

Эльвира ГОРОШКО

■ На днях белорусский спортсмен Вячеслав Хоронек установил 148-й (!) по счету мировой рекорд.

ВСЕ РАДИ ДЕВЧОНКА

1410 раз за час он поднял тяжеленный снаряд одной рукой, лежа на спине.

Вячеславу Хоронек в этом году исполняется 55 лет, но об уходе «на пенсию» рекордсмен не думает.

- С детства мечтали быть сильным?

- Конечно, чтобы нравиться девчонкам! Отец поддерживал - купил гантели и установил турник. Я занимался футболом, хоккеем, волейболом, теннисом, велоспортом и тяжелой атлетикой. Но в итоге выбрал гири. Достиг всего, чего желал, стало неинтересно. Начал придумывать трюки: кувирки с подъемом, шпагат, выжимал в положении лежа, под водой...

- У вас потрясающая физическая форма.

- Придумал свою систему: оздоровительно-силовая гимнастика с собственным весом с использованием элементов йоги. На все час в день. Даже тренажерный зал не нужен: достаточно пары стульев и турник. Раз в неделю обязательно хожу в бассейн и баню.

КОРОЛЬ ГИРЬ

- В питании тоже своя система?

- Я всеядный, диет не соблюдаю. Только два правила: ем часто и маленькими порциями, натошак выпиваю стакан воды и в течение дня еще два. Люблю имбирь, яблоки советую съедать целиком вместе с сердцевинкой.

Считаю, то, чем я занимаюсь - пропаганда здорового образа жизни. Если кто-то, увидев меня, станет делать хотя бы утреннюю зарядку, это уже будет шагом к здоровью. Гантели - это настоящий мобильный тренажерный зал.

И В ВОДЕ, И НА ШПАГАТЕ...

- Какими рекордами больше всего гордитесь?

- Двумя. Когда бочку с водой весом 40 кг за двое суток поднял 6160 раз. Он дал мне статус единственного человека в мире, совершившего самый длительный экстремально-силовой подъем тяжестей.

Второй - комбинированный силовой рекорд. На шпагате в бассейне на глубине 1 м 70 см поднял 21 раз одной рукой гирю в 32 кг.

- В обычной жизни силушка богатырская пригодилась?

- Несколько раз вмешивался в уличные конфликты, когда ситуация «закипала». В других случаях предпочитаю избежать драки.

- Отдыхаете-то как, тоже с гирей?

- Самый лучший отдых - почитать хорошую книгу. Любимые поэты - Эдуард Асадов и Валерий Брюсов. С некоторых пор прикипел к кино. Как-то пригласили сняться в российском сериале «Захватчики» в роли командира отряда спецназа «Тигр». В киношную работу влюбился, теперь при любом удобном случае стараюсь попасть на съемочную площадку.

- Какие планы на будущее?

- Хочу выступить на Международном фестивале гиревого спорта в Минске. Постараюсь улучшить свой последний рекорд.

СТОПУДОВЫЙ ХИТ ОТ ДЕДУШКИ КРЫЛОВА

Борис ОРЕХОВ

■ Гири - исконно наш, отечественный вид спорта с многовековой историей и традициями.

ВДОХ ГЛУБОКИЙ, РУКИ ШИРЕ...

Родословная его убегает во времена Петра I. По одной из версий, русские солдаты с трудом управлялись с пушечными ядрами и для развития их физической силы были отлиты ядра с ручками. Такой способ силовой накачки быстро стал популярен в народе.

Позже гири «переехали» в цирк. Известный всему миру борец Иван Поддубный в перерывах между схватками удивлял публику своими фокусами с тяжестями. Но подлинным «властелином гирь» считался другой российский силач - Петр Крылов. Он разводил прямые руки в стороны, держа в каждой руке гирю весом в 41 килограмм, стоял так с полминуты, после чего поднимал руки с гирями вверх. Повторить коронный номер «дедушки» Крылова, выступавшего на арене до 60 лет, никто так и не смог.

В КОПИЛКЕ ТОЛЬКО «ЗОЛОТО»

Российские гиревики и сегодня впереди планеты всей. За всю историю чемпионатов мира с 1993 года сборная ни разу не отдала пальму первенства в командном зачете. Хотя конкуренция не слабая. На недавний чемпионат в Дублине съехались более



Повторить коронные номера Петра Крылова до сих пор никто не смог.

шестисот атлетов из 37 стран. Россияне завоевали 15 из 18 золотых медалей!

- Надеемся, что когда-нибудь нам удастся продемонстрировать свою недюжинную силу и на Олимпиаде, - сказал «СВ» вице-президент Всероссийской федерации гиревого спорта Михаил Трофимов. - Гири - доступный и популярный вид спорта. Но получить олимпийскую прописку ему сложно как раз из-за доминирования России.

Среди российских гиревиков есть уникальные. Сергей Рачинский - заслуженный мастер спорта из Петербурга. Помимо девяти побед на чемпионатах мира, на его счету шесть рекордов, занесенных в Книгу Гиннеса. Один из рекордов фантастический: за 12 часов без остановки, меняя руки, он поднял 24-килограммовую чугуняку 5555 раз!

- Первый час тяжело, а потом в организме щелкает переключатель. Ты переносишься как бы в другое измерение - часы уже не ползут, а летят незаметно, - признался Сергей.

Сергею Рачинскому принадлежал еще один рекорд - по безостановочному подниманию 16-килограммовой гири в течение часа. Он рванул снаряд 1557 раз.

ДОСЬЕ «СВ»

Вячеслав Хоронек - мастер спорта международного класса, призер чемпионата Европы, обладатель Кубка СССР и СНГ по гиревому спорту, призер чемпионата СССР по тяжелой атлетике, неоднократный рекордсмен Книги рекордов Гиннеса и «Планета» Чехии, России, стран СНГ и Балтии. Окончил Институт физкультуры, работал в милиции, преподавал боевую и физическую подготовку в Академии МВД Беларуси. Подполковник запаса. Преподаватель Командно-инженерного института МЧС.



ПРЕЗИДЕНТСКУЮ КЛЮШКУ ПУСТИЛИ С МОЛОТКА

Кристина ХИЛЬКО

kristinahilko@tut.by

■ Хоккейный снаряд с автографом Александра Лукашенко продали на благотворительном аукционе за 275 тысяч рублей. Полученные средства пойдут на помощь.

Клюшка эта - фартовая, бомбардирская. Изготовленная в Эстонии, она стоит по номиналу вполне по-божески - около семи тысяч рублей. Купить может каждый. Но здесь случай особенный. После того как этот хоккейный снаряд побывал в ледовой сече с участием президента, его стоимость подскочила в разы.

Именно с ней глава Беларуси играл в финале недавнего традиционного Рождественского турнира в Минске против команды Финляндии. Забросил ей две шайбы и отдал восемь результативных передач. Александр Лукашенко был в отличном настроении и после игры подарил клюшку со

своим автографом спортивному журналисту Юрию Михалевичу, освещавшему турнир. За объективность.

- Я писал не только о сильных, но и о слабых моментах в игре, - рассказал обладатель презента корреспонденту «СВ».

Клюшку Александр Лукашенко написал на память и разрешил выставить на благотворительном аукционе. Ставки шли вверх по космической вертикали. Стартовав с пяти, взмыли до 275 тысяч российских рублей. Имя покупателя сохранили инкогнито.

Зато известно, что перечислят эти деньги спортивной организации «Крылья ангелов», где вместе занимаются здоровые бегуны и дети с тяжелой инвалидностью. В тандемах они преодолевают дистанции: взрослые - своим ходом, дети - на инвалидных колясках.



Клюшка не просто фартовая, а с автографом Александра Григорьевича.

В ПОМОЩЬ ДЕТЕМ