

84(2=411.2)6

НЗ4

КР

*Юрий Гаулов*

# НА ВОЛНАХ ЭКСТРИМА

ПОВЕСТИ И РАССКАЗЫ



КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТОК  
СРОКОВ ВОЗВРАТА

КНИГА ДОЛЖНА БЫТЬ  
ВОЗВРАЩЕНА НЕ ПОЗЖЕ  
УКАЗАННОГО ЗДЕСЬ СРОКА

Колич. пред. выдач. \_\_\_\_\_

~~04.12 - 303~~

15.02 - 150

84(2=411.2)6  
Н 34

Юрий Наумов

# *На волнах экстрима*

(повести и рассказы)

156684

Городская  
библиотека-музей

Находка  
2017

МБУК «ЦБС»  
НГО

УДК 82-32

ББК 84 (2Рос-рус) 6

Н 342

**НА ВОЛНАХ ЭКСТРИМА**

**Юрий Наумов**

Дизайн и вёрстка: Бегишева А. В.

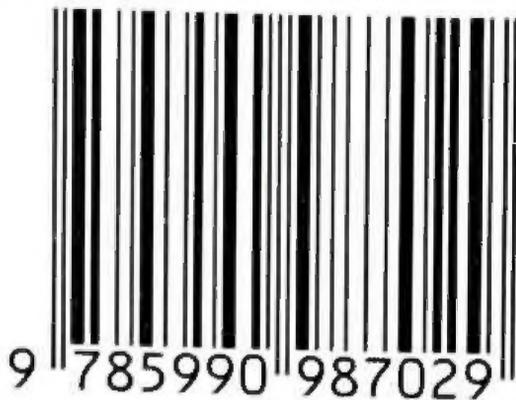
© ИП Мельников А. В., г. Находка, ул. Портовая, 18  
Тел.: 8 (4236) 69-22-66

В сборник прозы входят повести «О спорт – ты мир!», «Горная эпопея» и ряд рассказов. В них повествуется о том, как в упорных занятиях спортом и азартной полной экстрима экспедиционной работе на фоне величественных горных панорам Алтая, Тянь-Шаня и Сихотэ-Алиня, а также морских просторов дальневосточных морей выковывается характер малоопытного паренька и происходит его становление как ученого-исследователя.

Рисунки для сборника сделаны членом Союза художников России А. А. Галиновым.

Фотографии из личного архива автора.

ISBN 978-5-9909870-2-9



ISBN 978-5-9909870-2-9



## Умного учить – только портить

Уважаемый, Юрий Анатольевич, своими рассказами Вы вернули меня во все возраста: и детство, и отрочество, и юность, и взрослость.

Особенно трепетно, на мой взгляд, Вы описываете детство и юность, как будто вновь и вновь переживаете это время.

Несмотря на серьезный возраст и не менее солидную ученую степень, Вы продолжаете оставаться неутомимым и неисправимым романтиком. Это прослеживается практически во всех рассказах. Но за этой романтикой стоит каждодневный труд и упертость в достижении поставленных целей. Особенно это четко прослеживается в небольшой по содержанию, но емкой и целостной повести «О спорт – ты мир!» Именно через спорт ковался Ваш характер. Я думаю, что читатель, прочитав это повествование, поймет, а может, даже возьмет на вооружение увлечение автора. Как спорт помогает в различных жизненных ситуациях, очень хорошо написано в рассказе «Камчатка: первое знакомство».

Очень хороша динамика рассказов, особенно это удалось в «Горной эпопее». Описание походов не может не заворожить читателя, который, прочтя эти рассказы, скажет: «Все! Решено! Рюкзак – и в горы!» По крайней мере, у меня такое чувство возникло, даже приморская мошкара не испугала.

Слог рассказов легкий, казалось бы, без философских размышлений, но все-таки она, философия, присутствует в каждом рассказе, и слова ей – «упорность и труд». Некоторые отступления, связанные с терминологией, не портят, а гармонично дополняют повествование. Доля здорового юмора, граничащая с самоиронией к самому себе, подчеркивает открытость Вашего характера.

Ваши рассказы наполнены неподдельной душевностью, острым желанием творить доброе и вечное.

Персонажи Ваших повествований живые и узнаваемые. Я легко представляю себе и «Григорича», и «дядю Ваню» – бывалых таежников в рассказе «Сихотэ-Алинь».

Природа выписана превосходно. Вот хотя бы этот кусочек: «А между тем, глядя в иллюминатор, не могу всё же не налюбоваться сплошными таежными коврами из сочной зелёной растительности. Там, где долины рек

покрупнее, ковёр открывает перед нашим взором сверкающие, как сабли на солнце, водные глади русла». Или вот этот: «Мимо проплывают гористые берега родного и милого сердцу Приморья, покрытые изумрудной зеленью начинающего буйства лета, а мы любуемся то одной, то другой панорамой природы, благо качка ерундовая, а солнышко так приятно согревает, что находятся любители позагорать на палубе и под ветерком». Как это все знакомо и узнаваемо.

Читая Ваши рассказы, я смотрел кино.

И где-то мне даже почудилось, что Вы выдаете некий секрет, секрет успеха и успешности, а потом подумал: «Человек сделал себя сам и этим хочет поделиться со всеми. Почему бы и нет?»

Резюмирую – Ваши рассказы должны читать все: и дети, и взрослые, а еще лучше, если они будут это делать вместе.

Не стреляйте в пианиста, он играет, как умеет.

*Александр Быков, член Союза писателей России*

## На повесть Ю. А. Наумова «О спорт – ты мир»

Мне посчастливилось работать и часто беседовать с известным приморским профессором, доктором медицинских наук И. И. Брехманом, который еще в 70-е годы написал книгу «Валеология», главной мыслью которой была идея, что лечить нужно не только больных людей, а начинать это делать, пока они еще считаются здоровыми. Ведь здоровье у каждого разное, и о нём нужно беспокоиться, начиная с молодости. С ним я не соглашался в одном – надо не лечить здоровых людей, а сделать все, чтобы они подружились со спортом.

Спорт – это здоровье, на мой взгляд, это главный вывод, который может сделать читатель, прочитав повесть Ю. Наумова, где искренне, ненавязчиво, на личном примере он высказывает эту мысль. Эта мысль не нова, но какой процент людей сознательно занимаются спортом? Думаю, не больше 5-7 %, хотя о том, что нужно им заниматься для здоровья, выскажутся многие. В последнее десятилетие этот процент увеличивается, и видно это даже по числу пожилых людей, посещающих бассейны. Еще 10



лет назад увидеть 60-летнего человека в бассейне было трудно, сейчас же их число значительно (в разы) возросло.

На соревнованиях по плаванию среди ветеранов спорта в Приморье многие подходили ко мне и говорили, что, глядя на меня, они привели в бассейн своих 70-летних родителей. После 75 я сам собирался прекратить тренировки, но когда на первенстве РФ увидел, как соревнуются 80-летние и даже 90-летние, решил, что выкидывать плавки рановато.

Сейчас мы знаем, как важна реклама и чем больше людей в Находке, Владивостоке и др. городах прочитают и узнают о спорте и спортсменах, для которых жизнь и спорт одно, тем больше пожилых людей будут понимать, что такое «Качество жизни» после 60, и последний отрезок жизни будет проходить в радости. Молодые же задумаются о своем здоровье.

Я думаю, что нужно издать книгу Ю. Наумова, и она займет достойное место в ряду книг на эту тему.

*Ярославцев Т.В.*

*Мастер спорта СССР, 4-кратный чемпион РФ по плаванию среди ветеранов в 2014 и в 2015гг., рекордсмен России и Европы.*

## **Отзыв на повесть «О спорт – ты мир» Ю. А. Наумова**

Повесть читается легко и будет интересна как старшему поколению – ровесникам автора, за счет многочисленных воспоминаний, так и молодым читателям, дружащим со спортом, как пример для подражания.

Восхищает умение автора передать свои эмоции и мысли так, чтобы они заставили не только задуматься о спорте, но и проанализировать свою жизнь, свои отношения со спортом.

Автор затрагивает моменты своей жизни, связанные со своими любимыми видами спорта: лыжными гонками, легкой атлетикой, плаванием, вольной борьбой, в процессе их освоения он познает не только себя – свои возможности, но и формируется как личность. Спорт помогает ему найти себя в жизни, преодолевать невзгоды и преграды, а также – что немаловажно – быть полезным обществу.

На своем примере автор показывает, как можно дружить со спортом всю жизнь, и еще раз доказывает нам, что спорт – это друг, который никогда не предаст.

*О. А. Верёвка*

*Заслуженный мастер спорта России по плаванию;  
чемпионка Европы 1997 года;*

*Двукратный бронзовый призер чемпионата мира 1999 года, 2002 года;*

*Серебряный призер Чемпионата Европы 2000 года;*

*Бронзовый призер чемпионата Европы 2001 года;*

*Финалистка Олимпийских игр 2000 года (Сидней);*

*Участница Олимпийских игр 2004 года (Афины);*

*Серебряный и бронзовый призер Игр Доброй Воли 1998 года;*

*Четырехкратный бронзовый призер этапов Кубка мира;*

*Тринадцатикратная чемпионка России;*

*Двукратная победительница Кубка России; Четырехкратная рекордсменка России.*

*Президент Федерации плавания и водного поло Югры;*

*Член Президиума Всероссийской Федерации плавания;*

*Кандидат педагогических наук.*



## Предисловие автора

Дотошный читатель вправе задать автору вопрос: почему свой сборник он назвал «На волнах экстрима»?

Что же, постараюсь ответить без абстрактных рассуждений, поскольку в моих многочисленных экспедициях чего-чего, а уж экстремальных ситуаций хватало.

Но... ближе к конкретике, говорю я сам себе, одергивая в опасении «размазаться» в облакообразном многословии. Поэтому беру из целой кучи таких ситуаций только пару примеров.

Итак, 1968 год, и я впервые участвую в высокогорной географической экспедиции в Горном Алтае. Только-только у нас закипела маршрутная работа, как мощный ливень вызвал наводнение на реке Аккем, от ярости волн которого готов был рухнуть наш метеопост. Однако же мне в паре с Виталием Рабинюком удалось закрепить опоры метеопоста, за что потом Аккем в отместку потрепал нас на своих волнах, дав вволю нахлебаться его мутной водицы.

Выбирая второй пример, намеренно пропускаю ряд ситуаций сухопутного характера, чтобы выйти на простор морской стихии.

1977 год, и наше геолого-поисковое буровое судно «Гранат», покинув гавань Находку, направляется к берегам западной Камчатки. В центре Охотского моря оно попадает в жестокий шторм, который задал нам такую нешуточную трепку, что даже бывалые моряки, как потом признались, молились о спасении своей души и корабля. Но наиболее экстремальной ситуация была в заключительной фазе шторма, когда волны выбросили судно на мелководье, где и поколотили нас нещадно: у кого сломало ребра, у меня разбило голову, кто-то же отделался ушибами.

Вспоминая эти ситуации, я с горечью и сарказмом смотрю, как показывают по телевиденью погоню некоторой части нашего «молодняка» за экстримом. Кто-то увлекся «зацепингом», пристроившись лихо к подножкам электричек, кто-то с гоготом носится по крышам мчащихся вагонов, а кто-то прыгает с парашютом с высотных зданий. А представители «золотой молодежи», так называемые «мажоры», на своих дорогущих автомобилях беспредельничают на дорогах.

Все эти картинки с претензией на крутость ситуаций кореша позерствующих пацанов намеренно снимают и демонстрируют в интернете. Их дурашливо кривляющиеся участники явно претендуют на геройство, не понимая, что от всего их действия несет явным выпендрежем и наплеваательством к такой ценной сути бытия как жизнь. Надо ли говорить, что часть таких псевдогероев гибнет или становится калеками, вбрасывая в жизнь своих родных горе горькое на долгие годы!? Надо.

Так и хочется крикнуть этим бравирующим отпрыскам: пацаны, уж коли прет в вас адреналин с дурацкой силой, освоите профессию подлинных романтиков: летчиков или подводников, геологов или моряков! Ну а если судьба уготовила вам работу «офисным планктоном», то и здесь увлечение туризмом, альпинизмом или дайвингом повысит ваш «градус» здорового романтизма.

Я ратую за подлинную романтику, а не за ее суррогат, и об этом мои повести и рассказы.

Из них первым в сборник я поставил повесть «О спорт – ты мир!», поскольку роль спорта красной нитью проходит сквозь всю мою жизнь. Значение спорта в становлении моего характера проявилось еще в мальчишеском возрасте, позже кардинально повлияло на выбор научно-исследовательского направления – морской геологии, а сейчас (в солидном возрасте) направляет меня на активное долголетие, дает энергию для научной работы и просто самой жизни, когда я все глубже и глубже познаю суть такого понятия как радость движения.

Своеобразно писалась мною эта повесть. После выступлений перед школьниками, студентами, учителями мне задавалась масса вопросов, из которых чаще всего звучали такие: «Как Вы пришли в спорт, в науку? Какова роль спорта в Вашей жизни и профессии и что он дал для Вас? Почему и сейчас, в солидном возрасте, не бросаете спорт?» А еще звучали пожелания написать о своих размышлениях и опубликовать их, считая, что польза в этом будет несомненная.

Короче, начал писать я эту повесть еще в 90-х годах. Эти годы были переломными в судьбе моей страны, когда волею неумелых горе-реформаторов люди были вброшены в дикий рынок. Его стихия настолько сильно закрутила, закружила многих, что в погоне за деньгами в их перекошенных мозгах размылись многие ценности. Ну, а раз так, то я, обучавший ребятшек плаванию после работы, причем, бесплатно, казался чудаком и



каким-то непродвинутым. Я же был тверд в выбранном жизненном направлении и никогда об этом не жалел.

При написании повести я себя не торопил и в лихорадку спешки никогда не впадал. Легко откладывал уже написанное надолго, хотя где-то в закоулках сознания продолжал вить непрерыванную нить воспоминаний и размышлений. Затем следовало очередное возвращение к тексту, часто с его переделками в неторопливой манере, когда сам процесс написания смаковался покруче, чем самый изысканный десерт.

Таким образом закончил я эту повесть только в 2013 году.

По-видимому, в этой неспешности было все же что-то основательное, ибо ее высоко оценили мэтры водной стихии: заслуженный мастер спорта, многократная рекордсменка и чемпионка России, да еще и чемпионка Европы, да к тому же еще и кандидат педагогических наук Оксана Верева, а также мастер спорта СССР, ветеран плавания Павел Владимирович Ярославцев. Они же пожелали мне идти и дальше по своей тропе творческих дерзаний в своей жизни, за что им большущее спасибо.

На второе место мною поставлена повесть «Горная эпопея», в которой я делюсь с читателями своими размышлениями о том, как еще совсем неопытный студент, но не «хиляга», считающий себя вполне подготовленным, по сути же зеленый-презеленый, ступает на тернистую тропу исследователя и черпает полными и ложками, и горстями все ее «прелести». Тем не менее с каждым шагом по щебнисто-глыбовому, или глинистому, или болотистому пути, с каждым взмахом ледоруба и записью показаний метеоприборов или результатов обследования геологических разрезов к этому студенту приходят навыки прозаической работы исследователя. Он набирается опыта в наблюдательности, терпении, настойчивости, скрупулезности, умении понимать простых работяг... и еще черт знает в чем, что так необходимо пытливому ученому.

На третьем месте стоят рассказы, в которых суровые напряжения экспедиционной работы сочетаются с юмористическими ситуациями и прочими сюрпризами, «вывертами» нашей непредсказуемой действительности.

Впрочем, я уверен, что дотошный читатель разберется в написанном, а потому призываю его ринуться в путь по страницам сборника.

Ю. Наумов

Ю. Наумов

## «О спорт – ты мир!»

(небольшая повесть невеликого спортсмена)

### Лыжи – как первая любовь

Эти слова Пьера де Кубертена я вынес в заголовок своего повествования потому, что с каждым прожитым годом убеждаюсь в глубине их смысла. Эту глубину я постигал всю свою сознательную жизнь, да и сейчас продолжаю постигать, т. к. не собираюсь бросать спорт. Ибо он тот друг, который никогда не предаст, а вот выручит всегда. Это моё убеждение, и я готов отстаивать его всегда. За ним 25 лет исследовательской работы в морской геологии на суровых акваториях дальневосточных морей.

Но вернусь к началу своей сознательной жизни, когда мне посчастливилось познакомиться со Спортом.

А началось это знакомство с того зимнего дня, когда мне, 6-летнему пацану, моя мама, благодарность к которой за всё-всё-всё буду испытывать до последнего вдоха, подарила лыжи. Я тут же при дворе нашего барака, где мы с семьёй ютились в маленькой комнатёнке, горя неумным желанием, решил их сразу же опробовать.

И опробовал – напался вдоволь. Это, кстати, ничуть не испортило мне настроение, ибо я только раззадорился, нутром понимая, что всё новое требует терпеливого освоения.

И я осваивал лыжи, да так, что уже то ли через неделю, а может, больше (сейчас уже и не упомнить), рассекал снежный наст, утапывал его и только потом скользил, покоряя бескрайние просторы казахстанской степи. А начиналась она сразу же за околицей.

Мне хотелось увидеть на этом просторе что-то новое за горизонтом, и меня не останавливала даже метель, переходящая в буран. Я не думал о том, что могу заплутаться в силу своего малолетства, а ориентировался по линии телеграфных столбов. Это меня выручало не раз. Да и везение не покидало меня. Более того, я испытывал эйфорию от того, что мне приходилось продираться сквозь снежные заряды, встреч ве-



тра. Я испытывал наслаждение от того, что снежинки покалывали мне лицо и залепляли глаза.

Вот и сейчас, при солидном возрасте, только пойдёт снег, а тем паче – завьюжит, я, как малец, выскакиваю на улицу, чтобы вновь и вновь испытать то непередаваемое чувство единения и в то же время противоборства со снежной стихией. Она снова меня кружит, дразнит, бросая снежную шрапнель в лицо, манит за собой.

Уже будучи школьником, я более серьёзно стал относиться к лыжам. «Проглотив» книги, посвящённые великим полярным исследователям Нансену и Амундсену, зная, что они были в молодости лучшими лыжниками Норвегии, я с ещё большим азартом осваивал искусство скольжения на двух простейших деревяшках. Говоря так о тех лыжах, я никоим образом не высказываю к ним некоего пренебрежения. Просто, сравнивая их с современными лыжами, как маленьким чудом технического прогресса, спортивный инвентарь того далёкого времени на самом деле был кондовым, простейшим до крайности.

Но вернёмся к великим норвежцам, которые и сейчас вызывают у меня восхищение.

Руал Амундсен. Будучи юношей, он напросился в промысловую экспедицию, которая занималась добычей тюленей в приполярных морских акваториях Норвегии. Напросился не для того, чтобы подзаработать, а чтобы испытать свои силёнки для будущих экспедиций.

В этом кратком жизненном эпизоде его богатейшей автобиографии меня поразили следующие обстоятельства. Когда, сойдя с корабля, он преследовал во льдах тюленей, то бегом пересекал льдину, плюхался в полынью, переплывал её, вылезал на другую льдину, снова бежал.... И так, пока не настигал зверя, чтобы подстрелить его. И всё это в одежде! И всё это с карабином! Это как же здорово надо было уметь бегать и плавать?!

А разве я так могу? Да, конечно же, нет, ведь я даже плавать-то не умею.

Осознание этого недостатка не просто угнетало меня, а преследовало ежедневно.

Ну, а раз так, то я решил научиться плавать.



*Осваивая лыжи, я испытывал эйфорию от того, что мне приходилось продираться сквозь снежные заряды, встреч ветра.*

## Покорение водной стихии

Покорение! Какое высокопарное и повелевающее искреннее слово! Кто-то, прочтя это, ехидненько хмыкнет, но я всё-таки надеюсь, что благодушный читатель снисходительно отнесётся к мечтам о покорении непросвещённого мальчонки.

Лет в 8 или 9 я решил записаться в бассейн. Пришёл в сентябре в день записи, а перед бассейном не толпа, а «толпища» из ребятни, жаждущей научиться плавать. Ощущая себя в этой «толпище» малюсенькой иголкой в стоге сена, я интуитивно чувствовал, что прорваться в группу начинающих мне не светит. Но ноги в общей очереди всё же семенили и про-



двигали меня к группе тренеров, которые с суровым видом окидывали взглядом каждого, ощупывали мышцы, задавали краткие вопросы.

Услышав безжалостное «Нет!», я обречённо поплёлся домой. Эта дорога к дому показалась мне невероятно длинной и нудной.

Разве мог я предполагать, что и на следующий год, и ещё не раз потом я буду каждой осенью слышать это безнадёжное и жестокосердное «Нет!».

А в тот раз, придя домой и подавленно слоняясь из угла в угол, я вновь переживал этот, как мне казалось, облом вселенского масштаба и лихорадочно думал: Что же делать? Надумал, чтобы не терять время, записаться на лёгкую атлетику, которую посещали некоторые мои однокашники.

Вот что-то не тянет меня дотошно описывать тренировки в этом благородном, как и тогда я считал, виде спорта, поэтому буду краток.

Тренером у нас был Александр Захарович Кирсанов. Относился он к нам доброжелательно, всё показывая и объясняя.

Ну а я терпеливо посещал занятия: бегал, прыгал, метал снаряды.

Да вот только успехи мои были весьма скромными, по сравнению со своими товарищами по секции, а если быть объективным, то прямо скажу – никакими.

Несмотря на это, наш Захарыч, как, любя, звали мы своего тренера, относился ко мне так же, как и ко всем, что как-то поддерживало меня, вселяя хотя бы малейшие искорки надежды.

Я же мучился в поисках причины своих неудач, но никак их не находил. Да и смог я их найти только спустя годы, когда познакомился со спортивными медиками.

Повествуя обо всех моих мальчишеских терзаниях, должен упомянуть, что всё-таки был у меня шанс научиться плавать, но вот только ускользнул он от меня, как хитрющая змеюка.

Дело в том, что после 4-го класса мои родители решили направить меня на один летний месяц в пионерлагерь. Я был не против.

Но вот, очутившись в нём, я затосковал. Не столько по дому (это, конечно, было, но не сильно), сколько по свободе. Вот посудите сами. Лагерь посреди изнывающей от жары степи, рядом течёт речка-реченька, журчит и манит своей прохладой, да вот искупаться в ней ребятам разрешают воспитатели-церберы всего-навсего от силы 20 минут. Да это же

издевательство, да это же всё равно, что дать ребёнку один раз лизнуть мороженого, а потом спрятать его за спину.

Правда, мы, не будь простофилями, сделали так, чтобы одна доска в изгороди отодвигалась, а мы, с полным соблюдением конспирации, убегали на речку.

И вот когда я, покорешившись с пацанвой, умевшей плавать, заручившись их поддержкой, только-только приступил к обучению плаванию, нас всех и застучали. Ох, и визгу было! Нас, конечно же, отлучили от речки и ещё от чего-то там, а я, не выдержав этого концлагеря и всяких обязательств, сказал маме при посещении ею лагеря, чтобы она забрала меня. Иначе сбегу. Она всё поняла, и я больше никогда в жизни не бывал в пионерлагере.

В ужасно угнетенном состоянии я вернулся в город, который изнывал от июльской жары.

Обессиленный, я тащился по липкому расплавленному асфальту улиц, где всё источало жар. Даже на скамеечку было нельзя присесть, чтобы хоть чуток отдохнуть, т. к. её раскаленные металлические части обжигали тело.

Мне мечталось, что где-то в конце аллеи засинеет-заголубеет полоска живительной водной глади.

Но нет – всё это были только грёзы помутненного от жары мальчишеского мозга.

Уже позднее, когда я прочёл у кого-то из писателей такие строчки о городе: «Бетонные джунгли и асфальтовые прерии», мне вспомнилась раскаленная летним зноем Караганда.

А вот другое, ещё более мощное воспоминание о детстве, о жаре и стремлении соединиться с водной стихией.

Ещё в младших классах я напросился к своему дядьке, водителю-дальнобойщику, в рейс.

В предвкушении интересного путешествия я взобрался в кабину мощного грузовика и с нетерпением ёрзал попой на сиденье, задавая себе самому вопрос: «Ну когда же, ну когда же мы рванём к таинственным далям у манящего горизонта».

Грузовики взревели моторами и рванули, а уже на другой день мы пересекали Бетпак-Далу. Информация для неосведомленных: Бетпак-Дала – это глинистая пустыня, располагающаяся на юге Казахстана.



Вот где я узнал, что такое зной ада, когда жара высасывает все силы, губы трескаются, а мозги ни черта не соображают.

Крутя баранку и искоса наблюдая мои молчаливые мучения, без жалоб, стенаний, всхлипов, дядька участливо приговаривал: «Молодец, потерпи чуток. Скоро Балхаш – там легче будет».

Что такое Балхаш и почему «легче будет», я понятия не имел, но и спросить у меня не было сил.

Но вот дядька радостно орёт: «Ура, Балхаш!» – и, глянув из кабины, я сразу же понял, что это озеро.

Передо мной синела, лазорево голубела, мерцала водная гладь. До самого горизонта.

А я в своём неуёмном нетерпении настолько высунулся из кабины, что сильно задел локтем раскаленный бампер.

Ожог и я ору от дикой боли. Дядька же быстро реагирует на эту ситуацию, чем-то смазывает руку, после чего я вместе со всеми мчусь к манящему озеру, на ходу сдираю с себя пропахшую потом рубашонку и плюхаюсь в воду. Пью её, наслаждаюсь её прохладой, плескаюсь и задыхаюсь, захлёбываюсь от радости, забыв про изнуряющее пекло.

А могучие мужики сочувственно гоготали надо мной и, когда подошло время ехать, совсем незлобиво поторапливали меня: «Ну, Юра, хорош. Вылазь. На обратном пути вновь искупнешься».

Но хватит о жаре – лучше вернемся к спорту.

Занимаясь лёгкой атлетикой, я испытывал неудовлетворённость от того, что ноги-то мои всё-таки крепили, а вот руки-то... тютю – две тоненькие веточки. А так хотелось быть сильным, особенно когда взахлёб зачитывался книгами о русских борцах, атлетах: Поддубном, Заикине, Шемякине... да мало ли имён, прославивших нашу державу, можно было назвать?!

И вот, когда я в очередной раз «прочёсывал» книжные магазины, разглядывая в свои круглые и нелепые очочки названия печатных изданий, мне в руки попала тонкая книжка – «Гантельная гимнастика». Да я не просто взял её. Я вцепился в неё своими тонкими ручонками.

Уже через день, купив две чугунные гантельки весом по 2 кг, я приступил к занятиям, строго руководствуясь рекомендациями. В память до сих пор впечатались два главных принципа занятий спортом из этой книжки:

«1-й – непрерывность занятий тренировками; 2-й – постепенное возрастание физических нагрузок».

Через пару месяцев занятий я почувствовал особую упругость в мускулах рук и груди. А вот замерив мерной лентой свои антропометрические данные, то есть, помимо роста и веса, окружность груди, бицепсов и прочего, особых сдвигов что-то не заметил, да и разглядывание своей щуплой фигурки в зеркале лишь добавило скепсиса.

Тогда, прочитав где-то, что сила рук крепнет при подтягиваниях на турнике, я соорудил перекладину в... туалете и не забывал каждый день надеваться в оное заведение не только по нужде.

Кстати, месяца ещё через два я заметил, что эти гантельки стали для меня легковаты и заниматься с ними без напряжения было уже как-то даже неинтересно. Что же – перешёл к более тяжёленьким.

Ещё к более тяжёлым снарядам меня подвигала лёгкая атлетика (чувствуете игру противоречий?!). Во время одной из тренировок наш Захарыч эдак небрежно бросил: «Ну, а теперь для укрепления ног всем делать приседания со штангой!» Вот когда впервые передо мной сверкнул никелем стальной гриф штанги.

Весил гриф всего-то 20 кг, но тогда он мне казался тяжеленным и каждое приседание давалось со скрипом. Между тем проходят месяцы и с обеих сторон на гриф нанизываются стальные «блинчики» сперва по 5 кг, а куда позже по 10 и 20 кг. Осваиваются не только приседания, но и толчок, жим, подъём штанги на бицепс.

Мир спортивных интересов для меня расширяется: в него врываются тяжелоатлеты с грохотом покоряемых ими штанг, невероятными весами мировых рекордов, монументальностью своей мускулатуры. Первым нашим кумиром стал, конечно же, Юрий Власов, чемпион Римской олимпиады 1960 года, побивший мировые рекорды хваленых американцев.

И всё это тоже толкало нас, пацанов, к взятию своих маленьких рекордов.

Ой, что-то отвлекся я от плавания, хотя все эти занятия были фундаментом для скромных успехов в нём.

И вот в какой-то из сентябрьских дней, когда мне стукнуло уже 14 лет, к нам в класс явился папа нашего однокашника Автондила Цехадзе. Оказывается, был этот папа не шахтёром или металлургом, что так характерно для промышленной Караганды, а крупным спортивным деятелем. Ну а



раз так, то он красочно нам рассказывал о пользе занятий спортом для подрастающего поколения.

Мы очень внимательно слушали его пламенную речь с учётом кавказского темперамента, а под конец были просто шокированы его благородным жестом, когда он произнёс: «... И если кто-то из вас хочет заниматься в какой-либо спортивной секции, то я запишу каждого!» В ответ – лес рук. Надо ли говорить, что я свою ручонку тянул старательнее и выше всех.

В назначенный день и час прихожу, осенённый высокой протекцией, в бассейн.

О, если бы вы видели, с каким скепсисом и унынием посмотрел на меня тренер. Кстати, я его прекрасно понимал, ибо пришедший на плавание 14-летний подросток – это не просто переросток, а прямо-таки ветеран среди школьников.



*Озеро Балхаш: я плюхаюсь в воду, пью её, наслаждаюсь её прохладой, плескаюсь и задыхаюсь, захлёбываюсь от радости, забыв про изнуряющее пекло.*

Как и все пацаны возрастом от 8 до 15 лет, я отправился сперва в «сухой спортзал», предназначенный для разминки и выполнения спецупражнений. Все упражнения там мне показались нетрудными, т. к. определённая физподготовка у меня уже была, но я-то знал, что основное испытание ждёт меня на воде, вот почему от страха внутри что-то заныло. Да делать нечего, как говорят в народе: «Назвался груздем – полезай в кузовок», и