

ГОРНОЛЫЖНЫЙ СИНДРОМ

«Синдром» (мед.) – Совокупность признаков какого-либо заболевания.

Анамнез*

Лето проходит быстро. Осень тянется долго, в нетерпеливом ожидании прихода зимы, с её белым пушистым снегом, бодрящим морозцем, ярким солнцем. А также с предвкушением наслаждения от катания на лыжах, по белоснежному мягкому ковру и ощущения полёта в этом свободном белом пространстве. Такое томительное чувство ожидания зимы возникает каждую осень и, с выпадением долгожданного первого снега, переходит в радостную суету подготовки инвентаря к лыжному сезону.

На мой взгляд, жизнь состоит из двух составляющих: одна материальная, обеспечивающая физическое существование человека, в этот круг включены семья, здоровье, работа, обеспечивающая условия жизни. Другая составляющая духовная, определяющая смысл существования человека, его интеллектуальное развитие, творчество разных форм и направлений, раскрашивает жизнь яркими красками и эмоциями. Сюда же можно отнести науку, спорт, путешествия, познание нового и т.п. Разумеется, это разделение жизни на две составляющие очень условное. Поскольку если вдуматься, в них включены элементы обеих частей. Например: работу можно исполнять творчески, а в спортивных увлечениях присутствует составляющая здоровья. То есть обе части неразрывно связаны и дополняют друг друга, как «два в одном». Моя книжка рассказывает об увлечении, которое гармонично сочетает в себе спорт, путешествия, посещение уникальных природных и культурных мест, знакомство с интересными людьми, получение ярких незабываемых впечатлений (*много в одном*). Это увлечение, от которого невозможно отказаться. Поэтому я определил его как *синдром* полезных увлечений, основным вирусом которого являются *Горные лыжи*. Я надеюсь, если вы ещё не заражены этим вирусом, то прочитав эту книгу этот синдром увлечёт вас в этот прекрасный яркий мир.

Итак, в этой книжке я хочу рассказать о зарождении и развитии во мне любви к горным лыжам. О дороге, которой я шёл к своему увлечению переросшему в страсть, не отпускающую меня до сих пор. И которая, вовлекла в этот круг не только мою семью: жену, детей и внуков, но и познакомила меня с такими же фанатами, объединёнными общим «синдромом», и составляющими «золотой круг» друзей, умеющих наслаждаться немного разреженным, но чистейшим горным воздухом и уникальным, разнообразным снегом. И ещё получить за это прекрасный бонус – возвращаться в эти прекрасные мгновения своей жизни, встречаясь с друзьями, в совместных воспоминаниях, в сохранённых фотографиях и видеозаписях.



Тони Зайлер

Коротко о структуре книги. Я разделил её условно на три части. В первой, я возвращаюсь к истокам увлечения – обстановке, способствующей зарождению и развитию моей «болезни». Здесь же постарался вспомнить и поделиться атмосферой назревающей тогда «эпидемии» горнолыжного

* История болезни.

спорта в 60-х...70-х годах прошлого века, в стране и в Москве, подогретой популярными фильмами тех лет – «Серенада Солнечной долины» (вып.1941 г. США) и фильм «12 девушек и один мужчина» (вып.1959 г.) с 3-х кратным Олимпийским Чемпионом Тони Зайлером (Австрия).



В. Зеленская



А. Жиров

А также, появлением в СССР наших первых горнолыжных звёзд мирового уровня – В. Зеленской, А. Филатова, А. Жирова и др. В этой же главе рассказано об эпохе дефицита горнолыжного инвентаря, спортивной одежды, горнолыжных склонов и способах преодоления этих проблем. Известно, что любой дефицит не только заостряет внимание к проблеме (в нашем случае, к горнолыжному спорту), но и стимулирует его развитие и решение возникающих проблем.

Две другие части книги знакомят с двумя большими кластерами горнолыжных зон.

Одна, о зародившихся горнолыжных центрах в СССР, на которых нам посчастливилось побывать. От Хибин до Кавказа, и от Карпат до Урала и Тянь-Шаня.

Другая зона, Европа – Балканы (Болгария), Пиренеи (Андорра), Альпы (Австрия, Италия, Швейцария). С описанием местных достопримечательностей, традиций, кухни и особенностями местных зон катания.

Надеюсь, что вас увлекут мои иллюстрированные рассказы и заставят присоединиться к большому кругу наших единомышленников (или «пациентов»).

ЧАСТЬ 1

Старт

*«Откуда начинается река,
Как возникает первая строка...»*

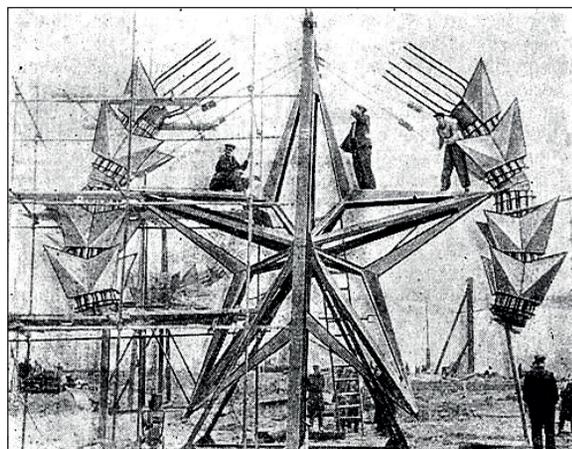
В. Туриянский

Историю своей страсти к горным лыжам, наверное, следует начать с детских зимних развлечений. При этом невольно задумываешься о влиянии на характер ребёнка его малой родины с окружающими природными пейзажами, которые и формирует у него с детства любовь к миру, в котором он растёт физически и нравственно. Таким местом в моей жизни были родные Сокольники. Это огромный, по детским масштабам, природный массив, который притягивает маленького человека к себе и обволакивает своими мягкими объятьями, шепчет шелестом листвы, радуется щебетом птиц, успокаивает водной рябью прудов. А зимой дарит радость катания с горок на санках, в надёжных объятьях папы. Затем смелые попытки самостоятельных скатываний с радостным ощущением бьющего в лицо ветра и щекочущим холодком в груди, от ускоряющегося движения вниз, в подсакивающих на буграх санках и стремительного, длительного выката в конце спуска. А затем, горячим желанием повторить этот стремительный спуск, чтобы еще раз ощутить этот щекочущий холодок в груди. Вот и всё! Этот маленький человечек в плену у захватывающего чувства скорости. Теперь уже никакие падения, и кувырки на склоне не способны остановить его тягу к завораживающему чувству скорости. Оно вошло в его душу навсегда и связано со снегом и быстрым движением.

Близость проживания к парку, наличие прокатных лыжных баз, и разнообразных склонов, обеспечивало доступность катания и закреплению полученных навыков. Первыми такими учебными склонами были склоны по бокам 3-го Лучевого просека. Когда я в возрасте 12...14 лет стоял на краю этого склона он мне казался очень крутым и длинным. И надо было преодолеть волнение, чтобы оттолкнуться палками и устремиться вниз по склону. А в конце выката, с упоительным чувством победителя, лихо развернуться и с нетерпением, снова «ёлочкой», забраться на вершину, чтобы повторить «подвиг».

Постепенно появился круг единомышленников, с которыми мы уже искали и находили новые, интересные зоны катания, которые бы отвечали нашим возросшим потребностям. А, как поётся в популярной песне: «кто ищет, тот всегда найдёт!»... И такой, новой площадкой стали Ленинские горы (ныне Воробьёвы горы). Способствовало этому выбору транспортная доступность т.к. в 50-х годах от станции метро Сокольники начинался маршрут троллейбуса № 4, который заканчивался на смотровой площадке Ленинских гор, рядом с храмом Живоначальной троицы. И было удобно с санками и лыжами, без пересадок, приезжать прямо к склону. Позднее, когда Сокольническую линию метро продлили и открыли метромост со станцией «Ленинские горы» (в 1959 г.), стало ещё быстрее добираться до любимого склона.

Впервые Ленинские горы я увидел, когда папа привёз меня в 1952 году на строительную площадку МГУ, где на земле стояла, в строительных лесах, огромная звезда в венце из колосьев. Меня поразили размеры звезды, по которой лазали строители – с 2-х этажный дом!



Её готовили к установке на шпиль главного корпуса. Потом мы пошли к смотровой площадке, откуда была видна вся Москва с Кремлём и церквями, с огибающей дер. Лужники, рекой Москва. Ни большой спортивной арены (построена в 1956 г.), ни метромоста (1959 г.) ещё не было. От кромки смотровой площадки вниз спускался склон, который позднее, мы зимой, с моими друзьями – ровесниками, осваивали на санках и лыжах.

Склоны Ленинских гор у меня вызывают много интересных воспоминаний. Главные связаны с тренировками горнолыжников, база которых располагалась в нижней части склона, правее большого трамплина, на территории огороженной от склона забором. По середине склона располагался тросовый подъёмник для спортсменов. Вдоль которого устраивались тренировочные трассы. Иногда здесь можно было увидеть таких асов как



Виталий Монастырёв, Виктор Тальянов и других мастеров. Трасса для соревнований ставилась ближе к трамплину т.к. там был длиннее спуск. Тренировочные трассы устанавливались обычно между трамплином и подъёмником. Интересно было смотреть на членов сборной команды. Любопытно было наблюдать за тренировками, изучая технику прохождения поворотов на трассе. Они притягивали взгляд своими мощными фигурами рельефно прорисованные под обтягивающим тело костюмом, который не должен мешать движению спортсмена, снижать сопротивление обтекающему воздушному потоку и легче проскальзывать мимо вешек ворот на трассе. Меня поражали огромные, мощные бёдра, ягодицы, плечи, сильные руки. Было сразу видно, что горные лыжи, это не только смелость на скоростных спусках, но и сила на виражах слалома, особенно слалома-гиганта. Кстати, вес лыжника, на скоростном спуске, при прочих равных условиях, имел решающее значение. Привлекал внимание и их инвентарь – лыжи, ботинки, крепления, палки. К старту спортсмены поднимались на бугельном подъёмнике, находящемся правее трассы. Ближе к метро были трассы для любителей, а когда тренировок не было, не запрещалось кататься и на спортивных склонах.

Одна зона была интересна тем, что на ней катались любители экстрима. Обычно здесь собиралось много зрителей, наблюдающих прыжки, скорее даже полёты, поверх врытой на бугре скамейкой, выступающей на полметра над снегом. Лыжник, разгоняясь на верхнем участке склона, на мгновение исчезал в ложбине перед бугром, и вдруг выскакивал, как из катапульты, совершал красивый полёт по дуге над скамейкой, приземляясь на другой стороне бугра, далеко за ней. Длина полёта была около 12...15 метров. Все с напряжением следили за полётом лыжника, при недостаточной скорости или высоты прыжка, всё могло закончиться серьёзной травмой. Но, кроме этого, после приземления на склон, лыжнику надо было успеть повернуть или затормозить, чтобы не врезаться в забор лыжной базы, находящегося буквально в 3-х метрах от окончания склона со скамейкой. Это был второй критический момент для прыгуна. И зрители с волнением наблюдали за этими рискованными прыжками и не менее опасным выкатом после приземления.

Попутно упомяну о рядом находящихся трамплинах, предназначенных специально для прыгунов лыжников. С ними связаны воспоминания, о наших познавательных экскурсиях к этим важным спортивным сооружениям. Большой трамплин был открыт в 1953 году, кроме основного назначения, проведения тренировок и соревнований прыгунов лыжников, в основании трамплина были размещены служебные помещения для раздевалок, комнаты для тренеров и спортивных медиков (на фото под трамплином). А также небольшие торговые палатки. Для прохода к ним были устроены лестничные спуски от смотровой площадки

Попутно упомяну о рядом находящихся трамплинах, предназначенных специально для прыгунов лыжников. С ними связаны воспоминания, о наших познавательных экскурсиях к этим важным спортивным сооружениям. Большой трамплин был открыт в 1953 году, кроме основного назначения, проведения тренировок и соревнований прыгунов лыжников, в основании трамплина были размещены служебные помещения для раздевалок, комнаты для тренеров и спортивных медиков (на фото под трамплином). А также небольшие торговые палатки. Для прохода к ним были устроены лестничные спуски от смотровой площадки

и подъездные дорожки для подъезда автотранспорта. Под трамплином был проход к малому деревянному трамплину, где тренировались начинающие прыгуны. Мы с ребятами иногда с интересом наблюдали за этими тренировками, стоя почти в плотную у стола отрыва и склона для приземления. И пролетающие лыжники обдавали нас снежной пылью. Наблюдая за их полётами, мы видели не только технику полёта и приземления спортсменов, но и падения при неудачных приземлениях, слышали указания тренеров, стоящих на смотровой площадке у стола отрыва.



Всё это впитывалось в наши души и укрепляло нашу привязанность к горным лыжам. А на большом трамплине иногда удавалось скатиться по склону приземления, когда был перерыв в тренировках и были открыты нижние ворота склона. Пользуясь случаем, мы торопливо забирались по краю склона, пока нас не обнаруживали люди ответственные за склон, успевая добраться до середины склона, откуда, под сердитые окрики, торопливо скатывались, наслаждаясь чувством скорости, с острым вкусом запретного плода, который всегда слаще разрешённого.

Вспоминается ещё один эпизод, связанный с этими склонами. В поисках новых мест катания мы с ребятами перемещались по склону всё дальше от метро, за большой трамплин. И вот, за вторым, малым тренировочным трамплином, нам вдруг открылся склон, начинающийся маленькой площадкой наверху, почти рядом церковью, и круто спускающийся вниз, длиной примерно 40...50 метров. При том раскатанный, с лыжными следами. И мы решили попробовать свои возможности на этом склоне. Поднялись на верхнюю площадку, подойдя к кромке спуска и осторожно заглянули на уходящую вниз накатанную лыжню... Впечатление от увиденного проявилось, чувством холодка в животе и сковывающего страха. Но нерешительно посматривая друг на друга, отступить уже не могли. И вот, самый решительный из нашей компании, осторожно подойдя к началу спуска и немного потоптавшись, наконец оттолкнулся и заскользил вниз. Я смотрел, как ускоряясь он удалялся вниз, уменьшаясь в размере, пока не стал серым комочком, выкатившись внизу на прямой длинный участок, развернулся и наконец остановился. Настала моя очередь падать в эту пропасть.

Подойдя к краю склона и увидев внизу маленькие фигурки людей, я почувствовал, как в груди разливается знакомый холодок и тревожно стучит сердце. Но справившись с волнением, осторожно оттолкнулся и начал соскальзывать вниз, чувствуя, как по мере возрастания скорости, переходящей в свободное падение, в груди поднимается острое чувство восторга, смешенное с ледящим страхом. Трепещущие под ногами лыжи, с ненадёжными креплениями, усиливали страх падения на такой скорости. Взгляд прикован к узкой полоске накатанного снега, бешено мчащейся под мыски лыж. Дыхание перехватывает от волнения и встречного потока ветра, пытающегося сорвать с головы шапку. Но вот лыжи стремительно проскакивают нижний перегиб склона, вынося меня на горизонтальный участок выката. Дыхание восстанавливается и душу распирает пьянящее чувство восторга от стремительного полёта. По мере снижения скорости, движение становится управляемым, я разворачиваю лыжи в боковое скольжение, поднимая за собой снежную пыль и, наконец останавливаюсь. Перевожу дыхание, оглядываюсь на трассу своего стремительного спуска и поднимаю глаза на вершину склона, где стоят маленькие фигурки моих друзей, борющиеся со своим страхом перед спуском. Меня же распирали чувства гордости от преодоления страха, восторга от пережитого приключения и желания