



Новую экспозицию Уральского музея Высоцкого открыл губернатор Свердловской области Евгений Куйвашев и сенатор Аркадий Чернецкий

В музее Высоцкого появилась гитара поэта

Мария АРАБЕЙ

Вчера в екатеринбургском музее В.С. Высоцкого состоялось открытие второго этажа, посвященного творчеству известного советского поэта, актера и автора — исполнителя песен. На пресс-конференции перед торжественным перерезанием красной ленты инициатор создания музея Высоцкого в Екатеринбурге Андрей Гавриловский и директор музея «Дом Высоцкого на Таганке», президент фонда Владимира Высоцкого Никита Высоцкий рассказали, что нового смогут увидеть посетители.

За три года существования музея Высоцкого коллекция периодически пополнялась экспонатами, но в новой обновленной экспозиции представлены ещё 37 предметов из личного архива вдовы Владимира Высоцкого Марины Влади, которая выставила их на аукционе во Франции. Все вещи выкупил екатеринбургский коллекционер Андрей Гавриловский. Большую их часть поклонники творчества Владимира Семёновича никогда не видели. Жемчужина коллекции — последнее стихотворение Высоцкого, которое он написал за полтора месяца до своей смерти, посвятив его своей жене.

НАШИ В РИО: настольный теннис

Плавание (16.07.2016)	Спортивная гимнастика (19.07.2016)	Гребной слалом (20.07.2016)	Художественная гимнастика (21.07.2016)	Бадминтон (22.07.2016)	Прыжки в воду (23.07.2016)
--------------------------	---------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------------	---------------------------	-------------------------------

8 дней до Игр

Шibaев, к столу!

В преддверии летней Олимпиады в Рио-де-Жанейро «ОГ» рассказывает о свердловчанах, которых мы увидим на Играх.

Пётр КАБАНОВ, Георгий КОЛЫЧЕВ

Настольный теннис — один из самых динамичных видов олимпийской программы, но россиянам пока похвастать в нём нечем. Сможет ли Александр Шibaев переломить эту печальную традицию?

«Мастер маленькой ракетки», как его называют коллеги, хотел заняться футболом, но из-за возраста не попал в секцию. Тогда же решил год поиграть в настольный теннис и уже не ушёл из него. Профессиональную карьеру начал в родном Ярославле — в клубе «Темп». В 2008 году перешёл в клуб «УГМК» и уверенно начал двигаться к победам. В 2014 году Шibaев стал первой ракеткой России и имел в активе серебро и бронзу чемпионатов Европы.

Для молодого спортсмена это уже вторая Олимпиада — на летних Играх в Лондоне он выбыл в третьем круге соревнований, но получил ценный опыт. Кстати, его «обидчик» — хорват Андрей Гачина — тоже примет участие в Играх. Но удачи ли хоть кому-то противостоять сборной Китая, воспитанной по национальной программе развития настольного тенниса? Последние результаты Александра внушают оптимизм — бронза Европейского «Топ-16», золото чемпионата России. Да и тренирует он у известного шведа Питера Сарга, который уже привёл игроков к олимпийскому пьедесталу.

Всё о настольном теннисе на ОИ

Настольный теннис впервые появился на Олимпийских играх 1988 года в Сеуле. Первоначально соревнования проходили в одиночном и парном разрядах, но на Олимпиаде 2008 года в Пекине парный разряд был заменён командным.

ДИСЦИПЛИНЫ НА ОИ:

- Личное и командное первенство (в каждой команде по три игрока)

Теннисный стол разделён сеткой на две половины и имеет установленные размеры:

- Ширина: 152,5 см
- Высота: 76 см
- Длина: 274 см
- Высота сетки: 15,25 см от поверхности стола

ПРАВИЛА

Партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи. Мяч перед вводом в игру должен быть подброшен не менее чем на 16 см вверх и подан по диагонали. Подающий должен ударить по мячу так, чтобы тот ударился один раз на его половине стола, затем пролетел над сеткой и коснулся половины стола принимающего. Если при подаче мяч касается сетки — производится переподача. Подающие чередуются через две подачи.

Игроку начисляется очко, если мяч неправильно отбит соперником. Игра в каждом гейме ведётся до 11 очков. При счёте 10:10 игра ведётся до преимущества в два мяча. Матч состоит из нечётного числа партий (от 3 до 7).

Мяч: Диаметр мяча 40 мм, масса 2,7 г.

Ракетка: В игре используется деревянная ракетка, оббитая с двух сторон резиновыми накладками.

СВЕРДЛОВСКАЯ ДИАСПОРА

АЛЕКСАНДР ШИБАЕВ
Родился 9 сентября 1990 года в Ярославле.

С 2008 года — в составе клуба настольного тенниса «УГМК».

Дисциплины на ОИ: личное первенство.

Главные титулы: Трёхкратный чемпион России, двукратный бронзовый призёр европейских чемпионатов в командном и парном разрядах (2013, 2015), серебряный призёр чемпионата Европы в парном разряде (2011).

Медальный зачёт

Все медали в настольном теннисе СССР и Россия

ВАЖНО ДЛЯ РЕГИОНА

Владимир Путин встретился с олимпийцами

МОСКВА. Президент России Владимир Путин вчера провёл встречу с российской олимпийской сборной в преддверии её проводов на Игры в Рио-де-Жанейро. В Кремль были приглашены более 100 спортсменов и тренеров. Также во встрече приняли участие и те атлеты, которых не допустили к Играм-2016.

В Александровском зале Большого Кремлёвского дворца собрались 114 спортсменов, включая 49 легкоатлетов. Также в Кремль пригласили более 40 тренеров, врачей и других специалистов олимпийской сборной России. И конечно, должностных лиц — министра спорта РФ Виталия Мутко, президента Олимпийского комитета России Александра Жукова, членов МОК Шамиля Тарпишева и Александра Лопова.

В своём выступлении перед атлетами Владимир Путин подчеркнул, что из-за отсутствия ряда российских спортсменов значительно снизится ценность предстоящих Олимпийских игр.

— Очевидно, что отсутствие российских спортсменов, лидеров по многим дисциплинам, заметно снизит накал борьбы, а значит, и зрелищность предстоящих соревнований, — обратился к спортсменам президент. — Думаю, что и ваши коллеги из других ведущих спортивных держав мира понимают, что качество, проба их медалей будет другой — ведь одно дело выигрывать у равных, сильных соперников, и совсем другое — соревноваться с теми, кто явно ниже тебя по классу. У такой победы совсем другой вкус или, может быть, безвкусица.

Также глава государства отметил, что ситуация с недопуском многих наших спортсменов «вышла за рамки не только правового поля, но и здравого смысла».

На встрече представили слово и двукратной олимпийской чемпионке Елене Исинбаевой. Она не смогла сдержать слёз и попросила президента защитить российских спортсменов.

— Мы в вас очень верим, мы вас очень любим. Спасибо за поддержку. Мы должны наказать всех, кто к этому причастен, — сказала Исинбаева.

Наталья ШАДРИНА

ОБЪЯВЛЕНИЕ

У уральского поэта, писателя Камышева Сергея Семёновича (см. Сергей Семёнович Семёнов на стихи.ру) 23.03.16 г. случился пожар, сгорела крыша, потолочное перекрытие, лестница, перегородка. Приехавшие пожарные залили весь дом водой! До настоящего времени построен каркас крыши, лестница, но изъяли средства и силы — если так пойдут дела, то осенью его зальют дожди, а зимой он просто вымерзнет! Он не курит, не пьёт, растит огород, живёт один, на руках и ногах нет 12 пальцев.

Поможем погорельцу! Нужна кровля, доски на обрешётку, утеплитель и др. стройматериалы на ремонт в доме, а также волонтеры, добровольцы, помощники в строительстве крыши и доборке территории от головешек!

Адрес: 623280, Свердловская область, ГО Ревда, п. Краснояр, ул. Ключевая, д.б.

Реквизиты для пожертвований: Карта Сбербанка № 639002169050457015 Сергей Камышев.

Реквизиты для рублёвых зачислений: Сбербанк России, счёт получателя 40817810516541190664, ИНН получателя 7707083893, БИК банка получателя 046577674, корреспондентский счёт 30101810500000000674, получатель Камышев Сергей Семёнович. В графе «назначение платежа» следует писать «Помощь погорельцу. Добровольное пожертвование».

Р 517

ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ

Летняя жара. Чем сердце успокоится?

Вот и наступило долгожданное лето! Однако именно летом многих подстерегает опасность, и в первую очередь — «сердечников». Жара, повышенное атмосферное давление, высокая влажность и особенно «бдения» на грядках — увеличивают нагрузку на сердце в несколько раз!

Чтобы летний сезон прошёл в радость, позаботьтесь о своем сердце заранее, начните уже сейчас принимать препараты линии КардиоАктив от компании Эвалар — четыре средства, каждое из которых содержит удивительно полезные вещества для здоровья сердца и сосудов.

- КардиоАктив ТАУРИН***
Давление под контролем
Безрецептурное лекарственное средство на основе таурина — аминокислоты, которая улучшает метаболические процессы в сердце и лечит сердечно-сосудистую недостаточность. Благодаря максимальной дозировке таурина (500 мг в 1 таблетке) КардиоАктив Таурин:
 - Умеренно снижает артериальное давление, что будет полезно гипертоникам;
 - Улучшает работу сердечной мышцы;
 - Снижает уровень холестерина и сахара в крови, что особенно важно для людей с диагнозом диабет (1 и 2 типа).
 Важно, что КардиоАктив Таурин может приниматься с другими лекарственными средствами. Еще одно преимущество КардиоАктив Таурин — выгодная цена — в 2 раза ниже аналога!
- КардиоАктив ОМЕГА**
Холестерин в норме
В каждой капсуле КардиоАктив Омега содержится 1000 мг жира отборного атлантического лосося с высокой концентрацией полиненасыщенных жирных кислот омега-3, что способствует поддержанию:
 - Уровня холестерина в норме
 - Тонуса сосудистой стенки.
 КардиоАктив Омега имеет более выгодную цену по сравнению с импортным аналогом!
- КардиоАктив ВИТАМИНЫ ДЛЯ СЕРДЦА с Q₁₀**
Энергия для сердца
В 1 капсуле КардиоАктив Витамины для сердца — максимальная! содержание коэнзима Q₁₀ (60мг), который является источником молодости и энергии для всего организма, и прежде всего — сердца: именно в сердечной мышце самая высокая концентрация Q₁₀. Состав также усилен полезными для сердца витаминами: фолиевой кислотой, В₆, В₁₂. Совместное действие Q₁₀ и витаминов:
 - способствует выработке дополнительной энергии для поддержания нормальной работы сердца
 - помогает укреплять сердце и сосуды.
 Цена КардиоАктив Витамины имеет более выгодную цену по сравнению с импортным аналогом!
- КардиоАктив БОЯРЫШНИК**
Сила и выносливость сердца
Силы и выносливости сердцу добавит КардиоАктив боярышник. В нем не только калий и магний, как в других средствах, но и высокая дозировка экстракта цветков и листьев боярышника (800 мг в суточном приеме). Вопреки распространенному мнению именно цветки, а не плоды, обладают максимальной пользой для здоровья сердца: способствуют повышению выносливости сердца к физическим нагрузкам, поддержанию нормального артериального давления.

Все четыре вещества, представленные в Кардио-активе, отлично сочетаются и дополняют друг друга — вы можете принимать их совместно или выбрать подходящее именно вам. При этом совместный их прием позволит обеспечить сердце всесторонней защитой благодаря комплексному действию веществ.

Выбирая средства КардиоАктив, вы можете быть уверены в их качестве. Они производятся в условиях жесткого многоступенчатого контроля качества по стандартам GMP³.

КардиоАктив — надежный друг Вашего сердца в любую погоду! Даже в летнюю жару он добавит сердцу энергии, силы и выносливости, умеренно снизит давление, поддержит холестерин в норме. Кардиоактив — чтобы сердце работало как часы.

www.avalor.ru. Спрашивайте в аптеках Эвалар: 267-57-47, 221-62-96, 297-20-29, а также по телефонам: Живика 216-16-16, Лекон-фарм 336-23-71, 360-64-75, Знахарь 379-07-21. «Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

* В ассортименте «Эвалар». ² Все указанные действия предполагают прием препарата в комплексной терапии. ³ Сертификат GMP №C0170889-03, NSF International (США). ⁴ В серии «Хонда». ⁵ По действующим компонентам. ⁶ По содержанию хондроитина и глюкозамина среди кремов в ассортименте «Эвалар». Сравнение цен приведено по данным базы Альбус, на 17.06.16. Аналоги для сравнения выбраны по действующим компонентам и их дозировкам. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 102220053760. Реклама

НАТУРАЛЬНОЕ СЛАБИТЕЛЬНОЕ

Фибралакс научит кишечник работать, как часы

Фибралакс* — натуральное слабительное лекарство из оболочек семян подорожника, которое помогает очистить кишечник, устранить запоры и облегчить симптомы геморроя. Кроме того, Фибралакс создает благоприятные условия для роста полезной микрофлоры, восстанавливая бесперебойную работу кишечника.

Растворимые пищевые волокна Фибралакса, как щетка, «выметают» из кишечника скопившиеся там отложения, сорбируют и выводят «шлаки», токсины, избыточный сахар, холестерин и соли тяжелых металлов.

Особые указания:
Так как пищевые волокна Фибралакса поглощают и выводят сахар и избыточный холестерин, у пациентов с сахарным диабетом может потребоваться уменьшение дозы инсулина.

ЗДОРОВЫЕ СУСТАВЫ

Для суставов принимайте лучшие средства серии «Хонда»

Достоинства натуральных средств «Хонда»

- Содержат максимальные дозировки самых важных для здоровья суставов компонентов от лучших мировых производителей: коллаген — 8000 мг, хондроитин — 800 мг, глюкозамин — 1350 мг, гиалуроновая кислота — 50 мг, MSM — 600 мг («Хонда Drink»)
- Большой выбор форм выпуска: капсулы, таблетки, кремы, напитки — для любых предпочтений
- Совместное применение снаружи (крем) и изнутри (таблетки и др.) усиливает их эффективность

- «Хонда drink» хондропротекторный напиток с коллагеном и гиалуроновой кислотой**
С высокой степенью биодоступности ингредиентов для усиленного питания суставов
- «Хонда Форте» таблетки**
500 мг хондроитина и 500 мг глюкозамина в 1 таблетке, как в зарубежных аналогах, но по выгодной цене
- «Хонда» капсулы**
С хондроитином и глюкозамином — самый доступный по цене хондропротектор!
- Крем «Хонда»**
С максимумом хондроитина и глюкозамина для их глубокого проникновения через кожу, что способствует усилению питания и восстановлению хрящевой ткани

Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

*** ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Р 177