

## Апрельский семинар в Осло

© 2010 Валерий Клешнев

08 мая 2010

В конце апреля, всего через день после возвращения из жаркого южного Гонконга, я побывал в прохладном северном Осло, где прочитал пару лекций по биомеханике гребли для норвежских тренеров, а также принял участие в семинаре «Развитие навыков и обучение спортивной технике», организованный Норвежским Спортивным Университетом. Визит был очень кратким: всего одни сутки. Я прилетел в среду вечером, да еще самолет опоздал на два часа – мотор сломался, наверное от вулканического пепла. Слава богу, что это произошло на земле.

Пригласил меня Оке Фискерстранд, бывший тренер сборной Норвегии по гребле, а теперь – ответственный за образование тренеров в Олимпийском Тренировочном Центре при НОКе. Оке сам встретил меня в аэропорту Осло, мы поехали в Центр, который находится рядом с Университетом, где нас уже ждали около 20 тренеров национальной команды, а также тренеры клубов Осло. Лекции начались лишь в половине восьмого и закончились к полуночи. Языковых барьеров в общении со скандинавами обычно не возникает, поскольку все сносно говорят по-английски.

На следующее утро я сделал часовой доклад на семинаре для аудитории из около 200 тренеров по различным видам спорта, а потом проскучал до полудня, поскольку остальные докладчики говорили на норвежском. Немного, что удалось понять – это доклад по подготовке трехкратной Олимпийской чемпионки Ванкувера-2010 по лыжным гонкам Марит Бьерген, которая была организована очень серьезно: с ней работала бригада поддержки, из которой четыре человека выступили на семинаре (биомеханик, психолог, специалист по силовой подготовке и менеджер). Они показывали видео о том, как напряженно тренировалась Марит. Естественно, всех секретов они не раскрыли. После завершения семинара и замечательного ланча с копченым норвежским лососем, оставалось еще полдня до моего отлета и я попросил Оке организовать для меня культурную программу с туром по Университету и посещением гребных клубов Осло.

Спортивный Университет был основан в 1960-х годах и сейчас здесь учится 1400 студентов, т.е. это достаточно крупное учебное заведение. Программа стандартная для западных университетов: два года – бакалавриат, еще два – магистратура, а затем, для способных, три-четыре года – аспирантура. Многие студенты приезжают из-за рубежа: например Йоханнес, который водил меня по университету, а затем по своему гребному клубу, приехал из Германии. Оборудование в лабораториях университета, в общем, соответствует современным стандартам, но здания и сооружения выглядят устаревшими, в стиле примитивизма 1970-х и скоро будут реконструированы, как сказал мне Йоханнес. Я увидел семи-местный гребной бассейн с гидроканалами, в которых вода прокачивалась мощными моторами. Интересно, что эти же каналы использовались для тренировок и тестирования пловцов. Сейчас бассейн не работает и ждет реконструкции, поскольку морально устарел, да и грести в нем было не очень приятно – моторы были очень шумными, а вода – слишком теплой, т.к. система сообщалась с «лягушатником» этажом выше.

Затем мы поехали в центр Осло, где на островке посередине городского фиорда находится один из старейших и наиболее аристократический из более чем 40 гребных клубов Норвегии – «Кристиания», основанный почти 150 лет назад. В клубе более 500 членов, но лишь несколько десятков из них – активные, т.е. постоянно тренируются и участвуют в соревнованиях, а остальные считают членство в клубе просто вопросом престижа и общения. Членский взнос – очень небольшой по сравнению с британскими клубами, всего около 140 евро в год и как клуб может существовать на такие скромные средства – осталось для меня загадкой. Акватория для гребли – также очень скромная – узкая лагуна фиорда длиной лишь чуть более полутора километров. В спокойную погоду выходят иногда в основной фиорд, но грести там почти невозможно из-за частого движения паромов, которые создают огромную волну. Кроме того, погода часто меняется и, как рассказала мне Нина, тренер клуба, иногда

гребцам приходилось оставлять свои лодки на набережной у оперного театра в самом центре Осло: невозможно было вернуться в клуб из-за волны.

Осло находится на широте Санкт-Петербурга, но ближе к теплему Гольфстриму, поэтому климат здесь мягче. Зимой городской фиорд замерзает, когда зима выдается холодной. В этом году лед только-только растаял к концу апреля. Как мне сказали, на западном атлантическом берегу Норвегии есть фиорды которые вообще не замерзают зимой и там гребут в таких же узких заливах между скалами. Реки Норвегии – все горные и бурные, есть озера, но лед на них стоит иногда до середины июня. В общем, природными условиями норвежские гребцы совсем не избалованы.

Побродив по аккуратным и пустынным в это время дня помещениям клуба, мы переправились на катере на другой берег фиорда, где находится Норвежский Студенческий гребной клуб «Красная Звезда». Иоханнес подрабатывает здесь тренером и сказал мне, что название клуба не имеет ничего общего с коммунизмом и Красной Армией, а было символом студенческого общества еще с XIX века. Клуб создали выходцы из «Кристиании», которые были недовольны снобизмом и аристократическими порядками престижного клуба. Сейчас в этом клубе одна из самых больших юношеских команд в Норвегии, т.е. он специализируется на подготовке резерва. Сейчас «Красная Звезда» мало отличается от своего предка «Кристиании»: примерно столько же членов, та же структура, тот же порядок и аккуратность в помещениях. В этом клубе я увидел прекрасный банкетный зал, которые арендуется частным рестораном и приносит доход клубу. Мы как раз застали подготовку к свадебному банкету (см. фото ниже).

Мне было интересно узнать побольше о подготовке наиболее выдающегося норвежского гребца – двукратного Олимпийского чемпиона в одиночке Улофа Туфта (так здесь произносят его имя), однако сделать это пока не удалось. Родной клуб Улофа – «Хортен» находится в полудне езды от центра Осло и у меня не было времени туда добраться. В этом году Улоф начал работать с новым тренером, поскольку его прежний тренер Торе Овребо перешел на организационную работу в НОК. В апреле небольшая норвежская сборная команда из пяти человек проводила тренировочный сбор в Южной Африке, а на обратном пути застряла во Франкфурте из-за пресловутого вулканического пепла. В итоге, дорога заняла почти неделю, добирались на автобусе до Копенгагена, затем на пароме и только-только вернулись. Естественно, все очень устали и нам не удалось встретиться и пообщаться.

Вдвоем с Иоганнесом мы переехали на маленьком паромчике, который останавливался рядом с клубом «Красная Звезда», в центр Осло, мимо Морского музея со знаменитым парусником Амундсена «Фрам», мимо замка епископа и рыбной гавани. Прошлись по центральным улицам, обозрели королевский дворец, оперный театр и здание, где недавно останавливались Российский президент Медведев и американский – Обама. На центральном вокзале я сел на скоростной поезд в аэропорт и к вечеру четверга был уже в Лондоне.

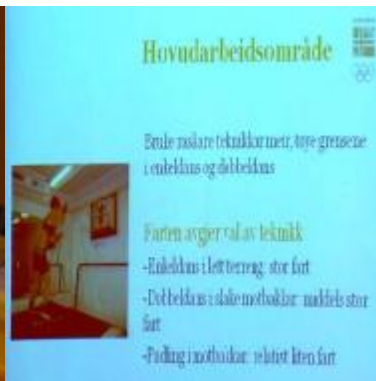
Гребля в Норвегии – далеко не первостепенный вид спорта, намного уступающий по популярности зимним видам. Однако, в стране насчитывается около активных 1200 гребцов – не так уж мало для государства с четырехмиллионным населением, что меньше такового в Санкт-Петербурге. По статистике очков на гребных чемпионатах мира и Олимпийских Играх за 1993-2009 годы Норвегия находится на 19 месте, немного проигрывая России, Словении и Украине и опережает такие страны, как Швейцария, Болгария, Венгрия и Швеция. Причины такого успеха: спортивный норвежский характер, высокая спортивная и гребная культура, эффективная инфраструктура НОКа и федерации, высокий уровень спортивной науки и ее использования в процессе подготовки спортсменов. Эти же факторы работают и в других видах спорта, что позволило маленькой Норвегии занять четвертое место на последней зимней Олимпиаде-2010 в Ванкувере, сразу за США, Германией и Канадой и впереди Австрии, России и Швеции. У норвежцев есть чему поучиться, но они и сами постоянно стремятся узнать что-то новое: поддерживают спортивно-научные контакты с более чем 20 странами, а также приглашают таких вольноопределяющихся, как Ваш покорный слуга. Надеюсь в следующий раз рассказать Вам более подробно об этой северной спортивной стране.



Перед входом в Норвежский Спортивный Университет. Здания были построены в 1960-х годах, выглядят еще достаточно прилично, но скоро будут реконструированы.



Во время проведения семинара по спортивной технике в Норвежском Спортивном Университете, Осло, 29 апреля 2010 г.



Выступает группа поддержки трехкратной Олимпийской чемпионки Марит Бьерген.





Гребной бассейн университета был построен почти 40 лет назад и имеет два канала для потоков воды, прокачиваемых мощными моторами. Каналы, также, использовались для тренировок и тестирования пловцов. Когда-то это сооружение было вершиной спортивной инженерии, а сейчас - уже не используется и ждет реконструкции. Интересно, что в бассейне всего семь рабочих мест: то ли места не хватило, то ли здесь играли в игру «восьмой лишний».



Гребной клуб «Кристиания» – центральный и самый аристократический в Осло, находится на небольшом островке в центре фиорда Осло.



Гребут в небольшой лагуне длиной всего полтора километра – не очень-то разгуляешься. В основной части фиорда – постоянная волна из-за ветра и движения паромов.



В тренировочном зале клуба «Кристиания» современные Концепты мирно уживаются с историческими Гессингами. Последние считаются здесь самыми лучшими гребными эргометрами и на них до сих пор проводят тестирования без всякой электроники: просто груз и счетчик. Как будто вернулся на 30 лет назад в свою юность.





В кают-компаниях клуба «Кристиания» даже журнальные столики сделаны из старых лодок.



Постер с фотографиями членов клуба «Кристиания»





Тренеры клуба «Кристиания» перевезли нас на другой берег лагуны на своем рабочем катере.



А на другом берегу фиорда– Норвежский студенческий гребной клуб «Красная Звезда».





В Студенческом клубе я не обнаружил «Гессингов», но увидел трехместный гребной бассейн, крайне миниатюрный и похожий скорее на небольшую лужицу. Тренер клуба Йоханнес сказал, что в бассейне держат иногда золотых рыбок.



Фотографии членов клуба «Красная Звезда». Юношеская четверка парная дошла до полуфинала Королевской Хенлейской Регаты в 2008 г. – большой успех для небольшого клуба





Банкетный зал Студенческого гребного клуба украшен фресками на темы гребли, а люстра была взята из королевского дворца неподалеку - немцами, когда те оккупировали Норвегию и устроили здесь гребной клуб для своих офицеров. Немцев прогнали, а люстру так и не отдали королю – «заныкали».



Фрески в банкетном зале были выполнены одним из членов клуба – большим любителем обнаженной натуры. Трусы юношам пришлось пририсовать уже позже, чтобы не смущать посетителей клуба.