

СПОРТИВНАЯ ЭЛИТА

# Привычка побеждать

Чтобы достичь вершин спортивного Олимпа, нужно упорно работать: тренироваться, преодолевая порой собственную лень, усталость и даже физическую боль. И обязательно верить в успех!

...КОГДА родители Маннур Шихова впервые привели сына на занятия в спортивный комплекс "Жемчужина", ему было десять лет. И он ничем не отличался от своих сверстников, которых учили армейскому рукопашному бою тренер-преподаватель Евгений Тарунтаев. Но уже через пару месяцев тренер понял, что из новичка будет толк — уж очень ответственно он относился к занятиям: мальчишке не нужно было повторять дважды, не надо было его подгонять или застав-



Все награды на груди не умещаются.

лять. Маннур не пропускал ни одной тренировки: несмотря на занятость в школе или какие-то домашние дела, он бегал на занятия в спорткомплекс три раза в неделю — и до уроков, и после них. Усиленные тренировки не прошли даром: юный спортсмен стал успешно выступать на городских, а затем и на региональных соревнованиях.

...Вкус первой большой победы Маннур испытал спустя два года, в Краснодаре, на Мемориальном турнире памяти Покрышкина. "Описать мою радость было невозможно!" — говорит он, вспоминая то время. Победа оказалась прекрасным стимулом для новых спортивных достижений: три года подряд Маннур становился чемпионом Тюменской области по армейскому рукопашному бою, а в 2005 году в Краснодаре ему присвоили звание кандидата в мастера спорта. Но в спорте почивать на лаврах нельзя: капризная Фортуна может быстро отвернуться от тебя и улыбнуться кому-нибудь другому. Это Маннур понял, когда, слегка раслабившись от привычки побеждать, он на Первенстве УРФО в 2005 году занял второе место. Спортсмен проиграл противнику по очкам всего на один балл! Обидно было до слёз! В тот момент его тренер Евгений Полинарьевич Тарунтаев дружески похлопал по плечу со словами: "Ничего, будет и на нашей улице праздник! Добьёться успеха обязательно!" Маннур, насупившись, молча скопел в ответ. Но для себя тогда он сделал очень важные выводы: во-первых, нельзя расслабляться, а, во-вторых, нужно научиться спокойно относиться к неудачам. Реванш за поражение он взял на Чемпионате УРФО в конце того же года, уже будучи студентом Уральского института противопожарной службы МЧС в Екатеринбурге. Правда, в сборную вузов его взяли не сразу, по-

но на Первенстве УРФО в 2008 году всё же рискнул выступить — да-да, с поломанными ребрами, с титановой спицей в правой руке — и... стал чемпионом! Какой ценой далась ему эта победа, знает только сам Маннур, да, пожалуй, его тренер, связь с которым не прерывалась на протяжении пяти лет. И по возвращении в Мегион Маннур продолжает совершенствовать свое мастерство под его руководством. Евгений Полинарьевич Тарунтаев поддерживает своего воспитанника во всем, вплоть до спонсорской помощи. Поездки Маннур на чемпионаты различных уровней очень часто оплачивали вскладчину друзья тренера, к которым он обращался за помощью, — Вячеслав Качапкин, Юрий Венцев, Денис Шибаев, помогал деньгами и генеральный директор "Мега-Щит" Джамиль Закиров, директор СК "Дельфин" Любовь Иванова... Во многом Маннур Шихов своими титулами обязан этим неравнодушным людям. А титулов у Маннуря сегодня много: он — мастер спорта международного класса, трёхкратный чемпион России по рукопашному бою, чемпион мира по панкратиону.

...А ещё через год он попал в аварию, которая чуть было не поставила точку не только в спортивной карьере, но и в его жизни: травма головы, поломанные ребра и правая рука, которую врачи собирали по кусочкам... Какие после этого рукопашные бои! Целый год он лежал.

КОПИЛКА ДОСТИЖЕНИЙ

## Когда «бронза» и «серебро» на вес золота

**В СЕНТЯБРЕ** сборная мегионских параспортсменов (инвалидов по зрению и людей с нарушениями опорно-двигательной системы), подготовленная тренером-преподавателем ФОК «Геолог» Л.М. Щегловой, заняла третье общекомандное место на Чемпионате и Первенстве по лёгкой атлетике, которые проводились в зачёте Параспартакиады Ханты-Мансийского автономного округа. В соревнованиях участвовали 18 команд автономного округа. Всего мегионцы завоевали 4 бронзовых, 6 серебряных и 7 золотых наград. Среди "золотых" медалистов В. Петухов, А. Гетченко, О. Назырова, А. Сигида, З. Сагитуллина, М. Шрамченко, О Клицин. В Чемпионате округа по лёгкой атлетике среди слабослышащих и глухих мегионцы заняли второе общекомандное место среди десяти команд. "Золото" в "копилку достижений" на этих соревнованиях добавила Ксения Мельникова: она стала чемпионкой ХМАО-Югры в беге на 800 метров. Семнадцатилетняя Анастасия Карлаш в этом забеге — на третьем месте. Ксения Мельникова хорошо пробежала стометровку (2-е место) и стала на третью ступеньку пьедестала по прыжкам в длину. Среди призёров и Элина Рогова: она отличилась в метании диска и копья (два третьих места).

Поздравляем спортсменов и их тренера и надеемся, что им всегда будет сопутствовать удача!

ЗНАЙ НАШИХ!



## Хоккеисты «задали жару» соперникам

МЕГИОНСКИЕ хоккеисты заставили попотеть своих соперников на Международном турнире по хоккею с шайбой среди юношей 2000 года рождения, который проходил в Минске в конце августа под эгидой БФСО "Динамо" на призы ХК "Динамо-Минск". Однадцатилетние мальчишки из мегионской команды "Юность-2000" "рубились" по-взрослому. На ледовой арене они яростно сражались со своими сверстниками и стали победителями, обыграв петергофский СКА, минское "Динамо", а также команды из Латвии и Твери (всего в соревнованиях принимали участие шесть коллективов из трёх стран).

Это первое "золото", добывшее воспитанниками тренера Сергея Голубцова в "ледовом побоище" международного масштаба. Правда, в 2009 году в Питере

наши хоккеисты взяли "бронзу", а в прошлом году мегионская ДЮСШ №3 заняла по хоккею второе место в ХМАО-Югре, уступив лишь Сургуту. И вот — новый успех!

Всего за три дня турнира прошло 15 матчей, заброшено 116 шайб. У хозяев льда — минских "динамовцев" — «серебро». Бронзовые медали уехали в Латвию с коллективом "Призма Пардаугава". Командными кубками были отмечены страны мальчишек из петергофского СКА, "Тверских тигров" и питерских "выборян".

Наш хоккеист Павел Удовицкий признан лучшим защитником турнира, а единственная девочка в мегионской команде, Вика Кулешова, — лучшим игроком состязаний. Молодцы, так держать!

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

## «Олимпийские надежды» гимнасток



Юные мегионские гимнастки (им всем по 8-10 лет) 12 сентября выехали в город Саранск, где общество "Юность России" проводит Первенство по художественной гимнастике "Олимпийские надежды".

ПРИМЕЧАТЕЛЬНО, что к участию в этих довольно крупных соревнованиях от каждого города допускаются не более 2-3 человек. Мегион же будут представлять пять гимнасток, и все — воспитанницы одного тренера, педагога ФОК "Геолог" Натальи Муриновой. Участие наших спортсменок в этих отборочных соревнованиях стало возможным после того, как в июле-августе они побывали в Димитровграде на учебно-тренировочных соревнованиях под руководством директора "Юности России" Ирины Дмитриевны Новожиловой. Она-то и выбрала наших гимнасток — Кристину Федорину, Ангелину Настечук, Диану Юсупову, Лизу Ржаковскую и Юлю Кутлаеву.

Соревнования в Саранске — отборочные. Те, кто попадёт в

Материалы полосы подготовлены Ниной КУПАЛЬЦЕВОЙ