

«Мне понравилось брать упражнения из фигурного катания»

Дмитрий ШАРАФУТДИНОВ – трёхкратный чемпион мира в дисциплине боулдеринг, обладатель Кубка мира, а сейчас тренер. Среди его подопечных – трёхкратная чемпионка Европы, участница Олимпийских игр Виктория МЕШКОВА.

– Дмитрий, вам знаком термин «играющий тренер»?

– Конечно.

– А вы, получается, «лазающий тренер»?

– Всё верно, пока так. Правильнее сказать, пытаюсь остаться в тренде. Мне это помогает в моей тренерской деятельности.

– Вы только-только приехали с соревнований в Тюмени. Чем конкретно это помогает?

– В моей группе, если говорить про сборную России, больше представительниц женского пола. На соревнованиях я, естественно, выступаю с мужчинами и наблюдаю за выступлениями девушек. Уже потом, в тренировочном процессе, я понимаю, какие упражнения им дать. Мне так проще и лучше тренировать.

– Об окончании спортивной карьеры задумались, когда почувствовали боль в суставах. Лазите через болевые ощущения?

– В некоторых моментах да. Боль никуда не ушла. Это спорт, и я понимаю, что мне уже давать себе большие нагрузки нельзя. Каждое новое упражнение, каждый новый подход могут привести к травме. Но моей текущей формы вполне достаточно, чтобы выступать в России и даже иногда с кем-то конкурировать. Я не лезу на роজন, если чувствую, что могу получить травму или усугубить состояние – останавливаюсь.

«Мне очень хотелось стать лучшим в мире»

– Ваша родина – Коркино, Челябинская область. Город горняков. Если бы не скалолазание, пошли бы шахту работать?

– Большинство ребят, да, уходило впоследствии в шах-

ту или на другие тяжёлые работы. Вариантов было немного. Стройка, шахта или техникум. Филиалов университетов в Коркино тогда не было. Так что в своё время принял правильное решение переехать в Екатеринбург.

– Спорт, можно сказать, помог уйти от совсем другой жизни?

– Спорт в нашей жизни открывает много нового. Для меня он открыл такую дверь – дал возможность переехать в другой город, поступить в университет, выучиться, заниматься любимым делом, поехать по миру и в итоге стать тренером.

– Изначально же никакого скалодрома не было, занимались на натуральных скалах?

– Спасибо моему первому тренеру – Сергею Ивановичу Сизову. Он сам чемпион СССР по альпинизму. И когда я жил в Коркино, он вывозил нас на скалы на один-два месяца. Это было хорошее время, потому что на скалах во многом ставят технику лазания. Думаю, что благодаря этим основам я в итоге и смог состояться как спортсмен.

– Многие знают, что Коркино – родина хоккеиста Артемия Панарина. Но откуда родом ещё и Анатолий Букреев – выдающийся альпинист, большой талант, покоритель одиннадцати восьмьютысячников планеты. Наверное, на один и тех же скалах лазали?

– А я его даже один раз видел. Мельком, конечно, мальчишкой ещё был. В начальных классах я пробежал мимо, а Сергей Иванович Сизов меня остановил и говорит: познакомься, это Анатолий Букреев. Мы поздоровались, но значения я, конечно, этой встрече не придал. Уже позже я прочитал много про него литературы, посмотрел фильмы и узнал много интересного о земляке. Да я даже уверен, что на тех же скалах лазали. Он в итоге ушёл в альпинизм (Анатолий Букреев погиб в декабре 1997 года во время попытки зимнего восхождения на вершину Анnapура в Гималаях. – Прим. «ОГ»).

– В маленьком городе вариантов немного. Но мне очень хотелось стать лучшим в мире. В детстве ещё в голову залезло, и я шёл к этому.

«Облгизета» совместно с СКБ Контур продолжает цикл публикаций про уральское скалолазание, где рассказывает о его главных героях



Ф. ЛЕБЕДИН, ЛЮБОВЬ ФЕДЕРАЦИЯ СКАЛОЛАЗАНИЯ РОССИИ

– На тренировки приходил раньше всех, уходил позже всех»

– Ваш коллега Сергей Сизов нам сказал в прошлом интервью, что из всех российских скалолазов именно вас считает самым одарённым. Согласны с оценкой?

– Можно согласиться, но одной одарённости недостаточно. Я стал лучшим в своё время ещё и из-за коллектива, который создал Александр Ефимович Пиратинский (заслуженный тренер России, один из ведущих специалистов по вопросам теории и практики и спортивного скалолазания. – Прим. «ОГ») на базе УПИ. Там царил командный дух и конкуренция. Я влился в

этот коллектив и, думаю, благодаря этому стал лучшим. Все друг за друга стояли горой.

– Однако ваша цитата: «Я всего добился своим трудолюбием. Это факт».

– Трудолюбие – один из многих компонентов. Но, да, соглашусь – я любил много тренироваться. Приходил раньше всех, уходил позже всех.

– Когда скалолазание из увлечения стало профессиональным спортом?

– Всё шло постепенно. Сначала выигрывал российские, потом европейские, потом мировые соревнования. И в какой-то момент «созрел» своей головой: я профессиональный спортсмен, и не надо волноваться. Это был год 2007-й, около того.

ВЫПУСК

№4

с Дмитрием ШАРАФУТДИНОВЫМ

● Родился 16 сентября 1986 года в городе Коркино Челябинской области.

● В секцию привёл старший брат Денис. Занимался у тренера Сергея Сизова.

● Окончил УПУ – УПИ по специальности «Физическая культура и спорт». Тренировался у Александра Пиратинского.

● Десятикратный чемпион России.

● Трёхкратный чемпион мира в боулдеринге (2007, 2011, 2012 год).

● Обладатель Кубка мира – 2013 (боулдеринг).

● Серебряный призёр чемпионата Европы – 2013 (боулдеринг).

● Заслуженный мастер спорта.

● Тренер в Центре спортивной подготовки сборных команд России, в УрФУ, а также в спортивном клубе ЦСКА.

– Но подождите, а 2004-й? Первая победа на чемпионате России. Вспомните, где он проходил?

– Мой первый тренер в детстве закладывал мне такую мысль: когда-нибудь ты станешь лучшим в стране, но нужно стремиться стать лучшим в мире. Помню этот чемпионат, он проходил в Екатеринбурге. Я обрадовался, конечно, но понимал, что нужно тренироваться дальше, чтобы выходить на мировой уровень. На тот момент на международных стартах выступал, но результатов высоких не показывал. Нужно было многое менять в тренировках.

– Почему своей специализацией выбрали боулдеринг?

– Был у нас разговор с Сергеем Сизовым в году так в

СПРАВКА

Боулдеринг – (от англ. boulder – глыба, валун) вид скалолазания, в котором за определённое время нужно преодолеть серию коротких, но сложных трасс. Из-за небольшой высоты спортсмены не используют верёвочную страховку, только маты. По специальным зацепам на трассе нужно пройти до определённых точек: до «зоны» и до «топа» – самого верхнего зацепа, за который обязательно нужно взяться двумя руками. Выигрывает тот, кто преодолеет максимальное количество трасс (и возьмёт больше «зон» и «топов»), затратив минимальное количество попыток. На Играх в Париже в 2024 году боулдеринг будет совмещён с трудностью.

2006-м. На тот момент я был универсалом, одинаково хорошо выступал во всех видах в России, но не был лидером на мировом уровне. Каждая дисциплина – скорость, трудность, боулдеринг – подразумевает свою подготовку, свою физиологию. И Сергей мне рекомендовал заниматься одним видом, донёс эту мысль. Я ушёл в боулдеринг, все мысли и всю подготовку направил туда, и результат не заставил себя долго ждать.

– Вы стали чемпионом мира в 20 лет. Каково психологически – в столь юном возрасте стать лучшим в мире?

– Радовался, но... Я эту победу даже не понял. Вспомнил больше то, как я к этому шёл. Это были изматывающие тренировки... Осознание пришло только через какое-то время.

– Слышал, что вам тогда дали призовые 4 000... рублей.

– Мэр Коркино выделил мне такую сумму. Нормальные вроде деньги, но в моих детских мечтах победа на чемпионате мира ассоциировалась с машиной, квартирой. Этого не произошло (смеётся). Ну и ладно, я просто продолжил тренировки.

– Один раз выиграл – хочется ещё. Азарт был?

– На тот момент мне казалось, что чемпионство было «на тоненьком». Если смотреть протоколы, видно, что выиграл я не так уж уверенно. Мне хотелось закрепить успех. Как говорят: один раз может быть случайно, два

больше времени уделять планированию, составлению методики. Вот это непрерывное погружение в процесс. Нужно буквально жить со спортсменом, знать его психологию, сильные и слабые стороны. Пришлось обратиться к литературе, к специалистам. Даже будучи профессиональным спортсменом, я многого не знал.

– Героем нашего первого выпуска был Виталий Примеров. Он говорит, что мотивация должна быть не только у спортсмена, но и у тренера. Какая она у вас?

– Я всегда пробую что-то новое. Когда случилась история, два года назад, появилось время подтянуть теорию. Начал читать книги, статьи и анализировать, что мы делали не так. А ещё изучать другие виды спорта, программы, упражнения, методики. Мне захотелось из других видов спорта что-то перенять в скалолазание. Сейчас спортсмены в хорошей форме, наша машина едет, но хочется, чтобы она ехала ещё лучше. Так что моя мотивация – искать и получать знания.

– В двух словах: из каких видов спорта и что можно взять в скалолазание?

– Мне понравилось брать упражнения и методики из фигурного катания. И некоторые моменты из горнолыжного спорта, воркаута.

– Дмитрий, вы серьёзно скалолазание и фигурное катание?

– Как бы это ни звучало – да, всё так. В фигурном катании время проката – от трёх до пяти минут. Примерно столько же длится лазание на трудность. Фигуристу во время проката нужно быть выносливым, координированным, сильным. Это похоже на скалолазание. У них упор идёт на ноги, у нас частично тоже. Точки соприкосновения есть, я их ищу и буду продолжать искать. Это новаторские идеи и, уверен, что я много не знаю, и есть ещё виды спорта, где можно обменяться знаниями, идеями, опытом, чтобы применить это в скалолазании.

Пётр КАБАНОВ

[ХОККЕЙ]

«Поживём ещё»

«Горняк» продлил серию против «Югры»

Хоккейный клуб «Горняк-УТМК» продлил серию 1/4 финала Высшей хоккейной лиги (ВХЛ) против «Югры». После трёх проигранных матчей верхнепышминцы одержали победу в четвёртом и перевели серию в Ханты-Мансийск.

В Верхнюю Пышму команды приехали при счёте 2:0 в пользу «Югры»: действующий чемпион турнира одержал на своём льду две победы, но при этом «Горняк» дал бой более опытному сопернику (хозяйева выиграли 5:4 и 3:1). Стоит отметить, что фарм-клуб «Автомобилиста» имеет один из самых молодых составов в ВХЛ. К примеру, в верхнепышминской команде четыре игрока 1997 года рождения, все остальные – моложе. А у той же «Югры» есть хоккеисты, которые родились в 1980-х.

В Верхней Пышме две встречи получились ещё более упорными. «Горняк» при большой поддержке своих фанатов мог победить и в третьей игре серии. По ходу матча свердловской команде удалось трижды отыграться и перевести дело в овертайм, но в дополнительное время «Югра» всё же сумела одержать победу – 4:3. В четвёртой игре серии, когда поражение означало для «Горняка» завершение сезона, верхнепышминцы порадовали своих бо-

лельщиков. Команды по очереди выходили вперёд, и, как и днём ранее, основное время им не хватало. Но в этот раз «Горняк» оказался сильнее: лучший бомбардир команды Денис Еркин поставил финальную точку в этом матче – 4:3.

– У меня два слова – поживём ещё. Ребята всё понимают – приятно играть при таком количестве болельщиков дома. Ребята хотели показать себя, показать себя, показать, что мы команда. Спасибо большое болельщикам за поддержку. Едем дальше сражаться, – сказал после матча главный тренер «Горняка» Алексей Алексеев.

Счёт в серии до четырёх побед стал 3:1 в пользу «Югры». Теперь команды будут проводить по одной игре в каждом из городов до того момента, пока одна из команд не одержит четвёртую победу. Следующий матч пройдёт в Ханты-Мансийске сегодня, 19 марта, в 17:00 по уральскому времени. «Горняк» по-прежнему не имеет права на ошибку. В случае победы свердловской команды в пятой игре серия вновь переместится в Верхнюю Пышму, и команды проведут шестую игру 22 марта. Если же после шести матчей счёт в серии будет 3:3, то решающая игра состоится в Ханты-Мансийске 25 марта.

Данил ПАЛИВОДА

[К МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ КУКОЛЬНИКА]

Игра в куклы

В преддверии Международного дня кукольника, который отмечается 21 марта, мы побывали в закулисье недавно открывшегося после капитального ремонта Екатеринбургского театра кукол. Нам удалось заглянуть в художественную мастерскую и увидеть, как создаются персонажи будущих спектаклей.

Капитальный ремонт здания на Мамина-Сибиряка, 143 закончился в декабре прошлого года. Но несмотря на то что в театре уже полным ходом идут спектакли, передел ещё не завершился – в коридорах стоят шкафы, отдельные детали бутафории, а кое-где продолжают мелкие доработки. Пробираемся в режиссёрский цех, где нас встречает Юлия Селавери – главный художник театра, которая руководит процессом создания кукол от эскиза до финальной росписи.

Вокруг нас лежат, висят, стоят куклы самых разных форм и размеров. Если большие куклы могут быть изготовлены по традиционным технологиям, как, например, калиф Хасид, то маленькие куклы из спектакля «Карлсон, который живёт...», изготовлены с помощью 3D-принтера. В малых формах

сложно применить технологию папье-маше.

– Мы вылепливаем маленькие головки из пластилина, отдаём на 3D-сканирование, а затем печатаем на 3D-принтере из пластика, – рассказывает Юлия Селавери. – Например, все куклы-дубли из «Карлсона» сделаны именно так. В среднем на куклу с механикой уходит 14-16 дней, а если это классическая марионетка из дерева, с проработанными деталями – на неё уйдёт больше времени. Лицо куклы при лепке делается слегка ассиметричным – где-то брови чуть выше, где-то губы. Тогда при поворотах и при разном освещении персонаж приобретает разное выражение лица.

– При этом, – добавляет главный художник, – нужно поймать достаточно нейтральное выражение лица, ведь если будет застывшая эмоция, это будет неинтересно зрителю. Из режиссёрского цеха переходим в мастерскую, где непосредственно изготавливают новые куклы, а также проводят техобслуживание «почётным работникам сцены». Если не знать, что это художественная мастерская, можно предположить, что это автосервис – столько разных инструментов находится на верстаках. Под токарным станком лежит запас

деревины для будущих изделий. Основное предпочтение отдаётся берёзе и осине.

За столом сидит, склонившись над заготовкой, художник-конструктор театра Александр Баранов. Напротив него лежит чертёж будущей куклы, а сам мастер настраивает механизм.

– Сейчас я работаю над куклой – бабушкой на велосипеде в стиле стимпанк: подгоняю ей механизм ног, чтобы потом бутафоры смогли её одеть. – рассказывает Александр. – После чего мне снова придётся подгонять детали друг к другу. Механизм простой – когда актёр катит велосипед, с помощью шкива вращение передаётся на ноги, и кукла вращает педали. Конечно, движения куклы немного искусственные, но отталкиваемся мы всё равно от анатомии человека. А поскольку персонаж в стиле стимпанк, то приходится делать всё из «гаражных заготовок» – винтиков, гаечек и проволоки.

Пока сложно представить, но совсем скоро и этот персонаж оживёт на радость зрителям. Впрочем, если от художника и конструкторов зависит внешность будущей куклы, то последнее слово останется за артистом, который одарит её характером, а может быть, и душой.

Инокентий ЛАВРЕНОВ



Крайне необычная действующая кукла на подгонке – персонаж спектакля «Арт-механика»



Александр Баранов утверждает, что это «просто бабушка». А мы уверены, что это Шапоклук!

ПАВЕЛ ВОРОЖЦОВ

ПАВЕЛ ВОРОЖЦОВ