



НА РУБЛЁВКЕ *Sport life*



№4 (04) приложение о спорте
ВЕСНА 2024

Новости • Лица • События • История

Егор Яковлев

«СТАРАЮСЬ С УЛЫБКОЙ,
С ПОЗИТИВОМ ПРОЖИВАТЬ
ЖИЗНЬ»

В продолжение серии интервью со спортсменами – хоккеист, защитник, действующий капитан ХК «Металлург», олимпийский чемпион, чемпион мира, обладатель кубка Гагарина 2017 года в составе ХК «СКА», выступал в NHL за клуб «Нью-Джерси Девилз».

стр. 4



Спорт

ОБЪЕДИНЯЕТ
МИР

стр. 2

Весна –

ВРЕМЯ ДЛЯ
ФИТНЕСА

стр. 5

Олимпиада

10 ЛЕТ
СПУСТЯ

стр. 6

ПАРТНЁР
КАРТЫ ПРИВИЛЕГИЙ



life

СКИДКА 10 %
ПО ПРОМОКОДУ RR-LIFE
LOYALTY.RR-LIFE.RU

СТУДИЯ АНТИГРАВИТИ ЙОГИ И ТАНЦЕВ

#Fitandlove ❤️

У НАС ЕСТЬ ЙОГА
ДЛЯ КАЖДОГО

ХАТХА-ЙОГА • КУНДАЛИНИ-ЙОГА
АЭРОЙОГА • ЙОГА-ТЕРАПИЯ
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ

ЖУКОВКА, РУБЛЁВО-УСПЕНСКОЕ Ш., Д. 123Б +7 (969) 010-01-50 FITANDLOVE.RU



РЕКЛАМА



ФОТО: KREMLIN.RU

С 21 февраля по 3 марта более двух тысяч лучших атлетов и клубов из 107 стран приняли участие в масштабном инновационном спортивном событии, организованном на стыке физической и цифровой вселенных. Соревнования «Игры будущего» проходили по 20 дисциплинам на десяти спортивных объектах в Казани и Сочи. Общий призовой фонд составил более 910 миллионов рублей. Девизом турнира стала фраза «Объединяя спорт и технологии, мы объединяем мир!».



ФОТО: KREMLIN.RU

На торжественную церемонию открытия в столицу турнира, город Казань, прибыли президенты Белоруссии, Сербской Республики, Казахстана, Киргизии, Узбекистана и Таджикистана, а также более 60 высокопоставленных лиц разных стран. Открывая соревнования, президент России Владимир Путин подчеркнул, что идея объединить классический и киберспорт родилась в России: «Наша страна была и остаётся одной из ведущих спортивных держав планеты, родиной великих атлетов, побед и рекордов. Мы всегда выступали за продвижение спорта и его высоких гуманистических ценностей. [...] Но Россия – это ещё и земля великих учёных, конструкторов, инженеров. Их достижения раскрывали человечеству новые горизонты познания, а сегодня наши исследовательские команды, компании достигают вершин в цифровых технологиях и применении искусственного интеллекта, в сферах, которые находятся на переднем крае прогресса. И конечно, испокон веков Россия славится своей щедростью и гостеприимством, всегда готова радушно принять друзей, устроить для них большой, красочный праздник, в том числе и праздник спорта».



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

Спорт ОБЪЕДИНЯЕТ МИР

В России впервые в истории прошёл Международный мультиспортивный турнир «Игры будущего».

Все состязания турнира были объединены в пять тематических категорий, каждая из которых представляла собой двоеборье нового формата.

В направлении «Спорт» участники мерились силой и мастерством в классических видах спорта и их аналогах в видеоиграх. «Тактика» включала в себя всемирно известные игры в жанре трёхмерного тактического боя и состязания на реальной лазертаг-площадке. В «Стратегии» популярные компьютерные

команда Xtreme Gaming, она обыграла соотечественни-



ФОТО: KREMLIN.RU

“ За трансляциями Игр следили миллионы зрителей во всём мире: соревнования по каждой из дисциплин можно было посмотреть как на трибунах, так и в интернет-стримах.

игры дополнялись соревнованием на физической арене. В категории «Скорость» скоростное прохождение видеоигр сочеталось с суперфиналом по физическому преодолению полосы препятствий. В направлении «Технологии» лучших выявляли в соревнованиях с применением высоких технологий, таких как битва роботов, гонки дронов, кибатлетика и виртуальная реальность.

За трансляциями Игр следили миллионы зрителей во всём мире: соревнования по каждой из дисциплин можно было посмотреть как на трибунах, так и в интернет-стримах, которые велись на сайте турнира gofuture.games.



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

Выступая на пленарном заседании «Успехи развития сферы физической культуры и спорта», которое проходило на форуме-выставке «Россия», вице-премьер РФ Дмитрий Чернышенко сообщил, что прямую трансляцию церемонии открытия «Игр будущего» и соревнования уже посмотрело более миллиарда человек.

Самую большую аудиторию собрали баталии Dota 2. Билеты на трибуны раскупили за первые три минуты, стриминговые платформы только за первый день зафиксировали показатель в 5,5 миллиона просмотров, а трансляция финала собрала в два раза больше. По итогам двоеборья победила китайская



ФОТО: НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОСПЕКТЫ.RU / ВЛАДИМИР АСТАШОВСКИЙ/РИА НОВОСТИ

Оргкомитет по подготовке и проведению проекта «Игры будущего» возглавляет зам-председателя правительства РФ Дмитрий Чернышенко.

Спортивному сообществу Дмитрий Николаевич стал известен в 2005 году, когда возглавил кампанию за право проведения Олимпийских и Паралимпийских игр в Сочи в 2014 году.

С 2007 по 2014 год он являлся президентом Организационного комитета XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр.

В 2014 году Чернышенко стал членом совета Федерации хоккея России и президентом Континентальной хоккейной лиги.

А с января 2020 года начал курировать сферы цифровой экономики, инноваций, СМИ, культуры, туризма и спорта в ранге вице-преьера.

В его ответственность входит реализация национальных проектов «Цифровая экономика», «Культура» и «Спорт – норма жизни».

ков – команду LGD – и забрала главный приз в размере 32 млн рублей. В спортивной части, где отношения выясняли на футбольном поле, 4,5 млн рублей достались интернациональной команде Entity, в составе которой были два россиянина.

Надо отметить, что российские спортсмены показали отличную подготовку во всех дисциплинах и во многих из них заняли первые места. Некоторые из них российские участники выиграли даже без борьбы: например, популярные только у нас игры «Мир танков», Standoff 2 и Warface. В других видах конкуренция была повыше, и к нашим трофеям прибавились только победы гонщиков SMP Racing, хоккеистов и баскетболистов из Liga Pro Team.



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

ний. – Турнир объединяет цифровой мир и мир реального спорта, он нашёл поддержку во многих странах



ФОТО: KREMLIN.RU

«Наша страна была и остаётся одной из ведущих спортивных держав планеты, родиной великих атлетов, побед и рекордов. Мы всегда выступали за продвижение спорта и его высоких гуманистических ценностей...»

Владимир Путин

Одни из главных соревнований, турнир по фиджитал-футболу, выиграл уругвайский «Пеньяроль», в финале остановив команду Романа Шишкина и Александра Шешукова. В гонках дронов победили корейцы, в битве роботов — коллектив из Индии.



ФОТО: GOFUTURE.GAMES



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

мира. [...] Это говорит о том, что идея нашего президента поддержана в мире, мы угадали с этим уникальным форматом».

По словам руководителя «Игр будущего» Игоря Столярова, турнир теперь будет проходить ежегодно. О желании принять соревнования в своей стране уже заявили президенты Казахстана и Узбекистана. ●

Много активностей было подготовлено и для зрителей. В главном хэбе турнира, комплексе «Казань Экспо», посетители могли бесплатно попробовать VR-игры, пообщаться с нейросетями, косплеерами и мировыми звёздами спорта, эстрады и интернета, посмотреть концерты. Изучать цифровое окружающее пространство можно было часами.

Яркие мультиспортивные соревнования в Казани и Сочи подарили участникам и зрителям радость побед, открыли новых спортивных героев, а также продемонстрировали открытость России всему миру.

«Игры будущего» – новый формат, который придуман президентом России Владимиром Путиным, – отметил Дмитрий Чернышенко на встрече с руководителями делегаций стран – участниц соревнова-



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

РЕКЛАМА
WORLDCLASS.RU
@WORLDCLASSCLUBS



ЭТО
ЭНЕРГИЯ

Егор Яковлев

«СТАРАЮСЬ С УЛЫБКОЙ, С ПОЗИТИВОМ ПРОЖИВАТЬ ЖИЗНЬ»

► **Что вы считаете самым сложным на пути к спортивному успеху?**

Самое сложное – заставить себя работать каждый день и становиться лучше. Наверное, это одна из самых серьёзных задач. Если ты справишься и победишь себя, тебе намного проще будет добиваться других целей.

► **Чем приходится жертвовать в угоду углубленным занятиям спортом?**

Приходится жертвовать, наверное, в юном возрасте детством. Дальше – какими-то привычными вещами и радостями, которые могут себе позволить обычные люди, располагая свободным временем. Потому что профессиональный спорт забирает достаточно много времени.

► **Часто ли вы нарушаете спортивный режим?**

Что подразумевать под этим – нарушать спортивный режим? Тренировки не пропускал ни разу, ни по какой причине. Поэтому спортивный режим не нарушаю. Стараюсь жить всегда в спорте.

► **Какой вы человек вне спорта?**

Я считаю, что очень добрый, отзывчивый человек. Стараюсь с улыбкой, с позитивом проживать жизнь.



► **Расскажите о последней прочитанной книге, не относящейся к сфере вашей деятельности. Опишите свои впечатления.**

Последняя книга, не относящаяся к спорту... Наверное, не вспомню. В основном это спортивная литература, из последнего впечатлила книга Мэта Фицджеральда «Как сильно ты этого хочешь». Из художественных произведений, честно, не помню уже. Люблю биографическую литературу. Здесь, наверное, не буду оригинален, если скажу, что понравилась история Джека Ма Alibaba.

► **Что вас больше всего удивляло или поражало в сопернике? Есть ли противники, которыми вы по-настоящему восхищаетесь?**

Чаще всего удивляет, как люди, несмотря ни на что, на большие препятствия, всё равно идут дальше и добиваются своих целей. Переламывают исходы матчей, встреч и т. д.

► **Какие у вас самые любимые направления для путешествий?**

Одно из самых любимых – это, наверное, всё-таки Турция. Так как я стараюсь летом провести максимум времени с ребёнком.



Турция – страна, где очень комфортно детям и можно проводить максимально полезно время вместе.

► **Назовите самое невероятное событие в своей обычной и спортивной жизни.**

Олимпиада и завоёванное олимпийское золото. Эмоции финального матча не сравнимы ни с чем, когда играешь за страну, за флаг, за родину. На тебя смотрит вся страна, твои родные и друзья. Когда в жизни появляются такие достижения, понимаешь, что весь этот путь стоил того.

► **Какова доля везения в спорте?**

Доля везения? Безусловно, без неё никак. Она всегда идёт рядом. Я считаю, что везёт сильнейшим. Если ты будешь работать, то и везение развернётся в нужный момент в твою сторону, поблагодарит тебя за твои труды и старания.

► **Назовите свой девиз по жизни.**

Жить по совести: хорошо работаешь – хорошо отдыхаешь! •

Беседовала

Надежда Гуськова

➔ nadezda_guskova



Полную версию интервью
читайте на rr-life.ru



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Е. ЯКОВЛЕВА

► **Кем бы вы стали, если не посвятили бы свою жизнь спорту?**

Наверное, на комбинате бы работал. Работником комбината, как и большая часть магнитогорцев.

► **Что было главным толчком к профессиональному занятию спортом?**

Главным толчком было то, что хоккей – мой любимый вид спорта, я им увлёкся с детства и занимаюсь по сей день, получаю от этого огромное удовольствие. Я на самом деле очень счастливый человек, занимаюсь любимым делом и за это ещё получаю хорошую зарплату.

► **Часто ли бывают моменты, когда вы теряете веру в себя? Что делаете в таких случаях?**

Нет. На самом деле, бывают какие-то разочарования или непростые периоды в жизни, но мотивация быстро находится, и находятся новые цели, новые задачи, и ещё больше, с двойным усилием, начинаешь работать.

► **Вы помните свою первую победу?**

Победы бывают разные, смотря где и как. Наверное, нет, не помню свою первую победу, потому что я был слишком маленький, но зато помню свой первый выигранный детский турнир. Это было памятное событие. Турнир даже запечатлён на фотографиях. Поэтому первую победу – нет, но первый турнир выигранный помню.

► **Чем любите заниматься в свободное время? Какой досуг считаете любимым?**

Всё зависит от времени года. Если это лето – я очень люблю активный образ жизни и отдых, катаюсь на различных видах сёрфинга. Мне очень нравится проводить время на воде, хорошо успокаивает. Зимой тоже, когда длинные каникулы, могу себе позволить либо сноуборд, либо лыжи – в лесу походить, погулять. Конечно, больше люблю активный отдых.



Весна – ВРЕМЯ ДЛЯ ФИТНЕСА!

С первыми лучами мартовского солнца всем нам хочется почувствовать себя обновлёнными, красивыми и полными сил. Сбросить с плеч следы зимней усталости можно в IceBox Club.



ФОТО: ICEBOX CLUB

В этом уникальном месте, где под одной крышей находятся фитнес-клуб, клиника косметологии и восстановительной медицины, а также ресторан итальянской авторской кухни, объединены три составляющие: здоровье, красота и хорошее настроение. Как известно, комплексный подход в любом деле позволяет быстрее и эффективнее справиться с поставленной задачей. Но для начала необходимо разобраться, в каком состоянии ваш организм, есть ли лишний вес или недостаток мышечной массы, с какой интенсивностью вам можно заниматься спортом без вреда для здоровья. Для этого клиника IceBox Life предлагает изучить состав тела на аппарате InBody и при необходимости сдать анализы. Если всё в порядке, можно приступать к тренировкам.

В зале IceBox Fitness представлены тренажёры на любой вкус и запрос: от привычных классических до новейших пневматических фирмы Keiser. Широкий выбор дополнительного инвентаря, отдельные залы для групповых занятий, сайкл-зона, кардиотренажёры разных видов, выделенная зона бокса – с таким оборудованием ежедневные тренировки будут интересными и разнообразными. В бассейне клуба можно заниматься аквааэробикой и плаванием, а расслабиться после нагрузок – в сауне или хаммаме.



Если вы ещё не определились с типом тренировок или, что случается довольно часто, чувствуете себя неуверенно и неловко в тренажёрном зале, можно начать с занятий с виртуальным тренером. Ежедневно в расписании клуба проходит более 15 тренировок разных направлений. Групповые занятия с тренерами клуба заряжают энергией и вдохновляют на здоровое соперничество, позволяют найти единомышленников в области здорового образа жизни. Занятия с персональным тренером, безусловно, наиболее быстрый и эффективный путь к достижению цели. Опытный наставник определит ваши сильные и слабые сторо-

ны, научит правильной технике движений и обращению со спортивными снарядами, грамотно распределит нагрузку.

Если спорт уже давно отсутствует в вашей жизни, то не исключено, что вначале вам будет сложно и, возможно, появится желание всё бросить. Но существуют три важных фактора, которые помогут не сбиться с пути. Первый: без систематических тренировок невозможно обрести красивое тело и хорошее самочувствие.

Второй: врачи настаивают, что регулярные физические нагрузки должны обязательно присутствовать в жизни каждого человека. Третий: занятия спортом способствуют выработке эндорфинов, отвечающих за хорошее настроение, а общение в дружеской атмосфере с людьми, разделяющими ваши цели и ценности, приносит новые положительные эмоции, что поддерживает ментальное здоровье.



Чтобы приучить себя регулярно ходить на фитнес, попробуйте разработать систему поощрений. После каждой тренировки побалуйте себя чем-то приятным. Тем более что в IceBox Club есть для этого все возможности. Вам нужно только выбрать, в какую сторону направиться после занятия. Один выход из зала ведёт в клинику IceBox Life, где вас ждут опытные руки массажистов и косметологов. С особенно упрямыми проблемными зонами тела здесь успешно справляется аппарат «Эндосфера». Последствия травм и операций эффективно устранит курс процедур на аппарате INDIBA. А для красоты и молодости косметологи предложат разнообразные инъекции, нитевой лифтинг и уходовые процедуры. Консультации психолога помогут разобраться с проблемами в жизни и наметить новые цели.

Другая дверь ведёт в ресторан авторской итальянской кухни IceBox Kitchen под руководством бренд-шефа Алессиньо Джини. Вкусная еда – один из важнейших источников удо-



вольствия, а значит, это станет прекрасной наградой за ваши старания в тренажёрном зале. Мысль о том, что после тренировки вы будете вознаграждены любимыми сырниками с ягодами, бифштексом или фетучини с лососем, несомненно придаст сил. Лёгкие салаты, по-домашнему вкусные супы, сытные бургеры, фирменный омлет или чашка кофе с нежнейшим тирамису – вы будете мечтать поскорее снова оказаться в этом ресторане. Только не стоит забывать, что вы пришли на тренировку.

Такой метод, как утверждают психологи, отгесняет на второй план трудности и причает мозг воспринимать поход в фитнес-клуб как лучшие часы дня. Тем временем ваше тело привыкнет к нагрузкам, и вы начнете получать удовольствие и от тренировок. Главное – начать, и вскоре вы почувствуете, что здоровый образ жизни прочно вошёл в вашу жизнь! ●

Анастасия Соболевская



Олимпиада 10 ЛЕТ СПУСТЯ

О спортивном триумфе в Сочи, которому в этом году исполняется 10 лет, вспоминает историк Андрей Карагодин.



ФОТО: KREMLIN.RU

Как быстро бежит время! Кажется, это было вчера – а уже целых 10 лет прошло с тех пор, как я, тогда шеф-редактор русского Vogue, был командирован в олимпийский Сочи. Со мной прилетели – с разных концов света – топ-модель Анна Селезнёва, классик глянцевого фотографа швейцарец Ханс Фойрер, дюжина чемоданов с расшитыми блёстками комбинезонами, летящими серебристыми платьями, рюкзаками и кепками из металлизированной кожи. Фотограф с ассистентами снимали обложку и модную историю февральского номера, а я смотрел на олимпийский Сочи своими глазами и набирался впечатлений для большого репортажа.



ФОТО: OLYMPICS.COM

Прямо из нового аэропорта мы поехали выбирать природу в Красную Поляну, где открывался горный олимпийский кластер – горнолыжный и биатлонный стадионы, бобслейная трасса, трамплин в посёлке Эстосадок. «Отныне все будут ездить туда по скоростному шоссе над руслом капризной речки Мзымты за полчаса, а не по старой советской дороге, ползущей по склонам, виляя то вправо, то влево», – рассказывали нам гиды. Говорили и о том, каким безвкусным хаосом застроился Большой Сочи, растянувшийся вдоль моря на полсотни километров, за девяностые и нулевые, из-за чего к Играм всех жителей обязали хотя бы покрасить крыши в одинаковый черепичный цвет.

На этом фоне Олимпийский парк в Имеретинской долине у моря – десяток блестящих сталью и стеклом циклопических цилиндров-стадионов – выглядел как космический десант пришельцев из будущего, высадившийся среди лилипутского хаоса (как мне рассказали, там и было смрадное болото и стоящие на нём фавелы). Поэтому в репортаже для Vogue я писал: «Олимпиаду стоило устроить хотя бы для того, чтобы мир узнал о таком чуде природы, как Сочи, где совсем рядом с влажными приморскими субтропиками а-ля Портофино стоят заснеженные горы с реликтовой растительностью на склонах. Но главное – для того, чтобы здесь были наконец

построены сотни километров горных тоннелей, железнодорожных мостов, променадов, горнолыжных трасс, подъёмников, тысячи водружённых на скалы опор электропередачи, аэропорт и новый мол, куда теперь могут пришвартовываться красавцы-лайнеры».

Всей этой инфраструктуры город ждал сотню лет (здесь не было даже широкого приморского шоссе). И теперь архитектурное лицо Сочи определяет простая и чёткая геометрия новых мостов, эстакад, вокзалов – красота, продиктованная сопротивлением металла и бетона, то есть, по сути, самой природой. Символично, что главный стадион Олимпиады назвали «Фишт» – в честь одной из горных вершин Главного Кавказского хребта. Символичным было и то, что люди из «Олимпстроя», которые всё это создали, оказались молодыми и весёлыми ребятами, с загаром и спокойствием, какие бывают у тех, кто от зари до зари трудится на воздухе. Пока в столицах болтуны паясничали насчёт Олимпиады, эти парни и девушки без лишних слов фактически построили новый современный город.



ФОТО: VK.COM/OLYMPIC_RUSSIA

“Новое время в истории России, начавшееся с открытием Олимпийских игр в Сочи, – это и есть эпоха «агона», пробуждения внутреннего мужества, готовности к героизму, состязанию, доблести и славе. **Время настоящего олимпизма и реальных побед.**”

«Перед нами стальная громада главного факела Сочи-2014. Рядом высажены тысячи пальм и разбиты пруды – здесь теперь будут отдыхать птицы, летящие на юг. Всюду реют флаги России. Сквозь гигантские пропилеи в стадионе «Фишт», где монтируют декорации для церемонии открытия, видно, как переливается солнечными бликами Чёрное море. До зимней Олимпиады в Сочи остаются считанные дни». Так заканчивался мой репортаж для Vogue из Сочи в феврале 2014-го.

Как мы теперь знаем, считанные дни оставались не только до зимней Олимпиады – но и до новой эпохи в истории России. Воссоединение с Крымом, восстание русского Донбасса, первые санк-

Как ясно было и то, что выигранной сочинской Олимпиады нам не простят: будут устраивать скандалы, отменять медали, снимать спортсменов с дальнейших Игр и так далее. Кстати, по этому поводу у меня есть тоже своё соображение.

Всем известно, что нынешние Олимпиады – детище барона де Кубертена, французского педагога, который придумал их в самом конце XIX века. Под лозунгом возрождения античной традиции он провозгласил идею любительского спорта (участники Олимпиад не должны заниматься спортом за деньги) и принцип «главное – не победа, а участие». И хотя первое правило к концу XX века было отменено, да и второе де-факто давно обратилось



ФОТО: VK.COM/OLYMPIC_RUSSIA

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ



В Москве в 1980 году проходили двадцать вторые (XXII) летние Олимпийские игры, а в 2014 году в Сочи – двадцать вторые (XXII) зимние Олимпийские игры.

Сочи-2014 принял рекордное число стран – 88. Шесть из них – Мальта, Парагвай, Восточный Тимор, Того, Тонга и Зимбабве – участвовали в зимней Олимпиаде впервые.

На Олимпийских играх присутствовали 44 главы государств – больше, чем на двух предыдущих зимних Играх, вместе взятых.

В программу сочинских Игр были включены 5 новых состязаний: командные соревнования по фигурному катанию, женские прыжки на лыжах с трамплина, эстафета в санном спорте, смешанная эстафета в биатлоне, мужские и женские хаф-пайп во фристайле.

Было продано более 1,1 миллиона билетов. Разыграно 98 комплектов наград.

Победу сборной России в Олимпиаде обеспечили 13 золотых медалей.

Игры в Сочи стали первой в мире зимней Олимпиадой в субтропиках и получили слоган «Жаркие. Зимние. Твои».

У Сочи-2014 было три талисмана - Мишка, Зайка и Леопард. Их выбрали по итогам общероссийского голосования.

в свою противоположность, в верности идеалам, заложенным Кубертенем, до сих пор клянется олимпийское движение. Лицемерят, конечно, но, по сути, лицемерил и сам Кубертен.

Современные Олимпиады взяли у античных игр лишь



упрощённую и декоративную сторону – соревнования и театрализованные церемонии вроде рождения огня и награждения лавровыми венками. А ведь в эпоху Античности Олимпиады имели совсем иное содержание, понимались отнюдь не как спортивные старты. Это были прежде всего религиозные мистерии. На панэллинских играх, которые проводились не только возле храма Зевса в Олимпии (Олимпийские игры), но и у святилища Аполлона в Дельфах (Пифийские игры), у храма Посейдона в Коринфе (Истмийские игры) и у храма Зевса в священной Немейской роще, где Геракл победил льва (Немейские игры), собирались, помимо атлетов, жрецы и музыканты, философы и риторы, поэты и скульпторы. Все они совершали подношения богам, соревновались, вступали в творческие дискуссии, демонстрировали новые произведения, получали божественные откровения, заряжаясь вдохновением для новых свершений.



Атлетика, конечно, играла важную роль – но соревнования устраивались не ради рекордов как таковых. Тот, кто побеждал, рассматривался как герой, проявивший самим фактом победы участие богов в своей судьбе, носитель «агонального начала» (от слова «агон» – борьба, состязание), экспансивной, нарочито мужской силы. Именно поэтому спортивные состязания Олимпийских или Пифийских игр поначалу представляли собой соревнования в панкратии и скачках на колесницах, к которым лишь потом, во времена высокой классики, добавились бег, прыжки, метание диска и копья. Более того, считалось, что олимпийские боги и герои и сами принимали прямое участие в состязаниях. И вопреки рассказам де Кубертена, ценилось в тех играх не участие, а только победа.

Новое время в истории России, начавшееся с открытием Олимпийских игр в Сочи, – это и есть эпоха «агона», пробуждения внутреннего мужества, готовности к героизму, состязанию, доблести и славе.

Время настоящего олимпизма и реальных побед.

Кстати, помните ли вы, какой музыкой открывались Сочи-2014? Георгий Свиридов – «Время, вперёд!». Совпадение? Не думаю... ●



CROCUS FITNESS

Sport & Spa

ТОЛЬКО В МАРТЕ ПОДАРКОВ



FITNESS BY EMIN AGALAROV

+7 495 431 60 60
CROCUSFITNESS.COM

В РОССИИ

Сборная России по футболу проведёт в марте два товарищеских матча.



встреча с парагвайцами. Обе встречи пройдут в Москве, на стадионе «Динамо» имени Льва Яшина.

Для российской сборной седьмой товарищеский матч с Сербией будет первой игрой против команды из Европы с момента отстранения РФ от международных состязаний в ноябре 2021 года. С тех пор наша сборная провела уже 11 товарищеских матчей, но до сих пор соперниками были азиатские и африканские команды.

В прошлом году наши футболисты сыграли восемь товарищеских встреч, в том числе три домашних. И во всех трёх одержали победы.

Интересно, что на предстоящих матчах будет представлен новый дизайн формы сборной России. ●

Соперниками нашей команды станут сборные Сербии и Парагвая. Матч с сербами запланирован на 21 марта, а 25 марта состоится

НА НОВОЙ РИГЕ

В центре Enigma Academy разработали систему развития мозга ребёнка через движение.



Занимаясь в зале с набором специальных инструментов для развития сенсомоторной интеграции, ребёнок получает конкурентное преимущество по любому предмету и в любом виде спорта.

По словам создателей Enigma Academy, одно занятие Brain fitness заменяет 10 развивающих уроков, так как сенсорно-динамические упражнения позволяют достичь комплексного результата. С детьми занимаются профессиональные нейропсихолог, психолог, тренер по сенсорной интеграции.

Для каждого ребёнка подбирается индивидуальная программа, включающая в себя: развитие одарённости, эмоционального интеллекта, стрессоустойчивости и навыков релаксации, ориентирование на поиск новых оригинальных и эффективных решений, формирование успешной конкурентоспособной личности и расширение восприятия окружающего мира. ●

Развитый, быстрый, эффективный мозг, здоровое, сбалансированное, ловкое тело помогают с удовольствием достигать успеха в любом деле.

ЦИФРА

3,34 МЛН ЧЕЛОВЕК ЗАНИМАЮТСЯ В РОССИИ ФУТБОЛОМ. ЭТО САМЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ ВИД СПОРТА.

НА ВТОРОМ МЕСТЕ – ПЛАВАНИЕ (2,55 МЛН), НА ТРЕТЬЕМ – ВОЛЕЙБОЛ (2,49 МЛН).



ПО-СОСЕДСКИ

В ресторане «Шале Берёзка» прошёл первый шахматный турнир Клуба Полины Дибровой.



В турнире участвовали как девушки – резидентки клуба, так и мужчины. В качестве гостей на мероприятии присутствовали два мастера спорта ФИДЕ и международный гроссмейстер, который провёл игру вслепую одновременно с пятью игроками.

В соревнованиях приняли участие все желающие – вне зависимости от уровня игры. Турнир Клуба Полины Дибро-

вой прошёл очень азартно и захватывающе и стал не только интеллектуальным, но и светским событием – с шампанским, изысканными закусками, интересной фотозоной и живой музыкой. И отличным местом для новых знакомств и союзов.



Следующий турнир запланирован на 31 марта. ●

ТРЕНДЫ



В сезоне SS24, собираясь в спортзал или на йогу, выбирайте светлый костюм без принтов, спокойных оттенков. В моде **МИНИМАЛИЗМ**. ●



Достичь самых высоких результатов в различных видах спорта позволят инновационные кроссовки от китайского бренда **Li Ning**. ●



Если фитнес-приложение – то с **Искусственным Интеллектом!** ИИ проанализирует каждое ваше движение и направит к идеальной тренировке. ●

СОБЫТИЯ



Кубок Первого канала по фигурному катанию выиграла команда Анны Щербаковой. В этом году количество участвующих команд было увеличено до трёх, а фигуристов – до 48. Также в соревнованиях были добавлены: батл элементов, конкурс капитанов и челлендж болельщиков.

► г. Санкт-Петербург, 2–3 марта, ЛДС «Юбилейный»



Сильнейшие лыжники страны соберутся на **чемпионате России по лыжным гонкам**. В программе соревнований: равные дистанции у мужчин и женщин в скиатлоне (10+10 км) и гонке с раздельным стартом классическим стилем (10 км). Марафон свободным стилем у мужчин составит 50 км, у женщин – 30 км.

► Архангельская область, 15–25 марта, лыжная база «Малиновка»



В «Лужниках» открыли пятиэтажный **Дворец тенниса** площадью 36 тысяч квадратных метров. Здесь созданы семь открытых и 15 крытых теннисных кортов, четыре площадки для игры в сквош, а также бассейн. Комплекс ежедневно смогут посещать около 3 тысяч любителей спорта.

► г. Москва, 2 марта, СРК «Лужники»

Media & Publishing
NESTOR
НА РУБЛЁВКЕ SPORT LIFE

Издатель **Яна Менчук**
Главный редактор **Яна Юрьевна Менчук**
Редакционный директор **Илья Кремер**
Выпускающий редактор **Екатерина Внукова**
Редакторы **Евгений Королёв, Данила Губский, Анна Разинко**
Корректор **Татьяна Пичурина**
Арт-директор **Марина Развожасва**
Дизайнер **Никита Стеценко**
Коммерческий директор **Светлана Бадаева**
Департамент рекламы **Татьяна Бокова, Иулия Саркисян, Елена Прекрасная, Наталья Кошкина**
Департамент маркетинга **Татьяна Вильчевская**
Департамент логистики **Лу Ли, Борис Волков**
Над номером работали: **Евгения Кузнецова, Надежда Гуськова, Анастасия Соболевская, Катя Мишина, Андрей Карагодин, Наталья Кривенцова, Роман Кузнецов, Анастасия Чубова, Руслан Юрьев, Катерина Стефания Менчук.**

«На Рублёвке Sport life»
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФВ77-84985 от 10 апреля 2023 г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу. Тираж 35 000 экз. Выходит один раз в сезон. Номер 4 (04) подписан в печать 7.03.2024 в 13:00.

ОТПЕЧАТАНО В ООО «Типографский комплекс «Делта» Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург, вн. тер. г. МО Елизаринский, ш.б. Объектного здания, д.138, к.1, литеры В, пом. 4-Н-6-часть, кв. 311-часть. № ДБ-00001104 от 05 марта 2024 г.

Учредитель: Менчук Яна Юрьевна Адрес издателя: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Рождественно, тер. ПТ-1, д. 105-1. Адрес редакции: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Радыры, 1-ый Рублёво-Успенское ш., д. 1.

Перепечатка и любое воспроизведение материалов без разрешения редакции запрещены. Присланные рукописи не рецензируются и не возвращаются. Категория информационной продукции 16+.

www.rr-life.ru

Телефон редакции: +7 (999) 903-90-03 E-mail: info@rr-life.ru

Телефон департамента рекламы: +7 (985) 933-32-22 E-mail: advert@rr-life.ru

ФОТО: VK.COM/RUSFANS.COM

ФОТО: ENIGMA ACADEMY

ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

ФОТО: КЛУБ ПОЛИНЫ ДИБРОВОЙ

ФОТО: LA MODA.RU

ФОТО: SPORTMASTER.RU

ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

ФОТО: SPORTSTAR/АЛЕКСАНДР МЫСЛИН

ФОТО: SKI-MALINOVKA.RU

ФОТО: LUZHNIKI.RU