



Норильск. Дворец спорта «Арктика». Радость хозяев и разочарование гостей. Какими будут эмоции после ответной игры в Екатеринбурге?

«По телевизору кажется легче. В реальности — страшнее»

Сергей Лужецкий — о «Русском ниндзя», вызове Усейну Болту и Играх-2020

Пётр КАБАНОВ

На «Первом канале» вышел в эфир полуфинал шоу «Русский ниндзя» — пожалуй, самого экстремального проекта на отечественном телевидении. В нём участникам необходимо пройти полосу препятствий, не сорвавшись в воду. Это требует серьёзной физической подготовки, и далеко не каждый атлет способен дойти до конца. А уральский парень не просто дошёл до конца, а сразу до финала. Екатеринбургский скалолаз Сергей Лужецкий — многократный победитель соревнований всемирного и европейского уровня — оказался в числе претендентов на главный приз — 5 млн рублей.

Так получилось, что у Сергея оказалось в жизни сразу два знаменательных события. Сначала он попал в финал «Русского ниндзя», показав рекорд трассы, а затем — в состав сборной России по скалолазанию, которая примет участие в подготовке и отборе на летние Олимпийские игры 2020 года в Токио. Обо всём этом мы и поговорили с Сергеем, который ради участия в шоу, а также из-за подготовки к соревнованиям даже переехал из Екатеринбурга в Москву.

— Сергей, у вас в скалолазании масса титулов и наград. Что побудило вас, состоявшегося спортсмена, поучаствовать в подобном шоу?
— В первую очередь — спортивный интерес. И денежный приз, я думаю, тоже никоим образом не оставил равнодушным. Я бы даже сказал, что и денежный приз, и спортивная составляющая мотивировали меня совершенно одинаково.



Несмотря на то, что Сергей Лужецкий принимает участие в съёмках «Русского ниндзя», он также ежедневно тренируется со сборной России по скалолазанию

— Как происходил отбор? Когда шли на кастинг думали, что всё зайдёт так далеко?
— Я увидел объявление в социальных сетях, что проводят кастинг на новое шоу. Записался и пошёл. Каждую субботу и воскресенье были отборы. Утром приходило 200 человек и вечером столько же — и так три месяца. Отбрали всего около 300 человек, которых и пригласили на съёмки. Я в первую очередь хотел просто попробовать свои силы. Но где-то в глубине души понимал, что мне по силам дойти до финала и, может, даже выиграть этот приз. Это даже было не надежды, а скорее, план действий. В итоге он сработал.

— Многие думают, что в таких проектах есть, скажем так, доля шоу, а не реальных спортивных соревнований. Насколько тяжело на «Русском ниндзя»?
— Тяжело! Ничего наигранного в этих выпусках нет. Все падения в воду, ушибы — реальные. По телевизору даже кажется легче, а в реальности, когда видишь эти препятствия и расстояния — гораздо страшнее. Нужно принимать решения в разы быстрее. Каж-

дый раунд меняли полосу препятствий, и она становилась ещё труднее. Финальная часть будет очень сложная, ну сами увидите в эфире (финальная часть выйдет в эфир 21 января).
— Прим. «ОГ». Я ничего не могу говорить, да и вам будет интереснее (улыбается).

— Специально готовились или профессиональная подготовка дала всё необходимое?
— Специально ни к чему не готовился. Я занимался на скалодроме к чемпионату Европы — всё. После кастинга поделал упражнения на равновесие, но не более того. Просто это всё очень похоже на скалолазание. Я вам больше скажу: было около 30 человек только в полуфинале, занимающихся скалолазанием. Не все это факт афишировали в своих анкетах.

— Кстати, когда представляли вашу анкету, сказали, что вы хотите поспорить с Усейном Болтом и даже...
— ...выиграть (смеётся). Но на самом деле, я не так написал. Почему-то на канале вторую часть анкеты не посмотрели. Я написал: хочу поспорить с Усейном Болтом. Возможно, это поможет вам достичь ещё одной цели — Олимпийских игр-2020?
— Участие в Олимпиаде — моя давняя мечта. Думал об этом ещё в те времена, когда скалолазание было олимпийским видом. Теперь уже ясно, что это вполне реальная цель. Но попасть — это одно. Нужно ещё выступить достойно. Японцы очень сильно к Играм готовятся. Победить их сложно, но возможно. Сейчас нужно отодвинуть всё на второй план и целенаправленно готовиться к Олимпиаде.

КСТАТИ

«Русский ниндзя» — российская версия культового формата Ninja Warrior, шоу о сильных телом и духом. К слову, одним из ведущих шоу является бывший футболист Евгений Савин. В 2012 году Савин выступал за футбольный клуб «Урал».

— Победить мне его не удастся, но хоть селфи сделаю. Но «Первый канал» решил приукрасить, а мне стало немного не по себе от того, что я бросил ему вызов.

ДОСЬЕ «ОГ»

Сергей ЛУЖЕЦКИЙ

● Родился 15 августа 1995 года.
● Представляет Екатеринбург, СДЮСШОР горных видов спорта, также работает тренером.
● Выступает в скорости и бoulderinge (серия коротких и сложных трасс).
● Главные достижения: победитель III Всемирных военных игр в Сочи, пятикратный призёр первенств мира по скалолазанию в скорости, победитель этапов Кубка Европы.

В Москве начались гастроли «Коляда-театра»

На сцене Театрального центра Союза театральные деятели «На Страстном» в Москве стартовали двухнедельные гастроли екатеринбургского «Коляда-театра». В этом году гастрольный проезд в формате фестиваля, жители и гости столицы увидят 29 спектаклей, среди которых — самые известные постановки и премьеры. Гастроли «Коляда-театра» в столице пройдут уже в девятый раз — в этом году в Москву приехал коллектив из 57 человек. В числе премьер фестивала — спектакли «Змея золотая», «12 стульев» с самим Николаем Колядой в роли Кисы Воробьянинова, «Мата Хари — Любовь» и «Тутанхамон».

В программу гастролей также включены чёткие пьесы уральских драматургов, показы фильмов творческой студии «KinoLook» при Центре современной драматургии (ЦСД) и выступления «Суп-театра», в ходе которых зрители общаются ещё и накормить борщом. Театральный фестиваль в Москве продлится до 2 февраля, но сцена «Коляда-театра» в Екатеринбурге пустовать в январе не будет. На время её займут постановки ЦСД и молодёжного театра «Les Partisans» из Ижевска.

Ксения КУЗНЕЦОВА

Новый фильм Алексея Федорченко покажут на фестивале в Гётеборге

Новая картина екатеринбургского режиссёра Алексея Федорченко «Война Анны» вошла в конкурсную программу 41-го Гётеборгского кинофестиваля. В итоге, в январе этого года, фильм покажут на двух крупных кинофестивалях в Европе.

Напомним, что мировая премьера картины, рассказывающей о судьбе еврейской девочки, потерпевшей в 1941 году свою семью, запланирована на 47-м Роттердамском кинофестивале на 28 января. Чтобы показать уже итоговую версию фильма, создатели картины запустили сбор средств в Интернете. За весь фильм главная героиня не произносит ни единого слова, поэтому в проекте так важна музыка, на доработку которой и необходимо собрать дополнительные деньги. Но как бы то ни было, фильм всё равно будет показан.

Практически параллельно с этим — 31 января — в Гётеборге состоится «скандинавская премьера» фильма. Картина также примет участие в международном конкурсной программе кинофестиваля. Примечательно, что оператор фильма — Алишер Хамидходжаев — до этого снял картину «Аритмия» (реж. Борис Хлебников), которую также покажут и в Роттердаме, и в Осенне.

Будет ли режиссёр сам представлять картину на фестивалях — пока неизвестно.

Пётр КАБАНОВ

На пути «Синары» к финалу встал «Никель»

Евгений ЯЧМЕНЁВ, Данил ПАЛИВОДА

Мини-футбольная «Синара» проиграла в Норильске первый полуфинальный матч четвертьфинала Кубка России «Норильскому никелю» со счётом 1:4.

Поражение тем более обидное, что днём ранее «Синара» тот же «Норильский никель» обыграла в матче чемпионата России со счётом 5:2. То есть это даже не тот случай, когда фаворит не выставляет на кубковую игру основу или группу ведущих игроков, чем даёт повод заподозрить в пренебрежении к турниру. Все сильнейшие были на площадке. Да и полуфинал — уже не та стадия турнира, где можно выбить, дабы не распыляться на несколько соревнований. До трофея-то уже рукой подать.

А добытые трофеи «Синаре» сейчас ой как нужны. Последний (если не считать выигранного в 2015 году престижного, но всё-таки неофициального Кубка Константина Ерёмченко) был добыт в 2010 году — тогда «чёрно-белые» стали чемпионами России. С тех пор был лишь один комплект серебряных медалей год спустя, а в Кубке последняя победа была и вовсе одиннадцать лет назад, а с 2010 года «Синара» никак не удаётся пройти дальше полуфинала. Не случайно нынешний наставник «Синары»

Алексей Мохов год назад в интервью «ОГ» сетовал на то, что в команде выросло целое поколение, которое утратило некогда присущий екатеринбургской команде дух победителей. — Я считаю, что мы ещё не потеряли никаких шансов, мы можем «Норильский никель» обыграть с любым нужным счётом, — прокомментировал специально для «ОГ» осячку президент МФК «Синара» Григорий Иванов. — Очень обидно, что проиграли, создавали моменты, попали во все штанги. Мы уровнем выше, классом выше, нельзя было так безвольно отдать игру. Я думаю, что тренерский штаб недоработал, есть масса нюансов. Например, команда не поехала на утреннюю разбегку, сказали, что ребята устали. От чего устали? От одной игры? Видимо, тренерский штаб не особо донёс до ребят важность полуфинала Кубка России. Стоит задача выйти в финал, будем стремиться сделать всё возможное.

Можно не сомневаться, что в ответной игре «Синара» сделает всё для того, чтобы взять реванш и впервые с 2009 года выйти в финал Кубка России. А там и за сам трофей побороться. Правда, с этой занозой от поражения в Норильске придётся команде и болельщикам жить почти два месяца — ответная полуфинальная игра намечена в Екатеринбурге на 11 марта.

«Уралу» нужно купить двух игроков. Если Месси за миллион рублей не выставят»

Данил ПАЛИВОДА

Футбольный клуб «Урал» отправился на первые зимние сборы на Кипр. «ОГ» пообщался с президентом команды Григорием ИВАНОВЫМ, который подвёл итоги осенней части чемпионата, рассказал об интересе «Зенита» к Владимиру Ильину, а также о возможности возвращения в команду Чисамбы Лунгу и Олега Шатова.

«С «Уфой» сыграли бездарно»

— Как оцениваете результаты «Урала» в первой части чемпионата России?

— Конечно, не совсем довольны результатом. Был шанс, мы очень много очков не добились. В начале чемпионата было много ничьих, хотя они больше были нам на пользу, так как играли с сильными клубами. Но концовку, конечно, смозали: из восемнадцати очков взяли всего три. Думаю, за осеннюю часть нам можно поставить оценку три с плюсом или четыре с минусом.

— С «Уфой» «Урал» сыграл просто провально. В чём причина таких провалов?

— Это уже не первый год происходит. Взять прошлый сезон: весной мы начали хорошо, взяли очки, а потом что-то с нами произошло... Я уже поставил Александру Тарханову задачу дать мне вразумительный ответ: почему команда играет 7–8 хороших игр и останавливается?

— «Урал» вылетел в 1/16 финала Кубка России. Была ли у команды какая-то задача в Кубке России?

— Если посмотреть турнирную сетку Кубка России, то мы реально могли выйти в финал турнира и в этом году. Мы играли на поле, на котором в футбол играть нельзя. Это нас не оправдывает ни в коем случае, мы не имели права проиграть «Шиннику» 0:3; молодые ребята, которым дали шанс, должны были себя лучше проявить, доказывать тренерам, себе.



Чисамба Лунгу во времена выступления за «Урал» был одним из самых любимых футболистов Григория Иванова

«Ильин думал, он уже в «Зените»»

— Летом «Урал» приобрёл довольно много игроков. Всех новичками довольны?

— У всех есть какие-то проблемы, есть в чём добавлять. Но в целом, конечно, я доволен. Ярослав Тодоров нас неплохо усилит, Никита Черноус Варздатом Ароном — тоже хорошие приобретения. Они знают своё дело.

— Что касается Игоря Портягина, то здесь, наверное, невозможно быть довольным. Что с ним произошло этой осенью?

— У него была травма, мы о ней знали, он вроде бы её вылечил. Потом другая травма, потом непонятно что у него было с головой, он долго лечился. Врачи не разрешили ему появляться на поле. То же самое касается и Владимира Ильина. Он нам очень помог в весенней части прошлого сезона, забил нужные мячи. А у нас как происходит: человек забьёт три гола — и к нему сразу же повышенное внимание. И психологически он много потерял, тот же «Зенит» с ним контактировал. Я разочарован с ныне покойным Константином Сараниным, он говорил, что, скорее всего, «Зенит» Ильина забьёт к себе. И все эти ситуации, безусловно, влияют на футболиста. Парень уже думал, что он в «Зените», а на самом деле остался здесь. Плюс травму получил, долго восстанавливался.

— У Чисамбы Лунгу не особо получается сейчас в Турции. Может быть, замбиец вернётся в Екатеринбург?

— Конечно, следим за Чисой, переживаем за него. Но надо сказать, что когда он перешёл к нам, у него были очень большие амбиции. Его тренер не ставил в состав, он приходил, был мурлым, говорил, что хо-

чет уйти. Я думаю, что у него в Турции то же самое сейчас происходит. У него там всё впереди, я думаю. Но если у него появится желание вернуться, конечно, мы его примем. Чисамба в Екатеринбурге любимец.

— Есть ещё один футболист, который близок «Уралу» и который не попадает в состав своего клуба. Олег Шатов даже не взяли на сборы с «Зенитом»...

— Было бы прекрасно, если бы он вернулся к нам хотя бы на эти четыре месяца. Ему сейчас как никогда нужна игровая практика, чтобы сыграть на чемпионате мира. А они сейчас хотят его воспитывать, держать вне состава в воспитательных целях. Он уже не молодой футболист, может сам отвечать за свои поступки. Нельзя такого футболиста сначала выпускать на его любимый зелёный фланг, потом ставить за щитником, потом заменить его два раза. Для него это было бы большим унижением. Я не понимаю таких тренеров. Он приехал со своим уставом в чужой монастырь, игроков сборной перед чемпионатом мира оставляет без практики. Я бы понял, если бы итальянцы с нами в группе были, а так...

— Виталий Мутко заявил, что в ближайшие три года лимит на легионеров останется прежним. Как к этому относитесь?

— Лимит нужен, но как его сделать? Сейчас парень молодой приходит, ему уже нужна зарплата большая, хотя он ещё ничего не сделал. А когда они всё это получают, они перестают играть в футбол. Взять того же Чисамбу. Его уровень игры в 19 лет раза в четыре выше уровня российского девятнадцатилетнего футболиста. Почему в Африке готовят, а мы не можем? Нам надо наладить академию, может быть, тренеров-иностранцев взять. Многие клубы — «Ахмат», «Краснодар» — это практикуют. А у нас за столько лет ни одного футболиста не выросло для основной команды.

Как спасти мужа от алкогольной зависимости?

Алкоголизм — опасное заболевание, способное нанести вред как здоровью, так и семейному благополучию. Как же помочь мужу справиться с зависимостью? Об этом «ОГ» рассказала врач-психотерапевт, психиатр-нарколог Татьяна КОРОЛЕВА.



Татьяна КОРОЛЕВА

Умеренное употребление спиртных напитков и алкогольная зависимость — разные вещи. В первом случае человек знает, где, когда и сколько спиртного он может себе позволить, и контролирует себя. Во втором случае контроль утрачен: человек, испытывая похмельный синдром и теряя чувство меры, не способен отказаться от спиртного в течение нескольких дней подряд. При этом страдает не только зависимый от алкоголя, но и его близкие, и они, естественно, пытаются ему помочь.

Типичная картина: жена уговаривает мужа, упрекает его, пугает разводом, наконец, находит какой-то идеальный, с её точки зрения, способ лечения, но всё это не даёт результатов. Важно чётко понимать: родственники, близкие люди не способны помочь алкоголику. А упреки и угрозы, которые сопровождаются всплеском эмоций, могут только усугубить ситуацию.

Во-первых, определить, каким методом лечить больного алкоголизмом, может только специалист. Методы, успешно действующие на одного человека, для другого могут быть абсолютно бесполезны или даже вредны. К примеру, кого-то можно вылечить с помощью гипноза, но хорошей гипнабельностью обладают лишь восемь процентов населения, для остальных этот метод окажется не очень эффективным. Кому-то подойдёт медикаментозное кодирование. И буквально всем пациентам, страдающим алкогольной зависимостью, нужна помощь психотерапевта, поскольку, как правило, с помощью алкоголя человек пытается решить свои психологические проблемы. Нужно помочь ему найти замену спиртному, чтобы, допустим, расслабиться или обрести чувство уверенности в себе. Таким образом, единствен-

ное, чем может помочь жена, — это убедить мужа обратиться к психотерапевту-наркологу, серьёзно поговорив с ним о том, что пришло время изменить ситуацию. Если муж относится к категории лидеров, ему надо показать, какие преимущества он получит в результате трезвого образа жизни. Допустим, добьётся больших высот в карьере, улучшит финансовый достаток. Если муж ведомый, нужно показать ему, что он может потерять, к примеру, — семью.

Второй важный момент: во время лечения мужа, страдающего алкоголизмом, жена также нуждается в помощи психотерапевта, в противном случае она, не желая того, может провоцировать рецидивы.

В психологии есть понятие «созависимость». Созависимый — это тот, кто живёт с зависимым человеком и пытается его спасти. Как правило, у таких людей низкая самооценка, они не любят себя, не умеют жить для себя. Миссией спасателя он выполняет неосознанно, но она даёт возможность почувствовать свою значимость. Не случайно алкогольные браки, как правило, крепкие. К тому же, зависимый человек, когда даёт выход из запоя, испытывает чувство вины и всячески пытается её загладить: дарит жене подарки, готов выполнять любую домашнюю работу. И вот муж проходит курс лечения и избавляется от зависимости. Ему уже не нужно заглаживать вину, и жене чего-то не хватает. Плюс к тому, она испытывает психологический дискомфорт от того, что утратила миссию спасателя. Поэтому в психологической реабилитации нуждаются оба, в противном случае жена бессознательно так или иначе может спровоцировать рецидив мужа. Семья — это система со своими сценариями, и когда в ней меняется один, должны измениться и остальные.

«Психотерапия Татьяны Королевой»

Лечение алкогольной, табачной зависимости, депрессии, панических атак, булимии, анорексии и др.
Адрес: г. Екатеринбург, ул. Маммина-Сибиряка, 171а.
Тел.: +7 (343) 207-00-44.

Лицензия ЛО-66-01-004811 от 20 июля 2017

СОХРАНИТЬ И ПРИУМНОЖИТЬ МОЖЕТ КАЖДЫЙ

Потребительский НАРОДНЫЙ кооператив

доходность по паевому взносу до 18% годовых

Ежемесячно ПОДАРОК — ПРИГЛАШАЕМ К СОТРУДНИЧЕСТВУ ОПТОВИКИ!

продуктовый набор от «Фабрики продуктов «Вкусно и сытно»

www.pk-narod.ru

ул. Степана Разина, 74, тел. 8 (343) 295-13-03, 8 (922) 030-1251