

# СТИХИЯ ВОДЫ

## РАФТИНГ ПОКОРЯЕТ ЛЮБИТЕЛЕЙ И ПРОФЕССИОНАЛОВ

**Желание понять любителей активного отдыха привело нас к реке Зеленчук. И там, среди бурных порогов ущелья Архыз, мы выяснили, что самые сложные профессиональные спуски по горным рекам всегда начинаются с осторожных попыток новичков.**

Водная стихия притягивает и пугает одновременно, но спокойствие организаторов этого мероприятия и подсыхающие на незатейливой веревке между соснами гидрокостюмы говорили о том, что мы не первые желающие испытать себя на прочность.

Испытания начались уже на этапе экипировки. Первым встал вопрос о том, что из одежды можно оставить на себе. Нас не заставляли категорически все до белья снимать, но предупредили, что все вещи, которые мы захотим оставить на себе, вроде колгот или носков, став мокрыми, будут нам же причинять неудобства. Обдумав, мы согласились. С трудом натягивая в специальной палатке чуть влажный внутри комбинезон, думали, правильно ли мы поступили, что согласились на такое «путешествие» по воде в оголенном по нашим понятиям виде. Завершали экипировку каска на голове, кеды на босу ногу и спасательный жилет. От него сразу почувствовалось тепло, и к этому еще прибавилось чувство защищенности.

Пока мы переодевались, нашлись еще претенденты в нашу лодку – два подростка, буквально вырвавшихся из «цепких рук» заботливых мамаш. Стоя рядом с нами, последние требовали от инструктора гарантии безопасности своих сыновей:

– А что будет, если они окажутся за бортом? – вопрошали они.

– У них есть жилеты – не пропадут, не беспокойтесь. Еще на дне лодки есть крепления для ног. Просто нужно, чтобы обе ноги были в них зафиксированы.

– Сергей, ты слышал, что тебе говорят? Если одна из ног выскочит, то ты за бортом



Фото: Оксана ЩЕТКИНА/Великая Эпоха

– Слушайте меня внимательно, – отрывисто и громко говорит тренер

сразу окажешься, – беспокоило продолжала причитать одна из мам.

Подростки улыбались и кивали головами, торопились с приготовлениями, чтобы мамы вдруг не передумали, отпуская их одних в самостоятельное плавание.

Тренировка на суше была необходима, потому что, кроме инструктора, немногие из нас умели даже правильно держать весло в руках.

– Слушайте меня внимательно! – отрывисто и громко говорил он. – Вы – левый борт, когда отдаю команду «вперед» или «назад», слушаете только свою команду, не обращая внимания на другой борт. Если особой команды нет, гребете всегда вперед, включайте в работу веслом не только руки, но и корпус.

Спустившись на воду по команде «Вперед!», лодка тронулась вниз по течению. Даже рядом с незнакомыми людьми мы ощущали себя одной командой, казалось, что мы давно знаем друг друга. Мы подчинялись беспрекословно человеку, в руках которого в некоторой степени была наша судьба. Изредка отпускали шуточки по по-

воду непривычного одевания, с веслом в руках, сопровождаемые неожиданными и холодными брызгами горной реки, щедро обдающими наши ноги, а иногда и головы и спины.

Оказалось, что незатейливое движение веслом не так просто, как кажется. Главное, что я успела понять, – это важность синхронных движений, дабы своими неловкими движениями весла не сбить намеченную траекторию весла соседа.

Явного холода не чувствовалось, волшебные свойства мокрого костюма создавали согревающий эффект. Намокшая ткань особого качества удерживала тепло тела. Было достаточно комфортно. Но в кеды вода неустанно затекала с каждым преодоленным порогом реки, а холод в руках объяснялся, наверное, моей личной особенностью.

Редкими, но долгожданными были команды «Отдыхаем!» В основном, это были места речного затишья, где мы имели возможность полюбоваться горами Кавказского хребта, которые виделись как-то по-новому. Но затишье никогда не было

долгим, и река, как сама жизнь, довольно часто меняла затишье на бурное течение и крутой поворот.

Менялось настроение реки, но настроение гребцов всегда должно было оставаться стабильным, а внимание – ни на секунду не ослабляться – ведь даже слабое течение воды может занести лодку в ветки упавших в воду деревьев, острые концы которых могут причинить большие неприятности. Правый борт нашей лодки не успел вовремя среагировать и врезался в плывущие останки деревьев. Скользнув по защитным шлемам, ветки глубоко поцарапали руку одной из наших участниц. Только теперь мы оценили наличие защитного шлема на голове!

– Всем вперед! – слышались четкие указания инструктора. – Правые назад, всем вперед, всем вперед. Отдыхать.

Приближались наши заветные 8 км, за которыми ждала маршрутка, готовая доставить усталых путешественников обратно. Увидев место нашего будущего причала, мы по-особому взбодрились и утратили ставшее привычным внимание. В этот момент дно лодки накрыло громадную каменную глыбу, торчащую посередине реки. Наши судорожные активные движения веслами ни к чему не приводили. Лодка только прочнее закреплялась на вершине валуна, эти несколько минут тогда показались нам вечностью. С помощью усилий ведущего весла мы сделали оборот вокруг своей оси и соскользнули опять на поверхность воды.

Выбравшись на берег, первым делом позаботились о своём судне, загрузив его на ожидающую нас «Газель». Её водитель почему-то улыбался нам очень открыто как своим старым знакомым. Оказалось, что его улыбка была нашим зеркальным отражением.

– У вас такие счастливые лица, – заметил он, помогая водрузить нашу лодку на крышу «Газели».

Мокрые, но довольные, мы погрузились и отправились на место нашего старта на встречу сухим вещам.

Оксана ЩЕТКИНА

### Мир Боевых Искусств

## Разные пути двух чемпионов

«ПУТЬ В ТЫСЯЧУ МИЛЬ НАЧИНАЕТСЯ С ПЕРВОГО ШАГА»

**В последнюю неделю мая произошли два события, внешне, казалось бы, никоим образом не связанных. Во-первых, во время спецоперации в Нальчике бойцы спецназа обезвредили очередную банду боевиков. Во-вторых, в России стартовал прокат фильма «Путь».**

На экраны российских кинотеатров вышел широко разрекламированный боевик «Путь» с бюджетом 12 млн. долл. Олег Тактаров, Николай Валуев, Джамал Ажигирей, Ирина Чачина, Дмитрий Максимов, Сурен Балачинский, Алексей Арешкин, Евгений Шпагин – вот далеко не полный список про-



Фото: dimanosov.ru

На съемках фильма «Путь»

славленных спортсменов, снявшихся в главных ролях. Всего 9 чемпионов мира! Главный герой фильма – Дмитрий Носов,

дзюдоист, бронзовый призер Олимпийских игр в Афинах, победитель Первенства Мира по самбо.

Среди убитых в Нальчике боевиков опознан чемпион мира по боевому самбо Мурат Ристов, который еще в мае 2009 года был включен в состав сборной России для участия в чемпионате Европы по самбо в Милане.

Выступление дзюдоиста Дмитрия Носова стало самым ярким зрелищем на Олимпиаде в Афинах. Несмотря на тяжелейшую травму, из-за которой воспитанник московской школы «Самбо-70» практически не мог шевелить левой рукой, он вышел на схватку за третье место и невероятным образом выиграл ее. В довершение ко всему, в битве за бронзу Носов рассек бровь и своей героической победе радовался, истекая кровью.

Последние годы Мурат Ристов стремительно прогрессировал в спортивном от-

ношении, практически не зная поражений в своей весовой категории. Нелепым образом уступив победу в финале Чемпионата мира по боевому самбо в 2008 г., он взял убедительнейший реванш на мировом первенстве год спустя.

«Как спортсмен и как член сборной команды он был нормальный адекватный парень. Для всех это шок. И что там случилось, мы не в курсе», – сказал старший тренер сборной команды России по боевому самбо Александр Конаков.

«Путь» не обычный приключенческий фильм. Идея фильма – это не только традиционная идея борьбы добра и зла, это выбор индивидуального пути человека, возможность этого выбора для каждого из нас, в каждую минуту жизни.

И то, каким будет его Путь, каждый решает сам.

Антон КОЛЯДА