



НИКА



Среднерусский центр спортивного ориентирования

Дорогие друзья!

Завершился летний соревновательный сезон 2004 года, появилось время перевести дух, оглянуться на преодоленные горки и пройденные буераки, посмотреть на лица друзей и соперников, поставить оценки и подсчитать результаты.

В этом году у нас есть чем гордиться, у новгородского ориентирования есть успехи, имне приятно будет их перечислить.

Однако обо всем по порядку, мы ведь в России живем! В России тоже есть успехи, грандиозные и величественные - российскими спортсменами на международной арене завоевано 16 золотых, 15 серебряных и 15 бронзовых наград. Особым успехом принято считать вторые места Переляевой Татьяны и Новикова Валентна в личных соревнованиях на средней дистанции и второе место российской мужской сборной на Чемпионате Мира в Швеции.

У нас тоже есть чем гордиться - Попович Екатерина (1, 2 и 1 места) и Салова Валентина (2, 8 и 2 места) как начали в Острове на отборочных соревнованиях сборную команду России «топать», так и «топали» на нее все лето - то на КФК в Твери, то на России в Самаре, где собственно говоря, и произошло главное событие - девчонки выполнили норматив мастера спорта в 16 лет, «затоптав» в эстафетегруппу Д20 со всеми ее атрибутами величия и возраста. Поздравляю их тренера - Павла Алексеевича Галеева с этим успехом, а нашу изрядно «подувавшую кампанию мастеров» с таким солидным пополнением. Как обычно, «не подкачали», отметившись в призах на Чемпионате России среди ветеранов - Хепина Ольга, Казанцева Алина, Дементьев Владимир и, конечно же, я, «любимый».

«Виновником» другого большого события стал Юрий Алексеевич Большаков - в массовое использование вышла разработанная под его руководством система электронной отметки, известная в мире как «SFR system». С ее применением проведен Чемпионат Украины, Чемпионат России, Чемпионат России среди ветеранов, «Белые Ночи», «Мемориал М.Святкина», «Матч Химиков», «Маевка» и самое главное - все соревнования Кубка Новгородской области по спортивному ориентированию. Таким образом, новгородцы стали одними из первых в России, кто провел весь сезон на уровне «цивилизованной Европы» на электронике. Однако, это было бы «бесполезной горой металлолома», если бы не было в Новгороде «скромняг» и «трудыг» Бессоновых Дмитрия и Ирины, которые смогли на высоком уровне обеспечить выполнение календаря 2004 года и целой «кучи» федеральных и международных стартов в России и за ее пределами.

Как уже давно сложилось - в места, благоприятные для обитания, где на деревьях весной и осенью растет «питательная зеленая листва», в Новгородскую область залетел «белорусский» Воробей. Вместе с Юрием Митиным они подготовили для нас порядка 5 квадратных километров новой карты, которая дебютировала на Чемпионате России среди Ветеранов в Окуловке, и привели в порядок все поле карт «Лихая круча» и «Жемчужина Валдая» общей площадью более 30 квадратных километров. На этих картах в 2005 году пройдут соревнования Всероссийской спартакиады школьников.

Наш календарь на 2005 год не менее интересный, чем тот, итоги которого подведены. Надеюсь, что спортивный сезон 2005 года принесет нам новые личные и международные достижения и много приятных эмоций от ориентирования, от общения с природой и от общения друг с другом.

Удачных стартов в новом году!

Председатель ФСО Новгородской области С.Бессонов

Календарь мероприятий ФСО Новгородской области на 2005 год

1. Первенство города на приз "открытие сезона"	24 апреля	Валдай
2-4. Региональные соревнования "Маевка-2005"	30 - 2 мая	Окуловка
5. Первенство города среди школьников	18 мая	Юрьево
6. Открытое первенство АО "Акрон"	21 мая	Юрьево
7. Первенство Великого Новгорода	22 мая	Валдай
8. Первенство Новгородской области	28 мая	Валдай
9-10. Всероссийская спартакиада школьников Северо-Запада	25-29 мая	Валдай
11. Личный Чемпионат Новгородской области	24 сентября	Валдай
12. Марафон "НЭВИС-ТРОФИ"	2 октября	Окуловка
13. Закрытие сезона	9 октября	Окуловка



Мы помним тебя, Сережа ...

В июле этого года ушел из жизни Сережа Леонтьев. Мы только со временем поймем эту горькую утрату. Сергей пример сочетания природной скромности, мудрости и юношеской увлеченности к ориентированию, пронесенные через неполные 43 года... Дело не в том, долго ли мы живем, а в том как.

Р.Бредбери сказал в свое время: «Каждый должен что-то оставить после себя. Что-то, чего при жизни касались твои пальцы, в чем после смерти найдет прибежище твоя душа. Люди будут смотреть на что-то, сделанное тобой, и в эту минуту ты будешь жив...».

Как только мы открываем в Интернете сайт «Среднерусского центра спортивного ориентирования» или подволим итоги Кубка Новгородской области, мы с гордостью говорим: это сделал Сережа Леонтьев.

Ты всегда, Сережа, будешь жить в наших сердцах.

О. Хелина



Этим летом не стало Сергея Леонтьева....

Язык не поворачивается говорить о Сергее в прошлом времени.

Он был первым, кто пришел в кружок ориентирования, организованный на базе Новгородской школы №18 поздней осенью 1977 года. Несколько позже в кружке побывало еще с десяток его одноклассников, но через пару недель они исчезли. Навсегда. Наверное, не очень интересно было в студеную зимнюю пору сидеть в классе и штудировать начальную азбуку ориентирования знаки, диктанты...

Вспоминается холодный декабрьский вечер того года. В тот день в кремлевском парке я назначил лыжную тренировку. Случилось так, что под вечер резко похолодало. Где-то 20-25 градусов. Я был уверен (и где-то надеялся), что из кружка никто на тренировку не явится. Какого же было мое удивление, когда у фонтана в центре парка я увидел одинокую долговязую фигуру с лыжами. Это был Сережа Леонтьев.

Он разительно отличался от своих сверстников сдержанностью, спокойствием, трудолюбием.

Было очевидно, что Сергей — цельная личность, что из него вырастет сильный спортсмен.

Собственно, так и вышло. Он поступил в Политехнический институт, который с успехом окончил.

Неоднократно выполнял норматив кандидата в мастера спорта, на протяжении многих лет был одним из ведущих спортсменов ориентировщиков в Новгороде. Наверное, только какое-то невезенье не позволило ему в те годы стать мастером спорта.

Сергей радовал нас своими успехами в спорте вплоть до того момента, когда на него обрушилась нелепая, ужасная болезнь. Он не опускал рук до последних дней своей жизни, постоянно борясь с недугом.

В прошлом году с палочкой он прошел дистанцию на соревнованиях в Валдае. До последнего времени он вел ранговую таблицу городских соревнований ориентировщиков.

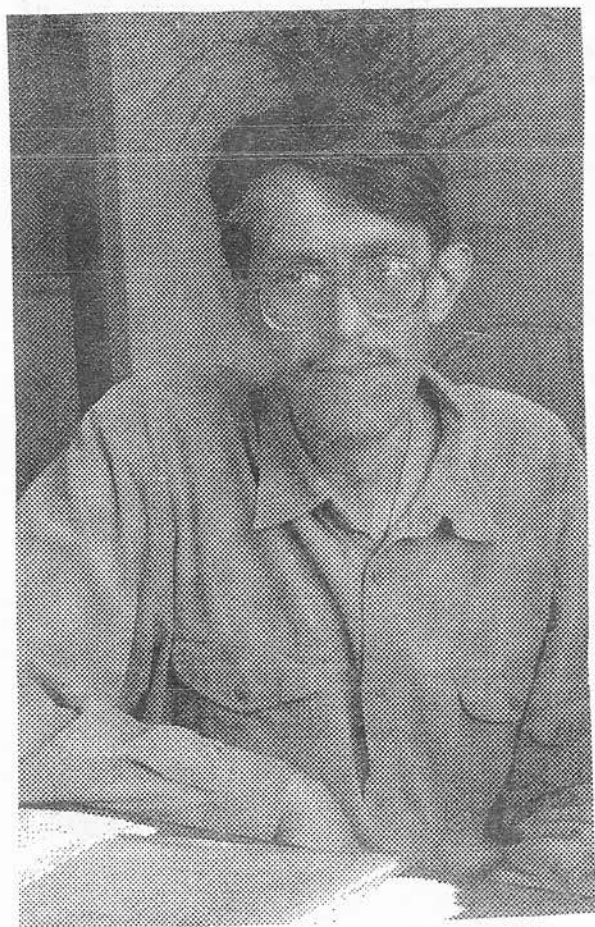
Сергей Леонтьев — из тех немногих людей, которые вроде бы внешне незаметны, не высываются при жизни, но с уходом которых многое в привычной жизни сразу рушится. И сразу становится ясно, кого потеряли.

На проводах Сергея Леонтьева среди его коллег, друзей постоянно звучала мысль о том, что лучшей памятью ему было бы учреждение в его честь ежегодных мемориальных соревнований по ориентированию.

Председатель городской федерации ориентирования Сергей Бессонов пообещал, что первые соревнования, посвященные памяти С. Леонтьева обязательно будут проведены летом 2005 года.

Без сомнения, имя достойного человека и спортсмена Сергея Леонтьева останется с нами на годы.

А. Орлов



Уроки ориентирования

Сто заповедей из Пензы

Виктор Горбунков один из основателей ориентирования в Пензенской области. Много лет возглавляет ФСО Пензенской области. Возглавляет клуб спортивного ориентирования по месту жительства «Кентавр».

Печатаем отрывок из авторской программы по спортивному ориентированию «Бежать не быстрее, чем может думать голова».

1. Вместе с тренером выработай и выбери цель.
2. Помни, что для великих усилий нужна великая цель.
3. Готовься к соревнованиям задолго.
4. Строго соблюдай режим питания, сна и отдыха.
5. Тренируйся циклично, с учетом суточных собственных биоритмов и по системе с эффектом сверхвосстановления.
6. Тренируйся в любую погоду.
7. Стремись преодолевать усталость в любой ситуации.
8. Коллекционируй спорткарты с нанесенными дистанциями и желательно нарисованными путями победителей.
9. Раз-два в год обязательно практикуйся в корректировке местности.
10. Опекай и «натаскивай» как минимум одного новичка своей команды.
11. Знай наперед предварительную информацию о соревнованиях.
12. Постоянно анализируй результаты прошлых соревнований.
13. Не жалей 1-2 часа в неделю на просмотр спорткарт.
14. Отрабатывай на тренировках три «кита» ориентирования: Сличение карты с местностью, владение компасом, измерение пути.
15. Не забывай тренировать свой глазомер отрезков линий на карте.
16. Учись воображать реальную местность по спорткарте.
17. Сохраняй спокойствие накануне соревнований и перед стартом.
18. Готовь заранее «боевую» форму снаряжение.
19. В день соревнований не меняй своих привычек.
20. Не опаздывай на соревнования, не опаздывай на старт.
21. По прибытии на соревнования осмотришь: центр, старт, финиш.
22. Ознакомься, изучи и запомни информацию: характер местности, границы района, контрольное время, параметры трассы, порядок стартов, система отметки, масштаб карты, стартовое время, квалификация участников твоей группы.
23. Проверь по протоколу свой нагрудный номер и время старта.
24. Перепиши легенды и порядок прохождения дистанции.
25. Не расхолаживайся, «не распался» перед стартом.
26. Переоденься в «боевую» форму.
27. Проведи общую разминку, начиная за 30 минут до своего старта.
28. Проведи техническую разминку за 15 минут до своего старта и проследи старт первых своих соперников-участников.
29. Проверь наличие компаса, пакета от дождя, карточки для отметки, нагрудного номера.
30. Перед стартом не пей лишней жидкости.
31. Расслабься, «мысленно прокрути» свои действия на линии старта.
32. Внимательно следи за стартовым временем.
33. «Обозлись» на соперников и сосредоточься.
34. На старт выходи уверенным и спокойным.
35. Начиная бежать размеренно, легко и весело.
36. Подбежав к ПВК, удобно выхвати спорткарту своей возрастной группы и устремляйся вперед.
37. Обрати сразу же внимание на линии «Север-Юг», масштаб и сечение, конфигурацию трассы и вид изложения рельефа.
38. Прикинь направление на первый пункт, на ходу уточняя азимут.
39. Рассматривай карту, сориентировав ее на север.
40. Помни о «коварстве» первых КП.
41. Прежде чем бежать на очередное КП, мгновенно оцени по спорткарте ситуацию вокруг него.
42. Помни, что призы КП всегда устанавливаются на ориентирах или вблизи них.
43. Азимут всегда засекай при устойчивом беге.
44. Движение по азимуту начинай от явного ориентира.
45. Не «бери» азимут под ЛЭП или вблизи металлоконструкций.
46. Знай, что самый короткий путь к КП не всегда бывает хорош.
47. При выборе пути от КП к КП никогда не рассуждай односторонне, соблюдай равновесие скорости и надежности.
48. При беге «чувствуй» побочные факторы-ориентиры: уклоны, просветы в лесу, прогалы просек в кронах деревьев, чахлая растительность болот, направление стоков ручьев...
49. При выборе обходных путей учитывай масштаб (100 или 150м).
50. При выборе пути учитывай формы рельефа.
51. Учитывай влияние погоды на состояние трассы.
52. Привязку-ориентир выбирай на удалении от КП 100-130м.
53. Не забывай использовать в районе КП совокупные привязки.
54. Первую часть дистанции беги по принципу: «включение разведка ускорение и ... бой».
55. Всегда держи палец на пробегаемом этапе спорткарты.
56. «Чистый» путь используй для осмысления дальнейших действий.
57. Умеючи «раскладывай» свои силы на протяжении дистанции.
58. Не отвлекайся, не бездействуй на трассе ни на секунду и не суетись понапрасну, не «заводись и не отыгрывайся».
59. Беги сноровисто и следи одновременно за местностью, картой и соперниками.
60. Береги глаза, ноги, карту и карточку: береги себя по принципу «через огонь и воду невредимым!»
61. Знай свой вариант взятия КП еще на дальнем подступе.
62. Учитывай контингент участников при выборе тактики на трассе.
63. Предполагай «хитрости» от каждого КП и защищайся.
64. Помни, что бессистемное прочтение местности в районе КП обычно не приносит успеха, и поэтому, побыстрее находи в себе силы возвращаться к надежной привязке-ориентир.
65. Не стой у КП и не привлекай соперника.
66. Отмечайся на КП ловко, четко и внимательно.
67. Подбегай к КП, убедись, твое ли оно!
68. Используй соперника-«столба» у КП и убегающего от КП.
69. Готовь атаку на соперника загодя (на прямых участках).
70. Никогда ни с кем не сотрудничай на дистанции.
71. Умей освобождаться от «хвоста».
72. Для быстроты прохождения трассы пользуйся ранее пройденными участками местности.
73. Борись за каждую секунду на протяжении всей дистанции.
74. Не поддавайся на дистанции «стадному инстинкту».
75. Учитывай различие техники и тактики на различных картах.
76. Умей на трассе быстро восстанавливать потерянную ориентацию.
77. Всегда азимутальный участок дублируй счетом шагов.
78. Будь устойчивым в неожиданных ситуациях.
79. При неточностях спорткарты, при ошибках начальника дистанции не теряй самообладания, ищи выход и продолжай борьбу.
80. Не забегай в зоны, запретные для бега.
81. Прекращай прохождение трассы в исключительном случае и, что бы ни случилось, сдай свою спорткарту судьям финиша.
82. Не ошибись при взятии последнего финишного КП.
83. Используй для скорости факт маркировки с последнего КП.
84. От последнего КП «рви» на финиш, сразу же сдай карточку с отметками (или спорткарту).
85. После финиша потруси, походи, успокойся и укройся от холодного ветра, от дождя или от жаркого солнца.
86. После финиша сразу не садись, не ложись, не пей холодного или слишком горячего.
87. Отдышавшись и успокоившись, выпей не более стакана теплой воды, компота, чая или спортивного напитка, сока.
88. Спустя 8-10 минут после финиша иди умываться (купаться) и мысленно продолжай бежать, спорить, переживать...
89. Переодевайся в сухую одежду и иди смотреть вывешиваемые результаты, перепиши свой результат и результат лидера.
90. Поделись впечатлениями от борьбы с товарищами, соперниками и обязательно с тренером.
91. Радость победы или горечь поражения дели со своим тренером и товарищами по команде.
92. Вернувшись домой, посмотри еще раз спорткарту и вспомни о своем беге на дистанции, свои ошибки (запиши в тетрадь-дневник).
93. Помни, что если не изживать свои ошибки, то их анализ не имеет смысла для будущих твоих стартов.
94. После участия в соревнованиях (особенно многодневных) выполни курс реабилитации и восстановления: полноценный отдых, нормальный сон, calorийное питание, режим питья.
95. Знай свои права и обязанности на соревнованиях.
96. Не возмущайся работой судейской коллегии (при них).
97. Не волнуй своего тренера недисциплинированностью.
98. Не превышай контрольное время.
99. Знай основные пункты Правил соревнований.
100. Уважай и почитай своего тренера в спорте он отец твой.



Избранное от А. Орлова

В леса приехав в первый раз,
Наивно паялил zenки я.
Но дали в руки мне компас
И пнули в зад коленкою.

Рванул я с места и в карьер,
Сверкнули только тапочки...
Тогда мне было, верь не верь,
Все это не до лампочки.
До лампочки.

С утра не ел я ни фиго,
А есть ужасно хочется.
От голода одна нога
Уже едва волочится.

Я карту истрепал до дыр:
Кругом холмы да ямочки,
И мне любой ориентир
Фактически до лампочки.
До лампочки.

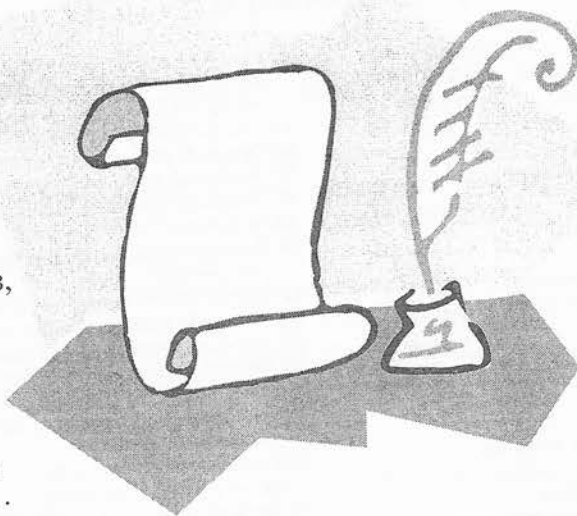
КП, сам дьявол не найдет,
Все спрятаны по кустикам.
Кричу я, что на ум придет:
В лесу своя акустика.

Я спотыкаюсь на бегу,
Как будто в стельку пьян почти
Бежать так больше не могу,
Мне спорт такой до лампочки.
До лампочки.

Весь день идет противный дождь
Тут запросто загинешь, и
С маршрута если не сойдешь
Концы отдашь на финише.

Обуют, проще говоря,
В другого цвета тапочки...
И будет все до фонаря,
До «фени», и до лампочки.
До лампочки

1986г



Сколько лет лесной тропе
Мы с друзьями посвятили!
Сколько около КП
Компаса свои крутили!

И блудили мы не раз
По чащобам незнакомым.
Это верно, но сейчас
Мы в лесу как будто дома.

И пора уже давно
Тасовать иные карты,
Пересечь за домино,
Бегать только от инфаркта.

Только, видно на покой
Нам еще, пожалуй, рано,
Потому что рвутся в бой
Боевые ветераны.

В шевелюрах серебро
Свежевыпавшего снега.
Ну а им все бес в ребро,
Только бы по лесу бегать.

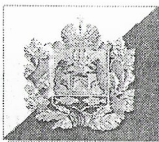
Дела нет, похоже, им,
Что давно уже за сорок.
До сих пор они сухим
Сохранить сумели порох.

И встаем мы снова в строй
С ними биться на просторах.
Очень хочется порой
Подмочить им этот порох.

Не получится сейчас
Отомстят им наши внуки,
Что когда-то сменят нас...
Им тогда и карты в руки.

1986г





Среднерусский центр спортивного ориентирования

Летний сезон 2004 года. Группа М21

Место	Фамилия Имя	Рейтинг	Зачетных стартов	Маевка 2004, Окуловка, 01 май	Маевка 2004, Окуловка, 02 май	Маевка 2004, Окуловка, 03 май	Первенство города, Великий Новгород, 23 май	Открытое первенство ОАО "Акрон", Окуловка, 05 июн	Первенство области, Окуловка, 06 май	Личный чемпионат области, Валдай, 10 окт	Парковое ориентирование, Юрьево, 17 окт	Закрытие сезона, Луга, 24 окт
1	Бессонов Сергей	500,0%	5	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%		
2	Терентьев Андрей	539,0%	5	123,5%	109,2%	138,5%	142,2%		119,1%	104,1%	106,6%	100,0%
3	Кабеев Игорь	607,4%	5	120,3%	110,5%		137,3%			129,7%	148,3%	109,6%
4	Ошмарин Андрей	625,7%	5			142,0%	175,8%	153,7%	107,8%	112,9%	148,7%	114,3%
5	Скосырев Геннадий	654,1%	5	143,3%	123,1%		174,0%	134,9%	111,8%	141,0%		
6	Степанов Вячеслав	659,1%	5		111,9%	139,9%	162,4%	140,0%				104,9%
7	Рябинин Артем	829,8%	4	137,7%	131,5%	134,6%					126,0%	
8	Чугунов Владимир	833,0%	4	175,1%	115,8%					115,9%	126,2%	
9	Храмов Николай	920,4%	3							118,2%	100,0%	102,2%
10	Славных Юрий	982,3%	3					123,8%	116,6%		141,9%	
11	Бессонов Андрей	1050,9%	4					300,0%	135,5%	168,9%	146,5%	
12	Караулов Михаил	1121,0%	4	182,7%	186,0%	252,7%	199,6%					
13	Дмитриев Иван	1138,2%	2								110,9%	127,3%
14	Николаев Александр	1178,9%	3					191,0%		210,6%	177,3%	
15	Барадавкин Алексей	1179,2%	3					300,0%		164,3%	114,9%	
16	Филиппов Александр	1181,3%	2	142,9%	138,4%							
17	Макаров Александр	1193,9%	2	165,4%	128,5%							
18	Петров Сергей	1241,9%	2		183,7%	158,2%						
19	Дементьев Владимир	1303,2%	1									103,2%
20	Филиппов Алексей	1318,2%	1									118,2%
21	Дмитриев Сергей	1330,6%	1									130,6%
22	Торопов Никита	1344,7%	1				144,7%					
23	Васильев Илья	1345,7%	1								145,7%	
24	Площечкин Александр	1350,0%	1							150,0%		
25	Петров Игорь	1352,7%	1							152,7%		
26	Красильников Сергей	1362,0%	1							162,0%		
27	Андреев Виталий	1383,5%	2	290,2%		193,3%						
28	Орлов Олег	1396,3%	1							196,3%		
29	Савотиков Сергей	1401,8%	1				201,8%					
30	Шацков Виктор	1454,0%	1		254,0%							
31	Андреев Артем	1500,0%	1					300,0%				

Примечания:

Рейтинг равен сумме процентов от времени победителя на 5 стартах

За каждый, недостающий до 5, старт начислялся штраф 300%

Результат, превышающий 300%, округлялся до 300%



Среднерусский центр спортивного ориентирования

Летний сезон 2004 года. Группа Ж21

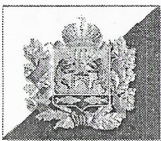
Место	Фамилия Имя	Рейтинг	Зачетных стартов	Маевка 2004, Окуловка, 01 май	Маевка 2004, Окуловка, 02 май	Маевка 2004, Окуловка, 03 май	Первенство города, Великий Новгород, 23 май	Открытое первенство ОАО "Акрон",	Первенство области, Окуловка, 06 май	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 07 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 08 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 09 авг	Личный чемпионат области, Валдай,	Парковое ориентирование, Юрьево, 17 окт	Заккрытие сезона, Луга, 24 окт
1	Попович Екатерина	701,8%	7	100,0%	100,0%	100,0%	109,9%	101,8%					100,0%	100,0%	100,0%
2	Сехина Татьяна	736,7%	7	114,8%	117,5%	114,7%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	107,2%	127,8%	115,7%		
3	Хепина Ольга	780,3%	7	138,3%		125,7%	104,4%	117,3%	124,3%	133,2%	100,0%	100,0%	133,9%	122,5%	111,8%
4	Салова Валентина	910,9%	7		122,8%	152,3%	113,5%	153,8%					139,3%	109,3%	119,9%
5	Савина Анна	1184,7%	7	156,1%	161,0%	246,7%		138,5%					157,9%	202,6%	121,9%
6	Конькина Ольга	1572,6%	6	254,7%	300,0%					200,1%	144,6%	153,2%		220,0%	
7	Андреева Лариса	1615,8%	5	191,3%	259,4%			197,4%		185,9%					181,8%
8	Дмитриева Татьяна	1634,5%	3							150,5%	181,9%				102,1%
9	Климова Ирина	1775,7%	2				132,9%	142,8%						185,8%	131,6%
10	Храмова Елена	1817,4%	2												145,6%
11	Каламурза Марина	1865,4%	2					219,8%							
12	Жуковская Тамара	1947,6%	3	191,0%	256,6%				300,0%						
13	Щагина Елена	2003,6%	1										203,6%		
14	Векшина Ольга	2005,0%	2	249,0%	256,0%										
15	Каламурза Алина	2014,3%	1					214,3%							
16	Жирнова Ольга	2081,3%	1					281,3%							
17	Вербицкая Алена	2098,5%	1					298,5%							

Примечания:

Рейтинг равен сумме процентов от времени победителя на 7 стартах

За каждый, недостающий до 7, старт начислялся штраф 300%

Результат, превышающий 300%, округлялся до 300%



Среднерусский центр спортивного ориентирования

Летний сезон 2004 года. Группа М50

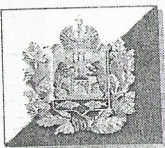
Место	Фамилия Имя	Рейтинг	Зачетных стартов	Первенство города, Великий Новгород, 23 май	Открытое первенство ОАО "Акрон", Окуловка, 05 июн	Первенство области, Окуловка, 06 июн	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 07 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 08 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 09 авг	Личный чемпионат области, Валдай, 10 окт	Парковое ориентирование, Юрьево, 17 окт	Закрытие сезона, Луга, 24 окт
1	Ян Сергей	518,4%	5		118,7%		101,6%	101,3%	107,5%	108,0%	100,0%	117,7%
2	Векшин Юрий	519,5%	5	118,6%	104,2%	107,4%	141,1%	135,8%	100,0%	100,0%	107,9%	147,5%
3	Большаков Юрий	520,2%	5	110,9%	100,0%	103,8%	100,0%	106,9%	109,5%	111,0%	120,0%	128,0%
4	Жуковский Александр	527,5%	5	156,0%	114,5%	102,6%	109,5%	121,8%		100,9%	137,9%	100,0%
5	Орлов Александр	529,5%	5	100,0%	106,5%	110,4%	117,2%	100,0%	114,5%			112,6%
6	Дмитриев Василий	559,3%	5	123,0%	100,5%	100,0%	123,6%	136,7%	112,2%	136,0%		126,2%
7	Иванов Владимир	571,1%	5	174,4%	106,0%	137,2%	159,7%	110,5%	132,3%	102,2%	145,2%	120,1%
8	Казанцев Иван	599,7%	5	129,2%	124,5%	104,6%	132,4%	126,7%		118,4%	125,5%	133,5%
9	Никитин Владимир	649,2%	5	143,7%	113,1%		153,5%		121,5%	159,0%	117,4%	
10	Петров Владимир	663,4%	5	151,2%	115,6%		132,6%	149,2%	144,2%	196,8%	123,8%	147,2%
11	Попович Леонид	891,3%	4	153,8%						152,1%	143,7%	141,7%
12	Титов Виктор	1041,5%	3		114,7%		184,0%	142,8%				
13	Лакаев Владимир	1076,8%	5				223,7%	240,3%	160,7%		152,1%	300,0%
14	Михайлов Владимир	1131,8%	2				118,9%	112,9%				
15	Светель Анатолий	1179,2%	2		116,0%						163,2%	
16	Исаков Юрий	1318,6%	2				267,7%	150,9%				

Примечания:

Рейтинг равен сумме процентов от времени победителя на 5 стартах

За каждый, недостающий до 5, старт начислялся штраф 300%

Результат, превышающий 300%, округлялся до 300%



Среднерусский центр спортивного ориентирования Летний сезон 2004 года. Группа Ж45

Место	Фамилия Имя	Рейтинг	Зачетных стартов	Первенство города, Великий Новгород, 23 май	Открытое первенство ОАО "Акрон", Окуловка, 05 июн	Первенство области, Окуловка, 06 июн	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 07 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 08 авг	Чемпионат ветеранов, Окуловка, 09 авг	Личный чемпионат области, Валдай, 10 окт	Парковое ориентирование, Юрьево, 17 окт	Закрытие сезона, Луга, 24 окт
1	Казанцева Алина	511,6%	5				123,5%	100,0%	103,7%	107,9%	100,0%	100,0%
2	Герасимова Любовь	545,1%	5	100,0%		100,0%	145,1%		100,0%	100,0%		
3	Дмитриева Валентина	670,2%	5		103,2%		100,0%	156,7%		194,6%		115,7%
4	Лакаева Наталья	917,9%	5				152,6%	201,0%	186,0%		220,3%	158,0%
5	Родина Татьяна	965,8%	3		100,0%		136,5%	129,3%				
6	Титова Людмила	985,7%	3		130,2%		128,6%	126,9%				
7	Звездочетова Галина	1052,8%	3		150,4%		165,0%	137,4%			123,9%	
8	Попович Елена	1185,5%	2	161,6%								
9	Караулова Вера	1248,6%	2		123,5%		225,1%					

Примечания:

Рейтинг равен сумме процентов от времени победителя на 5 стартах

За каждый, недостающий до 5, старт начислялся штраф 300%

Результат, превышающий 300%, округлялся до 300%

WMOC - 2004

В июле этого года команда ориентировщиков Великого Новгорода участвовала в Чемпионате Мира среди ветеранов, который проходил в живописнейших местах Италии - в горном городке Асиаго. Впечатлений от этой поездки столько, что не хватит всей этой газеты. Печатаем только два отрывка...

Мемуары о Чемпионате Мира среди ветеранов июль 2004г

Ранним утром 1 июля компания ориентировщиков Великого Новгорода в количестве 18 человек, набив полный 2-этажный «Неоплан» продуктами, палатками и прочей ерундой, отправилась в далекую Итальянскую деревушку Асиагу, что в южных отрогах Альп. Ехали очень хорошо, по России сильно качало и из-за дорог и от алкоголя. В Белоруссии дороги стали лучше, да и ночь всех сморила. Не буду описывать дорогу через все эти дурацкие границы, интересное началось при подъезде к Австрии. Красота снежных языков на вершинах альпийских гор очень сочеталась с яркой и сочной зеленью лугов, а остроконечные очертания средневековых замков окончательно завораживали. Все фотографии и видеооператоры беспрестанно переводили пленки, а основная красота всех нас ждала дальше.

Проехали Инсбрук, столицу двух зимних олимпиад 1964 и 1976 годов. Наши лыжники в те года всех обыграли с большим отрывом. Герои - лыжники Е.Беляев, Н.Бажуков, С.Савельев, Р.Сметанина записаны в историю спорта.

Наш автобус мчался по отличной дороге, прорезавшей Альпы с севера на юг, но вот мы свернули с автобана и начали пробираться по узенькой горной дорожке все выше и выше в горы. Справа - стена, слева - бездонное ущелье, ладошки рук потеют, скорость - 40 км в час, начинаешь ощущать экстрим путешествия.

К 22 часам приехали в лагерь, поставили палатки и завалились спать. Завтра, 4 июля, в 5 часов утра отъезд в Венецию. Преодолев 10-ярусный серпантин горных дорог мы успешно добрались до «жемчужины» Италии - Венеции. Город, где вместо улиц каналы, а вместо машин - лодки, пароходы и гондолы, нас всех просто восхитил. Площадь и собор Сан Марко, дворец Дожей, мост Риальто Сан Джорджо Маджоре, красавцы гондельеры - наши рты не закрывались от восторга и красоты. Миллиарды ног топтали эту землю, миллионы глаз восхищались этой красотой, и мы были там.

Асиаго - альпийская деревушка на высоте 700 м, со всех сторон окружена горами на севере Италии. Нежнозеленые альпийские луга, огромные ели с ветвями от самой земли. Центр горнолыжного спорта, воздух прозрачен, небо бездонно голубое, огромное количество отелей.

Но впереди - соревнования. 5 июля - открытие соревнований. Спортсмены из 38 стран более 3 000 участников, веселые и счастливые под знаменем своих стран прошли по городу и уселись в кабачках пить вино и пиво.

6 июля, проснувшись как всегда в 6 часов утра, быстрый завтрак овсянкой, выезжаем на соревнования. Центр соревнований - на лыжном стадионе. Нежное горное солнце согревает все вокруг, величественные стометровые ели обступили стартовую поляну. Дистанция 7 км 16 КП, набор высот 400 м. Начинаю осторожно. Карта читается очень хорошо, рельеф абсолютно корректен, хотя и тяжел. Организаторы в отличии от русских (новгородских) планируют дистанцию в щадящем стиле. Результатом доволен, хотя можно было лучше.

7 июля - второй день соревнований. Дистанция 7 км 11 КП, набор высот 200м. Эйфория первого дня привела к двум грубым ошибкам и результат средний, хотя попал в начало финала «В». На этот раз соревнования были в горнолыжном центре. Кругом - красивые склоны, на которых пасутся чистейшие итальянские красивые коровы с мокрыми носами и строгими глазами. Зимой здесь очень красиво. Вечером празднуем с большим количеством сухого вина свои победы. Все новгородские спортсмены удачно выступают, особенно наши лидеры Бессоновы Сергей и Ольга, они в финале «А» и могут быть призерами. Завтра день отдыха и нас ждут романтические старинные Верона и Падова.

Верона - город вечной любви Ромео и Джульетты. В этом городе даже воздух пропитан стариной. А Падова своими соборами Сан Антония и Сан Августина восхищают своим величием. Сила религии этого города просто кружит голову. Вечером мы вернулись в лагерь, делясь за ужином яркими впечатлениями от экскурсии, выпили вина и улеглись спать, завтра финал.



Но выспаться нам было не суждено - ночью разыгралась горная гроза с сильнейшим ливнем и градом. Молнии с шипением освещали ночную мглу, просвечивая палатки насквозь, а раскаты грома трясли не только воздух, но и землю. Всю ночь я ждал, что вот-вот поток воды снесет нашу палатку. Гроза закончилась в 4 утра, наши палатки остались на месте, ручьев и луж не было, горы!!! Не повезло соседям - их тент от палатки разорвало на мелкие лохмотья. Не выспавшиеся, позавтракав овсянкой, мы поехали на финал. Живописная дорога, по которой ехал наш автобус, была фантастична. В лучах восходящего солнца освещались горы, а в глубоких бездонных ущельях лежали облака. Мы потихоньку ехали в рай к господу на небо. К началу старта солнце уже было высоко, нежный теплый ветерок, хорошее настроение. О грозе совсем забыли.

Финал - дистанция 7,5 км 15 КП, набор высот 300 м. Начал очень осторожно, Первый, второй и третий КП - ровно начинаю разгоняться, но горы останавливают, все получается, к середине дистанции понимаю, что вполне приличный результат будет. Пробежал без залетов, 6-е место в финале «В». Доволен, поставленная задача выполнена. Я - 85-й из 240 участников, хотя самолюбие бывшего спортсмена зовет в призеры финала «А». Из трех дней соревнований самый удачный финал и дистанция очень понравилась, хотя и достаточно тяжелая.

На утро - обратная дорога домой, а по пути - красивейший город Восточной Германии - Дрезден. Цвингер с художественной галереей очень похож на Питерский Эрмитаж, а от картин галереи просто не хочется уходить. Академия художеств, шествие королей на наружной стене галереи Лангер Ганг, Католическая придворная церковь восхищают своей строгостью и фундаментальностью.

Время пробежало быстро, искушав немецкого мороженого, мы отправляемся в Россию в Новгород. По пути белорусские таможенники вытрясли из нас вина, но это не омрачило впечатлений и шикарной поездке в одну из красивейших стран Европы - Италию с маленьким, затерявшимся в горах, городком Асиагой, жемчужиной Венецией и красивым праздником ориентирования - Чемпионатом Мира -2004.

Андрей Ошмарин.

Итальянские зарисовки

Праздник начался в шесть утра. У причала стоял зеленый двухэтажный лайнер, который на две недели стал нашим пристанищем: дискуссионным клубом, спальней, рестораном и транспортным средством. На нем пересекли мы границы Белоруссии, Польши, Германии, Австрии, Италии. Побывали в Дрездене, Венеции, Падуе, Вероне - городах легендах. Пишные соборы и дворцы, узкие улочки и широкие автострады. И зелень лесов в горах Альтопиано, и ультрамарин большого канала, и белоснежная вата облаков в долинах под ногами, и черные отвесы скал вдоль серпантина горных дорог. В добавок все сдобрено легким молодым итальянским вином и густым пенным немецким пивом. Вот такое, братцы, обрамление для главного события спортивного года: Чемпионата Мира по спортивному ориентированию среди ветеранов - WMOC-2004, город Асиага.

Четыре тысячи зрелых, пожилых, старых, но все (!) бодрые и целеустремленные. Все бегут, бегут, бегут, бегут... Сквозь скалы и завалы, считая километры и горизонталы, проклиная собственную бестолковость и хилость.

И каждый день победа: победа над пространством, победа над временем, победа над соперниками (которые сзади). В конце концов: главная победа над собой! И хочется снова на старт. жаль, что надо возвращаться в обычную размеренную жизнь. Но снова, и снова соберутся друзья в дорогу за эмоциями: в Швецию (или Швейцарию?), в Австрию (или Австралию?), в Калифорнию (или в Окуловку?).

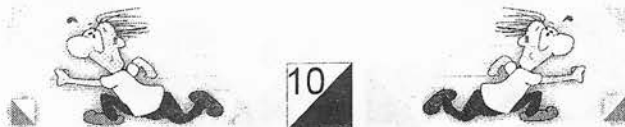
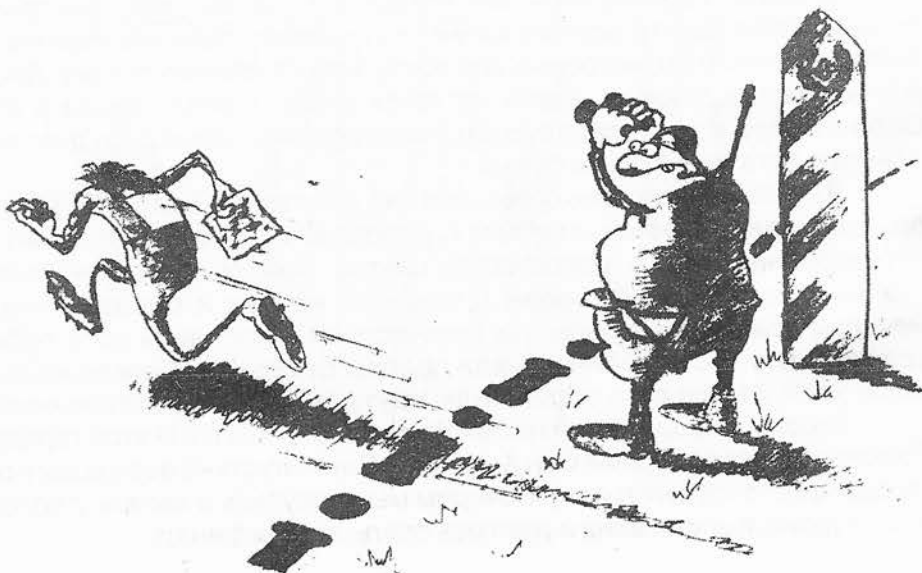
Итак, до встреч на лесных стадионах. И пусть победит сильнейший. И духом. И телом.

P.S. Приглашаем всех желающих в Альпы город Локарно на берегу Лаго Маджоре. 5Giorni Svizzera Tenero (CW) 10-17.07.2005г.

P.P.S. Мы пришли под вечер...

Мы пришли под вечер в пиццерию
В городке с названием Чезуна
(Рядом церковь, память про Марию),
Ты была смиренна и струнна...,
Ах, какая чудная свобода
Средь лугов долин Альтопиано.
Зеленеет елями природа,
Глубью неба голова до утра пьяна.
Среди ночи лунный свет на крышах
Серебром окрасил черепицы;
Луч зари, пробившийся, услышал,
Как в дубравах распевают птицы.
Вновь скользили над венами каньонов,
И под нами облаков густая вата.
Мир, насквозь пронизанный озоном,
Гор альпийских строгие палаты...

И.А.Казанцев



Приколы спортивного ориентирования



Север это направо или налево?

Так и не нашел ничего! Конечно, стоят одни женские КП
и так отвлекают

Вовочка! Тебе скоро стартовать, начни разминку! А я уже поел!

Я ему не стал уступать тропинку, и он побегал другим вариантом,
потому он и выиграл.

Я всю дистанцию пробежала кувырком.

Хуже всего бегать в дождь: в ушах хлупает и говоришь в нос.

Впереди я увидел полянку, заросшую вековыми соснами, и подумал,
что это вовсе не болото.

Я три раза мыла лицо, а тренер опять наказал, говорит, грязные ноги.

Больше всего я люблю горелую кашу: приятно смотреть,
как все морды корчат.

В лесу бывают просеки, они рассказывают о том, что здесь
ступала нога человека.

Когда я очнулась, общий старт уже убежал.

К финишу меня сильно толкали преследователи.

Когда солнце на юге, оно светит в сторону севера!

Простите меня, я больше никогда ничего не буду делать

Самой вкусной на обед была добавка.

Когда сломался компас, я ориентировался по Лешке.

Моя грудь финишировала раньше.

Костер надо складывать колодцем или домиком,
а ты сложил тумбочкой.

Я быстрее всех сделал это задание. Подумаешь, неправильно!
Победителей ведь не судят?!

Я, как кузнечик, прыгал с горки на горку, а когда провалился в ямку,
подумал, что я спон.

Как же нет отметки, я же отметилась на компостере,
там и зубьев уже нет.

Во время дождя я прикрыл КП, чтоб оно не намокло,
а они говорят, что его там нет.

Когда на болоте утонул один тапок, я выбросил и второй,
чтоб не выглядеть дурачком.

Я КП не заметил, потому что оно было у меня за спиной.

Это не компостер, это собака меня укусила.

Я потерял привязку от компаса.

Упал духом на финише.

Ориентировщик в лесу чувствует себя человеком.

Грибов в лесу, что спортсменов!

Попутный ветер помог мне сообразить, что я бегу не туда.

Я, конечно, хочу быть спортсменом, но почему это все без выходных?

Я уже преодолел все трудности, осталось только вырасти.

Я опять заблудился и на том же самом месте.

У меня второе дыхание появилось после финиша.

В лесу есть место, где можно спрятаться от родителей.

Из 32-местного автобуса вышло 170 спортсменов-
ориентировщиков с вещами.

Ели грибной суп из сухофруктов.

Красота в лесу меня отвлекает от мыслей и действий

Дистанцию разнесли в пух и прах.

Выигрывают сильнеешие: они сами выходят из леса.

Когда мне сказали, что я не там, я понял, что здесь меня нет.

У Димки память уникальная он все забывает.

Самое трудное в трудностях это то, что они не кончаются.

Я чувствую большие успехи в спорте.

Я запутался в чужих вещах, пришлось их снять.

Спортсмен-ориентировщик должен упрямо идти к своей цели,
а не ходить вокруг да около.

Я азимут беру напрямую.

Главное в ориентировании не терять рассудок,
а если потеряешь, то не огорчаться.

Елка, когда она очень ветвистая, то анна куст.

Я нашел месторождение КП.

В яме вместо КП стоял фотограф.

Я помогал тренеру тренировать себя.

Лес у нас разноцветный: летом зеленый, осенью желтый,
а зимой прозрачный.

Красный цвет на КП для того, чтобы остановиться и
подумать (он или не он).

Свое белье я стираю сам, а мама только достирывает.

С разбегу забежал не туда.

Тренировались в парке, приучались к культуре.

Ориентирование это микрогеография.



Наступающий 2005 год пройдет под знаком Петуха



Наступающий 2005 год пройдет под знаком Петуха. Петух — это гордое, голосистое, ярко-пестрое жизнерадостное создание. Он — символ начала нового, предвещает, он первый устремляется навстречу дню и громко извещает нас об этом. Люди, рожденные в этот год, отличаются элегантностью, красноречием и очарованием...

По китайскому лунному календарю Новый год наступает в первое новолуние после 21 января, то есть в разные годы приходится на период от 21 января до 20 февраля. Таким образом, Петух вступает в свои права 9 февраля 2005 года. Самое яркое, солнечное животное восточного календаря, гордый, яркий певучий петух традиционно связывается с рождением нового дня. Он выступает глашатаем солнца, света, утренней зари. Петух является символом не только времени, но и огня, пожара.

2005 год обещает быть суровым: много работы, рост рисков и безработицы. Поскольку Петух любит порядок, возможно начало новых реформ, направленных на его наведение. Грядущий год благоприятен военной карьере. Есть вероятность того, что год Петуха, как это обычно случалось (вспомним пожар Белого дома, взятие рейхстага, трагедию Хиросимы и Нагасаки), начнется с неприятных событий. Это касается, в первую очередь, известных или стремящихся стать таковыми людей, использующих недостойные приемы в целях приобретения популярности. Однако, в этот период использование любых неэтичных методов, напротив, принесет дурную славу и потерю популярности, поскольку год Петуха не терпит несправедливости и нарушения любых законов, включая морально-этические нормы.

Особого признания в год Петуха добьется тот, кто уважительно относится к своему окружению, кто почитает законы общества и трудится на благо своего государства. Можно будет впервые пополнить ряды таких людей, если воспринять идею государственности или коллективности, как основу общественного устройства и своего существования. Особо полезной эта возможность окажется для тех, кто по своей природе является индивидуалистом, позволив им справиться со своими внутренними ограничителями и подключиться к коллективным процессам.

В год Петуха следует уделять больше внимания своим близким, так как есть опасность потерять семью из-за легкомысленных походов. Желание сбросить ненужный балласт и таким способом укрепить свое материальное положение может привести к разводу. Удержать людей от совершения ошибок, сохранить семью от распада смогут дети, любовь к ним со стороны родителей.

К концу 2005 года должны разрешиться проблемы, волновавшие последние годы, например, необходимость постоянно заботиться о наращивании текущих доходов. Это не значит, что проблема жизнеобеспечения перестанет существовать, но она уже не будет столь значимой и, тем более, приоритетной в жизни людей, поскольку уступит свое место потребности раскрывать

в себе новые таланты и развивать новые способности. Это будет стимулом попробовать свои силы в новых направлениях, творчески относиться к своей профессии, поменять сферу деятельности.

Тем не менее, острый на язык, находчивый и предприимчивый Петух очень любит помечтать, и всю жизнь может провести в поисках своего идеала. Он смелый и восторженный, очень интеллектуальный, никогда не плачет, не жалуется. Что мы и советуем делать и нашим читателям — больше веры в себя, а уж если суждено, то Петух вам поможет.

Каждому по потребностям

А чем же одарит он всех нас, давно уже поинтересовавшихся, в год какого животного из восточного календаря мы родились? Астрологи говорят, Петух благоприятствует тем, кто решит расставить точки над *i*, — в семье, в дружеских отношениях, в партнерских, в деловых. Но предостерегают: не наломайте дров.

Обезьяна год Петуха обещает реализацию планов. Обезьяна в ней нуждается. У Петуха потери сменяются успехом. Но, увы, нужно работать. Для Собаки год не из легких. Разочарованная, она продолжит борьбу. Для Свиньи (она же Кабан) тоже главное — работа. И все устроится к лучшему. Крыса в год Петуха будет решать проблемы карьеры. Признание придет в конце года. К Волу (он же Бык) в год Петуха вернется уверенность в себе. После проблем и потерь — успех. Новые идеи Тигра осуществляются зимой. Путешествия избавят от потерь. Но год не из легких. У Кролика (он же Заяц, он же Кот) дела пойдут с переменным успехом. Впрочем, он будет находить Петуха и все его парадные да бряцанье шпорами смешными. Дракон, как всегда, найдет случай блеснуть, но разум удержит его от действий. Змее усилия прошлых лет наконец-то принесут долгожданные плоды. У Лошади в год Петуха тылы будут крепки. Можно от души поработать. Коза (она же Овца) в год Петуха совсем не захочет работать. Но придется. В деньгах недостатка не будет.

А что Зодиак?

Рыбам предлагается попрощаться с отжившими идеями и проблемами. Что ж, неплохо. Очень даже в духе Петуха. Овнам грядущий год сулит реорганизацию на работе, кризис в личных отношениях. Но кончится все хорошо. Тельцам советуют беречь силы и смотреть на мир философичней: к концу года все утрясется. У Близнецов — новые перспективы, деньги — по синусоиде. Игнорировать начавшуюся в прошлом привязанность не удастся. Раку в течение всего года придется разрываться между домом и работой. И при определенной маневренности ему удастся это совмещать. Перед Львами Петух раскроет веер возможностей и перспектив. В середине лета возможен скандальный успех. Реализуются давние идеи. Деву найдет признание прошлых заслуг и прибыль. Весы получают компенсацию потерь прошлого года. К Скорпионам успех будет приходить волнами. Но потребуются работоспособность и упорство. У Стрельцов исполнятся желания, о которых они уже забыли. Поворотными в личных делах станут апрель и октябрь. Деньги будут приходить благодаря старым связям.

С наступающим Новым Годом !

