



Фото Михаила СУХИНИНА.

## СПОРТ-ВЕСТОЧКИ

## Валуев сыграет в настольный теннис

Депутат Госдумы, экс-чемпион мира по боксу Николай Валуев поборется за теннисным столом на третьих межпарламентских Играх, которые состоятся в Москве в начале октября. Законотворцы из десяти стран сразятся в мини-футбол, большой и настольный теннис, бадминтон и шахматы. «Я плохо играю в настольный теннис, — признался Валуев. — Но бокса в программе нет. Футбол — это проблематично для колен. И бадминтон тоже. Поэтому могу поучаствовать только в настольном теннисе. Был бы бильярд — участвовал бы в соревнованиях по бильярду». Он добавил, что не любит проигрывать, поэтому для него соревнования станут «нервозными». Хотя, по мнению журналистов, нервничать скорее придётся соперникам, рискнувшим обыграть честолюбивого экс-чемпиона.

## Россиянин перелетел Татарский пролив

Двукратный чемпион мира по парашютному спорту Валерий Розов совершил перелёт через Татарский пролив, отделяющий остров Сахалин от материка. Прыжок был совершён с высоты 4 000 метров над самой узкой частью пролива и длился чуть больше двух минут. Этот проект стал для Розова ещё одной возможностью протестировать новую модель костюма-крыла на прочность и манёвренность перед экспедицией на Эверест. Покорение самой высокой вершины планеты и прыжок с неё запланированы на 2013 год.

## Картёжник покончил с собой из-за долгов

На прошлой неделе в Москве совершил самоубийство член Федерации спортивного преферанса России Олег Фридман. По предварительной версии, причиной рокового шага стали долги, которые тот не мог оплатить. Тело 57-летнего мужчины было обнаружено в его квартире. Фридман выстрелил себе в голову из охотничьего ружья. При жизни россиянин считался одним из лучших в мире игроков в преферанс. Но умение виртуозно играть в карты не спасло его от финансовых неурядиц.

## «Зенит» наболел на 162 миллиона рублей

В 2011 году игроки футбольного клуба «Зенит» получили пособия по «больничным» более чем на 162 млн рублей. Согласно докладу Счётной палаты России всего на выплату пособий по временной нетрудоспособности петербургское отделение Фонда социального страхования в прошлом году потратило 303 млн рублей. И больше половины этой суммы получили 12 питерских футболистов, пять из которых — иностранцы. В среднем прибывший зенитовец получал около 233 тысяч рублей в день. При этом руководство «Зенита» внесло в ФСС немногим более шести миллионов рублей — это в 27 раз меньше, чем объем выплат, полученных игроками. Напомним, петербургский «Зенит» считается самым богатым российским клубом. По экспертным оценкам, его бюджет в 2011 году составил более пяти миллиардов рублей. Генеральный спонсор клуба — ОАО «Газпром».

## ПОБЕДА без боя

Айкидо часто называют борьбой для умных — в ней надо предугадать движения соперника

## Курский борец Алексей Щепихин смог добиться признания в Японии — на родине айкидо

**В**нешне Алексей совсем не похож на супермена. Невысокий худощавый парень. Никак не Стивен Сигал. Но именно он смог получить официальное признание в Японии у основателей спортивного айкидо и возглавить одну из российских федераций по этому виду спорта.

— В детстве я никогда не дрался, — рассказывает он. — Был «ботаником» и занимался только учёбой. А в 13 лет критически посмотрел на свою фигуру. Захотелось выглядеть достойно. И я занялся бодибилдингом. Стал накачанным «ботаником».

**В восемнадцать лет будущего президента Федерации Томики-айкидо жестоко побил.** Тогда, в неравном бою против троих, Щепихин понял: не мышцы важны, а умение ими управлять. Сначала выбрал модную в 90-х годах китайскую борьбу ушу, а через три года пришёл в айкидо.

Алексей попал в хорошие руки: в нашем городе с 80-х годов преподавал один из основателей школы Томики-айкидо в России Игорь Дмитриев. Через четыре года занятий Щепихин сдал экзамен на первый дан в Москве, ещё через два — на второй в Харькове. И наконец, в 2004 году отправился в Японию, чтобы стать первым



**17–27-е МЕСТО** по травмоопасности занимают, по статистике, различные виды единоборств.

россиянином, получившим третий дан в Томики-айкидо.

В японском городе Имабари российскую делегацию приняли более чем радушно. Поселили в доме одного из ведущих мастеров — вице-президента Японской ассоциации айкидо Уно Кенши.

— Только там я понял: настоящее мастерство демонстрируется не в зале, а в общении. Уно Кенши — человек уникальный, — вспоминает Алексей. — Мастер солидного возраста, он пытался мыть за нами посуду! Уно рассказывал нам: в его тренировочном зале занимаются бок о бок мэры Имабари и представители верхушки якудзы — японской мафии.

**Из-за языкового барьера** общение русских и японских поклонников айкидо проходило чаще всего невербально. Так, Уно Кенши заметил, как Алексей пытается починить сломавшуюся сумку.

Никаких слов и вопросов: на следующий день Щепихин обнаружил новую сумку. Курянин решил отплатить японцам тем же радушием. Очень быстро был назначен ответный визит. Теперь именитые японцы — частые гости в Курске.

Сам экзамен проходил в течение полутора ча-

сов. 50 минут была демонстрация базовой техники — ката, — и 40 минут продолжался поединок с тремя противниками, атакующими ножом. Нападающие должны раз в 2 — 3 минуты отдыхать и меняться. А экзаменуемый не имеет возможности отдохнуть. Алексей выстоял.

**Любовь русских к японскому виду спорта** наш герой объясняет просто: и русские, и японцы мыслят сердцем, а не головой, как европейцы и американцы. Для самого Алексея айкидо давно стало и жизнью, и профессией. Ради любимого дела пришлось оставить практику врача-реаниматолога и пойти получать образование учителя физкультуры.

— Главный принцип айкидо — уход с линии атаки во всех смыслах этого слова, — рассказывает Алексей. — В одной притче говорится о маленьком мальчике, который играет в песочнице и не обращает внимания на оскорбления старшего мальчика. Тот подходит ближе, кричит громче и переходит на более обидные оскорбления. На крик старшего ребёнка прибегают взрослые и наказывают его. Маленький мальчик оказался мудрее и победил без боя. Этому и учит айкидо.

Оксана ВАРЛАМОВА.



## КСТАТИ

## Знай наших!

Курские айкидоки — спортсмены сильные. На недавнем европейском чемпионате по Томики-айкидо они уверенно победили в трёх номинациях. А в общем зачёте спортсмены Щепихина получили 15 золотых, 4 серебряных и 9 бронзовых медалей. Что и неудивительно — на данный момент в Курске подготовлено более 60 обладателей чёрных поясов, а пять учеников Щепихина имеют третий дан.

## СПРАВКА ЖИТЬЯ

## Что такое айкидо

Японская борьба айкидо стала популярна в России благодаря боевикам с участием Стивена Сигала. Смысл айкидо заключается в перенаправлении энергии атакующего в нужном направлении. Противник пролетает мимо вас и оказывается на земле.

В айкидо существует десять данов — степеней мастерства. Первый позволяет носить чёрный пояс и говорит о том, что его обладатель овладел основными техниками борьбы. Последующие свидетельствуют о повышенной квалификации. Десятый дан имел только основатель айкидо Морихей Уесиба.

Для российских спортсменов возможность аттестации появилась лишь в 1997 году. И для них пока потолок — четвёртый дан. Его первым из россиян в 2008 году получил Алексей Щепихин.