5 Адлер  
15,49 Рейнтак С. 7199р 18.5 Сочи

## Диск

49,84 Агафонов А. 6834р 14.9 Одесса  
45,08 Петерс Р. 6958р 29.6 Коктла-Ярве  
44,82 Романов В. 7304 14.9 Одесса  
44,74 Кюльвет Ю. 7418 2.6 Потсдам  
43,28 Романюк М. 7324р 18.7 Каунас

## Шест

4,80 Рейнтак С. 7576ю 12.6 Челябинск  
4,70 Романюк М. 7264 16.9 Сантьяго-де-Куба  
4,50 Агафонов А. 7476р 18.7 Каунас  
4,50 Красовский С. 7554ю 12.6 Челябинск  
4,50 Овсянников Е. 6963ю 12.6 Челябинск

## Копье

76,52 Апаичев А. 7581 2.6 Потсдам  
64,40 Соболевский И. 7659р 12.10 Фрунзе  
62,60 Агафонов А. 7476р 18.7 Каунас  
61,20 Романов В. 7304 14.9 Одесса  
60,60 Рейнтак С. 7199 18.5 Сочи

## 1500 м

4,16,8 Ефимов К. 6740р 19.7 Каунас  
4,17,1 Лепинайтис Р. 7344р 1.9 Каунас  
4,23,3 Раджос Ю. 7418 2.6 Потсдам  
4,24,1 Крючков В. 7086р 14.8 Калинин  
4,27,64 Хорин И. 6983р 19.5 Сочи

**Женщины****100 м**

- 10,99 Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 3,6 Л  
 11,70 Золотарева Ольга 61 Иркутск, Л 14,8 Влг  
 11,74 Малахова Елена 62 Моск. обл, С 17,5 Сочи  
 11,85 Коротенко Елена 61 Ленинград, Б 6,9 Донецк  
 11,98 Савик Ирина 62 Витебск, КЗ 21,6 Ленинград  
 12,05 Крыжановская Татьяна 61 Кишинев, Д 6,9 Дн  
 12,08 Сотниченко Лариса 62 Донецк, ТР 17,5 Сочи  
 12,12 Михеева Галина 62 Брянск, Л 21,6 Ленинград  
 12,15 Иоч Кристина 62 Минск, У 17,5 Сочи  
 12,25 Виноградова Елена 64 Нс, С 17,5 Сочи  
 12,27 Курбатова Светлана 63 Р/Д, ТР 17,5 Сочи  
 12,27 Молдованова Татьяна 63 Киев, Д 17,5 Сочи  
 12,27 Сорокина Марина 62 Брянск, Л 17,5 Сочи  
 12,28 Духнович Ирина 62 Вильнюс, Д 17,5 Сочи  
 12,29 Козловская Алла 63 Рига, ТР 17,5 Сочи  
 12,32 Макалинская Ольга 63 Москва, ВС 17,5 Сочи  
 12,32 Ишмирова Эльвира 63 Москва, С 17,5 Сочи  
 12,32 Азаршвили Майя 64 Тбилиси, Клм 13,9 Кш  
 12,36 Титова Марина 63 Моск. обл, ТР 17,5 Сочи  
 12,40 Зубкова Елена 61 Моск. обл, Т 13,9 Кишинев  
 12,42 Тюрина Елена 62 Харьков, С 17,5 Сочи  
 12,42 Мамаевская Светлана 64 Винница, Л 17,5 Сочи  
 12,43 Стасюк Виктория 63 Львов, ОНО 17,5 Сочи  
 12,44 Денисова Лидия 62 Моск. обл, Т 13,9 Кишинев  
 12,52 Маркелова Светлана 61 Ленинград, Б 13,9 Кш

- 11,3 Золотарева Ольга 61 Иркутск, Л 19,9 Брянск  
 11,4 Тузникова Лидия 62 Грозный, ТР 31,5 Кр  
 11,4 Ившина Светлана 62 Ннг, ДЮСШ 22,6 Глайскала  
 11,5 Малахова Елена 62 Моск. обл, С 5,4 Адлер  
 11,6 Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 26,1 Л  
 11,6 Крыжановская Татьяна 61 Кишинев, Д 20,2 Врш  
 11,6 Коротенко Елена 61 Ленинград, Б 31,5 Рига  
 11,6 Раушкнича Елена 61 Ставрополь, ТР 11,9 Кр  
 11,7 Гончарова Галина 62 Павлодар, Б 14,6 Пвл  
 11,7 Виноградова Елена 64 Новосибирск, С 1,7 Рз  
 11,7 Савик Ирина 62 Витебск, КЗ 15,7 Брест  
 11,7 Маркелова Светлана 61 Ленинград, Б 16,8 Л  
 11,8 Торшина Ирина 63 Коммунарск, ТР 3,5 Врш  
 11,8 Сотниченко Лариса 62 Донецк, ТР 5,7 Донецк  
 11,8 Зуева Светлана 63 Тихорецк, Д 11,7 Ч  
 11,8 Курбатова Светлана 63 Р/Д, ТР 11,7 Ч  
 11,8 Герехова Ольга 61 Донецк, С 18,7 Полтава  
 11,8 Алексеева Татьяна 63 Чкалов, Т 27,7 Нс  
 11,8 Петрушева Ольга 63 Коммунарск, А 9,8 Врш  
 11,8 Стубунская Татьяна 63 Врш, А 9,8 Врш  
 11,8 Луцинская Алла 62 Винница, Кл 9,7 Полтава  
 11,9 Владыкина Ольга 63 Врш, Д 29,2 Врш  
 11,9 Сурина Татьяна 63 Харьков, ТР 8,4 Евпатория  
 11,9 Плескач Ирина 63 Киев, А 5,5 Киев  
 11,9 Тюрина Елена 62 Харьков, С 6,5 Алушта  
 11,9 Шишилина Наталья 62 Москва, Т 7,5 Дн  
 11,9 Зенько Марина 61 Минск, Б 9,5 Винница  
 11,9 Мамаевская Светлана 64 Винница, Л 26,5 Дн  
 11,9 Плуksина Вилета 62 Внтс, Вп 31,5 Юрмала  
 11,9 Козловская Алла 63 Рига, ТР 13,6 Юрмала  
 11,9 Михеева Галина 62 Брянск, Л 1,7 Рязань  
 11,9 Браммане Лайла 61 Рига, Дг 1,7 Юрмала  
 11,9 Жданова Ирина 63 Енакиеве, С 11,7 Челябинск  
 11,9 Позднякова Алла 61 Пенза, С 11,7 Челябинск  
 11,9 Романенко Валентина 64 Каменск, С 12,7 Гр  
 11,9 Фомичева Марина 63 Чалаевск, Д 15,9 Львов  
 11,9 Кутырева Людмила 61 Курган, Б 19,9 Брянск  
 11,9 Азаршвили Майя 64 Тбилиси, Клм  
 11,9 Самодурова Елена 64 Калининград, Б

**200 м**

- 22,19 Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 30,7 Москва  
 23,86 Тузникова Лидия 62 Грозный, ТР 18,5 Сочи  
 24,21 Михеева Галина 62 Брянск, Л 5,7 Москва  
 24,46 Золотарева Ольга 61 Иркутск, Л 16,8 Влг  
 24,68 Тихонова Надежда 61 Горький, ТР 24,5 Сочи  
 24,74 Азаршвили Майя 64 Тбилиси, Клм 16,8 С д/К  
 24,79 Иванова Марина 62 Михайловка, Д 14,8 София  
 24,86 Ишмирова Эльвира 63 Москва, С 18,5 Сочи  
 24,88 Малахова Елена 62 Моск. обл, С 18,5 Сочи  
 24,88 Жданова Ирина 63 Енакиеве, С 18,5 Сочи  
 24,88 Козловская Алла 63 Рига, ТР 16,8 С д/К  
 24,88 Крыжановская Татьяна 61 Кишинев, Д 7,9 Дн  
 24,90 Плуksина Вилета 62 Вентспилс, Вп 7,9 Донецк  
 24,92 Фролова Татьяна 61 Ленинград, Б 14,9 Кш  
 25,05 Владыкина Ольга 63 Врш, Д 18,5 Сочи  
 25,15 Зубкова Елена 61 Моск. обл, Т 14,9 Кишинев  
 25,18 Иоч Кристина 62 Гродно, У 18,5 Сочи  
 25,28 Духнович Ирина 62 Вильнюс, Д 14,9 Кишинев  
 25,40 Молдованова Татьяна 63 Киев, Д 18,5 Сочи  
 25,40 Ромейките Вида 62 Паневежис, Ж 18,5 Сочи  
 25,44 Сорокина Марина 62 Брянск, Л 18,5 Сочи  
 25,47 Савик Ирина 62 Витебск, КЗ 18,5 Сочи  
 25,48 Титова Марина 63 Моск. обл, ТР 18,5 Сочи  
 25,50 Виноградова Елена 64 Нс, С 18,5 Сочи  
 25,57 Григорьева Ольга 62 Ленинград, Т 18,5 Сочи

- 23,5 Золотарева Ольга 61 Иркутск, Л 20,9 Брн  
 23,7 Тузникова Лидия 62 Грозный, ТР 1,6 Кр  
 24,0 Михеева Галина 62 Брянск, С 2,7 Рязань  
 24,0 Жданова Ирина 63 Енакиеве, С 24,5 Донецк  
 24,2 Крыжановская Татьяна 61 Кишинев, Д 24,5 Ер  
 24,2 Зенько Марина 61 Минск, Б 1,6 Минск

- 24,2 Позднякова Алла 61 Пенза, С 18,6 Курск  
 24,2 Сотниченко Лариса 62 Донецк, ТР 6,6 Донецк  
 24,2 Раушкнича Елена 61 Ставрополь, ТР 12,9 Кр  
 24,2 Плуksина Вилета 62 Вентспилс, Вп 15,9 Дн  
 24,4 Владыкина Ольга 63 Врш, Д 25,3 Ялта  
 24,4 Козловская Алла 63 Рига, ТР 16,6 Лиелупе  
 24,4 Тюрина Елена 62 Харьков, С 1,7 Донецк  
 24,5 Гончарова Галина 62 Павлодар, Б 18,4 А-А  
 24,5 Некрасова Людмила 63 Лабинск, У 20,9 Брянск  
 24,6 Кутырева Людмила 61 Курган, Б 31,5 Курган  
 24,6 Воробченко Елена 62 Дн, Л 1,7 Дн  
 24,6 Фролова Татьяна 61 Ленинград, Б 18,8 Л  
 24,6 Зуева Светлана 63 Тихорецк, Д 24,8 Кишинев  
 24,7 Оксинец Татьяна 64 П-Х, Д 10,5 Киев  
 24,7 Ишмирова Марина 63 Алма-Ата, ВС 12,5 А-А  
 24,7 Ишмирова Эльвира 63 Москва, С 24,5 Москва  
 24,7 Браммане Лайла 61 Рига, Дг 16,6 Лиелупе  
 24,7 Божина Валентина 66 Краснодар, ОНО 20,6 Дз  
 24,7 Луцинская Алла 62 Винница, Кл 1,7 Донецк  
 24,7 Аюпан Лилита 63 Свердловск, Д 2,7 Оренбург  
 24,7 Терехова Ольга 61 Донецк, С 19,7 Полтава  
 24,7 Коротенко Елена 61 Ленинград, Б 5,8 Харьков  
 24,7 Колпакова Альбина 63 Дн, ТР 21,9 Дн

**400 м**

- 51,90 Тузникова Лидия 62 Грозный, ТР 11,6 Москва  
 52,46 Бочина Наталья 62 Ленинград, Д 23,5 Сочи  
 53,38 Иванова Марина 62 Михайловка, Д 30,8 Л  
 54,10 Жданова Ирина 63 Енакиеве, С 15,8 С д/К  
 54,17 Некрасова Людмила 63 Лабинск, У 15,8 С д/К  
 54,78 Слабуи Лариса 63 Эссенуки, Д 15,8 С д/К  
 54,85 Антонова Екатерина 61 Ленинград, С 13,9 Кш  
 55,03 Мендзорите Алдона 61 Шяуляй, Нм 13,9 Кш  
 55,16 Кабанова Елена 61 Калинин, Т 13,9 Кишинев  
 55,44 Вольските Рита 61 Вильнюс, Нм 8,9 Донецк  
 55,49 Владыкина Ольга 63 Врш, Д 17,5 Сочи  
 55,61 Иванова Татьяна 63 Ств, ТР 17,5 Сочи  
 55,63 Немчик Тамара 61 Минск, Б 8,9 Донецк  
 55,89 Кирихина Любовь 63 Фергана, С 17,5 Сочи  
 55,90 Жигалова Людмила 62 Харьков, С 17,5 Сочи  
 56,24 Ременец Ульяна 62 Куйбышев, Т 17,5 Сочи  
 56,40 Браммане Лайла 61 Рига, Дг 8,9 Донецк  
 56,47 Демидова Наталья 61 Ленинград, Б 17,5 Сочи  
 56,48 Воробченко Елена 62 Дн, Л 17,5 Сочи  
 56,69 Подольская Лина 62 Одесса, Д 13,8 София  
 56,71 Цыпачкова Светлана 62 РСФСР, ТР 17,5 Сочи  
 56,75 Шангалова Светлана 63 Евл, ТР 17,5 Сочи  
 56,85 Колпакова Альбина 63 Дн, ТР 17,5 Сочи  
 56,91 Моргунова Зоя 62 Кустаны, С 17,5 Сочи  
 57,11 Авдеева Елена 61 Донецк СДЮШОР 13,9 Кш

- 53,8 Жданова Ирина 63 Енакиеве, С 12,7 Челябинск  
 54,0 Кабанова Елена 61 Калинин, Т 17,9 Рязань  
 54,2 Иванова Марина 62 Михайловка, Д 17,7 Каунас  
 54,2 Жигалова Людмила 62 Харьков, С 5,8 Харьков  
 54,8 Звягинцева Надежда 61 Ставрополь, С 9,8 Х  
 54,9 Трегубенко Ирина 61 Баку, С 9,8 Харьков  
 55,0 Некрасова Людмила 63 Лабинск, У 13,7 Ч  
 55,0 Антонова Екатерина 61 Ленинград, С 17,7 Кн  
 55,2 Иванова Татьяна 63 Ставрополь, ТР 20,4 Ств  
 55,2 Слабуи Лариса 63 Эссенуки, Д 13,7 Ч  
 55,3 Владыкина Ольга 63 Ворошиловград, Д 3,7 Орб  
 55,3 Мендзорите Алдона 61 Шяуляй, Нм 17,7 Каунас  
 55,3 Пласкина Светлана 63 Архангельск, Т 13,7 Ч  
 55,4 Захарова Ирина 64 Димитровград, Т 13,7 Ч  
 55,4 Заурайте Дала 62 Паневежис, Ж 17,7 Каунас  
 55,4 Мефодьева Альбина 61 Чбк, С 11,9 Курган  
 55,5 Воробченко Елена 62 Дн, Л 3,6 Дн  
 55,5 Божина Валентина 66 Краснодар, ОНО 7,7 Лв  
 55,5 Вольските Рита 61 Вильнюс, Нм 17,7 Каунас  
 55,6 Косовская Ольга 64 Донецк, СДЮШОР 23,5 Зп  
 55,6 Курина Татьяна 61 Донецк, ТР 30,6 Донецк  
 55,6 Ременец Ульяна 62 Куйбышев, Т 17,7 Каунас  
 55,6 Абрамова Лариса 61 Горький, Д 26,9 Киев  
 55,7 Браммане Лайла 61 Рига, Дг 17,7 Каунас  
 55,9 Тузникова Лидия 62 Грозный, ТР 6,2 Тбилиси  
 55,9 Рубаненко Алла 61 Киев, Д 30,6 Донецк  
 55,9 Санькова Людмила 65 Чебоксары, С 7,7 Львов  
 55,9 Морозова Алла 63 Армавир, С 12,7 Челябинск  
 55,9 Симанович Вероника 64 Гродно, КЗ 13,7 Ч  
 55,9 Заварухина Лариса 64 Миасс, ДЮСШ 13,7 Ч  
 55,9 Гендвильяте Юдита 63 Шяуляй, Нм 17,7 Каунас  
 55,9 Демидова Наталья 61 Ленинград, Д 17,7 Кн  
 55,9 Гольничик Галина 62 Ленинград, С 9,8 Х

**800 м**

- 2,00,28 Никитина Ирина 61 Гтн, Т 13,6 Варшава  
 2,04,1 Симакова Ольга 61 Иваново, Т 18,7 Каунас  
 2,04,2 Кужель Наталья 61 Никополь, С 10,8 Х  
 2,04,6 Строгова Нина 61 Воскресенск, Т 1,7 Рз  
 2,04,7 Кирихина Любовь 63 Фергана, С 17,8 С д/К  
 2,04,80 Горбатюк Нина 63 Львов, Кл 17,8 С д/К  
 2,05,1 Машевская Оксана 62 Львов, С 18,7 Каунас  
 2,05,27 Заварухина Лариса 64 Мс, ДЮСШ 17,8 С д/К  
 2,05,6 Лосева Марина 61 Ленинград, У 21,6 Л  
 2,05,8 Копытина Лариса 63 Моск. обл, Т 6,8 Х  
 2,05,9 Заурайте Дала 62 Паневежис, Ж 18,7 Кн  
 2,06,0 Савошко Ольга 61 Минск, С 18,7 Каунас  
 2,06,0 Супрунова Наталья 62 Ксл, С 10,8 Х  
 2,06,0 Гендвильяте Юдита 63 Шяуляй, Нм 13,8 Вл  
 2,06,4 Хомчук Светлана 61 Донецк, ТР 30,8 Кл  
 2,06,4 Цинцилашвили Лейла 62 Тбилиси, Си 6,9 Дн  
 2,06,7 Половинко Галина 61 Влг, ТР 18,7 Кн  
 2,07,4 Порищенко Людмила 61 Р/Д, ВС 7,2 Т  
 2,07,4 София Светлана 62 Курск, Л 18,7 Каунас  
 2,07,4 Голосова Ирина 61 Москва, С 18,7 Каунас  
 2,07,5 Кабанова Елена 61 Коломна, Т 18,7 Каунас  
 2,08,0 Мелешкова Светлана 62 Брянск, Т 1,7 Рз  
 2,08,0 Кулик Тамара 61 Донецк, С 17,7 Полтава  
 2,08,2 Куширирова Галина 61 Минск, Б 6,8 Харьков  
 2,08,2 Степанова Лидия 62 Чебоксары, У 19,9 Брн

**1500 м**

- 4,12,0 Никитина Ирина 61 Таганрог, Т 16,2 Москва  
 4,12,2 Мефодьева Альбина 61 Чбк, С 23,5 Сочи  
 4,13,8 Степанова Лидия 62 Чебоксары, У 15,9 Дн  
 4,16,1 Машевская Оксана 62 Львов, С 12,6 Москва  
 4,17,6 Машаенкова Наталья 61 Омск, С 9,8 Х  
 4,19,0 Матросова Ирина 62 Бухара, С 9,8 Харьков  
 4,19,1 Александрова Людмила 61 Л, С 9,8 Харьков  
 4,19,8 Бородачева Мария 62 Нфт, У 17,5 Сочи  
 4,19,8 Кужель Наталья 61 Краснодар, С 9,8 Харьков  
 4,21,2 Кремлева Любовь 61 Никополь, У 4,8 Г  
 4,21,4 Строгова Нина 61 Воскресенск, Т 19,7 Кн  
 4,21,4 Василок Мария 62 Львов, Б 31,8 Кишинев  
 4,22,5 Малыгина Елена 63 Волгоград, Т 15,7 Ч  
 4,23,0 Маругина Ольга 64 Фергана, С 17,5 Сочи  
 4,23,0 Симакова Ольга 61 Иваново, Т 2,7 Рязань  
 4,23,3 Бондарь Анна 64 Тирасполь, ТР 15,8 С д/К  
 4,24,0 Сорокина Ирина 62 Дн, ТР 17,5 Сочи  
 4,24,1 Петрова Марина 62 Минск, ВС 19,7 Каунас  
 4,24,5 Супрунова Наталья 62 Ксл, С 17,5 Сочи  
 4,24,5 Зимица Марина 62 Горький, ОНО 20,7 Рязань  
 4,24,7 Политова Ольга 64 Тирасполь, ТР 17,5 Сочи  
 4,25,1 Родченкова Марина 61 Москва, ТР 19,7 Кн  
 4,25,2 Хамитова Татьяна 61 Запорожье, А 5,7 Дн  
 4,25,3 Горбатюк Нина 63 Львов, Кл 15,8 С д/К  
 4,25,4 Фролова Людмила 62 Алматы, Мх 19,7 Кн

**3000 м**

- 9,08,9 Мефодьева Альбина 61 Чбк, С 24,5 Сочи  
 9,18,0 Родченкова Марина 61 Москва, ТР 24,8 Под  
 9,18,6 Фролова Людмила 62 Алматы, Мх 18,7 Кн  
 9,19,4 Петрова Ирина 62 Минск, ВС 18,7 Каунас  
 9,22,2 Бородачева Мария 62 Нефтегорск, У 18,7 Кн  
 9,22,4 Кремлева Любовь 61 Краснодар, У 18,7 Кн  
 9,22,6 Машевская Оксана 62 Львов, С 6,8 Донецк  
 9,23,2 Судак Людмила 65 Сумы, ОНО 18,5 Сочи  
 9,24,0 Машаенкова Наталья 61 Омск, С 20,6 Омск  
 9,24,0 Малросова Ирина 62 Бухара, С 18,7 Каунас  
 9,24,8 Евстигневская Татьяна 62 Томск, С 2,7 Рз  
 9,29,0 Липина Галина 61 Москва, Т 18,7 Каунас  
 9,29,1 Сорокина Мария 62 Дн, ТР 18,7 Каунас  
 9,29,4 Василок Мария 62 Львов, Б 19,9 Брянск  
 9,29,6 Жупикова Маргарита 65 Фергана, С  
 9,32,0 Зуева Любовь 61 Ч, Т 24,8 Подольск  
 9,32,9 Штейко Валентина 62 Крд, ТР 18,7 Кн  
 9,35,2 Зеленевич Екатерина 61 Вт, ВС 18,7 Кн  
 9,37,0 Мона Татьяна 61 Днепродзержинск, А 2,7 Дн  
 9,40,8 Аношкина Светлана 64 Свердловск, Т 11,7 Ч  
 9,41,0 Чумичкина Елена 63 Воронеж, Т 11,7 Ч  
 9,41,2 Хорк Нелли 64 Тирасполь, ТР 11,7 Ч  
 9,42,2 Ососкова Римма 64 РСФСР, Т 11,7 Челябинск  
 9,42,8 Поздеева Ирина 62 Тирасполь, ТР 18,5 Сочи  
 9,44,5 Хисаева Вера 63 РСФСР, Т 11,7 Челябинск

**1000 м с/б**

- 13,90 Бисерова Елена 62 Ленинград, Л 13,6 М  
 13,92 Николаева Ева 62 Ленинград, Т 8,9 Дн  
 14,01 Богатырева Маргарита 61 Донецк, ТР 27,1 Т  
 14,02 Сухарева Марина 62 Москва, ТР 21,6 Москва  
 14,09 Сергеева Наталья 61 Киев, Д 6,2 Тбилиси также  
 14,27 12,6 Москва  
 14,28 Зарубаева Юлия 62 Киев, С 6,2 Тбилиси  
 14,31 Фимцева Тамара 61 Минск, Б 8,9 Донецк  
 14,42 Павлова Елена 61 Минск, ВС 6,2 Тбилиси также  
 14,62 8,9 Донецк  
 14,45 Унтонайте Неринга 63 Вильнюс, Ж 18,5 Сочи  
 14,64 Ажел Светлана 63 Горький, Т 16,8 С д/К  
 14,71 Занкина Елена 64 Димитровград, Т 18,5 Сочи  
 14,73 Жорина Ирина 61 Тольятти, Т 18,5 Сочи  
 14,73 Киви Кайе 61 Таллин, К 13,9 Кишинев  
 14,83 Березная Лариса 61 Дн, Кл 13,9 Кш  
 14,90 Устинова Татьяна 64 Ташкент, Мх 18,5 Сочи  
 14,92 Шевченко Елена 61 Владимир, Т 13,9 Одесса  
 14,93 Ковтунова Виктория 64 Жданов, Л 18,5 Сочи  
 14,93 Большова Виктория 64 Кишинев, Д 18,5 Сочи  
 14,97 Ганченко Наталья 61 Москва, ТР 13,9 Кш  
 14,98 Цикеева Елена 63 Запорожье, А 13,9 Кишинев  
 14,99 Никулина Марина 63 Донецк, ТР 18,5 Сочи  
 15,09 Русанова Ирина 62 Тула, ТР 13,9 Одесса  
 15,10 Шарова Ирина 62 РСФСР, Т 6,2 Тбилиси  
 15,13 Кушири Тамара 62 Донецк, А 6,2 Тбилиси

- 13,4 Коршунова Надежда 61 Харьков, С 19,9 Брянск  
 13,6 Сергеева Наталья 61 Киев, Д 24,8 Кишинев  
 13,7 Николаева Ева 62 Ленинград, Т 11,8 Л  
 13,8 Бисерова Елена 62 Ленинград, Л 26,1 Л  
 также 13,9 17,7 Каунас  
 13,8 Богатырева Маргарита 61 Донецк, ТР  
 13,9 Горбунова Наталья 64 Прохладный, ТР 22,3 Ад  
 13,9 Сухарева Марина 62 Москва, С 6,5 Алушта  
 14,0 Унтонайте Неринга 63 Вильнюс, Ж 21,6 Куба  
 14,0 Ажел Светлана 63 Горький, Т 24,8 Горький  
 14,0 Кузнецова Марина 63 Одесса, Д 24,8 Кишинев  
 14,0 Ковтунова Виктория 64 Жданов, Л 1,10 Алушта  
 14,1 Фимцева Тамара 61 Минск, Б 6,8 Харьков  
 14,2 Зарубаева Юлия 62 Киев, С 15,1 Р/Д  
 14,2 Гуськова Ольга 62 Севастополь, А 16,2 Врш  
 14,2 Ерошина Ирина 63 Баку, С 6,5 Алушта  
 14,2 Баркова Галина 63 Киев, А 1,6 Киев  
 14,2 Березная Лариса 61 Дн, Кл 17,7 Кн  
 14,2 Пелюхо Татьяна 61 Дн, Кл 17,7 Зп  
 14,2 Нигамедзянова Татьяна 61 Харьков, Д 6,8 Х  
 14,3 Вохминцева Вера 62 Йошкар-Ола, Т 21,5 См  
 14,3 Коротких Татьяна 64 Северодонецк, А 5,6 Свд  
 14,3 Киви Кайе 61 Таллин, К 17,7 Каунас  
 14,3 Криунова Виктория 61 Ставрополь, Д 25,9 К  
 14,3 Большова Виктория 64 Кишинев, Д

## 400 м с/6

- 58.18 Антонова Екатерина 61 Л. Б 7.9 Дн  
59.45 Филиппина Елена 62 Св. Т 17.5 Сочи  
59.96 Ажель Светлана 63 Горький, Т 17.5 Сочи  
59.98 Подольская Лина 62 Одесса, Д 17.5 Сочи  
1.00.57 Лушенко Татьяна 63 Ленинград, Т 14.9 Кш  
1.00.60 Зиновьева Ольга 61 Пермь, Т 28.4 Сочи  
1.01.13 Баранова Ольга 62 Моск. обл., Т 14.9 Кш  
1.01.62 Годун Галина 63 Дн, А 17.5 Сочи  
1.01.70 Козлова Вера 61 Красноярск, Т 16.8 Влг  
1.01.72 Некрасова Людмила 63 Лабинск, У 17.5 Сч  
1.01.78 Растопчина Лариса 62 Врш, Д 17.5 Сочи  
1.01.80 Зобнина Любовь 61 Алма-Ата, Е 7.9 Донецк  
1.01.91 Музафарова Стелла, 63 Душ. Хсл 17.5 Сочи  
1.02.28 Фартукова Наталья 63 РСФСР, ТР 17.5 Сочи  
1.02.75 Шишко Светлана 63 Киев, Д 17.5 Сочи  
1.02.76 Алыхтина Надежда 61 Пенза, С 28.4 Сочи  
1.03.13 Некрошайте Гражина 63 Пвж, Нм 17.5 Сочи  
1.03.30 Вельшакова Алла 61 Москва, С 14.9 Кш  
1.03.37 Тувакина София 63 Горький, Т 14.9 Кш  
1.03.66 Оглаивили Шорена 64 Тбилиси, Б 14.9 Кш  
1.03.78 Комиссарова Светлана 62 Л, Д 14.9 Кш  
1.04.25 Николаева Ева 62 Ленинград, Т 14.9 Кш  
1.04.49 Коваченкова Светлана 64 Клин ДЮСШ 14.9 Кш  
1.04.69 Лауенштейне Анита 63 Рига, Вп 13.5 Сочи  
1.04.71 Ефимова Елена 61 Смоленск, С 28.4 Сочи

- 58.4 Антонова Екатерина 61 Ленинград, Б 21.8 Л  
58.4 Зиновьева Ольга 61 Пермь, Т 13.9 Зп  
58.4 Ажель Светлана 63 Горький, Т 28.9 Дн  
58.7 Филиппина Елена 62 Свердловск, Т 2.7 Рз  
59.5 Подольская Лина 62 Одесса, Д 23.8 Кишинев  
59.5 Лушенко Татьяна 63 Ленинград, Т 3.9 Дн  
59.5 Годун Галина 63 Днепропетровск, А 7.9 Дн  
59.9 Зобнина Любовь 61 Алма-Ата, Е 18.7 Каунас  
59.9 Петрова Ирина 61 Ленинград, ТР 18.7 Каунас  
1.00.0 Плото Эмма 62 Молодечно 18.7 Каунас  
1.00.1 Абрамова Лариса 61 Горький, Д 26.9 Киев  
1.00.5 Шишко Светлана 63 Киев, Д 12.7 Челябинск  
1.00.5 Тувакина София 63 Горький, Т 14.8 Дэр  
1.00.6 Кабанова Елена 61 Коломна, Т 18.7 Каунас  
1.00.6 Козлова Вера 61 Ульяновск, Т 8.8 Харьков  
1.00.9 Валиева Софья 61 Зушанбе, С 12.7 Каунас  
1.01.0 Лауенштейн Анита 63 Талсы, Вп 12.7 Ч  
1.01.2 Егорова Наталья 62 Новосибирск, У 2.7 Рз  
1.01.3 Большакова Алла 61 Москва, С 18.7 Каунас  
1.01.5 Музафарова Стелла 63 Душанбе, Хсл 12.7 Ч  
1.01.5 Тарасенко Татьяна 61 Кргд, ТР 15.8 А-А  
1.01.5 Рудницкая Галина 62 Минск, Д 23.8 Кишинев  
1.01.6 Растопчина Лариса 62 Ворошиловград, Д Врш  
1.01.7 Григорьева Ольга 62 Ленинград, Т 8.8 Х  
1.01.9 Стась Ольга 61 Караганда, ТР 15.8 А-А  
1.01.9 Комиссарова Светлана 62 Л, Д 21.8 Л  
1.01.9 Деревянская Лариса 61 Черновцы, А 8.9 Уж

## 4×100 м

- 47.02 СССР (Азаршвили М., Козловская А. Жданова И., Унтонайе Н.) 27.8 Сантьяго д/К  
47.10 «Трудовые резервы» (Тузинова Л., Козловская А., Титова М., Стецуря Е.) 17.5 Сочи  
48.20 Сельские общества (Лущинская А., Добрых И., Талантукайте Д., Йоч К.) 17.5 Сочи  
48.50 «Авангард» (Борисова Г., Поздня Л., Реннер Э., Ганжа Л.) 17.5 Сочи  
48.83 «Енебек» (Макарова Е., Зинина Н., Машукова Е., Гергель Т.) 17.5 Сочи  
48.83 «Динамо» (Нестерова Л., Иванова М., Сергеева Н., Баранова Н.) 13.8 Сочи  
49.36 «Водник» (Чистякова Г., Курская Т., Шардулевич Е., Сырых Т.) 17.5 Сочи  
49.86 «Мехнат» (Кокарева С., Чистякова Т., Тихонина И., Тарская И.) 17.5 Сочи

- 45.3 РСФСР (Малахова Е., Михеева Г., Позднякова А., Золотарева О.) 18.7 Каунас  
46.3 Белорусская ССР (Савик И., Зенько М., Йоч К., Панова И.) 19.7 Каунас  
46.6 Украинская ССР (Сотниченко Л. Яцук Е., Тюрина Е., Поздня Л.) 18.7 Каунас  
46.6 Украинская ССР 27.9 Бухарест  
47.0 «Динамо» (Фомичева М., Нестерова Л., Зуева С., Аюкян Л.) 12.7 Челябинск  
47.3 РСФСР «Буревестник» (Лисицкая Г., Фомичева О., Вольфсон Г., Кутырева Л.) 2.7 Рязань Украинская ССР «Динамо» (Старжинская Е., Филиппова В., Молдованова Т., Жданова В.) 3.7 Оренбург  
47.4 «Трудовые резервы» (Курбатова С., Козловская А., Иванова Т., Стецуря Е.) 12.7 Челябинск  
47.4 Москва (Шишлина Н., Дугова Н., Кузнецова Ю., Сухарева М.) 18.7 Каунас  
47.6 Вооруженные Силы (Луговая Е., Осипова И., Лоза Н., Тюрина И.) 12.7 Челябинск  
47.6 Литовская ССР (Духнович И., Гранскайте Р., Грумодайте В., Ремеркевич В.) 19.7 Каунас  
47.7 РСФСР «Динамо» (Фомичева М., Аюкян Л., Зуева С., Титова Ю.) 3.7 Оренбург  
47.7 «Динамо» (Зуева С., Фомичева М., Слабун Н., Нестерова Л.) 15.9 Львов  
47.8 Ленинград (Висерова Е., Николаева Е., Фролова Т., Маркелова С.) 18.7 Каунас  
48.0 Москва «Зенит» (Шишлина Н., Киселева Г., Кочеткова Н., Дугова Н.) 1.6 Москва

- 48.0 «Труд» (Медведева Л., Колупанова Е., Немчинова С., Широкова Н.) 12.7 Челябинск  
48.0 Казахская ССР (Гончарова Р., Моргунова З., Казакова Н., Зобнина Л.) 19.7 Каунас  
48.1 Латвийская ССР (Береза А., Петерсоне А., Браммане Л., Плукина В.) 19.7 Каунас  
48.2 «Труд» (Догутенко Л., Тютюникова Н., Самотепова Л., Жорина И.) 2.7 Рязань  
48.2 РСФСР «Спартак» (Катаева И., Катаева Г., Звягинцева Н., Позднякова И.) 2.7 Рязань  
48.3 «Красное Знамя» (Семенова С., Войсехович Н., Василевская Н., Новак Л.) 12.7 Челябинск  
48.3 Молдавская ССР (Собекая Л., Денета С., Мишинская В., Крыжановская Т.) 19.7 Каунас  
48.4 «Мехнат» (Устинова Т., Котова И., Тупикова С., Тарская И.) 12.7 Челябинск  
48.6 Москва «Спартак» (Сухарева М., Золотарева Ю., Романова Т., Волокушина Г.) 1.6 Москва  
48.6 «Спартак» (Морозова А., Мокрая В., Курносова И., Дидых И.) 12.7 Челябинск

## 4×400 м

- 3.38,09 СССР (Жданова И., Некрасова Л., Слабун Л., Ажель С.) 17.8 Сантьяго-де-Куба  
3.41.0 Украинская ССР 28.9 Бухарест  
3.43.2 «Спартак» (Жигалова Л., Супрунова Н., Кирихина Л., Жданова И.) 18.5 Сочи  
3.43.7 Сельские общества (Некрасова Л., Горбатюк Н., Гендильштейн Ю., Ройайте А.) 11.7 Челябинск  
3.44.1 «Спартак» (Жданова И., Гончарова Е., Морозова И., Кирихина Л.) 11.7 Челябинск  
3.44.7 «Динамо» (Иванова М., Подольская Л., Абрамова Л., Слесарчук Н.) 14.8 София  
3.45.6 Казахская ССР (Быкбаева И., Моргунова З., Зобнина Л., Паулюкайте Н.) 19.7 Каунас  
3.46.5 «Зенит» (Григорьева О., Николаева Е., Ившина С., Филиппина Е.) 18.5 Сочи  
3.47.1 «Трудовые резервы» (Колпакова А., Цыганкова А., Цыганкова С., Иванова Т.) 18.5 Сочи  
3.47.3 «Динамо» (Владыкина О., Слабун Л., Невежина М., Шишко С.) 11.7 Челябинск  
3.47.3 «Труд» (Зайцева В., Беляева В., Копытина В., Плаксина С.) 11.7 Челябинск  
3.49.0 Вооруженные Силы (Лигуч С., Шишкина И., Ивлева В., Замышева А.) 11.7 Челябинск  
3.50.0 «Зенит» (Заварухина Л., Лесных Л., Кузнецова И., Плотникова С.) 11.7 Челябинск  
3.50.0 «Трудовые резервы» (Иванова Т., Цыганкова С., Политова О., Цыбалков В.) 11.7 Челябинск  
3.50.5 Спортклуб «Фис» (Шаброва О., Голованова В., Симкина Е., Захарова И.) 11.7 Челябинск  
3.52.0 «Красное Знамя» (Симанович В., Воробьева Т., Сайко М., Майтик Е.) 11.7 Челябинск  
3.53.4 «Авангард» (Башина Н., Мороз Г., Ганжа Л., Линкина В.) 11.7 Челябинск  
3.58.9 Москва «Спартак» 25.5 Москва

## Высота

- 1.92 Серкова Марина 61 Ленинград, С 12.6 Москва  
1.88 Годинчук Марина 64 Караганда, Е 25.5 Тш  
1.85 Одиноква Светлана 62 Брянск, Т 16.3 Пермь также 1.83 17.5 Сочи  
1.84 Ившина Светлана 62 Новгород, Т 20.6 С-Нак  
1.83 Косцинина Лариса 63 Моск. обл., У 24.2 Х  
1.83 Абдулина Зульфия 62 Пермь, Т 20.4 Пятигорск  
1.83 Чугунова Светлана 63 Калуга, Т 12.7 Ч  
1.83 Рузакова Ирина 62 Тула, ТР 13.9 Одесса  
1.82 Николаева Наталья 63 Фрунзе, Б 22.2 Тбилиси также 1.80 17.5 Сочи  
1.81 Ласмае Байба 63 Вентспилс, Дг 10.5 Лиепая  
1.81 Покубайските Виргиния 61 Вильнюс, Д 17.5 Кн  
1.81 Мамаева Марина 62 Алма-Ата, С 20.6 Алма-Ата  
1.81 Петерхофа Инесса 62 Толляно, Вп 9.8 Калуга  
1.81 Казаковцева Стелла 63 Смоленск, У 27.12 Вт  
1.80 Шатун Галина 63 Свердловск, Б 18.1 Орд  
1.80 Воронкова Тамара 62 Р/Д, Т 19.1 Брянск  
1.80 Першина Елена 63 Харьков, А 20.1 Харьков  
1.80 Литвинова Оксана 64 Фрунзе, Б 3.2 Пермь  
1.80 Зинатулина Любовь 62 Фрунзе, Б 7.2 Тбилиси  
1.80 Кудрявцева Ольга 62 Кишинев, Д 7.2 Тбилиси  
1.80 Шевченко Елена 61 Владимир, Т 5.3 Донецк  
1.80 Батишева Наталья 64 Изобильный, Б 9.5 Ств  
1.80 Завьялова Лариса 63 Донецк, ОНО 11.5 Донецк  
1.80 Горобец Елена 62 Душанбе, Л 17.5 Сочи  
1.80 Чирва Тасия 62 Полтава, ОНО 25.5 Донецк  
1.80 Баранова Нина 64 Саратов, Д 29.5 Ярославль  
1.80 Керюсова Ирина 63 Моск. обл., С 2.6 Клгт  
1.80 Доронина Марина 61 Челябинск, Д 21.6 Ч  
1.80 Мудрая Оксана 61 Запорожье, Б 18.7 Зп

## Длина

- 6.47 Поздня Любовь 62 Киев, А 18.5 Сочи  
6.44 Чен Иоланда 61 Москва, Т 13.8 Калинин  
6.43 Чистякова Галина 62 Измаил, В 18.5 Сочи  
6.39 Якуш Елена 61 Донецк, ТР 3.8 Полтава  
6.37 Луговая Елена 64 Волгоград, ВС 11.7 Ч  
6.35 Грумодайте Вида 61 Каунас, Ж 18.7 Каунас  
6.34 Огурцова Татьяна 63 Харьков, А 15.6 Харьков  
6.32 Духнович Ирена 62 Вильнюс, Д 18.5 Сочи  
6.30 Ивашенко Людмила 62 Бровары, С 6.8 Донецк  
6.27 Гранскайте Рута 62 Вильнюс, Ж 19.7 Каунас  
6.26 Егорова Галина 63 Павлодар, Е 22.1 Кргд  
6.25 Балута Лариса 65 Запорожье, А 14.9 Кишинев  
6.24 Баранова Нина 64 Саратов, Д 12.4 Ставрополь  
6.24 Березная Лариса 1 Дн, Кш 30.6 Донецк  
6.24 Ившина Светлана 62 Новгород, Т 2.7 Калинин  
6.23 Митяева Елена 63 Евпатория, ТР 28.4 Адлер

- 6.23 Селиверстова Татьяна 62 Рязань, С 12.9 Крг  
6.23 Валентиная Дайва 64 Паневежис, Нм  
6.22 Унтонайе Нерина 63 Вильнюс, Ж 15.6 Вл  
6.22 Стобунская Татьяна 63 Врш, Л 2.10 Ялта  
6.21 Кунайите Риманте 61 Каунас, ТР 8.6 Каунас  
6.20 Данильченко Наталья 62 Минск, Б 19.7 Каунас  
6.20 Лебеда Светлана 61 Шахты, Т 13.7 Р/Д  
6.18 Стецуря Елена 63 У-К, ТР 8.4 Чимкент  
6.18 Нурутдинова Васяля 63, Ташкент, ТР

## Ядро

- 16.97 Козлова Елена 62 Киев, А 22.2 Тбилиси также 16.12 8.5 Сочи  
16.13 Селиванова Елена 62,0, Д 28.9 Бухарест  
15.97 Францева Надежда 61 Москва, Б 18.7 Каунас  
15.84 Линаре Даце 61 Рига, Дг 9.5 Огре  
15.47 Видосова Ижна 61 Волгоград, Б 10.5 Винница  
15.30 Сокол Ольга 62 Брянск, Т 18.7 Каунас  
15.27 Рыбалко Татьяна 61 Никополь, С 21.2 Л. также 15.14 13.5 Харьков  
15.27 Веклич Наталья 61 Ленинград, ТР 23.9 Ер  
15.26 Захаркина Татьяна 63 Киев, Т 22.2 Тбилиси также 15.00 11.6 Сочи  
15.14 Бямбайте Дая 62 Паневежис, Д 6.2 Тбилиси также 15.00 18.5 Сочи  
15.04 Германович Светлана 61 Гродно, ВС 6.2 Т  
14.92 Шюх Марина 63 Караганда, ТР 27.4 Адлер  
14.86 Рюнев Эха 63 Таллин, К 14.9 Кишинев  
14.63 Лисовская Наталья 62 Ташкент, Л 25.2Х  
14.60 Сурина Наталья 61 Врш, Б 27.5 К-Р  
14.52 Немцева Елена 61 Ялта, Б 28.2 Жданов  
14.50 Каратыгина Стелла 63 Одесса, ВС 25.9 О  
14.50 Блонский Тамара 62 Сумы, Кл  
14.48 Даушайте Иолана 61 Вильнюс, Д 18.7 Каунас  
14.45 Татичек Светлана 62 Караганда, ТР 22.4 Фд  
14.45 Ткаченко Виктория 63 Донецк, А 12.7 Ч  
14.42 Иванова Татьяна 61 Баку, ВС 18.7 Каунас  
14.40 Еськова Галина 63 Москва, Б 28.6 Мгн  
14.37 Шатрова Татьяна 61 Караганда, Т 28.5 Анг

## Диск

- 56.92 Кошкарева Галина 61 БО ПВО 23.5 Ереван  
56.64 Баранова Лариса 61 Ставрополь, С 28.5 Пгт  
56.12 Еремينا Надежда 61 Ставрополь, Д 8 Л  
53.30 Антониук Марина 62 Пермь, Т 13.7 Пермь  
53.08 Уле Малда 61 Салдус, Вп 2.5 Рига  
52.64 Юрова Елена 64 Гомель, У 16.7 Брест  
52.16 Кошкинова Елена 61 Кривой Рог, Л 6.8 Дн  
52.14 Михальченко Лариса 63 Харьков, Д 27.9 Бухарест  
51.90 Калита Оксана 61 К, Б 27.9 Велая Церковь  
51.52 Хальпина Оксана 61 Киев, Б 6.8 Донецк  
51.24 Лисовская Наталья 62 Ташкент, Л 24.4 Лес  
51.04 Ярухина Резеда 63 Фергана, Мх 18.5 Сочи  
50.68 Шпельверите Янина 61 Вильнюс, Д 17.7 Кн  
50.64 Кулшина Лариса 63 Алма-Ата, С 24.6 А-А  
50.58 Патока Антонина 64 Чимкент, Е 2.4 Чимкент  
50.44 Ахметьева Зинаида 61 Свердловск, Т 17.7 Кн  
50.16 Платонова Людмила 64 Тирасполь, ТР 13.9 Кш  
50.00 Моторина Надежда 63 Волгоград, У 1.7 Р  
49.70 Германович Светлана 61 Гродно, ВС 17.2 Лес  
49.40 Милинович Нина 63 Харьков, Д 15.6 Харьков  
48.82 Батиенко Маргарита 63 Киев, Б 7.10 Ялта  
48.70 Шабанова Ирина 64 Ставрополь, ТР 28.5 Пгт  
48.38 Селиванова Елена 62 Одесса, Д 23.8 Кишинев  
48.20 Минаева Елена 63 Врш, ОНО 25.5 Врш  
48.00 Хваль Ирина 62 Моск. обл., С 11.5 Калининград

## Копье

- 62.18 Сипова Наталья 61 Душанбе, Хсл 24.5 Сочи  
56.38 Гусева Вера 64 Харьков, А 16.6 Харьков  
54.88 Гумовская Ирина 62 Львов, Д 28.9 Бухарест  
54.74 Ермолава Татьяна 62 Челябинск, Б 20.9 Брн  
54.32 Стрыгина Алла 61 Смоленск, С 6.5 Смоленск  
53.58 Якубенко Наталья 63 Харьков, А 30.9 Алушта  
52.76 Валтере Найра 64 Мурынья, Вп 14.8 Внтс  
51.94 Луг Ольга 62 Харьков, А 5.8 Донецк  
51.92 Бакунова Наталья 61 Ксл, ТР 13.8 Кн  
51.40 Теренченко Марина 61 Р/Д, ТР 15.7 Каунас  
51.08 Ефимова Татьяна 61 Челябинск, Б 1.6 Крг  
50.94 Беляева Татьяна 62 Р/Д, ТР 17.5 Сочи  
50.62 Селюк Елена 61 Витебск, КЗ 25.5 Сухуми  
50.56 Некрошайте Тересе 61 Каунас, Нм 11.6 Шл  
50.52 Бодян Елена 61 Кишинев, Кш 7.9 Донецк  
50.30 Батушкова Вера 62 Дн, А 28.4 Адлер  
50.08 Кинкуте Элига 62 Рига, Д 20.8 Юрмала  
49.94 Школенко Наталья 64 Армавир, С 27.3 Пгт  
49.94 Пестрцова Светлана 61 Алма-Ата, ТР 18.5 М  
49.89 Лисицкая Елена 61 Врш, Б 12.5 Врш  
49.80 Карелина Зоя 61 Ленинград, Д 19.8 Л  
49.72 Косточенкова Ирина 61 Донецк, А 29.5 Дн  
49.60 Лалл Анника 62 Тарту, К  
48.40 Зотова Галина 63 Волгоград, ТР 11.7 Ч  
48.28 Черненко Наталья 65 Одесса, Д 30.9 Алушта

## Пятиборье

- 4225 Ившина Светлана 62 Новгород 1.6 Потсдам 14,81-10,61-1,77-6,20-2.13,6  
4106б Ешеганова Наталья 63 Донецк, А 29.5 Донецк 14,08-11,51-1,75-5,80-2,19,0

- 4088р Данильченко Наталья 62 Минск, Б 19.7 Ки 15.0-10.45-1.68-6.20-2.15.0  
 4085р Русакова Ирина 62 Тула, ТР 2.7 Калинин 15.1-11.26-1.76-5.70-2.28.2  
 4081р Рушките Валда 62 Паневежис, Нм 31.8 Каунас 14.1-12.15-1.66-5.53-2.18.9  
 4037р Фартукова Наталья 63 Прохладный ТР 7.5 Адл 14.3-11.09-1.72-5.43-2.18.0  
 4006р Абдулина Зульфия 62 Перм, Т 19.7 Каунас 15.3-11.22-1.72-5.79-2.18.7  
 3986р Севостьянова Елена 62 Москва, Т 13.5 Сочи 14.9-11.88-1.65-5.94-2.24.6  
 3981р Сивцева Людмила 62 Харьков, С 28.4 Ялта 14.6-11.32-1.65-5.48-2.16.2  
 3971р Сахон Наталья 62 Ленинград, Т 19.7 Каунас 15.4-14.19-1.60-5.60-2.21.9  
 3940р Федотова Наталья 61 Новгород 10.8 Харьков 16.3-12.22-1.72-5.84-2.22.0  
 3867 Шевченко Елена 61 Владимир, Т 14.9 Одесса 14.92-12.62-1.65-5.56-2.31.1  
 3893р Масленикова Марина 61 Л, Т 19.7 Ки 14.8-10.46-1.75-5.28-2.21.0  
 3879р Арнаткавичуте Виолета 63 Каунас, Ж 24.6 Ки 15.6-13.44-1.66-5.56-2.28.8  
 3875р Павникшките Инна 61 Вильнюс, Нм 19.7 Ки 15.9-10.90-1.75-5.31-2.26.3  
 3842р Филатова Светлана 64 Киров 11.7 Ч 15.4-10.39-1.66-5.82-2.22.4  
 3840р Чекмарева Ирина 61 Улан-Удэ 5.10 Чарджоу 14.6-12.28-1.69-5.32-2.33.5  
 3831р Дрижюте Виргина 62 Каунас, Ж 19.7 Каунас 15.8-11.55-1.64-5.78-2.23.8  
 3783 Коноваленко Ольга 62 Барнаул, Д 14.9 О 15.17-11.51-1.68-5.21-2.25.5  
 3805р Лобухина Светлана 63 Дмтг, С 11.7 Ч 15.4-12.13-1.66-5.80-2.35.3  
 3788р Вершинина Ольга 62 Тбилиси, Л 13.5 Сочи 15.0-10.44-1.60-5.70-2.23.4  
 3771р Есина Елена 64 Ставрополь, У 2.7 Ч 16.3-10.91-1.68-5.54-2.20.3  
 3741р Пенкрат Ирина 61 Минск, С 1.6 Пинск 15.3-12.70-1.58-5.50-2.31.5  
 3738р Кириченко Ольга 63 Алма-Ата, С 3.7 Курган 15.2-11.88-1.60-5.47-2.30.4  
 3718р Мосолова Альбина 62 Воскресенск 19.7 Ки 16.0-9.84-1.68-5.24-2.15.7

## Семиборье

- 5639р Ившина Светлана 62 Новгород 2.7 Калинин 14.4-10.71-1.80-2.61-6.24-32.46-2.19.2  
 5462 Русакова Ирина 62 Тула, ТР 14.9 Одесса 15.09-11.66-1.83-26.30-5.72-32.26-2.23.6  
 5475р Есеганова Наталья 63 Донецк, А 29.5 Донецк 14.8-11.51-1.75-25.9-5.80-30.02-2.19.0  
 5420р Коноваленко Ольга 62 Барнаул, Д 18.5 Брил 15.3-11.80-1.70-26.5-5.47-38.60-2.20.4  
 5415р Костюченкова Ирина 61 Донецк, А 29.5 Дн 15.6-13.88-1.63-27.8-5.21-49.72-2.21.5  
 5396р Абдулина Зульфия 62 Пермь 28.9 Дн 15.3-11.20-1.77-26.1-5.77-31.04-2.23.0  
 5267 Шевченко Елена 61 Владимир, Т 14.9 Одесса 14.92-12.62-1.65-26.23-5.56-33.26-2.31.1  
 5197 Рушките Валда 62 Паневежис, Нм 14.9 Кш 15.20-11.82-1.69-27.07-5.62-36.00-2.33.3  
 5271р Данильченко Наталья 62 Минск, Б 5.7 Врест 15.0-10.93-1.60-26.3-6.03-29.20-2.19.0  
 5250р Федотова Наталья 61 Новгород 27.9 Дн 16.4-12.60-1.74-26.0-5.50-30.20-2.22.9  
 5084 Коротких Татьяна 64 Северодонецк, А 14.9 О 15.17-11.05-1.68-27.21-5.56-28.20-2.23.27  
 5113р Арнаткавичуте Виолета 63 Каунас, Ж 24.6 Ки 15.6-13.44-1.66-27.3-5.56-28.56-2.28.8  
 5058р Котенкова Людмила 61 Алма-Ата, ТР 1.6 А-А 15.8-12.37-1.67-27.4-5.44-32.48-2.30.8  
 5057р Никитина Лариса 65 Кострома, С 13.7 Птг 15.8-11.71-1.60-27.1-5.81-32.78-2.29.6  
 5021р Чекмарева Ирина 61 Улан-Удэ, ТР 29.5 Ств 15.3-12.11-1.65-26.6-5.33-20.73-2.26.8  
 5003р Пенкрат Ирина 61 Минск, С 5.7 Врест 16.4-11.93-1.60-27.2-5.03-35.60-2.24.6  
 4906 Рацу Любовь 61 Кишинев, Мл 14.9 Кишинев 15.91-11.18-1.60-27.58-5.43-35.60-2.33.4  
 4852 Дрижюте Виргина 62 Каунас, Ж 14.9 Кишинев 17.38-10.92-1.69-26.84-5.77-28.16-1.33.0  
 4920р Шемет Ирина 63 Минск, ТР 20.8 Кисловодск 15.3-10.60-1.58-27.0-5.71-27.50-2.29.0  
 4901р Якимова Ранса 61 Алма-Ата, С 1.6 Алма-Ата 15.0-11.67-1.58-26.1-5.54-23.64-2.36.1  
 4813 Киши Тайми 61 Таллин, Нр 14.9 Кишинев 15.97-10.99-1.60-26.90-5.49-36.70-2.41.8  
 4883р Кобылкова Светлана 63 Красноярск, У 4.10 Ад 15.0-9.31-1.60-26.0-5.64-26.06-2.32.4

- 4871р Николаенко Светлана 62 Минск, ТР 20.8 Ксл 15.6-11.60-1.63-27.9-5.62-23.90-2.27.1  
 4866р Рассказова Татьяна 65 Куйбышев 28.9 Дн 16.3-10.88-1.60-25.8-5.42-25.50-2.27.6  
 4809р Жилоте Регина 62 Паневежис, Нм 1.9 Каунас 15.7-11.21-1.55-26.4-5.34-27.82-2.32.2

Лучшие результаты  
 многоборков 1961 г.  
 рождения и моложе  
 в видах многоборий в 1980 г.

100 м с/б

- 14.1 Рушките В. 4081р 31.8 Каунас  
 14.3 Фартукова Н. 4037р 7.5 Адлер  
 14.4 Ившина С. 5639р 2.7 Калинин  
 14.6 Сивцева Л. 3981р 28.4 Ялта  
 14.6 Чекмарева И. 3840р 5.10 Чарджоу

Ядро

- 14.30 Костюченкова И. 5103р 13.9 Одесса  
 14.19 Сахон Н. 3971р 18.7 Каунас  
 13.75 Арнаткавичуте В. 4900 8.9 Кишинев  
 12.70 Пенкрат И. 3741р 31.5 Пинск  
 12.62 Шевченко Е. 5267р 13.9 Одесса

Высота

- 1.84 Ившина С. 4219р 6.9 Лаге  
 1.83 Русакова И. 5462р 13.9 Одесса  
 1.78 Есеганова Н. 4026р 16.8 Куба  
 1.77 Абдулина З. 5366р 27.9 Днепропетровск  
 1.75 Масленикова М. 3893р 18.7 Каунас

200 м

- 25.8 Рассказова Т. 4866р 27.9 Днепропетровск  
 25.9 Есеганова Н. 5475р 29.5 Донецк  
 26.22 Ившина С. 5474р 14.9 Одесса  
 26.0 Федотова Н. 5250р 28.9 Днепропетровск  
 26.30 Русакова И. 5462р 14.9 Одесса

Длина

- 6.24 Ившина С. 5639р 2.7 Калинин  
 6.20 Данильченко Н. 4088р 19.7 Каунас  
 5.94 Севостьянова Е. 3986р 13.5 Сочи  
 5.84 Есеганова Н. 3898р 29.4 Ялта  
 5.79 Абдулина З. 4006р 19.7 Каунас

Копье

- 49.72 Костюченкова И. 5415р 29.5 Донецк  
 46.12 Коноваленко О. 5419р 2.7 Калинин  
 36.70 Киши Т. 4813 14.9 Кишинев  
 36.06 Никитина 4954р 4.10 Адлер  
 36.00 Рушките В. 5197 14.9 Кишинев

800 м

- 2.14,3 Ившина С. 5474 14.9 Одесса  
 2.14,4 Сивцева Л. 3820р 19.7 Каунас  
 2.15,0 Данильченко Н. 4088р 19.7 Каунас  
 2.16,3 Павникшките И. 3875р 19.7 Каунас  
 2.18,7 Абдулина З. 4006р 19.7 Каунас

## ПРИНЯТЫЕ СОКРАЩЕНИЯ ГОРОДОВ

А-А — Алма-Ата, Адл — Адлер, Анг — Ангарск, Андж — Анджиан, Арх — Архангельск, Аст — Астрахань, Аш — Ашхабад, Бгр — Белгород, Б-Д — Белгород-Днестровский, Бдн — Буденновск, Бобр — Боруиск, Бид — Бендеры, Бри — Брянск, Брид — Барнаул, Брч — Барановичи, Бух — Бухара, В — Воронеж, Вл — Вильнюс, В-Л — Великие Луки, Вин — Винница, Влг — Волгоград, Влад — Владивосток, Влад — Владимир, Влж — Волжский, Влвр — Валмиера, Ван — Вильянда, Внтс — Вентспилс, Врш — Ворошиловград, Вт — Витебск, Г — Горький, Гм — Гомель, Гр — Грозный, Дг — Даугавпилс, Дэр — Дзержинск, Дитг — Димитровград, Дн — Днепропетровск, Дндз — Днепродзержинск, Дрс — Друскиенкай, Дн — Донецк, Душ — Душанбе, Евп — Евпатория, Есит — Ессентуки, Ер — Ереван, Жд — Жданов, Жт — Житомир, Зп — Запорожье, И — Иркутск, Иви — Иваново, Иж — Ижевск, И-Фр — Иваново-Франковский, Й-О — Йошкар-Ола, К — Киев, Кб — Куйбышев, Кем — Кемерово, Кз — Казань, Кл — Клайпеда, Клг — Каунас, Клан — Калинин, Кланг — Калининград, Ки — Каунас, К-Р — Кривой Рог, Кр — Краснодар, Крвт — Кировоград, Крдг — Караганда, Крг — Курган, Крс — Красноярск, Крч — Кременчуг, Ксл — Кисловодск, К-Под — Каменец-Подольский, К-Ч — Кирово-Чепецк, Кш — Кишинев, К-Я — Кокша-Ярвс, Л — Ленинград, Лв — Львов, Лен — Ленинск, Лес — Леселидзе, Ллк — Ленинскан, Ллц — Липецк, М — Москва, Мг — Могилев, МГД — Магадан, Мгн — Магнитогорск, Мад — Молодечно, Млх — Малаховка, Ми — Минск, Мс — Миасс, Мур — Мурманск, Н — Нальчик, Нвг — Новгород, Нни — Невинномысское, Нчч — Новочеркасск, Нкл — Николаев, Нклп — Никополь, Нс — Новосибирск, Нфт — Нефтегорск, Н-Ч — Набережные Челны, О — Одесса, Ом — Омск, Орб — Оренбург, Орд — Орджоникидзе, П — Пермь, Пвл — Павлодар, Плт — Подтава, Пнжж — Паневежис, Под — Подольск, Прву — Первоуральск, Птг — Патигорск, Птр — Петрозаводск, П-Х — Переяслав-Хмельницкий, Р — Рига, Р/Д — Ростов-на-Дону, Рз — Рязань, Рыб — Рыбинск, Св — Свердловск, Свд — Сероводонецк, Свст — Севастополь, С д/К — Сантьяго-де-Куба, Си — Смоленск, Смп — Семипалатинск, Спр — Самарканд, Сиф — Симферополь, С-Нак — Сантьяго-Наказава, Ств — Ставрополь, Т — Тбилиси, Тги — Таганрог, Тл — Таллин, Тиб — Тамбов, Том — Томск, Три — Тернополь, Трс — Тирасполь, Тт — Тольятти, Тш — Ташкент, Ужг — Ужгород, Ул — Ульяновск, У-К — Усть-Каменогорск, У-У — Улан-Удэ, Ф — Фрунзе, Фд — Феодосия, Х — Харьков, Хаб — Хабаровск, Хм — Хмельницк, Цлг — Целиноград, Ч — Челябинск, Чбк — Чебоксары, Чмк — Чимкент, Чр — Чернигов, Чрк — Черкассы, Чри — Черновцы, Шл — Шауляй, Шлк — Шелково, Ю-С — Южно-Сахалинск, Юр — Юрмаза.

## УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ ОБЩЕСТВ

А — «Авангард», Ал — «Алга», Аш — «Ашхатанк», Б — «Буревестник», В — «Водник», Вл — «Варпа», ВС — «Вооруженные Силы, Г — «Гантлади», Д — «Динамо», Дг — «Даугава», Е — «Енебек», Ж — «Жальгирис», З — «Зенит», Зх — «Захитча», Й — «Йиуд», К — «Калева», КЗ — «Красное Знамя», Кл — «Колос», Клм — «Калмеурне», Кр — «Кайрат», Ккл — «Колхознику», Кччч — «Колхозчи», Кччу — «Колхозчу», Л — «Локомотив», Мл — «Молдова», Мх — «Мехнат», Мхс — «Мехсул», И — «Нефтчи», Им — «Нямунас», Нр — «Ноорус», Оно — Отдел народного образования, Пх — Пахтакор, С — «Спартак», Си — Спортивный интернат, Т — «Труд», Тд — Таджикистан, Тр — «Трудовые резервы», У — «Урожай», Хсл — «Хосилот».

Списки 50 лучших легкоатлетов СССР и 25 молодых легкоатлетов составили члены АТФС И. Лошкин (отдел научно-технической информации ГЦОЛИФК). В работе по составлению списков помощь оказали спорткомитеты союзных республик, центральные советы добровольных спортивных обществ и спортивные статистики В. Андреев (Москва), Р. Белов (Горький), Н. Белых (Киев), Ю. Берисон (Рига), М. Богуславский (Ленинград), М. Векляя (Ереван), Д. Городецкий (Киев), Ю. Гусев (Новосибирск), Г. Джарагетти (Ашхабад), Ю. Жиров (Алма-Ата), В. Зеленичюк (Москва), А. Катков (Хабаровск), В. Киселев (Ростов-на-Дону), Т. Козырева (Киев), В. Кузьмин (Ульяновск), В. Куликов (Кострома), Г. Литвинов (Челябинск), Л. Лысаков (Смоленск), Р. Моргулис (Львов), Н. Мудрик (Москва), Ю. Нератов (Иваново), В. Осенян (Ереван), Я. Отсассон (Таллин), В. Пюнтек (Свердловск), Ю. Русанов (Москва), А. Стагис (Рига), В. Стариков (Харьков), В. Степанов (Ленинград), Л. Старовойтова (Донецк), Э. Тезяги (Таллин), А. Ушаков (Москва), Л. Хейля (Таллин), П. Шорец (Волгоград), Л. Эпштейн (Харьков). Списки 25 лучших легкоатлетов мира составил В. Андреев, член АТФС.



## брат брату не поверил

Когда на дорожке Большой спортивной арены в Лужниках появился лидер олимпийских состязаний по ходьбе на 20 км, в стане итальянских болельщиков творилось что-то невообразимое. Еще бы! Последние метры по олимпийскому стадиону преодолевал их соотечественник — Маурицио Дамиано. А ведь никто и предположить не мог, что этот 23-летний парень способен стать олимпийским чемпионом.

Вскочил с места экспансивный президент Итальянской легкоатлетической федерации Примо Небиоло, выбежал на поле, обнял только что финишировавшего спортсмена. На трибунах появились десятки итальянских флагов. Крики, ликование... Корреспондент миланской «Гадзетта делло спорт» Джанни Мерло напишет потом: «В те секунды у всех у нас мурашки побежали по телу. О, прекрасные мгновения победы! Победы, о которой мы и мечтать не могли!»

А новоиспеченный олимпийский чемпион, едва придя в себя, встал у финишной черты. Он от души обнимал каждого, кто заканчивал дистанцию. Но вот одиннадцатым финишировал спортсмен с эмблемой НОК Италии на груди. Зрители, сидевшие недалеко, ахнули от удивления: этот спортсмен был необыкновенно похож на победителя.

Маурицио обнял своего брата-близнеца Джорджо. «Я — чемпион!» — воскликнул он. И надо же, Джорджо не поверил. Решил, что брат его разыгрывает — слишком уж сказочной была услышанная весть...

Потом они, взявшись за руки, ушли под трибуны стадиона, счастливо разговаривая о том, что это общая победа — не только Маурицио и Джорджо, но и их родителей, и старшего брата Сандро.

Маурицио и Джорджо родились 6 апреля 1957 г. в городке Скарнафиджи недалеко от Генуи. Семья небогатая. Мать — Нина — акушерка. Отец — Джованни — преподаватель физкультуры. Он-то и привил сыновьям любовь к спорту.

А ходьбой Маурицио и Джорджо увлеклись из-за брата. Тот, на семь лет старше, когда-то сам увлекался ходьбой. Потом стал учителем физкультуры в школе, где занимались младшие братья. Однажды руководство школы дало ему задание: создать команду по спортивной ходьбе, которая после тренировок должна была выступить в детских соревнованиях. В команду эту Сандро сразу же включил братьев. Во-первых, оба они увлекались легкой атлетикой (правада, бегом), а во-вторых, все-таки были бы под присмотром.

Надо сказать, что в Ломбардии спортивная ходьба очень популярна. Здесь родились многие известные спортсмены, даже олимпийские чемпионы. Так, Абдон Памич завоевал золотую медаль в ходьбе на 50 км в 1964 г. — на Олимпийских играх в Токио. Но с тех пор итальянцы не очень-то блистали. Эстафету в 1980 г. суждено было принять Маурицио.

А пока братья под присмотром Сандро делали первые шаги в спорте. И, надо сказать, поначалу выделялся Джорджо. Он был более трудолюбив, много работал над техникой. «Упорство Джорджо всегда на меня действовало, заставляло тянуться за братом», — рассказывает Маурицио. — Ведь я по натуре немного ленив и тренироваться очень не любил...»

В 1975 г. — первый серьезный международный старт. В Афинах — на чемпионате Европы среди юниоров. Маурицио оказался четвертым на десятикилометровой дистанции. Кстати, и тогда он выступал вместе с братом. Джорджо оказался совсем рядом — занял шестое место.

Шли годы, братья набирались опыта. Они часто стартовали, но обычно Маурицио показывал лучший результат. «Брат, конечно же, талантливый меня», — признается Джорджо. — И я всегда считал себя вторым номером нашей семейной команды. Как мог помогать брату, поддерживал его, понимая, что успех придет прежде всего к нему, к Маурицио...»

В 1978 г. Маурицио выступил на первенстве Европы в Праге. Дебют на столь ответственном турнире был достаточно успешным — шестое место. Через год — в семьдесят девятом — Дамиано приехал в Москву, участвовал в Спартакиаде народов СССР. Вновь был шестым. Но главное — познакомился с трассой, с соперниками. И стал готовиться к Олимпийским играм.

Маурицио считают неожиданным олимпийским чемпионом. Действительно, до 1980 г. особых успехов на его счету не было. Но по крайней мере однажды он был близок к тому, чтобы всерьез заявить о себе. Это было на розыгрыше Кубка Лугано-79. Всю дистанцию он прошагал просто здорово. За 400 м до финиша был вторым — вслед за мексиканцем Даниэлем Баутистой, олимпийским чемпионом Монреаля. Серебро, казалось, было уже в кармане. И именно в этот момент Маурицио дисквалифицировали — за нарушение правил.

— Думаю, та дисквалификация очень мне помогла, — сказал Дамиано на пресс-конференции после олимпийской победы. — Я так переживал тогда, даже хотел оставить ходьбу, хотя она мне очень нравилась. Сами понимаете, поражение было крайне обидным. Но ходьбу я не бросил, а разохлился на себя. И эта злость меня подхлестнула. Здесь, в Москве, очень внимательно следил за техникой ходьбы. Лугано не должно было повториться.

Лучшие результаты М. Дамиано по годам

	10 км	20 км
1974	46.40,4	—
1975	45.10,2	—
1976	43.36,4	1:29.17,0
1977	43.47,5	1:25.33,0
1978	41.24,8	1:24.57,5
1979	—	1:23.41,2
1980	—	1:21.47,0

Итак, Москва. 24 июля, 17.00. Хотя старт был назначен на вторую половину дня, оказалось все-таки слишком жарко — 30° в тени при 40% влажности. Условия тяжелые. И при этом темп лидеров был удивительно высоким. Первые 5 км группа из одиннадцати человек преодолела за 20,35—20,39. Среди лидеров был и Дамиано. Половина дистанции — 41,25. Впереди уже лишь пятеро — мексиканцы Баутиста и Колин, представители СССР Соломин,

Поченчук и Маурицио. Становится ясно, что медали разыграют именно эти спортсмены.

А затем начались неожиданности. Вскоре судьи дисквалифицируют Колина. За километр с небольшим до финиша — Баутисту. Далеко вперед вырвался Соломин, Маурицио отстает на добрую минуту. Но что это? Дисквалифицирован и Соломин! Дамиано неожиданно становится лидером.

— Теперь главное было не спешить, — рассказывал Маурицио. — Петр Поченчук отставал на минуту, он уже не мог мне помешать. Только бы судьи не заметили огрехов в технике! Я шел и думал: «Лугано! Лугано!» Потом вышел на стадион. Поддержки трибун не слышал — словно какой-то туман окутал меня. Думал о всех нас — семье Дамиано. О том, как отец с матерью сидят у телевизора и волнуются. А отцу уже 65, он пенсионер, и волноваться ему нельзя. Еще думал о братьях, Сандро и Джорджо. О том, что это наша общая победа. Как пересек финишную черту — не помню. Даже удивительно: этот прекрасный момент, самый, может, замечательный в моей жизни, вдруг выпал из памяти. И только ощущение удивительного счастья заполнило душу. Не пропали даром все те усилия, что пришлось приложить в последние годы! Ну а потом был пьедестал почета. И мне было горько, что я не услышал гимна нашей страны, не увидел нашего национального флага. Спасибо болельщикам: они подбадривали меня изо всех сил...

Отметим, что, когда Маурицио и Джорджо прилетели в Москву, на шереметьевской таможне произошел небольшой казус: их перепутали. И в этом нет ничего удивительного, поскольку похожи они удивительно. Рост одинаковый — 183 см. Вес тоже — 70 кг. В общем, братьев не отличить.

Когда Маурицио и Джорджо уезжали домой, подобных сложностей не было: на груди Маурицио сверкала золотая олимпийская медаль. Он все время поглядывал на нее и строил предположения: как встретят их с братом соседи из Скарнафиджи?

Встреча превзошла все ожидания. Их приветствовал весь маленький городок. Веселились до утра. А тон задавал семейный джаз Дамиано, в котором Маурицио играет на саксофоне.

## БЕЗ ПЕРЕДЫШКИ

Волна высших мировых достижений для закрытых помещений прокатилась по стадионам мира прошедшей зимой. А ведь раньше, как правило, вслед за олимпийским годом на какое-то время воцарялось спокойствие. Да и после европейских первенств наблюдалась такая же картина. Но ныне олимпийцы решили не гасить скоростей.

Так, в матче ГДР — Великобритания высшее мировое достижение на дистанции 800 м показал Себастьян Коз — 1.46,0.

Чехословацкая бегунья Ярмила Кратохвиллова добилась высших мировых показателей в беге на 400 м — 49,64 и 200 м — 22,76.

Ирландец Имон Коглен в одном забеге достиг сразу двух рекордных для закрытых помещений результатов: пробежал милю за 3.50,6, а на отметке 1500 м было зафиксировано время 3.35,6.

Главными героями чемпионата Европы в Гренобле, безусловно, стали победители в прыжковых видах. Прыгун с шестом из Франции Тьерри Виньерон все-таки перебрался через рубеж 5,70. После измерения взятой им высоты оказалось, что она равнялась 5,71 — высшее мировое достижение.

Почти аналогичного успеха добился наш Шамиль Аббясов в тройном прыжке. На 1 см улучшил он рекордный результат Геннадия Валюкевича. Третьим высшим мировым стал прыжок в длину спортсменки из ФРГ Карин Хэнель — 6,74. Да и в прыжке в высоту удалось потревожить рекордные высоты. Победительница Московской олимпиады Сара Симеони выиграла состязания в Гренобле с высоким результатом — 1,97. Словно и не было напряженной олимпийской борьбы, нелегких месяцев предолимпийских тренировок. В Гренобле Симеони выглядела такой же сильной и прыгучей, как и в олимпийском секторе Лужников.

Выступали в Гренобле и многие сильнейшие прыгуны в высоту. К сожалению, не повезло Ясеку Вшоле, преодолевшему перед чемпионатом 2,28. Уже во Франции на тренировке Вшола серьезно травмировался за день до соревнования и был вынужден возвратиться домой. Известные прыгуны из ФРГ Дитмар Мёгенбург и Карло Тренхардт заняли на чемпионате второе и третье места с результатом 2,25. А первым был швейцарец Роланд Дальхойзер — 2,28.

Отметим, что в феврале на соревнованиях «Прыжок под музыку» Мёгенбург и Тренхардт взяли высоту 2,28. Среди атлетов ФРГ, успешно выступавших минувшей зимой, выделялся и Харальд Вебер. Впервые в мире он пробежал в закрытом помещении 400 м за 45,96.

Не успел закончиться чемпионат в Гренобле, как пришло волнующее известие из США. Молодой прыгун в длину Карл Льюис, бронзовый призер Спартакиады народов СССР 1979 г.,

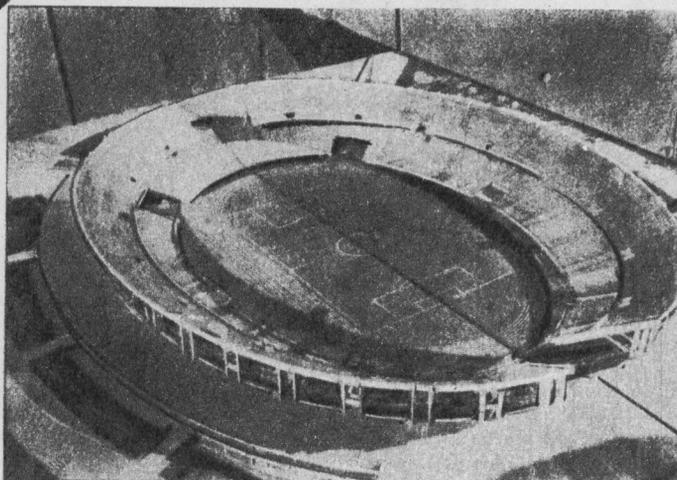


**Обладательница высших мировых достижений для закрытых помещений в беге на 200 и 400 м Ярмила Кратохвиллова из Чехословакии**

показал 8,50. Вторым был Ларри Мирикс — 8,30. Как всегда, самых высоких скоростей достигли американские спринтеры на коротких зимних дистанциях. Чаше всего повторялись уже хорошо известные нам имена Стенли Флойда, Джеймса Сэнфорда и Ренальдо Нехемин. Преодолеи высоту 2,33 Джефф Вудард.

Особо следует сказать о стартах легкоатлетов ГДР. Здесь многие из сильнейших зимой не выступали. Ряд атлетов продолжили подготовку для стартов в майских соревнованиях. А вот, например, Марлиз Гёр прошла через операцию ахиллова сухожилия. Травмировался Герд Вессиг. Те же, кто соревновался показывали достаточно солидный уровень подготовленности. Марита Кох на дистанции 60 м повторила высшее европейское достижение Гёр — 7,10. За 52,0 пробежала 400 м Бэрбель Веккель. Многоборка Рамона Нойберт прыгнула на 6,72. На 20,91 послала ядро неутомимая Илона Слупянек. А толкатель ядра Питер Блок показал 20,53 (лучший зимний результат сезона в Европе).

ОТОВСЮДУ  
О РАЗНОМ



ГОТОВЯТСЯ К ЧЕМПИОНАТУ

В Греции продолжается подготовка к предстоящему в будущем году чемпионату Европы, который состоится в начале сентября в Афинах. Строится новый стадион. Впоследствии он должен стать частью большого спортивного комплекса, возводимого с перспективой проведения там олимпийских состязаний. При проектировании стадиона этим занималась компания из ФРГ, тщательно изучалось влияние местных погодных условий на состязания в различных видах.

Уже известны квалификационные нормативы для участия в первенстве Европы. Мужчины. 100 м — 10,3 (10,54). 200 м — 21,00 (21,24). 400 м — 46,8 (46,94). 800 м — 1.47,4. 1500 м — 3.40,0. 5000 м — 13.40,0. 10 000 м — 28.30,0. 110 м с/б — 14,0 (14,24). 400 м с/б — 51,0 (51,14). 3000 м с/п — 8.32,0. Высота — 2,20. Длина — 7,80. Тройной — 16,45. Шест — 5,30. Ядро — 19,00. Диск — 60,00. Копье — 80,00. Молот — 70,00. Десятиборье — 7650 (7550). Женщины. 100 м — 11,4 (11,64). 200 м — 23,6 (23,84). 400 м — 53,00 (53,14). 800 м — 2.03,0. 1500 м — 4.10,0. 3000 м — 9.15,0. 100 м с/б — 13,4 (13,64). 400 м с/б — 58,6 (58,74). Высота — 1,86. Длина — 6,40. Ядро — 16,75. Диск — 56,00. Копье — 55,00. Семиборье — 5750 (5680).

Добавим, что в этом году хозяева европейского чемпионата принимают у себя финал «В» Кубка Европы, победитель которого получит возможность участвовать в главном финале.

«ГРУППА ТАНЧИЧА»

Драган Танчич, тренер прыгунов в высоту из ФРГ, приступил к подготовке своих атлетов в новом межолímpийском цикле. Отметим, что услугами этого опытного тренера пользуются прыгуны и из других западноевропейских стран. В марте «Группа Танчича», так называют атлетов, тренирующихся под руководством Драгана, отправилась на трехнедельный тренировочный сбор в Испанию. Среди этих атлетов — четыре прыгуна высшего класса, превзошедшие высоту 2,30 — Дитмар Мёгенбург, Карло Тренхардт, Андре Шнайдер и Герд Нагель, а также резерв, те, кто должен будет поддерживать лидеров — Андреас Зурбек, Холгер Мартен, Харальд Элке.

Несмотря на силу элиты прыгунов в высоту из ФРГ, на зимнем чемпионате Европы победа неожиданно досталась атлету из Швейцарии Роланду Дальхойзеру.

— Немецкие прыгуны — не боги, — заявил Роланд после соревнования. — Они могут и проигрывать. У меня есть одно преимущество — мне не нужно стартовать по сорок раз в сезон, как делают они. Я могу экономнее обращаться с своими силами.

### АДРЕС РЕДАКЦИИ:

103045, Москва, К-45,

Рождественский  
блявар, 10/7

ТЕЛЕФОНЫ:

главного редактора 228-96-72

отделов 228-82-72,

223-04-57

### НАША ОБЛОЖКА

На первой странице — олимпийская чемпионка в прыжке в длину Татьяна Калпакова. На четвертой странице — фотозарисовка о заслуженном тренере СССР Л. М. Эльтермане. Фото в номере Р. Максимов

А-06975. Тираж 76 140 экз. Сдано в набор 9/III 1981 г.

Подписано к печати 27/III 1981 г. Формат 60×90<sup>1</sup>/<sub>8</sub>.

Уч.-изд. л. 8,34. Заказ 547

Производственное объединение «Периодика» Государственного комитета СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли, г. Чехов, Московской области

# на пути к рекордам

В один из погожих летних дней 1932 года на стадионе московского завода «Серп и молот» проходила сдача норм на значок ГТО. Неожиданная заминка в работе принимающих нормативы наступила в тот момент, когда линию финиша почти одновременно пересекли два крепко сложенных парня — чернорабочий Серафим и каменотес Георгий Знаменские. Судьи на финише с недоумением разглядывали секундомеры. «Не может быть! Какие-то новички показывают на 1000 м результаты лучше трех минут!» Такого в судейской практике еще не встречалось. «Не может быть?» — и братья побежали снова. На этот раз стрелки секундомеров остановились еще раньше — на отметке 2.48,0. Не оставалось сомнений — перед судьями были люди исключительной физической одаренности, призванные писать впоследствии яркую страницу в историю отечественной легкой атлетики.

К моменту появления в спорте братьев Знаменских советские легкоатлеты, преодолев на своем пути первый барьер — достижения дореволюционных спортсменов, устремились на штурм следующего барьера — завоевание мировых рекордов. Казалось, что цель эта недостижима, слишком велика была разница между мировыми и отечественными рекордами. Особенно разительно это отставание было в беге на длинные дистанции. К началу 30-х годов рекорды мира на 5000 и 10 000 м, установленные финскими стайерами Л. Лехтиненом и П. Нурми, равнялись 14.17,0 и 30.06,2. Между тем всесоюзные рекорды Александра Маляева и Алексея Максумова на этих дистанциях достигали лишь 15.27,6 и 32.34,0. Специалисты полагали, что на преодоление этого отставания нужны будут долгие годы. Может быть, это было бы и так, если бы не появление на беговых дорожках страны братьев Знаменских. Уже осенью того же 1932 года Серафим поразил спортивную Москву, участвуя в пробеге Химки — Москва.

Серией побед Знаменских отмечен следующий, 1933 год. 30 июля Серафим встречается на дистанции 3000 м с опытным стайером Григорием Потеминим и в упорной борьбе побеждает его. На отборочных соревнованиях к популярному

в те годы матчу трех городов — Москвы, Ленинграда и Киева Серафим выигрывает бег на 5000 м, а Георгий приходит вторым на 1500 м. Победителем Серафим становится и в самом матче. В этом же году начинается продолжавшаяся до 1940 года поразительная эпопея борьбы Знаменских за всесоюзные рекорды. В 1934 году Георгий устанавливает свой первый всесоюзный рекорд на 1500 м (4.04,5), а затем на 3000 м (8.47,4), а Серафим улучшает рекорды страны на 2000 м (5.31,8), дважды на 3000 м (8.47,4 и 8.40,2) и 5000 м (14.56,5 и 14.51,2) и, наконец на 10 000 м (31.53,8). К 1940 году на счету Серафима значились 19 всесоюзных рекордов, у Георгия — 3!

Семь лет тренировок, соревнований, побед и в то же время напряженной, требующей времени и сил учебы в медицинском институте, где братья Знаменские стали государственными стипендиатами. Первый рекорд, установленный Серафимом Знаменским на 5000 м, равнялся 15.04,6, последний, относящийся к

**Более двух десятков рекордов СССР, многочисленные победы на международной арене — таков вклад Серафима и Георгия Знаменских в историю развития легкоатлетического спорта в нашей стране**



1940 году, — 14.37,0. На дистанции 10 000 м Серафим начал с 31.53,8 и остановился в 1939 году на рекорде 30.44,8!

Знаменские входили в число десяти сильнейших стайеров мира, но не имели возможности помериться силами в очном поединке с лучшими зарубежными бегунами. Однако на показательных соревнованиях по бегу в 1934 году на московском стадионе «Динамо» братья Знаменские победили рекордсмена мира в беге на 2000 м финна Эйно Пурье.

Где бы ни выступали Знаменские за рубежом, они неизменно становились победителями. Так было и на мировой Рабочей олимпиаде в Антверпене, и на соревнованиях в Хельсинки, Праге, Париже. Трижды — в 1935, 1937 и 1938 годах братья приходили первыми к финишу кросса «Юманите».

Чем же объяснить феноменальные для тех лет достижения советских стайеров? Конечно, в первую очередь их удивительной физической одаренностью. Корреспондент одной из центральных газет писал, что «Серафим поразительный самородок. Чудовищные сердце и легкие, вправленные в огромную грудную клетку, — все это насажено на стальные ноги». Подобными физическими данными обладали оба брата, так непохожие на обычно худощавых, небольшого роста стайеров того времени.

В основе их успеха лежало и великолепное здоровье, которое они укрепили железным режимом (ежедневная утренняя гимнастика, купание в реке во все времена года, обтирание снегом и даже занятия тяжелой атлетикой). Немалую роль здесь сыграли их настойчивость, упорство. В начале 30-х годов мне довелось наблюдать за тренировками Знаменских на стадионе, который сейчас носит имя «Юные пионеры». Получив задание от своего тренера В. Стеблева, Серафим и Георгий с удивительной пунктуальностью выполняли его. Уже в то время помимо равномерного длительного бега они применяли переменный и повторный бег на отрезках 300—400 м, не забывали и о работе над скоростью. Объем их тренировочных нагрузок по тем временам был значительным.

Живя под Москвой, Серафим и Георгий постоянно делали пробеги Никольское — Москва или Тарасовка — Моск-

ва. А в столице трассами бега для них стали московские улицы — обычно от Никитских ворот до Пушкинской площади, затем Тверской и Петровский бульвары, крутой подъем от Трубной площади до Сретенки, поворот у Покровских ворот и обратный путь. Многочисленные тренировки позволили им улучшить технику бега. Их бег приобрел легкость и стремительность.

Много удивительного было в спортивном пути Знаменских, которые приступили к регулярным занятиям бегом, когда Серафиму было 26, а Георгию 29 лет. Поразительным было их редко встречающееся в спорте плодотворное сотрудничество: и на тренировках, и на соревнованиях, и в институте, везде они были вместе. Недаром в глазах современников братья были неотделимы друг от друга. Подпись под дружеским шаржем того времени гласила:

«Не в силах описать я их мировой успех. Ах, Знаменские братья расшевелили всех! Певцы, бойцы, парторги рукоплескали им, не зная, кто Георгий, который Серафим».

Правда, на счету Серафима больше рекордов, но это несколько не умаляет заслуг Георгия, который не раз побеждал своего более удачливого брата, как это было, например, на первенстве страны 1939 года. Личные рекорды Знаменских на стайерских дистанциях: Серафима на 5000 и 10 000 м — 14.37,0 и 30.44,8, Георгия — 14.41,8 и 30.45,8.

Необычен был широкий диапазон дистанций, на которых выступали Знаменские — от 1500 до 10 000 м. Здесь братьев можно сравнить лишь с великим бегуном «всех времен» Пааво Нурми.

Заслуги Серафима и Георгия Знаменских, впоследствии врачей-хирургов, участников Великой Отечественной войны не были забыты. Ежегодно проводятся традиционные международные соревнования на призы братьев Знаменских. Их именем названа спортивная школа общества «Спартак» в Москве. Специальный приз имени Знаменских учрежден и на этапе Краснохолмский мост в эстафете по Садовому кольцу, в которой они не раз участвовали.

Так страна почтила память братьев Знаменских, проложивших путь достижениям наших стайеров последующих поколений.

**В. ТЕННОВ**

ТРЕНЕР

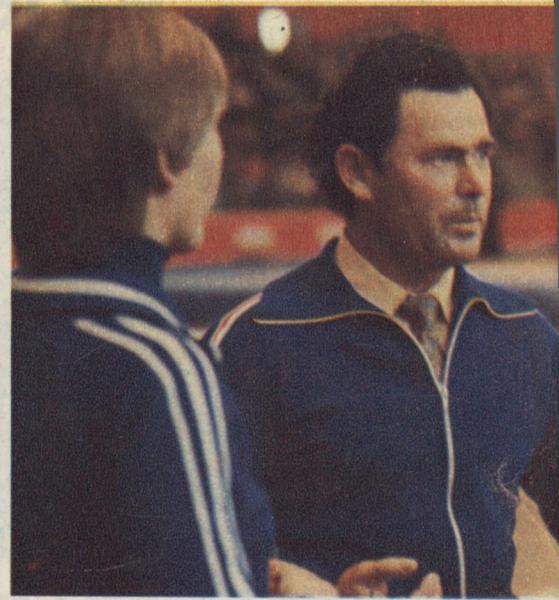
В свое время Лев Эльтерман был неплохим прыгуном. Он входил в сборную команду Киргизии и даже выступал на I Спартакиаде народов СССР в тройном прыжке.

А через три года Эльтерман закончил активные занятия спортом и начал работу тренером легкоатлетической ДЮСШ во Фрунзе. Случилось так, что первых успехов его ученики и ученицы добились в барьерном спринте.

В 70-х годах фамилия Эльтерман снова появилась в протоколах соревнований — племянник Павел начал довольно успешно выступать во Всесоюзных состязаниях. Но старая любовь к прыжкам брала свое.

И в 1973 году в группе Эльтермана начала тренироваться юная Тая Калпакова, а годом позже прыгун Шамиль Аббясов.

Итоги их совместной работы: Татьяна стала олимпийской чемпионкой и заслуженным мастером спорта, Лев Матвеевич Эльтерман удостоен звания «Заслуженный тренер СССР», Шамиль Аббясов стал чемпионом СССР 1980 г. в прыжке в длину, а в феврале 1981 г. на чемпионате Европы в Гренобле установил высшее мировое достижение в тройном прыжке — 17,30!



## возвращение к прыжку

