



НА РУБЛЁВКЕ *Sport life*



№5 (05) приложение о спорте
ВЕСНА 2024

Новости • Лица • События • История

Гульназ Хатунцева

«СПОРТ – ДИСЦИПЛИНА,
КОТОРАЯ ВОСПИТАЛА
МЕНЯ»

*Российская трековая
велогонщица, бронзовый
призёр Олимпийских игр
в Токио – 2020, чемпионка
и многократный призёр
чемпионатов Европы,
многократная чемпионка
России и победитель
Кубка наций – о спорте,
вере в себя, семье
и книге, тронувшей
до слёз.*

стр. 3



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Г. ХАТУНЦЕВОЙ



КАФЕ
СПОРТСМЕНЫ

**ДОСТАВИМ ВАШ ЗАКАЗ...
НАМ НЕ СЛОЖНО!
МЫ ЖЕ СПОРТСМЕНЫ!**



МО, деревня Раздоры,
Рублёвский проезд,
Парк **МАЛЕВИЧА**
+7 (495) 120-88-20
☎️ kafesportsmeni
kafesportsmeni.ru



РЕКЛАМА

ПЛАВАНИЕ

Российский пловец Мирон Лифинцев установил юниорский рекорд мира.



плаванию, который проходил в Казани с 14 по 19 апреля. 17-летний Мирон Лифинцев проплыл дистанцию 100 метров на спине за 52,34 секунды.

Предыдущее достижение среди российских юниоров принадлежало Клименту Колесникову (52,53 секунды) и было установлено в августе 2018 года. Последний мировой рекорд на этой дистанции был установлен итальянцем Томасом Чекконом в июне 2022 года – 51,60.

Как известно, лучшие российские пловцы в этом году не поедут на Олимпиаду, зато они

Высшее мировое достижение было установлено в финале чемпионата России по

смогли показать свои успехи на национальном чемпионате. И с нынешним результатом Мирон Лифинцев в будущем вполне может претендовать на олимпийское золото. ●

ФУТБОЛ

Определились участники полуфинала Лиги чемпионов.



ющего чемпиона турнира «Манчестер Сити» в 1/4 финала Лиги чемпионов, встретится с мюнхенской «Баварией», которая в четвертьфинале обыграла лондонский «Арсенал». В другой полуфинальной паре встретятся «Пари Сен-Жермен», который в 1/4 финала взял верх над «Барселоной», и дортмундская «Боруссия», победившая в четвертьфинале «Атлетико Мадрид».

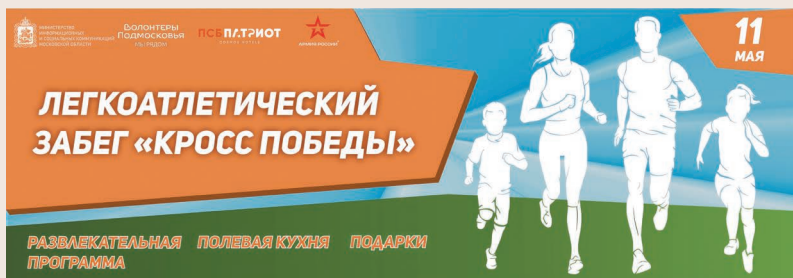
Первые полуфиналы пройдут 30 апреля и 1 мая, ответные – 7 и 8 мая.

В первом полуфинале мадридский «Реал», победивший в серии пенальти действу-

Финал Лиги чемпионов состоится 1 июня на стадионе «Уэмбли» в Лондоне. ●

СОБЫТИЕ

11 мая в Центральном парке «Патриот» состоится легкоатлетический забег «Кросс Победы», который объединит людей всех возрастов и уровней подготовки.



Забег будет проходить по живописным маршрутам парка, где лесные пейзажи сменяются десятками экспозиций военной

техники Музейной площадки № 1. Для новичков это отличная возможность попробовать свои силы и преодолеть новые расстояния, а для опытных спортсменов – проверить свои навыки и улучшить результаты. Каждый участник «Кросса Победы» станет обладателем памятной медали. ●

«ФОРМУЛА-1»

Четвёртую гонку «Формулы-1» выиграл голландец Макс Ферстаппен.



«Ред Булл», нидерландский пилот Макс Ферстаппен установил новое достижение на Гран-при Японии. Трёхкратный чемпион мира выиграл гонку и пробил отметку в 3 000 кругов лидирования, став четвёртым человеком в истории «Формулы-1», которому покорился такой показатель. Лучшими же в лидировании остаются Льюис Хэмилтон (5 455 кругов лидирования), Михаэль Шумахер (5 111) и Себастьян Феттель (3 501).

Второе место на Гран-при Японии занял также пилот «Ред Булл» Серхио Перес, отстав от лидера на 12,535 секунды. Тройку замкнул пилот Ferrari Карлос Сайнс (+20,866). В пятёрку лучших в этой гонке также вошли Шарль Леклер из Ferrari и Ландо Норрис из McLaren. ●

Соревнования проходили на японском автодроме «Сузука». Выступая за команду

Дважды ГЕРОИ

Ветераны СВО с инвалидностью впервые приняли участие в соревнованиях по конному спорту.



Евгений К. из Калининграда, Эльмир В. из Челябинской области и Иван А. из Омска после тяжёлых ранений и ампутаций проходят реабилитацию в подмосковном госпитале.

Вместе с другими ранеными ветеранами по приглашению благотворительного фонда «Наша Сила Добра» они в течение шести месяцев занима-

лись иппотерапией и адаптивным конным спортом. Занятия организовал фонд. Благодаря активным тренировкам бывшие бойцы смогли добиться такого спортивного мастерства, которое позволило им успешно выступить на профессиональных соревнованиях – Кубке по конному спорту им. П. Гурвича для лиц с ограниченными возможностями здоровья. И более того – занять призовые места.

Поздравляем ребят с этим важным достижением и желаем дальнейших успехов в спорте! ●

Бег ПО-БОСТОНСКИ

15 апреля в Бостоне прошёл второй марафон из серии World Marathon Majors.



Это одно из шести главных соревнований для профессиональных бегунов – участник серии также должен пробежать по трассам в Токио, Лондоне, Берлине, Чикаго и Нью-Йорке. Чтобы участвовать в World Marathon Majors, нужно

либо выиграть в лотерее, где разыгрываются слоты, либо показать высокие результаты на других марафонах. И, разумеется, подготовиться к дистанции 42,2 км.

В этом году среди женщин победила Хеллен Обири из Кении, финишировав за 2:22:3. Среди мужчин победу одержал Сисай Лемма из Эфиопии с 2:06:17. ●

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 Корольев, Данила Губский, Анна Разинко
 Корректор Татьяна Пичурина
 Арт-директор Марина Развожаева
 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: Надежда Гуськова, Анастасия Гамаюнова, Анна Штыркова, Анастасия Соболевская, Александр Лаврентьев, Лора Закон, Андрей Карагодин, Галина Башкирова, Роман Кузнецов, Руслан Юрьев, Катерина Стефания Менчук.

«На Рублёвке Sport life»
 Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-84985 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 5 (05) подписан в печать 19.04.2024 в 13:00.

ОТПЕЧАТАНО В ООО «Типографская компания «Делта» Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург, вн. тер. г. МО Электривинский, ш.б. Обводного канала, д.138, к.1, литеры В, пом. 4-Н-6-часть, пом. 311-часть. № ДБ-00001879 от 17 апреля 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-ым Рублёво-Успенское ш., д. 1.

Перепечатка и любое воспроизведение материалов без разрешения редакции запрещены. Присланные рукописи не рецензируются и не возвращаются. Категория информационной продукции 18+.

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

Гульназ Хатунцева

«СПОРТ – ДИСЦИПЛИНА, КОТОРАЯ ВОСПИТАЛА МЕНЯ»



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Г. ХАТУНЦЕВОЙ

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

Я с детства увлекалась спортом, танцами и музыкой. Велоспорт в моей жизни появился совершенно случайно. Когда мой хореограф заболел, мне стало скучно, и, чтоб день просто так не прошёл, я пошла в велоспорт. На тот момент я даже не подозревала, что уйду в этот вид спорта целиком – в прямом смысле.

Со временем я начала тренироваться и спустя месяц поехала на соревнования. Как сейчас помню, это был чемпионат Республики Башкортостан по маунтинбайку (горный велосипед). И смогла там победить; я к тому же очень хорошо бегала, потому что бежала в гору с велосипедом, а не ехала. Как-то раз тренер предложил съездить в Москву – посмотреть на чемпионов. Наверное, то, что я увидела, повлияло на то, что я захотела стать такой сама.

► **Бывают моменты, когда теряешь веру в себя?**

На самом деле не могу этим похвастаться. Потому что я всегда знаю, в каком я состоянии на данный момент. Даже когда мне плохо, а такое, конечно же, случается, ведь я живой человек, я не отношу это к спорту. В основном я всегда добиваюсь высот, редко бывают промахи – без этого ведь тоже никуда; хорошо, когда есть над чем работать. Когда воспринимаешь всё как есть, а не летаешь в облаках, то и веру в себя не потеряешь.

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

Самое тяжёлое и сложное – это уезжать из дома, особенно когда дочка плачет и просит не уходить. Всегда по дороге в аэропорт плачу. Но стараюсь быстро успокоиться и взять себя в руки. Потому что, мне кажется, особая связь между мамой и ребёнком транслирует состояние.

► **Как повлияло занятие спортом на твою личную жизнь?**

Мой супруг тоже был профессиональным велосипедистом. Очень круто выступал как на треке, так и на шоссе. Если бы не велоспорт, не думаю, что мы могли бы пересечься в обычной жизни.

► **Какой ты человек вне спорта?**

Я всегда позитивная. Люблю жить, люблю мечтать, мне нравится готовить, наводить дома порядок, гулять. И обожаю природу. Заметила, что совсем не могу сидеть без какого-либо занятия. Когда ты активно – тем более профессионально – занимаешься спортом, очень сложно сидеть на одном месте.

► **Сформулируй личное отношение к спорту в 5 словах.**

Спорт – дисциплина, которая воспитала меня.

► **Расскажи о последней прочитанной книге.**

«Лишние дети», так называется книга Дайни Костелло, которая тронула меня до глубины души. Я рыдала, без преувеличения. Я бы всем посоветовала и рекомендовала бы к прочтению.

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

Мне очень нравятся спокойные и тихие места. Красивая природа России! Вообще я очень люблю Россию!

► **Назови самое невероятное событие в жизни.**

Рождение дочери. После чего я успела восстановиться, отобраться на Олимпиаду, поехать туда и привезти бронзовую медаль. И всё это произошло в течение одного года и 8 месяцев.

► **Какие у тебя есть таланты, которые хотелось бы развить?**

Мне очень нравится петь. Не знаю, как насчёт развития – если только в караоке. (Смеётся).

► **Если бы тебе дали выбор, ты предпочла бы оказаться в далёком прошлом или в будущем?**

Только в настоящем. Я радуюсь тому, что у меня есть и кто рядом. Я предпочитаю жить здесь и сейчас!

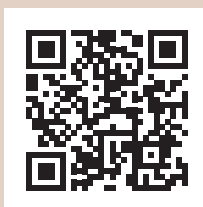
► **Назови свой девиз по жизни.**

Не бойтесь перемен и чужого мнения. Будьте восхитительно неправильными для окружающих и уверенно счастливыми для себя. ●

Беседовала

Надежда Гуськова

➔ nadezda_guskova



Полную версию интервью читайте на rr-life.ru

CROCUS FITNESS

— Sport & Spa —

ПРИВЫЧКА НРАВИТЬСЯ СЕБЕ



CROCUS FITNESS - МЕЖДУНАРОДНАЯ СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ ПРЕМИУМ-КЛАССА

Присоединяйтесь к лучшему в мире спорта и фитнеса!

📍 **Россия:**
Москва, Санкт-Петербург, Сочи

📍 **Азербайджан:**
Баку

📍 **Таджикистан:**
Душанбе

+7 495 236 17 77



CROCUSFITNESS.COM

реклама

Gran Fondo – 2024

Девятый сезон легендарной серии велозаездов *Gran Fondo Russia* порадует как традиционными локациями, так и новыми маршрутами.



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА GRAN FONDO

Gran Fondo – самая популярная в России и мире серия велосипедных заездов, которая объединяет на одной трассе профессионалов и любителей велоспорта. Маршруты Gran Fondo пролегают по живописным трассам недалеко от крупных городов

и сочетают в себе всё лучшее от велогонки и большой велопробулки.

В этом году сезон велозаездов стартует 12 мая в Лотошине. Затем участников мероприятия примут знакомые им подмо-

сковные трассы в Волоколамске, Рузе, Серпухове и Ногинске. Санкт-Петербург представит новый, исторический маршрут в Пушкине, а также возможность прокатиться вдоль Ладожского озера. Кроме того, в год 1000-летия старейшего города Золотого кольца – Суздаля – участники окунутся в атмосферу Древней Руси, проехав по окрестностям этого сказочного города.

Флагманским регионом на соревновательной карте велосерии станет Ярославская область, где пройдёт ежегодная многодневная велогонка Ultra Fondo и массовый велозезд Gran Fondo в Угличе.



Велозаезды Gran Fondo – это три дистанции на выбор: 30, 60 или 90 км в зависимости от уровня подготовки. Разные форматы заездов и дистанций позволяют участвовать как



новичкам, так и опытным спортсменам.

2 июня в Волоколамске состоится традиционный семейный велофестиваль Gran Fondo FEST. В программе большого праздника, кроме самого заезда Gran Fondo Волоколамск, детские заезды, зоны отдыха, велоактивности и отличная музыка. Кроме того, Gran Fondo FEST – это возможность прокатиться по известной автотрассе Moscow Raceway. ●



Зарегистрироваться на участие в Gran Fondo Russia можно на сайте www.granfondo.ru

Особый мир РУССКИХ ЦИКЛИСТОВ



ФОТО: MOS.RU

Изобретённые в первой половине XIX века велосипеды называли костотрясами. Одни только колёса чего стоили: деревянные, с деревянными же спицами и металлическими ободами. Шины на этих колёсах отсутствовали. На таком костотрясе можно было проехать несколько метров под одобрительный смех родственников и приятелей. Но о долгих приятных прогулках речь, конечно, не шла. Однако для престижа элита стремилась ими обладать. Например, на выставке в Париже в 1867 году подобный костотряс купил себе Александр II.



Цесаревич Алексей, фото 1912-го года

ФОТО: VK.COM/ЕРОХАНИКОЛАЯ2

На рубеже XIX–XX столетий велосипеды превратились из тяжёлых и неповоротливых драндулетов в лёгких, стремительных красавцев на каучуковом ходу. Собственно, появление резиновых – а особенно дутых – колёс и сделало велосипед доступным. В техническом, физическом смысле. Но никак не в финансовом. Велосипеды обходились дорого, и позволить их себе могли далеко не все.

Оседлавших «двухколёску» называли велосипедистами или циклистами. Позднее от второго слова возникло третье – «мотоциклист», а само оно успешно позабылось.

Велосипедисты составляли свой особый, элитарный мир. Они выписывали журналы «Велосипедный спорт» и «Циклист», посещали заседания столичного Общества велосипедистов-туристов (оно же Русский туринг-клуб), участвовали в гонках и пробегах, приглашали барышень в кафе «Циклист» на Петербургском тракте, созданное велосипедистами – братьями Смирновыми. В московском



Журнал «Циклист»

ФОТО: MOS.RU

Манеже желающих обучали кататься на велосипеде. Среди учеников был пожилой, но ещё бодрый граф Лев Николаевич Толстой. А в московских салонах вместо всем надоевших балов стали устраивать костюмированные карнавалы циклистов. По просторным залам разъезжали господа и дамы в костюмах цветочной беседки, русской тройки, английской каретки. Был даже костюм под названием «Походная мастерская гонки Москва – Петербург».

Процветала и велосипедная благотворительность. В частности, Екатеринбургское общество велосипедистов-любителей провело благотворительную гонку, средства от которой поступили в пользу пострадавших от землетрясения в городе Верный (ныне Алма-Ата). ●

Из исторических зарисовок *Алексея Митрофанова*



Лев и Софья Толстая, 1895

ФОТО: CULTURE.RU