

К 75.719.5
К61



А. И. Колчина, И. К. Колчин

О ЛЫЖАХ И О СЕБЕ



ЛИСТОК СРОКА ВОЗВРАТА

КНИГА ДОЛЖНА БЫТЬ
ВОЗВРАЩЕНА НЕ ПОЗЖЕ
УКАЗАННОГО ЗДЕСЬ СРОКА

Колич. пред. выдач _____

--	--	--	--	--



Когда серебряные трубы
возвещают победу,
они зовут на пьедестал
не только победителя,
они славят СПОРТ:
разум и силу,
мужество и волю,
верность, отвагу и честь;
они славят ЛЮДЕЙ,
отдавших сердца спорту,
зовущих своими делами,
своим примером
на жизненный подвиг.

Сердца, отданные спорту

А. П. Колчина, П. К. Колчин

О ЛЫЖАХ И О СЕБЕ

72431 19

МАУК "Межпоселенческая
центральная библиотека
Очерского муниципального района"



Москва
«Физкультура и спорт»
1978

7А4.1
К60

*Литературная запись
Г. С. Решетникова и И. Н. Бурденко*

4/3

~~18487~~

72481

Колчина А. П., Колчин П. К.

К60 О лыжах и о себе. Литературная запись Решетникова Г. С. и Бурденко И. Н. М., «Физкультура и спорт», 1978.

224 с. с ил. (Сердца, отданные спорту)

История советского лыжного спорта неотделима от имен Павла и Алевтины Колчиных — замечательных спортсменов и тренеров, чьими усилиями во многом делалась эта история последние 25 лет. О главных событиях этого периода, своем участии в них, своем отношении к ним честно и откровенно рассказывают авторы книги, содержание которой можно было бы выразить тремя словами: лыжи глазами Колчиных.

К $\frac{60902-092}{009(01)-78}$ 18-78

7А4.1

© Издательство «Физкультура и спорт», 1978 г.

ПЕРСКАЯ
Центральная библиотека
Перской обл.

ДВА ПРЕДИСЛОВИЯ

От авторов. Книга о том, чему посвятил свою жизнь, книга о себе. Что взять за основу ее, как лучше раскрыть то, что больше всего волнует тебя? Сказать хочется о многом. А вдруг что-то важное не впишется в запланированные несколько глав... Мы много раздумывали над этим и решили не ограничивать свой рассказ какими-то определенными темами, а взять за основу книги хронологию нашего участия в олимпийских играх. Ибо в этих крупнейших соревнованиях и в процессе подготовки к ним происходили важнейшие события нашей жизни, возникали проблемы, особенно волновавшие нас.

Алевтина и Павел Колчины

Об авторах. Когда большая часть материала была готова, понадобилось уточнить некоторые цифры, имена, даты. Для этой цели мы воспользовались колчинскими дневниками. Просмотрели мы их, и стало ясно: свою первую книгу Колчины уже написали. Эта многотомная книга — их дневники.

Собранный в них богатейший опыт олимпийских чемпионов ценен, конечно, прежде всего для лыжников. Но мы уверены, и всем другим читателям — любителям спорта — будет интересно заглянуть в летопись спортивной жизни авторов, увидеть, как тяжелый ежедневный труд сопровождал ее, труд без выходных дней и отпусков.

Мы не исправили и не дополнили в приводимых здесь дневниковых записях ни одного слова, разве что раскрыли некоторые сокращения, которые могли отвлечь читателей от хода повествования, он оставил без изменения некоторые стилистические несовершенства, вполне простительные, ибо писались дневники, естественно, без расчета на дальнейшую публикацию. Для большей объективности выписки из дневников делали мы сами.

Мы долго думали, как представить читателям Колчиных. Ну, конечно, сказать, что оба они олимпийские чемпионы; кроме того, Павел — двенадцатикратный чемпион страны, а Алевтина — четырнадцатикратная чемпионка страны и семикратная чемпионка мира. Конечно, сказать о том, что Колчины — целая эпоха в лыжном спорте. Но все это большинству читателей хорошо известно. А нам хотелось бы, хотя бы коротко, сказать о том, какие они, Колчины. Охарактеризовать себя самим авторам трудно, как и любому заслуженному, но скромному человеку. Наверное, проще это сделать тому, кто хорошо их знает. И мы решили, что нам не сыскать лучшей кандидатуры для этого, чем Федор Колчин, сын Алевтины и Павла, уже известный лыжный двоеборец, успевший в 20 лет стать чемпионом страны среди взрослых. Мы попросили Федора сказать несколько слов о своих родителях. Вот эти слова:

«Родители есть родители. Их любят все. И я тоже. Но я еще и очень уважаю их как людей, с которых мне хотелось бы брать пример. Прежде всего мне хочется быть таким же упорным и настойчивым, как они. Я хорошо знаю: все, чего они добились, досталось им огромным трудом, огромным напряжением воли. Когда отец приехал в Москву учиться в техникуме, он был таким хилым, что даже не мог два раза подтянуться. Но он «лез во все дыры» (иначе не скажешь) — занимался всеми видами спорта, какие там были. И он все же стал атлетом и постепенно начал расти как лыжник.

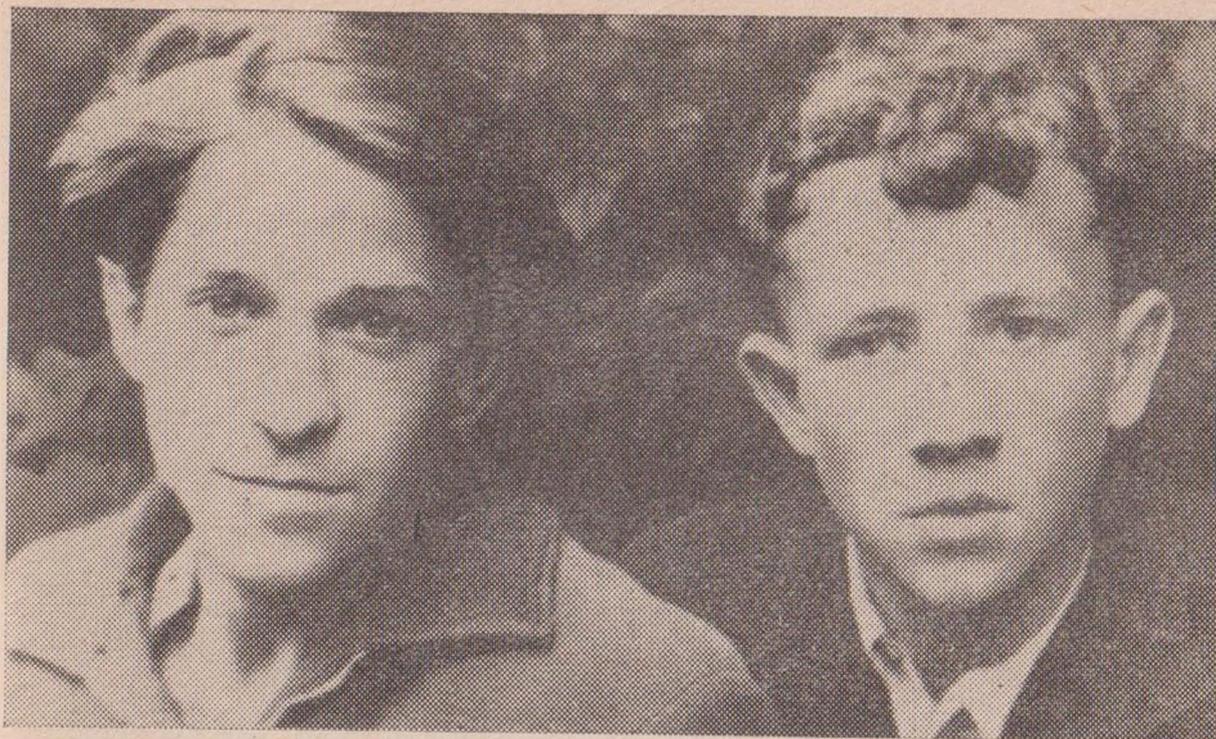
У мамы тоже нелегкая молодость была. Тяжелая болезнь, трудное напряженное время учебы...

Когда я задумываюсь о пути, пройденном родителями, мне всегда кажется, что до сих пор я жил очень легкой жизнью, даже слишком легкой.

А у них и сейчас жизнь не легкая. «Пробивать» сборы, инвентарь, людей наводить на цели — это очень не легко. Но они справляются, и у них все идет нормально. Наверное, потому что они любят работу и добросовестно к ней относятся.

И еще мне нравится в родителях — их взаимоотношения. Я думаю, что глава семьи у нас — это мать. Правда, она говорит, что всегда слушает отца, учится у него. Но мне кажется, что главное слово остается за ней. Однако дело не в этом. Я никогда не видел их раздраженными в трудную минуту, они никогда не фыркают друг на друга, наоборот, всегда стараются друг другу помочь. Мне бы тоже хотелось иметь рядом с собой такого человека, каким для отца всегда была мать, а для матери — отец...»

Г. Решетников, Н. Бурденко



Всё ещё впереди... П. Колчин (слева) со своим другом Ю. Тяковым в Ярославле (1946 г.)



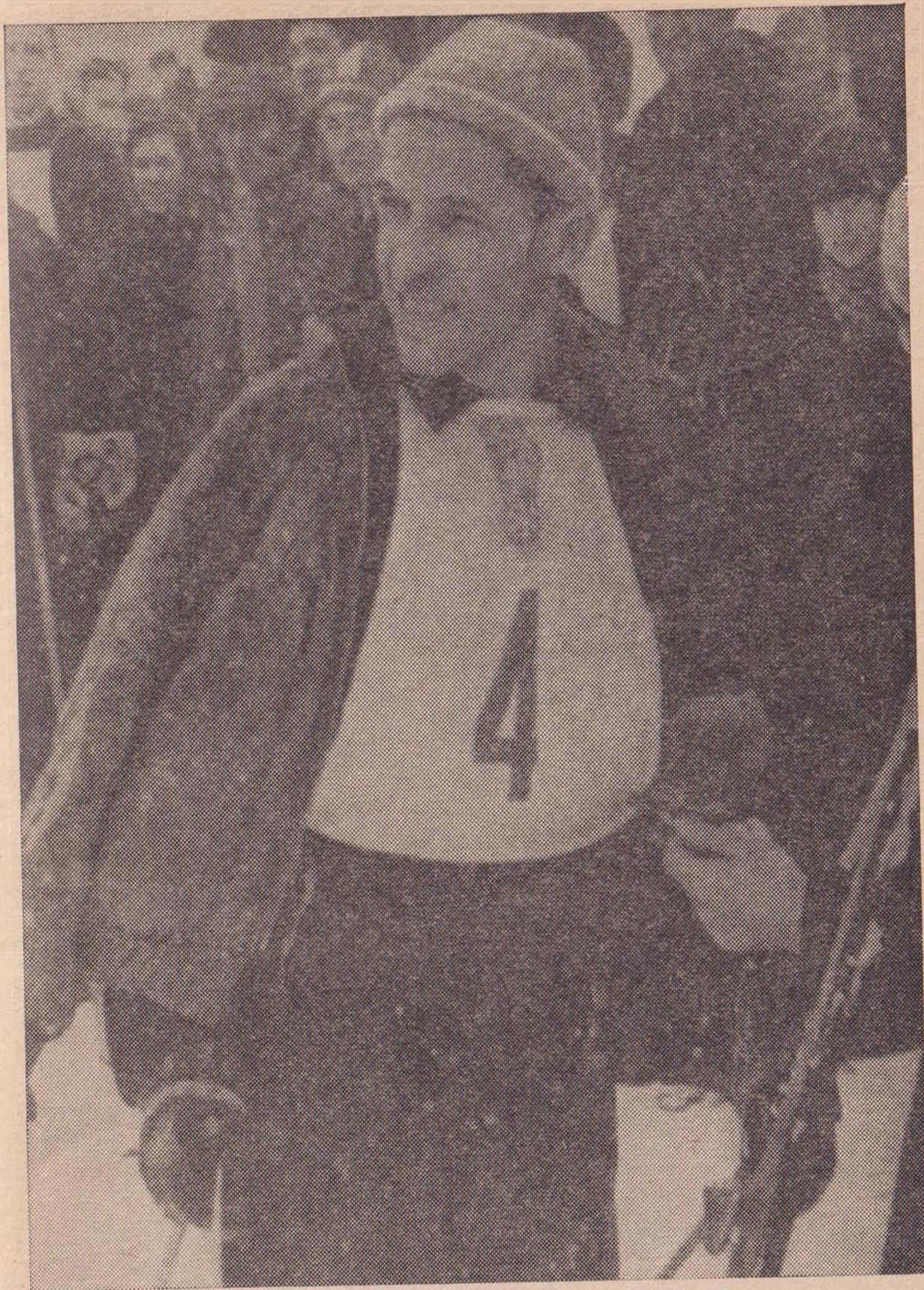
1959 г. Бакуриани. Команда «Динамо» — чемпион СССР в эстафете 4×5 км. Слева направо: А. Колчина, А. Каалесте, М. Поликарпова, В. Ачкасова



На лыжне Павел Колчин



Победили! А. Колчина, П. Терентьева, А. Каалесте, В. Ачкасова



Чемпион Москвы П. Колчин



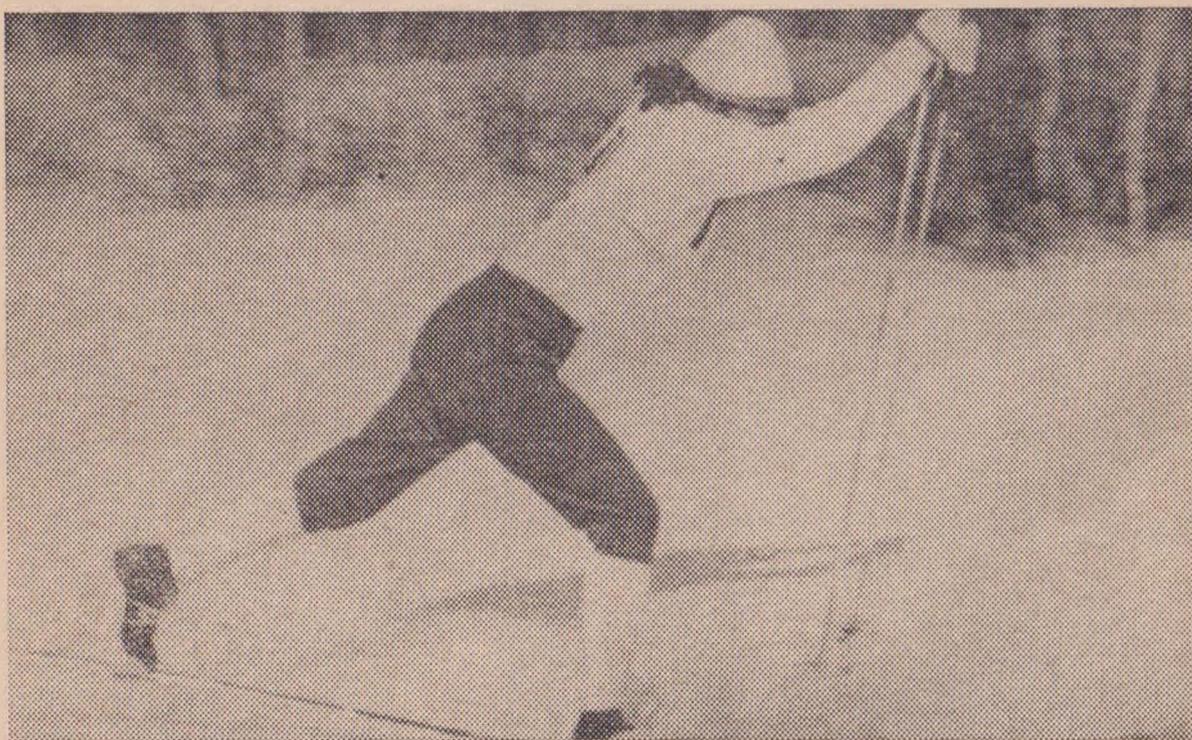
С гербом Родины. А. Колчина на международных соревнованиях



1958 год. Холмен-
коллен. Побеждает
олимпийский чем-
пион П. Колчин



После тренировки



К финишу!



На встрече с трудящимися Златоуста



В воздухе Колчин-младший (1960 г.)



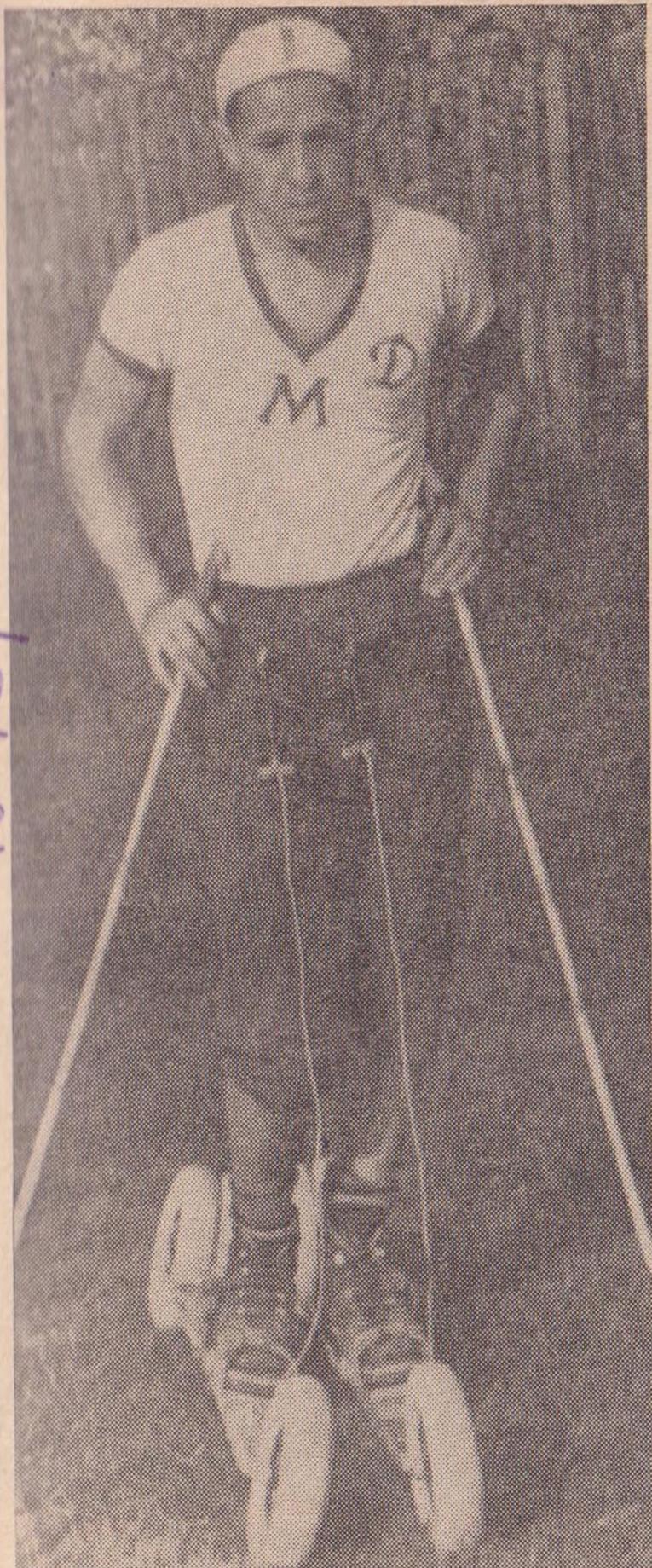
Ф. Колчину 5 лет. И все пять — на лыжах, солидный стаж!



Колчины.



1962 год. Закопане. Все отлично!



72431

Зимой и летом...

О Ч Е Р С К А Я
центральная библиотека
Пермской обл.



1962 г. Закопане. Цветы трехкратной чемпионке



На распутье: что бы еще снять?..



*Вот такой снимок получился... Красивые места
в Чехословакии*



Кино — второе увлечение П. Колчина



Павел и Алевтина



Осень...



Огея. На искусственной лыжне



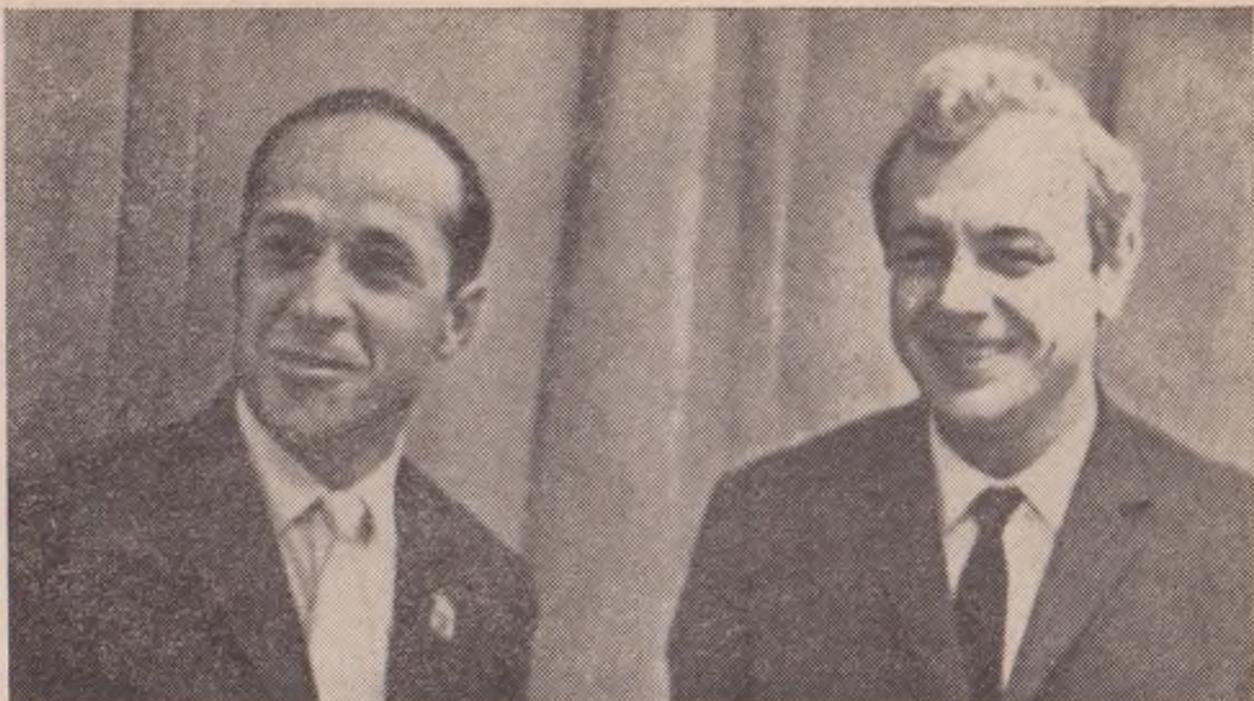
Делай, как я! В. Зеленцов, А. Тейгамяги, П. Колчин



*Есть еще порох!.. 1965 г., П. Колчин в соревнованиях
на первенство ЦС «Динамо»*



Динамо́вка



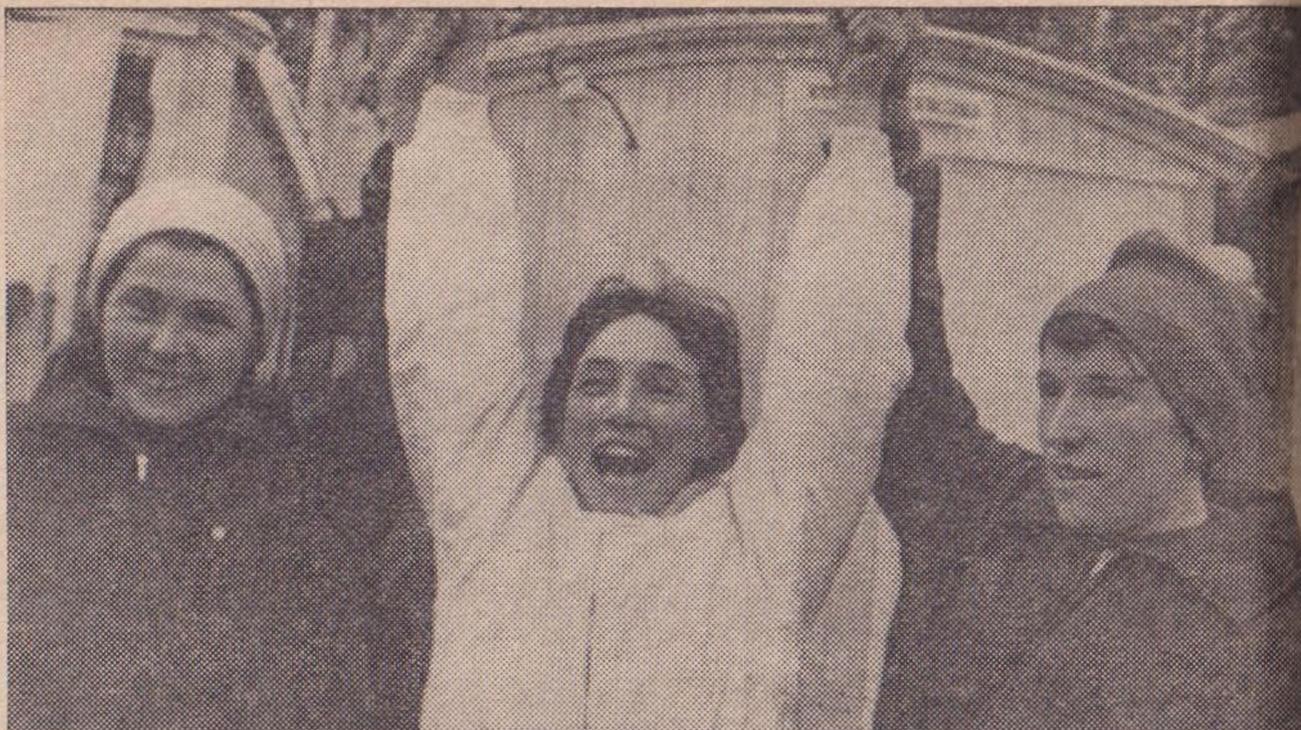
Мастера. П. Колчин и народный артист СССР К. Лавров



П. Колчин и А. Козлов. Подпись: «Уважаемому Павлу Константиновичу Колчину на добрую память о встрече ветеранов МКЛ, с благодарностью за внимание к старым спортсменам и доставленное нам удовольствие своими кинофильмами»



А. Колчина среди школьников Зеленограда



1966 г. Осло. Призеры чемпионата мира в гонке на 5 км
Р. Ачкина (3-е место), А. Колчина (1-е место),
К. Боярских (2-е место)



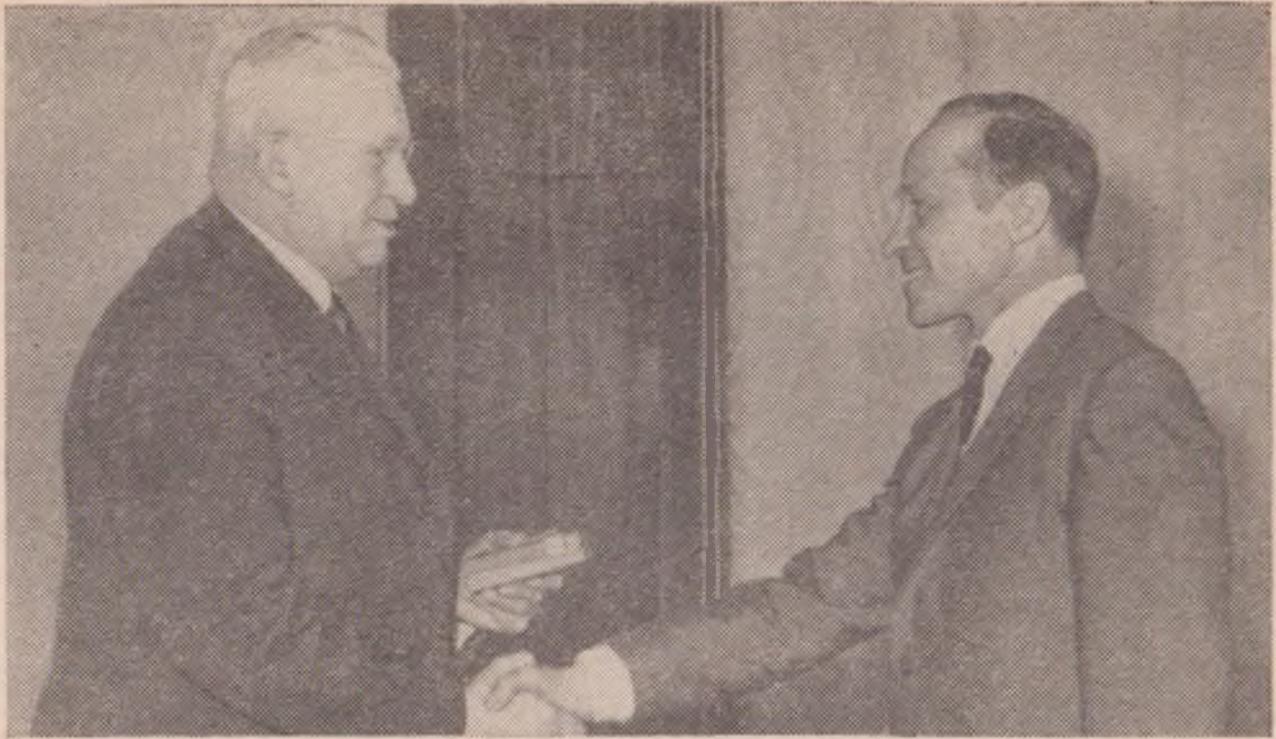
Олимпийская чемпионка 1960 г. М. Гусакова, П. Колчин,
А. Колчина



1964 год. Инсбрук. Советские и шведские лыжницы,
занявшие 1 и 2-е места в эстафете. Слева направо:
Т. Густафссон, А. Колчина, Б. Мартинссон, К. Боярских,
В. Страндберг, Е. Мекшило



На углах этой фотографии три подписи: «Трудно Вам со мной,
но я привязан к Вам, предан нашему делу!», «Не нахожу слов
благодарности!», «С уважением Вяч. Веденин.
После эстафеты. Саппоро. 13.2. 72».



1972 год. Кремль. Вручение П. Колчину ордена Трудового Красного Знамени



П. Колчин, Ф. Симашов, В. Веденин, М. Мизюкало на встрече динамовских лыжников-пограничников в редакции журнала «Пограничник»



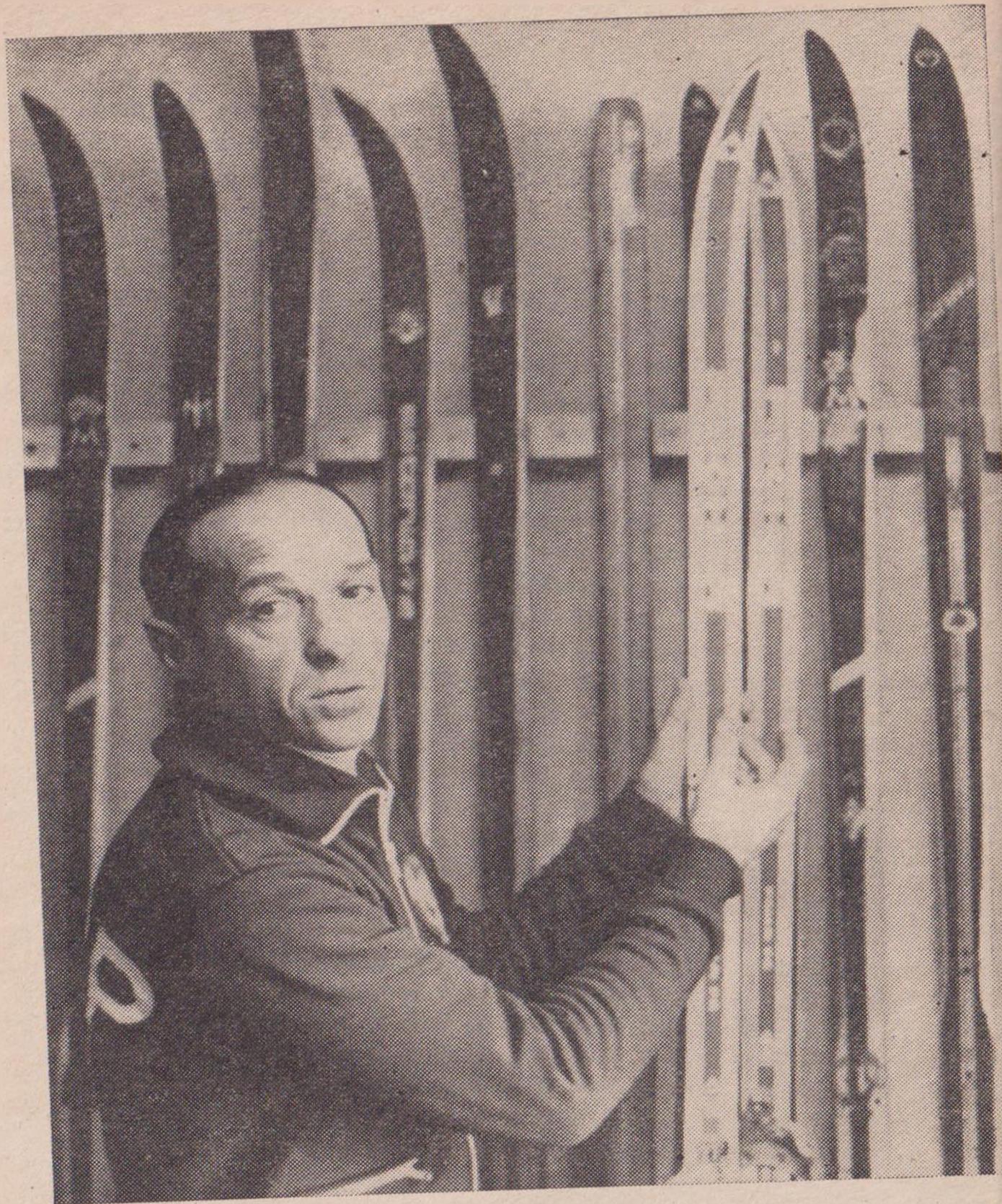
Ох, как непросто это — научить...



П. Колчин на тренировке



*А. Колчина готовит
лыжи к соревнова-
ниям*



У стенда с «чемпионскими» лыжами, на которых соревновались А. Колчина, П. Колчин, В. Веденин



Коротки минуты отдыха



Ф. Колчин на старте своего первого «взрослого» чемпионата страны по двоеборью



Мать, отец, сын



1977 год. Томск. Финиш чемпиона СССР Ф. Колчина



1977 год. Томск. Призеры первенства СССР по северному двоеборью. Слева направо: В. Копяев, Ф. Колчин, А. Баранов



Я с тобой... П. Колчин дает информацию А. Шмигуну, чемпиону СССР 1976 г. в гонке на 70 км

А. К. С лыжами я подружилась по-настоящему в 13 лет. Как это часто бывает, случайно. Жили мы в Очерском районе Пермской области в рабочем поселке (сейчас он называется Павловский). В школе, в которой я училась, уроков физкультуры фактически не было. То есть в расписании-то они стояли, но их обычно заменяли рисованием, пением, прогулками. Так что до пятого класса дети занимались физкультурой, как хотели.

Не знаю, было ли у кого из моих ровесников легкое детство. Наверное, нет. Как и у меня. Потому что совпало оно с войной. Отец ушел на фронт в первые дни войны. А вскоре мы получили похоронную. В боях под Москвой он погиб. Осталось нас на матери 9 человек.

Тут уж было не до выбора жизненного пути — надо было слезать с материнской шеи, все-таки мне уже было 12 лет. Пристроили меня в ремесленное училище, именно пристроили, потому что учебный год там уже начался, но директор, добрый человек, пошел навстречу просьбе мамы и в виде исключения принял меня.

Ремесленное училище готовило для Павловского завода металлистов — токарей, слесарей. От дома до училища было 3 километра, которые я проходила на лыжах. Правда, в первый год мне ходить пришлось мало — зимой я серьезно заболела. Диагноз был суровый: туберкулез легких. Состояние мое было настолько тяжелым, что врачи с несвойственной им обычно прямоотой заявили, что к весне я умру. Возле меня все время дежурила медсестра, и бабушка постоянно была рядом. И как-то они меня выходили. Помню, бабушка все поила меня с ложечки каким-то салом и говорила, что оно принесет мне здоровье. Уж не знаю, что это было за сало, в памяти осталось лишь ощущение тепла и чего-то жирного во рту. Прошел апрель, май, и в июне (это было в 1945 году) меня послали в Евпаторию в санаторий «Трудовых резервов». Ехали долго, в тесных вагонах, полных таких же, как я, больных детей. Приехали в Евпаторию, и тут же на привокзальной площади я впервые увидела пленных фашистов, которые разбирали оставшиеся после бомбежек завалы. Позже я относилась к ним уже как-то спокойнее: взрослее стала, многое по-иному стала понимать. А тогда охватила меня такая жгучая детская обида на этих понуривших головы людей в грязно-зеленых солдатских мундирах, обида за то, что осталась без отца, за то, что столько горя успела пережить...

Когда я через 2 месяца вернулась в ремесленное училище, меня никто не узнал — я совсем поправилась. А зимой мне предложили пробежать на соревнованиях за свою группу. Это было что-то вроде первенства училища. Дали лыжи, и я пробежала 3 километра. Пробежала хорошо, хотя тренировок у нас до этого никаких не было, на уроках физкультуры мы занимались в зале. Но ведь у меня были свои «уроки» — ежедневные переходы в училище и обратно, которые я проделывала с удовольствием, несмотря на то, что приходилось ходить

в метель по занесенной снегом дороге. Это было для меня и лекарством, и хорошей тренировкой. Одним словом, после прошедших соревнований физрук сказал мне, что я попала на районные соревнования и должна поехать на них и выступить за ремесленное училище.

Я и там у всех выиграла, и мне сказали, что теперь я должна выступить за район на областных соревнованиях. Перед ними был медосмотр, меня признали здоровой. На этих областных соревнованиях случился такой эпизод. Включили меня в эстафетную команду — на первый этап. Побежала я и пришла к финишу своего этапа первой. На втором этапе девочка наша выступила плохо — всем проиграла и пришла к финишу где-то там в самом конце. Тогда физрук подходит ко мне (еще когда эта девочка не финишировала) и говорит: «Аля, ты сможешь пробежать еще один этап?» Я говорю: «Смогу». Удивляюсь, как он-то еще поверил в мои возможности. Я была такая маленькая и худенькая. Худенькая-худенькая, прямо, казалось, косточки просвечивают. Прикрыл он меня своей шинелькой, чтоб не замерзла. Стоим, ждем, прямо на линии старта. Финишировала наша девочка, выпорхнула я из-под его руки, словно из-под крыла, и побежала. Всех обогнала и пришла к финишу первой. Но соперники были внимательные, и кто-то заметил, что я бежала второй раз, и на меня, а значит на всю команду, протест написали. В таких случаях команду положено снимать с соревнований. Дело серьезное. Чтобы разобраться в нем, созвали «консилиум». Старенький, седой врач — до сих пор помню его лицо — слушает меня, простукивает, потом говорит всем: «Нет, вы знаете, это такая ослабленная девочка, она не могла бежать два раза по три километра». Так и осталось у нас первое место. Правда, через несколько лет, приехав из Ленинграда в родную область, я призналась, что бежала два этапа, но и тогда в областном спорткомитете удивлялись, как это я после своей

болезни могла вынести такую нагрузку. Да, очевидно, ежедневные лыжные пробежки укрепили мой организм, и болезнь моя прошла бесследно.

После окончания ремесленного училища меня направили учиться в Московский техникум физической культуры «Трудовых резервов». Была одна путевка на всю Пермскую область, вот мне ее и решили дать. Мама была против этого, не хотела, чтобы я уезжала из дома учиться куда-то. Жизнь была все-таки очень трудной, и, когда я окончила ремесленное и могла уже работать на заводе, мама стала просить, чтобы я осталась дома, — семье было нелегко. Я сказала: «Мамочка, дай мне еще немного поучиться, потом я тебе буду втройне помогать». Она категорически возражала: «Если хочешь учиться, иди пешком, потому что денег на дорогу нет». А у меня был только билет на поезд — в ремесленном выдали. И вот я шла до станции пешком 30 километров — лесом шла, полянами. Приехала в Москву, поступила учиться...

П. К. Да, упорства Але, конечно, не занимать. Иногда мне даже кажется, что оно у нее развито сверх меры — граничит с упрямством. Но время всегда показывало, что в своем упорстве Аля была права, так же как и в этом случае — с учебой.

А. К. Я сказала, что с лыжами подружилась случайно. С лыжами, но не со спортом. Сколько я себя помню, меня всегда тянуло побегать, посоревноваться, поупражняться. Вырыла я на болоте яму для прыжков и приспособила кусок дерна, чтобы лучше отталкиваться можно было. И ходила прыгать. Одной было скучно, и я всегда просила пойти со мной свою подружку Тоню Балуюеву. Правда, она не прыгала, ее это не привлекало, но мне с ней было веселей.

Была у нас в ремесленном физорг Надя Шивкова, лучшей бегуньей училища считалась. Я все просила ее включить меня в какие-нибудь соревнования, очень хо-

телось померяться силами с другими девочками. А она ни в какую: у нас бегуний хватает, и бегают они лучше тебя, так что нечего тебе делать на соревнованиях. Но однажды я все же пришла на контрольную тренировку наших бегунов и попросила физрука Аркадия Николаевича Бояршинова разрешить мне пробежать со всеми кросс по улицам поселка. Он разрешил. Я прибежала первой, и после этого Надя перестала со мной разговаривать. Откуда у меня взялись такие «способности»? Наверное, сыграло свою роль то, что я ежедневно преодолевала — зимой на лыжах, в теплое время бегом и пешком — по 12 километров (дорога в ремесленное училище и в вечернюю школу). Причем, эти пробежки и переходы никогда не были для меня в тягость.

Привычка всюду добираться пешком сослужила мне добрую службу впоследствии в Москве, когда я училась в техникуме. Проездных билетов у нас не было, а занятия проводились в разных местах. Плавали мы во Дворце водного спорта на Мироновской, на легкую атлетику ходили на стадион «Сталинец», потом на теоретические занятия в Богородское, а начинался и заканчивался этот маршрут на Преображенке в общежитии.

Учиться мне нравилось. Вот только математика трудновато давалась. Преподавателя по этому предмету звали Серафим Георгиевич. Это был прекрасный человек, но была у него одна слабость: он очень любил спорт, очень много знал о нем и эти знания считал своим долгом передать нам. На уроках он самозабвенно рассказывал нам спортивные истории и переходил к математике, когда до конца урока оставалось десять минут. В конце концов он экстерном закончил наш техникум, получил второй диплом и оставил математику. Впоследствии он стал отличным тренером по легкой атлетике, воспитал много мастеров спорта...

В техникуме я поставила перед собой задачу: научиться хорошо делать все то, чему должна буду учить

своих будущих учеников. Поэтому я добивалась, чтобы по всем видам спорта, которые мы проходили, у меня были разряды. И мне удалось выполнить в техникуме третий разряд по гимнастике, второй — по плаванию и легкой атлетике и первый — по лыжам.

Начинала учиться я в Москве, а заканчивала в Ленинграде, куда перевели наш техникум. После окончания его в 1951 году сразу поступила в Институт физкультуры имени Лесгафта. Поступила и столкнулась с трудной проблемой — проблемой моих дальнейших отношений с «Трудовыми резервами». Я считала, что они меня воспитали и хотела, учась в институте, поддерживать связь с родным спортивным обществом, выступать за него. Но, с другой стороны, я должна была теперь выступать и за свой институт, а по тогдашним правилам за институт могли выступать только члены студенческого спортивного общества «Искра». Поэтому в институте требовали, чтобы я перешла в «Искру». (Я продолжала тренироваться в «Трудовых резервах».) Мне даже сказали в институте, что могут лишиться стипендии. Дело принимало серьезный оборот — вряд ли я смогла бы учиться, не получая стипендии. И в «Трудовых резервах» мне сказали, чтобы я не переживала и со спокойной совестью переходила в «Искру». Так разрешился этот конфликт.

После первого курса меня приняли в группу к одному из ведущих наших тренеров Алексею Николаевичу Баженову. Он тренировал сборную команду СССР, которая тогда почти полностью состояла из студенток нашего института. Я, вообще-то, давно мечтала тренироваться у такого известного тренера рядом с сильнейшими лыжницами. И об этом все время говорила Любе Барановой, с которой мы учились в одной группе (она в то время уже была в сборной). Но как только я касалась этой темы, Люба почему-то начинала отговаривать: тебе, мол, будет очень трудно, у нас большие на-

грузки, так что ты пока к нам не приходи. Меня такие советы, конечно, немножко обижали, и мне хотелось наперекор тренироваться именно в этой группе, у этого тренера, как бы трудно ни было. И я добилась своей цели. Правда, меня отнюдь не встретили здесь, что называется, с распростертыми объятиями. Включили меня в нее потому, что я выиграла первенство Ленинграда. Этому, в свою очередь, способствовало то, что соревнования на двух дистанциях проводились в один день, поэтому сильнейшие лыжницы разделились — часть из них выступала на одной дистанции, часть — на другой. В таких условиях победить мне было, конечно, проще.

Надо сказать, А. Н. Баженов действительно очень интересно, увлекательно проводил тренировки. Я всегда получала от них большое удовольствие. Мы много бегали, много играли. С тренировки всегда уходила довольная собой, с ощущением, что я сегодня что-то новое узнала, сделала то, что до сегодняшнего дня не могла сделать. Все это радовало меня, несмотря на трудности, которых тоже было немало. Плохо было с лыжами (они у меня были после ремонта), мне даже не хотелось ехать на первенство СССР. Ботинки тоже были изношены. А главное, первенство было в марте, под конец учебного года, и надо было хорошо подготовиться к сдаче сессии, чтобы обязательно получить стипендию. Кроме стипендии мне не на что было рассчитывать. Мама помогать не могла, я сама должна была ей помогать. Столько писем я от нее получила, в которых она упрашивала бросить учебу, ехать домой, идти работать... И со своей стороны уговаривала ее подождать еще немного, пока закончу институт... Уговорила. Мама все-таки согласилась и не очень сердилась на меня. Даже старалась поддерживать, как могла — посылки присылала с картошкой, крахмалом, сушеной малиной. Я понимаю, как ей было трудно с такой упрямой дочкой, я ведь даже на каникулы редко приезжала. Когда училась в тех-

никуме, например, ни разу, потому что уезжала на лето работать в пионерский лагерь: хотелось, во-первых, чтобы зимой было полегче учиться, а во-вторых, именно пионерский лагерь, я считала, мог дать опыт, который понадобится мне в работе в ремесленном училище. Мысленно примериваясь к этой работе, я вспоминала, какими проказниками были наши ребяташки из ремесленного, как подтрунивали, подсмеивались они, если ты чего-нибудь не умеешь делать. Поэтому хотелось все знать и все уметь, быть таким преподавателем, каким был Апполон Михайлович Игнатьев (имя этого прекрасного педагога хорошо известно в спортивном мире). Безусловно, я очень переживала из-за того, что в годы учебы не могла помогать маме. Но тем приятней было получить через много лет от мамы письмо, в котором она писала, что ты у меня, Аля, молодец, одна такая из всех девяти (в смысле образования), всегда поможешь, всегда поздравишь с праздником, никогда не забываешь... Так что, думаю, я сдержала слово, данное маме.

В 1952 году я попала в сборную команду Ленинграда и должна была в ее составе ехать на первенство СССР в Свердловск. На меня уже билет взяли. Но я решила не ехать. Во-первых, из-за плохого инвентаря. Во-вторых, из-за необходимости как можно лучше подготовиться к сессии. А. Н. Баженов, конечно, был недоволен этим. «Странный, — говорил, — ты человек: другие вроде бы и не заслуживают, а рвутся на такие соревнования и едут, а ты заслуживаешь и не хочешь поехать». Но я считала, что причины у меня на это довольно серьезные и уважительные.

Сессию сдала хорошо и с новыми силами начала готовиться к следующему зимнему сезону. Был у меня тогда первый разряд по лыжам.

В 1953 году в Ленинграде проводилось первенство «Динамо», к которому я, естественно, никакого отношения не имела. Незадолго до его открытия приходит к

нам в институт один человек — работник ленинградского динамовского аппарата (не могу вспоминать без улыбки курьезную деталь его спортивной биографии: он был мастером спорта по гребле и при этом совершенно не умел плавать). Приходит и просит девчат-студенток выступить на этих соревнованиях за его общество. Уговорил Нину Устюгову, Аннушку Каалесте, а они и меня уговорили пойти на это «преступление», в котором я, несмотря на всю его очевидность, кажется, не раскаиваюсь. В общем, участвовала я в этих соревнованиях и, наблюдая за участниками, обратила внимание на одного юношу. Точнее сказать, не на него самого, а на его поразительно красивый бег. Словно летел он над лыжней, не касаясь снега. Его техничный легкий бег так увлек меня, что я там всюду бегала за этим лыжником и смотрела, как он взлетает в подъемы, будто крылья его выносят... Это был Павел Колчин. Вот так я его первая и заметила. Правда, на лицо его обратила внимание позже. В этом же году меня вызвали на всесоюзный молодежный сбор в Златоуст. И он был на этом сборе. Там и состоялось наше знакомство. Я как раз лежала больной — ангина у меня была. Заходит Павлик к нам в комнату, улыбающийся, веселый. «Девчонки, — говорит, — хотите я вот сейчас стойку на руках сделаю?» И сделал...

Приболела я в Златоусте крепко. Очень тяжелое состояние было, высокая температура. Расстроилась страшно. Мне очень помогала, прямо выхаживала меня Саша Малофеева (чемпионкой СССР она тогда была), сильная и умная девчонка. Все вдохновляла меня: ты будешь крепкой, сильной, все у тебя поправится, ты все выдержишь... И действительно, Сашины слова оказались для меня и целебными, и пророческими. В конце сбора мне удалось на контрольной тренировке занять четвертое место (из пятнадцати). Была холодная погода, я закрывала рот шарфом и через него дышала. Выступала не

48 то чтобы больной — уже выздоравливающей, но надо было еще немного пощадить себя, поэтому и бежала с закрытым ртом. Очень была довольна результатом. И Саша тоже. «Вот видишь, — говорила мне, — а ты боялась, что все у тебя пропало».

В лидерах в то время были Люба Козырева, Рита Масленникова, Валя Царева, Роза Ерошина, Соня Сушина, из молодежи — Лиля Поликарпова (Каткова), Дуся Архипова (Мекшило), Нина Гусакова, Аня Каалесте. Но, конечно, учиться хотелось у того, кто побеждает. А побеждала тогда Люба Козырева. Бег у нее был мягкий, стояла она на лыжах очень просто и бегала быстро. И, безусловно, мне хотелось научиться так же быстро бежать, непринужденно скатываться с гор и поворачивать. Именно она, Люба, была для меня спортивным идеалом. Подчеркиваю, спортивным, потому что в жизни мы были разными людьми: я, например, на ее месте не стала бы отговаривать меня от перехода в группу Баженова, какой бы неподготовленной внешне я ни казалась. Впрочем, тот совет шел, я думаю, не из глубины ее души, сознания, а был следствием временами случающегося у нас, женщин, «обострения честолюбия» (я бы так это назвала), когда тот или иной человек, как тебе кажется, посягает на какие-то завоеванные тобой вершины, а тебе, конечно, этого не хотелось бы, и от этого ты, сама того иной раз не желая, говоришь ему какие-то колкости, неприятные слова, в которых потом сама раскаиваешься... Справедливости ради скажу, что такое случается относительно редко. В основном же среди нас — членов сборной команды были искренние товарищеские отношения. Та же Люба, насколько я помню, относилась ко мне просто, по-дружески. Я, например, могла получить от нее на лекции такую записку: «Аля, сваришь сегодня манную кашу, покушаем и вместе пойдем на тренировку». Согласитесь, человек, питающий к тебе неприязнь, такой записки не напишет. И мне было

приятно, что после занятий я приду домой, с удовольствием сварю для себя и для Любы манную кашу, пообедаем мы ею и как две давние подруги сядем в автобус и поедем в Кавголово на тренировку...

Повезло мне, что рядом тренировалась Любовь Ковалева, первая советская чемпионка мира и олимпийских игр, выдающаяся наша лыжница.

1953 год стал началом нового этапа в моей жизни: я вышла, как сейчас принято говорить, в большой спорт. В этом году после первенства СССР в Свердловске я попадаю в сборную команду страны. Хорошо тренируюсь, участвую в соревнованиях по календарю сборной. В следующем году занимаю пятое место на чемпионате мира. В этом же году мы с Павлом поженились, после чего я переехала в Москву, переведясь в Государственный Центральный ордена Ленина институт физической культуры, который закончила в 1956 году.

П. К. У меня дружба со спортом складывалась несколько иначе, хотя я тоже жил в поселке в 12 километрах от Ярославля (сейчас, правда, это уже черта города), тоже ходил зимой в школу на лыжах — по 6 километров в день. Много бегал с ребятами, в «казаки-разбойники» играл, придумывали мы и на лыжах разные игры. Но был еще у меня и отличный пример — старший брат Гена. Он работал в соседнем доме отдыха и занимался, наверное, всеми известными в нашей местности видами спорта: отлично бегал, запросто крутил на перекладине большие обороты, боксом занимался (но драчливым, однако, не был). Ну а главным его увлечением были лыжи. Он участвовал во всесоюзных соревнованиях, бывал первым в Ярославле среди мужчин в гонке. К тому же был добрым, жизнерадостным человеком. На таких людей всегда хочется походить. Он и был у нас в семье примером. Конечно, мне он не мог уделять много внимания — у него и без того забот хватало. Но все же кое-что из лыжной техники показывал,

а когда я приезжал к нему в дом отдыха, заставлял заниматься.

Впервые я участвовал в лыжных соревнованиях в школе. Был у нас там преподаватель физкультуры Ф. А. Скробин, демобилизованный по ранению фронтовик. Дал он нам простые лыжи с палками и стал готовить к соревнованиям, которые сам же и устраивал.

В школе у меня был друг Женя Мартьянов. Мы вместе учились и вместе стартовали в наших школьных соревнованиях. Обычно он финишировал первым, я сразу же за ним, почти рядом, но вторым. И я уже как-то привык к этому. Но однажды мы с ним поехали на областные соревнования в Ярославль. И там стартовали отдельно в гонке на 3 километра. Я выиграл эти соревнования. Женя был вторым. От неожиданности он аж возмутился: «Как же так, мы ведь всегда ходили вместе, ты меня никогда не обгонял, всегда за мной...» А я тогда понял, что, идя за Женей, всегда невольно перенимал его движения (сейчас я скажу так: темп и ритм его движений). А у меня, видно, и что-то свое было в движениях, чем я напрасно раньше не воспользовался. С того случая я, пусть еще неосознанно, понял значение ритма в лыжах. К тому времени элементарное чувство ритма у меня уже было. Я поигрывал на аккордеоне. Правда, не на своем. Была у меня мечта — иметь собственную гармошку. Просил родителей купить, но возможности такой тогда не было, и я играл на инструментах чужих детей. В то время у меня и возникла сама собой привычка, идя на лыжах, напевать мысленно какую-нибудь простенькую мелодию (иной раз сам ее придумывал), и она как бы аккомпанировала моим движениям, делая их четкими и ритмичными. Это мне очень помогло в дальнейшем.

В 1945 году мы с Женей Мартьяновым поехали в Ярославль на стадион «Торпедо» и записались в лыжную секцию к тренеру Николаю Куликову. Ездили мы

туда два-три раза в неделю, в остальные дни занимался по его заданиям. В это время я учился в вечерней школе (в 6—7-м классах) и работал на фабрике «Красный перевал» — сначала на дровяном складе, потом учеником токаря. Окончив седьмой класс, мы с Женей поехали в подмосковную Малаховку поступать в техникум физкультуры, где уже учился старший брат Жени и еще несколько ребят из нашего села. Тут надо сказать, что с детства я был очень слабым. И ростом маленький. Когда поступал, тренер по легкой атлетике Н. А. Казицкий говорил мне: «Колчин, зачем ты поступаешь на специализацию лыжного спорта? Посмотри, какие здоровые ребята лыжники, и посмотри на себя... Тебе лучше на гимнастику идти, там ты окрепнешь». Я говорю: «Нет, Николай Анисимович, я люблю лыжи, пусть я не добьюсь высоких результатов, но я хочу стать тренером по лыжам».

Понимая, что с моей тогдашней физической подготовкой (я, например, ни разу не мог подтянуться на перекладине) мне трудно было рассчитывать на какие-то даже средние достижения, я решил, кроме лыж, заниматься и другими видами спорта. Особенно много занимался гимнастикой, даже в соревнованиях выступал по третьему разряду и неплохо: в вольных упражнениях, помню, меньше девятки не получал.

Был у нас в техникуме небольшой легкоатлетический манежик, мы в нем ядро толкали. Самое для меня трудное упражнение было. Намучился я с ним. Вес-то у меня маленький: не ядро от меня отлетало, а я от ядра. А сдавать норматив (8 метров!) надо, на этот счет у нас было жестко. Разозлился я как-то, собрал все силы аж глаза зажмурил... И угодило мое ядро в водопроводную трубу. Хлынула вода. Трубу потом заварили, а меня вызвали к директору техникума. Поругал он меня, пострадал, но в техникуме оставил. Очень он лыжников любил.

В первый же год учебы я довольно удачно выступил на первенстве техникума и попал на всесоюзное первенство среди техникумов, проходившее в Горьком. Занял в гонке на 10 километров 43-е место. На следующий год на этих же соревнованиях я уже был двадцать третьим. А еще через год занял пятое место, выполнив первый разряд, и был третьим в соревнованиях по слалому.

Закончил я техникум в 1950 году в двадцать лет и со своими товарищами поступил в военно-пограничное училище на спортивное отделение (на этом отделении готовили специалистов по физической подготовке для погранвойск). Офицерская служба на границе, романтика... Все это завлекало. Но учиться было трудно: строгий режим, учеба, самоподготовка, тренировки... Физкультуре и спорту уделялось много внимания.

А вот старший сержант наш — он был хорошим гимнастом — лыжников почему-то не признавал. Просим мы его отпустить нас на субботу или воскресенье, чтобы потренироваться, — он ни в какую. А мы ведь не увольнительную просили — увольняться нам некуда было, знакомых в столице не было, — мы действительно хотели побольше потренироваться. Не отпускал. Но тут произошел такой случай. Делали мы марш-бросок на 20 километров в полной боевой выкладке, а он был у нас старшим. Мы тащили пулемет, коробки с патронами, а у него был один автомат. И вот, несмотря на это, он отстал. Что было делать, взяли у него автомат и потащили за руки. Он только приговаривал, чтобы мы его не бросали. И зря — мы и не собирались его бросать, дотащили. Он был очень рад. А самое главное, после этого понял, что такое лыжники. С тех пор всегда нас отпускал на тренировки.

В училище мне приходилось участвовать в самых разнообразных соревнованиях. Я бегал кроссы, прыгал тройным (около 12 метров), бегал в эстафете, метал копье (45 метров), прыгал в высоту, причем всеми спо-

собами — перекатом, волной, перекидным, и каждый старался выполнить технически правильно. Не очень хорошо получались прыжки в длину, но все-таки 5 метров 50 сантиметров — это не так уж плохо.

Каждый год у нас проводилось первенство пограничных войск. В это время нам давали вдоволь потренироваться. Мы пользовались возможностью в полной мере. Даже на обед вовремя не приходили, нам его оставляли, как это называется в армии, «в расход». Прибежишь после тренировки, «побросаешь» наскоро пищу в рот, как в топку, и на самоподготовку. А после морозного лесного воздуха спать хочется, страшно хочется. Проишь товарища — Руфу Богомолова (он был третьим в стране десятиборцем), мол, если засну, ткни меня. Сидишь, глаза таращишь, чтобы не закрывались, смотришь в книгу, и ничего не можешь понять. Но все же усилием воли старались сбросить с себя сон и заниматься.

На первом году учебы я уже участвовал в первенстве Союза, выступая за 2-ю команду России. Результаты были слабенькие: 35-е место на 30 километров и 102-е на 18 километров. Это был сезон 1950/51 года. В том же сезоне состоялось мое знакомство с Владимиром Самойловичем Оботниным, которое я считаю одной из самых больших удач в своей жизни. Он был хорошим лыжником, мастером спорта, был близок к десятке сильнейших лыжников страны. Этот человек и взялся за мою подготовку после того, как я окончил училище и меня в звании лейтенанта оставили служить в Москве. Жил я у него. Квартирка его была тесной, но принимал он меня как родного. И мать его жены тетя Таня ухаживала за мной, как за родным сыном.

В 1952 году занял на первенстве Союза третье место, выполнил норму мастера спорта, и меня включили в сборную команду СССР. Но несмотря на это, с тренировками у меня были немалые трудности. Такова уж военная служба. Бывало так: сборная команда на сборе,

а меня не отпускают. Ну, естественно, Спорткомитет соответствующую бумагу напишет, бумага эта идет по инстанциям, меня наконец отпускают, а сбор к этому времени уже заканчивается или вовсе закончен. Так было до 1954 года. В том году произошло большое сокращение в наших войсках, и я демобилизовался. Конечно, остался в родном обществе «Динамо», стал работать в нем инструктором. Продолжал напряженно тренироваться. В том же году поступил в Центральный институт физкультуры, сначала на очное отделение, потом перевелся на заочное — так было легче с тренировками. А учиться мне было легко, потому что многие предметы были мне хорошо знакомы и по техникуму, и по училищу. По этому поводу еще раз хочу добрым словом вспомнить малаховский техникум, в котором очень хорошо была поставлена и учебная, и спортивная работа. Недаром в спортивном мире его называют малаховской спортивной академией.

Хорошо помню те ленинградские соревнования, о которых говорила Аля. Я на них занял первое место в гонке на 18 километров, а тренер мой Оботнин был вторым, проиграв мне 2 минуты 18 секунд. Это очень большой разрыв, и он даже удивился, хотя и был искренне рад моей победе. На 50 километров я тоже занял первое место, опередив его на 8 минут. На этот раз он уже не удивился. После соревнований мне дали приз — телевизор, и я отвез эту тогда еще диковинку родителям в Ярославль. Запомнил я и что сказала Аля об этих соревнованиях, когда мы познакомились. «Многие, — говорила, — здоровые лыжники идут грузно, тяжело, а тебя как будто на веревочке подтягивают с горки на горку».

А. К. Когда я приехала в Москву, у меня не было раздумий, где и с кем тренироваться. Конечно же, вместе с Павлом в группе В. С. Оботнина. Я понимала, что у Оботнина своих учеников хватает, и занимаются у него не новички, а мужская сборная СССР. Но я не собиралась злоупотреблять его расположением ко мне. Вполне достаточно было того внимания, что мог уделять мне на тренировках Павел. Уже вскоре после нашего знакомства я поняла, что Павел прекрасно разбирается в лыжах, и вполне доверяла его тренерским способностям. Да и себя я считала человеком вполне самостоятельным, если и нуждающимся в тренере, то в консультанте, а не в няньке. Сейчас такая ситуация ни у кого не вызвала бы ни удивления, ни, тем более, возражения. Но тогда — в 1954, 1955, 1956-м — сколько же неприятностей пришлось нам пережить, а мне особенно. Все время меня заставляли перейти в женскую группу. В частности, за это постоянно ратовал гостренер А. В. Каменский. И если в Москве я все-таки тренировалась в группе Оботнина, то на сборах меня чуть ли не насильно отлучали от

нее. Приходилось тренироваться то у А. Н. Баженова, то у З. Д. Болотовой. А однажды на сборах (это было вскоре после того, как я родила) меня даже специально поселили в трех километрах от места, где жила и тренировалась мужская группа, чтобы я не приходила к ним на тренировки. А. В. Каменский по этому поводу сказал: «Если она станет чемпионкой мира, то пусть тогда тренируется где хочет, а не станет — будет тренироваться там, где велят».

Из дневника А. К.

21 февраля 1955 года, Москва.

Переменная тренировка в парке 1,5 ч. Самочувствие хорошее. Аппетит, сон хор. (хорошие.— Ред.). Вечером Павлик уехал в Финляндию. Я осталась дома и долго плакала от того, что бессильна перед разлукой.

Да, прежде в мужской группе сборной женщин никогда не было. Но ведь до этого в лыжах не было и спортивных семей. Это был первый случай, чтобы муж и жена тренировались в сборной команде. Так можно же было хотя бы ради эксперимента пойти им навстречу. К сожалению, никому не было дела до того, что два человека любят друг друга, что они составляют семью и им тягостно друг без друга и это наверняка отражается на их физическом состоянии. Даже на сборах и соревнованиях мы с Павлом жили врозь. Нам не давали возможности размещаться в одном номере, в одной комнате.

Из дневника А. К.

22 июля 1955 года, Москва.

Тренировка на стадионе. Бег 1200 м в ср. (среднем.— Ред.) темпе. Гимнастическая разминка, имитация. Ходьба с выпадами 2×100 м. Прыжки типа тройного 100 м. Игра в футбол, ручной мяч, баскетбол.

Тренироваться не хочу. Все надоело. Болит голова. Ужасное состояние. Днем спала. Читаю Лермонтова. Немножко забываюсь. Много плакала.

12 августа 1955 года. Одесса.

...Тренировка на слабопересеченной местности 3 часа. Ходьба в быстром темпе с переходом на бег и снова на ходьбу. Все подъемы — имитацией. Так дошли до монастырской купальни и повернули обратно... Самочувствие хорошее. Аппетит и сон хор. Весь день было плохое настроение. Вечером ходила в театр, смотрела балет «Лебединое озеро».

20 ноября 1955 года. Златоуст.

...Тренировка переменного характера — 2 часа. Сам-е (самочувствие.— Ред.) хорошее. Сон хор. После зарядки болел живот. На тренировке чувствовала себя хорошо. Правда, еще тяжело. Вечером ходили на вечер сбора, где в конце у меня испортилось настроение: сидела около Колчина, а он весь вечер играл на аккордеоне.

21 декабря 1955 года. Кавголово.

Активный отдых. На заявление о личном выступлении в данном соревновании Баженов А. Н. ответил: «Ни в каких соревнованиях ты выступать не будешь и никуда не поедешь». Пропало после этого всякое желание выступать, я плакала и хотела уехать домой.

4 января 1956 года. Гриндельвальд.

Соревнования на 10 км. ...Лыжи шли хорошо: мазь — «Рекс» зел. (зеленый.— Ред.) + «Свикс» гол. (голубой.— Ред.).

1. Р. Ерошина — 40.47. 2. Л. Козырева — 41.10.
3. А. Каалесте — 41.20. 4. Л. Поликарпова — 42.06.
5. А. Колчина — 42.22. 6. В. Царева — 42.43.

В начале дистанции чувствовала себя хорошо. На 3-м километре упала два раза и потеряла 30 сек., если не больше. Уже работать стало тяжело — моральный подрыв. Проигрыш стал увеличиваться, закололо печень на 4-м километре. После усиленных выдохов при спуске стало легче. После 6-го км лыжи пошли хуже (отношу это к тому, что сошел верхний слой «Рекса»), ноги стали тяжелыми, особенно бедра. На последнем

км в подъем совсем плохо, но финишировала хорошо, очевидно, отдохнула на спуске.

Очень огорчена своим провалом. Что делать? Начинать все сначала? После гонки отдыхала в постели, очень ныли мышцы ног. Все жгло. Немножко болела голова. Если бы здесь был Павлик, мне было бы гораздо легче. Он бы мне помог разобраться. Дорогой мой, как он себя чувствует, все ли в порядке? Нужно начинать упорно готовиться к 28 января.

Особенно обидным было то, что даже подруги по сборной не понимали меня. Столько колкостей приходилось слышать от них: она, видите ли, только с ним может заниматься, а с нами не может...

6 января 1956 года. Гриндельвальд.

Проснулась с головной болью и стуком в висках. Температура 37°. Общее состояние посредственное. Насморк. Свинцовая тяжесть в груди. (За завтраком сидела на расстоянии от всех. Когда Лиля сказала, чтоб я придвинулась, я ответила, что боюсь заразить. Люба съехидничала: «Было бы чем».) Сижу одна в комнате. Несколько раз заходил Алексей Николаевич. Мы с ним обсудили вопрос о моем выступлении в эстафете. Он сказал: «Если идти, то очень спокойно, или совсем не ходить. Я сторонник того, чтобы ты быстрее выздоровела, и если это причина поражения на 10 км, то это легко исправить».

Долго мы боролись за право нормального существования спортивной семьи. И все же победили, отстаивали свою точку зрения на эту проблему. И хотя мне, например, неприятно вспоминать те трудные для нас с Павлом годы, я испытываю удовлетворение, даже некоторую гордость за то, что во многом благодаря нашим усилиям нынешние супруги-спортсмены уже не сталкиваются с теми трудностями, которые в свое время пришлось преодолевать нам. Разве что немного жалко сил, которые ушли на это...

Я буду не до конца искренней, если скажу, что только желание тренироваться вместе с мужем влекло меня в группу Оботнина. После первых же тренировок в ней я почувствовала, что именно здесь получу те знания и практические навыки, которые больше всего мне нужны, хотя поначалу мне было очень трудно, да и потом нельзя сказать, чтобы стало легко. Я должна была вовремя приходить на тренировочный круг, не отставать от группы, даже если уже выполнила свой объем тренировки, не скулить: мне, мол, плохо, куда же я пойду одна. Раз пришла — справляйся.

И еще мне нравились атмосфера тренировок в группе Оботнина, мужской подход к делу, без лишней возни, капризов. Какая-то уверенность, острота мысли проявляется в мужской компании. В женской группе очень часто то у одной настроение плохое, то у другой. И все это на подругах отражается. А в лыжах, если уступать себе все время, даже в мелочах — хочу это, хочу то, это не смогу, вершин не достигнешь. К сожалению, среди девчат почему-то часто наблюдаешь распри, колкости всякие, которые раздражают, мешают вдумчиво работать. У ребят такого никогда не бывает. Друг к другу они всегда относятся доброжелательно, тренируются всегда с шуткой. В такой обстановке всегда работаешь с желанием, с подъемом, даже быстрый темп не страшен. И мужчины ко мне хорошо относились, не возражали против моей компании. Может, я ошибаюсь, но мне кажется, им даже приятно было, что я так высоко ценила тренировки в их группе.

Очень благодарна я Владимиру Самойловичу Оботнину, который, несмотря на загруженность, находил моменты, чтобы что-то подсказать мне, поправить. Но в основном, конечно, как тренер работал со мной Павел. И он превосходно справлялся с теми трудностями, которые давала ему эта работа. Я могла бы ему по этому поводу наговорить здесь кучу комплиментов. Скажу

лишь о том главном, что проявилось у Колчина-тренера в работе со мной. Он не пянчился со мной и не потакал моим иногда прорывающимся наружу слабостям, что, кстати сказать, вполне можно было ожидать от любящего мужа, да еще со столь мягким характером, каким всегда отличался Павел.

Была у нас как-то очень тяжелая тренировка — бег с ходьбой и прыжками. Все время мы бежали, прыгали и шли нога в ногу. До финиша оставалось километров пять, и в это время у меня наступила, как говорят, «мертвая точка» — самое неприятное для спортсмена состояние, когда в глазах темнеет и ты испытываешь только одно непреодолимое желание — остановиться. Все у меня отказало, и я упала прямо на дорогу на лесной полянке. «Не могу больше,— говорю Павлу.— Ты иди, заканчивай тренировку, а я приползу». Свернулась клубочком, дрожу — озноб у меня... Смотрю, он не уходит. «Нет,— говорит,— Аленька, вставай, это у тебя пройдет, ты еще сможешь бежать, вставай!» Сказано это было спокойно, но твердо... Я встала, сначала шла, потом побежала трусцой, потом быстрее побежала. А когда уже близко была база, где мы тренировались, у меня откуда ни возьмись возникло желание ускориться, и я несколько раз увеличивала темп до предела. Когда мы закончили тренировку, он сказал: «Вот видишь, у тебя еще сколько сил оставалось, а ты говоришь — не могу, смогла же...»

В то же время Павел не был диктатором. Он никогда не говорил: делай, мол, так, как я сказал. Всегда советовался, в спорных случаях доказывал свою правоту делом — на практике. Такой подход к тренировке и меня приучал к большей самостоятельности; я не боялась проявлять собственную инициативу в тренировках, смело анализировала свои действия. Ну и, конечно, я по достоинству оценила педагогические способности Павла. Несмотря на самостоятельность, я была полностью

под влиянием его внутренней силы, его ума. В самых сложных и трудных моментах он был спокоен, вдумчив, терпелив. Я искренне считала (да и сейчас считаю), что у Павла надо учиться всему, что есть самого лучшего в лыжах. Он был для меня образцом тренера. Поэтому, когда не стало Оботнина и его группа распалась, я ни мгновения не раздумывала, у кого тренироваться, этот вопрос был для меня совершенно ясен...

Но скрою, поначалу было немного страшновато. Ведь это был первый эксперимент: член сборной команды тренируется самостоятельно, да еще и тренирует другого члена сборной. Появилась у Павла новая серьезная забота — на двоих составлять тренировочные планы, а это очень ответственное дело. В такой сложной ситуации надо было изо всех сил поддерживать друг друга, во всем друг другу помогать. Мы по-настоящему взялись за кинесъемку. Я его снимала, он снимал меня. Да и других лыжников тоже снимали. Сами проявляли, монтировали, разбирали, показывали товарищам. Я научилась довольно хорошо понимать лыжную технику и, случалось, даже Павла корректировала в этом, и была очень рада, если мое замечание оказывалось толковым. Была у него такая ошибка: рука сзади «не дорабатывала» — поднималась вверх, не успев вложить все силы в толчок. Я об этом сказала ему. Наверное, Павел еще не верил в то, что я могу уже подмечать такие технические тонкости. «Нет, — говорит, — я правильно толкаюсь». Тогда я предложила заснять этот момент. Когда он увидел пленку, сразу согласился со мной. «Ты, — говорит, — права, Аленька, спасибо тебе».

Я все время искала, чем могу еще ему помочь. Вот бежим мы, например, вместе на тренировке. Темп для меня — в самый раз. А я думаю: «Ему-то быстрее надо». Соберусь с силами — и как ускорюсь... И плохо мне (тяжело это все же), и хорошо... Он так смотрит на меня немного удивленно: откуда, мол, у тебя такая прыть?

Потом «отдохнешь» немного в своем темпе и снова ускоряешься — быстрее, еще быстрее... Я не думала о последствиях этого, хотя очень легко могла получиться перетренировка — вещь очень неприятная. Я лишь знавала, как трудно Павлу тренироваться самому и еще со мной возиться, и у меня в голове была только одна мысль: «помочь ему, помочь!..» И знаете, я даже сейчас удивляюсь, откуда у меня брались силы для тех «сверхплановых» ускорений...

И что еще меня до сих пор удивляет, это то, что Павла Колчина так и не считали серьезно моим тренером. В начале наших совместных тренировок многие даже открыто смеялись: «Ну какой он там тренер!» Впрочем, это я еще как-то могу понять: к любому молодому тренеру, взявшемуся сразу тренировать мастера, можно относиться скептически — посмотрим, дескать, что у него получится. Но вот я стала заслуженным мастером спорта, несколько раз становилась чемпионкой мира, олимпийских игр, Советского Союза. И никто не видел в этом ни малейшей заслуги Павла Колчина, словно он не имел ко всему никакого отношения.

Я не забыла ни одного человека, когда бы то ни было оказавшего мне помощь в повышении спортивного мастерства. Такую забывчивость вообще считаю высшей неблагодарностью. Но я еще раз подчеркну: моим главным тренером, с которым непосредственно связаны самые большие мои успехи в спорте, был Павел Колчин.

Ну об успехах потом. Пока их еще не было. Мы лишь начали постигать тонкости лыжного спорта, наиболее рациональные методы тренировок. А тем временем приближался 1956 год...

П. К. 1956 год был знаменательным для советского спорта. В этом году в олимпийское движение включились представители зимних видов спорта. Но «олимпийское настроение» пришло к нам годом раньше, когда мы выехали в столицу VII зимних Олимпийских игр Корти-

на д'Ампеццо на предолимпийскую неделю, цель которой — познакомить спортсменов стран-участниц со спортивными сооружениями, на которых пройдут соревнования. Поездка была очень интересная. Прежде всего тем, что в Италию я попал впервые. Раньше эта страна казалась мне югом — вроде нашего Черноморского побережья Кавказа. Поэтому Италия и лыжный спорт казались мне вещами несовместимыми. А все вышло иначе. Здесь в Доломитовых Альпах я видел чудесные места для занятий лыжами. Впрочем, как и в Швейцарии, где мы тренировались перед Олимпийскими играми. В Швейцарии мы были в местечке Андермат — это в нескольких километрах от перевала Сен-Готард, через который переправлялись войска А. В. Суворова в знаменитом переходе через Альпы. Смотрел я на эти места около Чертова моста, и не верилось, что здесь могли пройти люди с лошадьми, пушками, люди, не видевшие прежде гор и не знавшие, что такое альпинизм... Привыкая, глядя раньше на известную картину В. И. Сурикова «Переход Суворова через Альпы», я думал, что художник в ней очень уж нафантазировал. Но там, у перевала, я увидел, что все действительно могло быть так, как это представлял себе В. И. Суриков. Просто удивительно, на какие подвиги способен человек в трудных условиях. А ведь и в спорте так же дело обстоит. Только здесь многое зависит от того, как ты сам себя настроишь, какую высоту перед собой поставишь...

Из дневника П. К.

13 января 1956 года. Андермат.

Утром готовил лыжи к гонке на 15 км и подбирал мази. Старт был дан в 9 час. 25 мин. Я шел 5-м номером. Стартовали 13 участников через 1 мин. Температура воздуха на высоких участках $-1-2^{\circ}$, а внизу $+1-2^{\circ}$. Для гонки мазал: грунт «Роде № 7» и голубой «Свикс» наверх. На высоких участках отлично, а внизу совсем не держало, но катило хорошо. В гонке занял второе

64 место. Самочувствие в гонке хорошее, но полноценной работе (технической) мешала неудачная смазка.

Из дневника А. К.

13 января 1956 года. Андермат.

Целый день в постели: покой ноге. У мужчин была гонка на 15 км. Я смотрела, всех лучше шел Павлик, хотя и сильно проскальзывало. Вечером массаж, а на больную ногу согревающий компресс с растиркой «Слоонс». Делал Павлик.

П. К. Окрестности Кортина д'Ампеццо можно сравнить с нашими горнолыжными местами в Домбае, Бакуриани. Но и разница, конечно, очевидна: просторней у нас. В Альпах как-то узковато, тесно. Но красиво, очень красиво — этого у них не отнять.

Все окружающие нас итальянцы оказались симпатичными людьми. Мы подружились с лыжниками. Хорошие ребята — де Дорига, де Флориан, Роде. Последний — знаменитый сейчас мазевар, его мазями наряду с лучшими скандинавскими «Свиксом», «Рексом» и другими пользуются лыжники всего мира. Запомнились общительность итальянцев, добрый, веселый нрав. Они проявляли к нам искренний интерес, с удовольствием учили русские слова. Музыканты, служившие в отеле, играли «Очи черные», «Подмосковные вечера», «Коробочку». Очень красиво играли. Один из них — аккордеонист, особенно рьяно взявшийся за изучение русского (А. Н. Баженов все давал ему уроки), забегает однажды утром в холл, где мы отдыхали, читали газеты, играли в пинг-понг, и радостно кричит всем: «Добренькой вам ноченьки!» Молчание, потом всеобщий хохот... А что может быть нужнее этого для людей, которым завтра предстоят ответственные и серьезнейшие испытания?..

Все же мы волновались. Очень волновались. Хотя и участвовали уже в первенстве мира 1954 года, но олимпийские игры, конечно, не идут ни в какое сравнение

в чемпионате. Пусть соперники те же — скандинавы. И заранее известно, что кроме них и нас вряд ли кто сможет попасть в шестерки, а то и в десятки лучших на лыжных гонках. Но присутствие на Играх спортсменов многих других стран, которые, может, в лыжных соревнованиях вовсе не участвуют (я имею в виду такие южные страны, как Греция, Турция, Индия), придает им такую торжественность, такую огромную, всеземную значительность, что выступление в них приобретает для каждого спортсмена исключительную важность. К слову сказать, страны, не имеющие шансов на большие олимпийские достижения, но посылающие на Игры своих спортсменов, делают большое дело. Они способствуют поддержанию олимпийского духа, суть которого я бы выразил так: спортсмен едет на олимпийские игры прежде всего, чтобы померяться силами со спортсменами других стран. При этом, конечно, надо стремиться победить, надо готовиться к этому. К сожалению, последнее время победы становятся чуть ли не единственной достойной целью участия в олимпийских играх, а коль нет шансов на победу, стало быть, и нечего там делать.

Отвлекусь на минутку от лыж. Перед Олимпийскими играми в Монреале наша легкоатлетическая федерация приняла решение не посылать в Монреаль спортсменов, не показавших в сезоне классных результатов. Спору нет, для нашего самолюбия так удобнее: выступить и не занять высокого места — значит проиграть, а не выступить — вроде как и не проиграть, сохранить, так сказать, репутацию. Но правильно ли это? Сомневаюсь. Не принесет это пользы нашему спорту. Известно, что на олимпийских играх присутствуют спортивные ученые, специалисты, тренеры. Они потом обобщат опыт прошедших игр, выдадут соответствующие рекомендации, которые будут доведены до спортсменов, нацелившихся на следующие олимпиады. Все это так. И всего

этого мало. Ничем незаменим опыт спортсмена, припавшего олимпийский старт, собственными нервами ощутившего особый накал олимпийского состязания. Этот опыт он затем использует в своей подготовке, а со временем, может быть, передаст другим, более молодым спортсменам...

Все, что касалось подготовки мест соревнований, их организации, было сделано итальянцами достаточно хорошо. Хорошо они сделали трамплин, лыжные трассы были продуманы. Может быть, не очень хорошо, что не удалось все виды соревнований проводить в одном месте, как было впоследствии в Скво-Вэлли (там только гонки были вынесены километров за тридцать, а остальное все было в самой долине — Долине Индианок). Зато жили мы все вместе — в отеле «Тре Кроче» («Три Короны»), так как Олимпийской деревни тогда не было. Приятно и интересно было познакомиться с нашими сильнейшими конькобежцами, фигуристами, хоккеистами. Я, например, рад, что мне довелось близко познакомиться с Евгением Гришиным. В общем, жили мы единой родной семьей.

Не очень удобно было с тренировками. Отель наш был расположен на высоте 1900 метров над уровнем моря, а тренироваться и выступать надо было в километрах девяти-десяти от отеля — лыжные трассы находились несколько ниже — 1200—1300 метров над уровнем моря. Но мы все же нашли подходящее место недалеко от отеля, проложили тренировочные круги и тренировались на них. С другой стороны, именно это обстоятельство, возможно, сыграло и положительную роль в нашем выступлении на олимпийских соревнованиях. Мы приспособивались к более высокой местности, а значит, к более трудным условиям, и потому отлично себя чувствовали, выступая ниже этого пояса.

Первый олимпийский старт лыжников — гонка на 30 километров. Трудная гонка, как бы сочетающая в се-

бе и лыжный спринт, и марафон. И трасса была трудная. До третьего километра там такие подъемы были!.. Сейчас таких трасс даже не делают. И мне было очень трудно. Наверное, поэтому подробности той гонки почти не остались в памяти. Запомнился только полутораклометровый тягун, который показался мне бесконечным. Иду я, впереди вижу спину соперника и делаю отчаянные усилия, чтобы приблизиться к нему, а расстояние между нами ни на метр не уменьшается. Я последние силы вкладываю — и никакого сдвига. Потому что в эти же мгновения соперник тоже отдавал все силы. Вот что такое олимпийская гонка... Финишировал я, и, как остановился, — у меня все в глазах потемнело, ноги стали подкашиваться, и я стал терять сознание. Подскочил наш массажист Валентин Михайлович Соболев, бросился лыжи мне отстегивать, да никак не получается: народ вокруг нас собрался, толпа — все-таки я третьим финишировал. Наконец он лыжи отстегнул, а я к этому времени сообразил, что у меня начинается гравитационный шок. У спортсменов он случается не так уж редко. Причина его в том, что кровь под действием собственного веса отливает от мозга в расширенные от напряженной работы сосуды нижележащих частей тела. В этом случае надо еще некоторое время продолжать двигаться, «подкачивая» кровь вверх усилиями сокращающихся мышц. Все это я уже тогда знал и оставшимся еще у меня, видимо, сознанием заставил себя двигать руками и ногами, и постепенно в глазах стало светлеть, проясняться...

Победил в гонке финн В. Хакулинен. Победил уверенно, опередив второго призера шведа С. Ериберга на 24 секунды. А. Шелюхин отстал от меня на одну секунду. Вполне мог и он победить. Я потом все удивлялся, как это он не смог у меня отыграть секунду, ведь сзади шел, знал мое время. Да, видно, не так-то просто бывает иногда даже секунду отыграть.

А вот гонка на 15 километров мне запомнилась хорошо. Стартовал я 18-м номером позади Х. Брендена, одного из самых опасных своих соперников. Начал я чуть-чуть сдержанно, зная, что в горах опасно начинать с максимальной скоростью. Все шло нормально. Километров за пять до финиша — тяжелый подъем, и перед ним мне говорят, что я иду вторым, проигрывая Х. Брендену 18 секунд, но норвежец идет очень тяжело. Я же, наоборот, чувствовал себя довольно-таки хорошо, вполне мог прибавить. Одним словом, держал, как мне казалось, свою судьбу в собственных руках. Трассу я знал: впереди был затяжной подъем (километра полтора-два), после него — трехкилометровый спуск и финишная прямая — метров 400 по стадиону. На спуске и ровном участке при более или менее равных условиях скольжения много не отыграешь. Значит, думаю, все надо решать на подъеме. Подготовился я внутренне к нему, настроился на максимальную скорость. Ну и «отработал» его, кажется, не плохо. Миновал вершину. Пошел на спуск. Расталкиваюсь, скорость все выше, выше... Впереди соперник (кажется, кто-то из польской команды). Собственная скорость, видимо, его устраивала, потому что скатывался он не толкаясь. Мне же надо было спешить, и я продолжал работать палками. Поровнялся с ним. И надо же — в этот момент он вдруг тоже решил оттолкнуться, чего я никак не ожидал. Поставил он палку мгновением позже меня и прямо мне в кольцо угодил. Я свою рванул, ремень оборвался, и она осталась сзади. Что было делать? Остановиться и подобрать ее? Но потеряешь драгоценные секунды. В то же время и без палки продолжать гонку бесполезно. Не рискнул я остановиться, а пока раздумывал, что делать, соперник мой ушел вперед. Это меня как-то подхлестнуло, я — что оставалось делать — сразу «коньковым» ходом пошел, разогнался, опять поровнялся с ним. И сгоряча за его палкой потянулся: отдай, мол, мне ее — очень нуж-

на! Парень, наверное, опешил от такого нахальства, но палку, конечно, не отдал. Я совладал со своим азартом, не стал у него палку вырывать, хотя мгновенное желание такое было. Растолкался еще «коньковым», наклонился, чуть присел, чтобы сопротивление воздуха было меньше. Еду, а что буду делать дальше — не знаю... Смотрю, на повороте болельщик стоит (это был польский турист). Увидел меня — и все понял. Бросил мне палку. Подхватил я ее, а она такая длинная, почти до головы достает, если поставить. Да уж какая есть. Взял было я ее пониже — без ремня... — не удобно, вот-вот потеряю. Перехватил как следует, с ремнем. Закончил спуск, пошел по прямой на финиш, одновременными ходами — одна рука выше, другая ниже. Всего три секунды С. Ерибергу проиграл! Но и он оказался не первым — победил норвежский гонщик Х. Бренден (с разрывом в 35 секунд).

Я все равно был очень рад бронзовой медали, хотя мысль о том, что я мог свободно быть вторым, долго еще не давала мне покоя. Командные наши дела тоже шли неплохо. Во-первых, кроме двух моих бронзовых медалей успехом вполне можно было считать три места в шестерке (четвертое, пятое и шестое) на 30 километров А. Шелюхина, В. Кузина и Ф. Терентьева. Бронзовым призером в гонке на 50 километров стал Ф. Терентьев (А. Шелюхин был здесь пятым, я шестым). То есть все выступили хорошо, и это давало нам право рассчитывать на высокий результат в эстафете. Вот только кого ставить в нее?

Сложный вопрос пришлось здесь решать тренерам. Казалось бы, моя кандидатура по результатам прошедших гонок не должна была вызвать сомнений. Но сомнения были: Колчин шел на всех трех дистанциях и, наверное, устал. А я действительно устал после 50 километров. Тяжело мне досталась эта гонка. Правда, такая усталость еще не говорит о том, что в ближайшей

гонке я не смогу выступить успешно. Спортсмен, находящийся в отличной форме — а функциональная подготовка у меня была очень высокой, — может на нескольких соревнованиях подряд показывать максимальные для своих возможностей результаты. Но когда-то должен наступить спад — это закономерность. А вдруг это произойдет со мной именно в эстафете? И сейчас-то на такой вопрос трудно дать гарантированный ответ, а в те годы тем более. Мог идти в эстафете А. Шелюхин, он хорошо выступил в индивидуальных гонках. Но за ним слишком прочно утвердилось репутация стайера, и его решили не ставить. Представляю, как ему обидно. В общем, после долгих раздумий решено было, что со старта пойдет Ф. Терентьев. Это был большой мастер своего дела. Он мог идти и со старта, и последним мог уходить, каким угодно. Редкий был лыжник. Боец. Мог отлично проходить любые лыжные дистанции. Второй этап доверили мне, я сказал тренерам, что готов к эстафете. На третий поставили Н. Аникина. Он был седьмым на 15 километров, парень еще молодой, хорошо проявил себя в пред-олимпийских стартах. Завершать эстафету предстояло В. Кузину, лыжнику опытному, чемпиону мира. Но, еще раз подчеркну, бежать в эстафете заслуживали и другие наши лыжники. Очень «хлестко» ходил в эстафете А. Кузнецов. Да и на других дистанциях тоже. Этой своей универсальностью он походил на Ф. Терентьева. Великий лыжник, конечно, был Кузнецов Леша. «Колхозник» мы его все звали: он был из общества «Урожай», и начал заниматься, и закончил в этом обществе, никуда не переходил. Молодец, старательный был лыжник, много тренировался. Силовые такие, могучие движения у него были, скользил на ноге долго, в лыжах это очень важно — использовать скольжение: не просто передвигать ноги, а оттолкнуться и скользить. В этом его преимущество было. Поэтому он так хорошо выглядел на фоне всех сильнейших лыжников.

Стало быть, Терентьеву досталось идти первый этап. Он, конечно, всех противников знал (между прочим, он прекрасно на финском языке говорил), знал, что у финнов идет Киуру Аку. Симпатичный, душевный человек. Мы с ним и сейчас встречаемся, и до сих пор у нас сохранились искренние дружеские отношения. Когда встречаемся, вспоминаем эти соревнования, хотя и не знаем языка. Я, правда, на эстонском могу несколько слов сказать, он ведь его понимает. Да и когда на спортивную тему говоришь, иногда даже с полуслова, а то и без слов понимаешь друг друга. Фамилии-то все известны, и места, где соревнования проходили, в памяти всегда остаются. И пошел разговор: где головой кивнешь, где руками поможешь. Со стороны бывает забавно смотреть — вроде как глухонемые объясняются. Но ничего, обходимся без переводчиков.

Вот, значит, Терентьеву и достался этот самый Киуру. Все говорили там, что он, возможно, будет лучшим на этапе. А до этого, надо сказать, он уже ходил со старта — на чемпионате мира в Фалуне в 1954 году. И удачно: финны тогда выиграли эстафету. Одним словом, он был мастер своего дела. Также и Федя Терентьев очень здорово со старта ходил. Они перед началом эстафеты поговорили и сошлись на том, что очень трудно будет пройти без завала мостик в самом конце стартовой поляны. Мостик, действительно, был очень узким и, главное, недалеко от старта, метров триста-четырееста, и надо было держать ухо востро, чтобы не завалиться в суতোлке. Сразу за мостиком лыжня шла в гору. Там я и решил встать, посмотреть, как Федя пойдет. Ну и ему, конечно, сказал, что буду в том месте стоять, чтоб он знал на всякий случай. Это у нас всегда так бывает: вечером накануне старта все собираются, обсуждают разные тактические вопросы предстоящих соревнований, тренеры или кто-нибудь из туристов (тоже тренеров-лыжников) распределяются по определенным участкам

лыжни на случай, если сломается у кого лыжа или палка, чтобы сразу помочь. Вот здесь я и сказал Феде, что посмотрю за ним у мостика. А он мне спокойно так говорит, мол, не переживай, не волнуйся, постараюсь «принести». «Ну,— говорю,— Федя или вместе «принеси» (я имел в виду финна), или сделай уж отрыв побольше, чтобы я мог уйти свободно, спокойно». — «Не беспокойся,— говорит,— сделаю». И он действительно очень уверен был в себе. Я это особенно на следующий день понял.

Только я устроился на горке у мостика, гляжу — катит лавина лыжников со старта и начинает по сходящимся лыжням «вливаться» в ту, что через мостик проходит. Терентьев где-то четвертым-пятым идет. Тут так получилось, что лидеры-то ход немного сбавили, и задним из тех, кто не попал вовремя на главную лыжню, ничего, конечно, не оставалось, как попытаться втиснуться в нее со стороны. Волновался я. Очень. Хоть и сам-то в эту минуту не идешь, но он ведь, Федя, и твою судьбу сейчас решает. Чуть погода увидел его ближе, и отлегло: идет, никакой суеты, не рвется, палки только пошире ставит, чтобы ему лыжи не раскололи. Вышел на мостик и стал вперед заглядывать, Киуру искать, чтобы встать за ним. Нашел и рывком одного обогнал, второго, пристроился за финном и уже тогда спокойно пошел. Они еще и переговариваться успевали друг с другом. Федя потом рассказывал, как дальше дело было. Киуру постепенно в лидеры вышел, Федя за ним. Прошли немного вместе. Киуру спрашивает: ну как, мол, может, пройдешь вперед? Федя ему: «Рано, и так темп быстрый, куда же еще?» Все правильно сделал! Надо ведь было сориентироваться, посмотреть, как у Киуру скользят лыжи, как они у него держат. Это очень важно знать, чтобы правильно действовать тактически, чтобы уходить от соперника там, где это тебе выгоднее. Допустим, у тебя лыжи лучше держат, чем у него, тогда,

конечно, лучше уйти в подъем — больше шансов оторваться. Если же у тебя слабее держат лыжи, но лучше скользят, тогда уж старайся на спуске или где-то на ровном участке одновременными ходами уйти. Собраться, рывок сделать — и уйти. Попробуй потом тебя догнать — трудно. И по снегу надо ориентироваться. Он ведь разный: в горах один, внизу другой, где-то гололед, где-то, может быть, осталась запорошенная лыжня. Вот и думай, где тебе лучше оторваться. Не учитывать всего этого — все равно что вслепую идти.

И Федя, конечно, искал подходящее место. И нашел: попросил у Киуру лыжню, тот его пропустил. Федя поднапрягся немножко, «натянул ниточку» — и разорвал: стал уходить все дальше, дальше. А ведь Киуру перед этим тоже изо всех сил старался, тоже пытался оторваться. Вот что значит правильно выбрать момент.

Приходит Терентьев к финишу и полторы минуты приносит мне. А я на старте стою. С финским лыжником Й. Картелайненом. Здоровенный такой парнище, длинный, похожий телосложением на очень популярного сейчас Юхо Мието. Между прочим, чуть ли не призером по гребле был на олимпийских играх. Как лыжник он не блистал и в личных соревнованиях среди сильнейших ни на что не претендовал. Но неожиданно он выиграл у всех своих десятикилометровую контрольную тренировку, и решили его поэтому в эстафету поставить на второй этап, чтобы он на свежие силы отрыв сделал. В общем, стою я с ним рядом, и кажется мне, что смотрит он на меня и думает: «ну, клопик, сейчас я буду расправляться с тобой». Нет, конечно, он на самом деле не думал обо мне так пренебрежительно (я его знаю, много раз встречались на соревнованиях и позже в Финляндии — приятный, хороший парень). Просто очень уж я неказистым выглядел, наверное, на его фоне.

И вот финиширует Терентьев. Надо сказать, что передача эстафеты там была несколько необычной — без

касания. Между финишной и стартовой лыжнями несколько метров. Пересек он линию финиша, крикнул я ему: «Спасибо!» и ушел на второй этап. А сказать точнее, не ушел, а бросился. Было такое желание сразу еще больше увеличить разрыв. Потом, думаю: «Нет, Павлик, давай-ка спокойнее, запас большой, дистанция короткая. А это означало, что «отдавать все» надо было на второй половине дистанции. А сейчас нестрашно, если соперник и приблизится к тебе, даже догонит. Это уже психологическая закономерность: отстающий стремится во что бы то ни стало догнать лидера. Но стоит это ему часто очень дорого: на погоню уходят все силы, и, когда он наконец догоняет лидера, считая задачу выполненной, тот может брать его, что называется, голыми руками и делать еще больший отрыв, чем был. Конечно, если сам лидер благоразумно сохранил для этого силы. (Четыре года спустя в Скво-Вэлли «стартер» нашей эстафетной команды Шелюхин так «рванул», что к концу этапа его обошел даже лыжник Японии, чью команду, при всем к ней уважении, мы никак не могли считать соперником в лыжных гонках).

Особенно опасно бросаться сломя голову со старта в горных условиях, в которых проходили тогда соревнования. Сообразив все это, я и попридержал себя. Иду спокойно так, размеренно. Легкие движения, скольжение, ритм выдерживаю. Конечно, и темп поддерживаю, чтобы скорость была. Думаю, надо посмотреть, как там соперники. Дожидаюсь поворота, чтобы оглянуться удобнее было. Вот и поворот. Быстро оглядываюсь: никого не видать. Иду дальше, смотрю, кто-то из наших стоит. «Как там сзади?» — спрашиваю. «Не видно», — говорит.

Так и прошел половину дистанции. Начал вторую и чувствую, что эту половину я уже могу «захлестнуть»; пять километров осталось, самочувствие отличное, надо прибавлять. Вот тут-то я и прибавил.

Знаете, не часто бывает, что после соревнований, даже если ты их и выиграл, ставишь сам себе «отлично» (именно за то, как ты шел, а не за формальную победу), тем более публично — в интервью или, как здесь, на бумаге. Но тот отрезок моей долгой лыжни, скажу прямо, мне самому понравился. Может, даже он был лучшим в моей спортивной жизни. Рельеф трассы был очень сложный, тяжелый. В некоторых местах надо было «елочкой» подниматься. Особенно крутой подъем был возле трамплина. Он шел почти параллельно «горе приземления» и «горе разгона», представляете? Так вот, у меня осталось впечатление, что я буквально взлетел на эту кручу. Здорово отработал. На вершине как раз мой тренер В. С. Оботнин стоял. Кричит мне: «Ты не представляешь, какой ты разрыв еще сделал!» Я в пылу борьбы не сразу воспринял значение этих слов и на ходу спрашиваю, не достает ли меня кто. А он уже вдогонку мне: «Да ты что, там его и не видно! Молодец! Если можешь, еще запас делай!» Финишировал я одновременными ходами — ни секунды не хотелось потерять из того, что я мог принести команде. Осталась у меня на память фотография: в красном свитерке я на финише своего этапа в олимпийской эстафете.

Передал я эстафету Аникину. И отправился он в свой десятикилометровый путь. Как оказалось, я показал результат на 25 секунд лучше, чем у Терентьева. От финна я ушел на 1 минуту 15 секунд, это не считая полтора минутного разрыва, который был между нашими командами после первого этапа. Солидное преимущество. Поэтому перед Аникиным тренеры поставили задачу: идти свободно, сильно не начинать и, самое главное, на сложных участках следить за лыжами, только не сломать лыжи! И палки, конечно, тоже. Это не было обычной перестраховкой. Роковые случайности в нашем спорте — дело нередкое. Попадешь лыжей в палку и все — что-то из них ломается. Я однажды сломал так палку

на ровном месте. А тут такая трудная трасса. Во многих местах незасыпанные канавы приходилось преодолевать. В таких сложных условиях сломать лыжу пара пустяков. А если поблизости никого не окажется... Тогда и две с половиной минуты не спасут. Вот почему получил такое задание Аникин. И он выполнял его: шел предельно осторожно, спокойно, хотя, я в этом несколько не сомневаюсь, он мог бы пройти гораздо быстрее, если бы понадобилось. В итоге Аникин несколько уменьшил разрыв, на 55 секунд, если не ошибаюсь. Борьбу в эстафете продолжил Владимир Кузин с той же задачей — аккуратно пройти свой этап, сохранив практически уже добытую победу. С этой задачей он тоже великолепно справился, пожертвовав ради нее еще 50 секунд. Но это уже было не столь важно, даже с точки зрения убедительности, что ли, нашей победы, ибо минута, которую мы выиграли у финской команды, позволяет говорить о нашем явном преимуществе.

Первая олимпийская победа в лыжах! Можно ли ее переоценить?! Конечно, мы тогда сразу оказались в центре внимания, председатель Спорткомитета Николай Николаевич Романов вручил нам удостоверения заслуженного мастера спорта (и откуда только фотографии для них нашлись, я так до сих пор и не знаю). Но, откровенно говоря, мы тогда не осознавали глубоко всей важности этой победы. Лишь спустя время я, например, понял, как она была нужна. И нашему лыжному спорту, и нашей стране. Никто, разумеется, не считал, сколько новых болельщиков появилось у лыж, сколько ребят начали серьезно заниматься лыжным спортом после этих Олимпийских игр. Но уверен, их было много. Как и много, думаю, появилось у нас болельщиков за рубежом. Ну пусть не болельщиков, но людей, симпатизирующих нам. Даже просто воспринимающих нас, советских людей (в данном случае спортсменов), такими, какие мы есть на самом деле, а не такими, какими нас

изображали в газетных карикатурах — этакими «снежными человеками», с дремучими бородами, в непременных папах и необъятных мохнатых шубах. Даже снимали нас иной раз таким хитрым образом, что мы выглядели на снимках скорее похожими на карикатуры, а не на реальных людей. А тут все, конечно, увидели собственными глазами (если не наяву, то по телевизору) вполне цивилизованных улыбчивых парней, к тому же талантливых, сильных, выносливых, способных занимать самые высокие места на самом высоком спортивном пьедестале. Это было очень важной миссией — достойно показать миру, тогда еще почти незнакомому со спортом нашей страны, что представляет собой советский человек.

Я был удовлетворен своими выступлениями. Несмотря на то что в гонке на 15 километров вроде бы мог рассчитывать и на первое место, если бы не случай. Об этом можно судить хотя бы по эстафете, в которой я показал лучшее время, на 25 секунд превысив результат Феди Терентьева, который, в свою очередь, намного опережал всех остальных. Но... я все-таки считал, что третье место на олимпийских играх — это в любом случае большой результат. Что же касается «несбывшихся возможностей», то они, наверное, бывали у всех. Взять, например, наших девушек. В эстафете 3×5 километров шли Л. Баранова (Козырева), Аля и Роза Ерошина. Люба со старта шла, она принесла небольшой разрыв. Потом эстафету приняла Аля. Она тоже, в общем-то, пришла первой, но к ней немножко подошла финка. На последний этап отправилась Р. Ерошина, и почти сразу же за ней С. Рантанен. Догнала рывком нашу лыжницу и «села» ей на лыжи почти в буквальном смысле: бьет и бьет ей сзади по лыжам носками своих лыж. Как ни пыталась Роза убежать от соперницы, ничего не получается. Да и как тут убежишь, когда при каждом шаге приходится «выдергивать» свои лыжи из-под лыж сопер-

ницы, словно ноги из болота. Силы-то уходят на это. Уж и болельщики кричать стали Розе, чтобы пропустила вперед «прилипшуюся» сзади финку. Может, и действительно надо было сразу так сделать. Но поставьте себя на ее место: обидно ведь уступать, когда ты права. Вот и продолжала бороться, хотя у бедной мышцы задней поверхности бедра уже «отваливались». Одним словом, измотала Рапганен нашу Розу и поближе к финишу ушла от нее. А победа была, если не сказать близка, то весьма и весьма возможна. Девчата наши вполне способны были стать победительницами при той ситуации, что складывалась перед последним этапом. Но не получилось.

Аля там была четвертой в индивидуальной гонке на 10 километров (гонки на 5 километров тогда не было в олимпийской программе). И тоже может сетовать на судьбу. А получилось вот что. Мажу я ей лыжи, натираю. Здесь еще надо заметить, что помещение, где хранились лыжи и где это происходило, было полуподвальное, холодное, с бетонным полом. Холодно в нем было настолько, что лыжи основательно промерзли и стали хрупкие. Короче говоря, у одной из лыж ломается «пятка». А дело было перед стартом, минуты остались. Лыжу, конечно, заменили новой, но уже не такого качества, как сломанная. Как тут не расстроиться! Да прибавьте сюда суету, спешку — новую-то лыжу тоже мазать надо. Все это, конечно, повлияло на психическое состояние Али и наверняка помешало показать лучший результат.

Я рассматриваю фотографии тех событий... Не так уж много времени прошло с той Олимпиады, но как сильно изменилось «обличье» лыжного спорта! Пожалуй, ни с каким другим видом спорта не сравнишь его в этом смысле. Гимнасты, скажем, как выступали двадцать лет назад в своих трико, майках и тапочках, так и сейчас продолжают выступать в них. То же можно

сказать и о легкоатлетах, борцах, штангистах. Разве что некоторые детали формы изменились: футболисты, к примеру, трусы немного укоротили, боксеры голенища у своих туфель — боксерок, наоборот, удлинени. Лыжники же, как известно, выступают сейчас все больше в комбинезонах, как у конькобежцев: все обтянуто, чтобы сопротивление воздуха меньше было, реже в гольфах с гетрами. А тогда в Кортине д'Ампеццо девушки наши выступали в таких длинных, сужающихся книзу брючках со штрипками. Аккуратные брючки, красивые, даже оригинальные по тем временам, но... малоподходящие для лыжника-спортсмена. Мешали они свободным, размашистым движениям, которые как раз отличали наших лыжниц. Возможно, это обстоятельство тоже, пусть и незначительно, повлияло на результаты.

А вообще девушки наши молодцы были. Люба Баранова... Это же высочайшего класса лыжница была для того времени. А впрочем, нужны ли здесь эти последние три слова? (Признаюсь, они у меня выскочили автоматически. Уж очень привыкли мы их употреблять, говоря о спортсменах прошлого.) Наверное, правильной будет сказать — просто лыжница высочайшего класса. Потому что, если пофантазировать и перенести ее спортивную юность в сегодняшние дни, она все равно займет свое высокое место среди сильнейших лыжниц — ее спортивный характер не оставляет в этом никаких сомнений. Как она соревновалась! Казалось, даже соперники ей не нужны были для азарта. Ей достаточно было команды стартера. Сделала первый шаг, взмахнула палками — и все! Теперь только ветер для нее противник да она сама; она соревновалась сама с собой, преодолевала себя. Вообще все наши девчата здорово соревновались, но она особенно. Может, потому это бросалось в глаза, что росточком она была невелика, такая шустрая, легонькая, килограммов, наверное, сорок восемь вес у нее был. Но она таких мощных лыж-

ниц обыгрывала, как, например, Рантанен — та весьма представительная была женщина, крепкая. (Эта финка долго еще потом соревновалась, примерно так же, как и Аля.)

Поволновался я на тех играх. И за жену, и за других наших лыжниц. Трассы, как я уже говорил, там очень трудные были и у мужчин, и у женщин. Особенно спуски. Впору было горнолыжникам на них соревноваться. Стоишь у какого-либо спуска, наблюдаешь за ходом гонки и другой раз прямо страшно становится за девушек (не только за наших): идут в «плуге», скорость падает у них, а лыжи-то деревянные — как следует не зацепишься за плотный снег, а в некоторых местах еще и гололед. И вот они идут, упираются, некоторые падают. Правда, у наших обошлось без падений.

А вообще-то, надо сказать, устойчивость на спусках, использование горнолыжной техники были у всех наших лыжников отстающим местом. Что поделаешь, привыкли мы у себя на относительно простых трассах соревноваться. Конечно, это не оправдание, тем более для сборной, претендующей на мировое лидерство в лыжном спорте. Поэтому претензии к нашим гонщикам в этом плане были совершенно справедливы. Разумеется, были сделаны соответствующие выводы: мы стали много выезжать тренироваться в горных условиях — в Бакуриани, в Домбай. Тренировались не только на гоночных, но и на слаломных лыжах. В результате мы горнолыжной техникой в большей или меньшей степени овладели. Однако проблема эта не окончательно снята с повестки дня. И сейчас еще некоторые лыжники, мало уделяющие внимания спускам, проходят их напряженно, слишком осторожно.

А тогда в Кортине д'Ампеццо и говорить нечего. Стоял я, смотрел, как наши девушки спускались, и мысленно прикидывал, сколько бы секунд они выиграли, если бы не в «плуге» шли, а «напрямую», на параллель-

ных лыжах, «в разгон». Много получалось... Смотришь, в другом месте как здорово они в подъем идут, одно загляденье! И думаешь: «Эх, если бы вы и спускались также лихо!»

В общем, переживал. Хотелось что-то такое поддерживающее кричать девочкам. Але, безусловно, хотелось помочь. Ну и помогал, конечно, как мог: вместе с тренерами говорил по ходу, кому и по сколько секунд она проигрывает или выигрывает, на какое место идет. И остальных наших лыжниц корректировал. Почему? Этот вопрос я задаю сам себе по той причине, что меня уже однажды спрашивали: стоит ли корректировать соперников своего ученика, скажем, или просто человека, которому ты желаешь победы? Ну олимпийские игры — это случай особый. Да, в личных олимпийских состязаниях формально твои соперники все — и свои, и чужие. Но только формально. По сути же все мы, представляющие свою страну, — одна команда. Это главное, это отправная точка любых тактических соображений и планов спортсмена и, естественно, тех, кто его секундирует. Это, если так можно сказать, основа неписанного морального кодекса спортсменов. И тем, кто его не принимает, мне кажется, не следует «идти» в олимпийцы. Иное дело, внутрисоюзные соревнования. Здесь вроде бы есть смысл сообщать информацию о ходе гонки только «своим» и тем самым давать им некоторое преимущество перед соперниками. И так некогда было, я эти времена помню. Но сейчас такого почти нет. Почему? Может, потому, что болельщики пошли «подготовленные». Смотришь: чуть ли не у каждого в руках секундомер, стоят, рассчитывают секунды и все как есть говорят проходящим мимо лыжникам. Сам я, во всяком случае, всегда говорю время соперникам своих учеников, своей команды. Бывают иногда ошибки из-за того, что вот так многим приходится рассчитывать время. Запутаться иной раз в расчетах — лыжники ведь друг от дру-

га с разными интервалами стартуют, — крикнешь кому-то, что он, допустим, идет «минус тридцать» (то есть тридцать секунд проигрывает лидеру). Потом посмотришь как следует — батюшки! — да ведь он «ровно» идет (то есть не проигрывает), а теперь может вдогонку броситься! Переживаешь в таких случаях страшно. Сразу-то ошибку не исправишь: лыжника и след уж простыл. Бросаешь тогда все и бежишь со всех ног куда-нибудь наперерез ему, чтобы сообщить правильное время, чтобы, не дай бог, не подвести его. Обычно такие случаи обходятся без обид, лыжники понимают, что иногда человек может ошибиться. Бывает и так: приходит твой ученик и говорит, что все тренеры ему на дистанции подсказывали, а какой-то не подсказывал. Говоришь ему тогда, что, может, он постеснялся тебе сказать или побоялся, что неточно скажет, или увидел, что тебя и без него информируют.

Но вернемся снова в Кортина д'Ампеццо. Чем еще мы там занимались, кроме своих выступлений? Спускались вниз (мы ведь наверху жили), гуляли с Алей по городу. Ходили вместе смотреть соревнования по хоккею, фигурному катанию — в этом, прямо скажем, нам повезло больше, чем олимпийцам последующих лет. Сейчас, например, на олимпийских играх спортсмену очень трудно попасть на соревнования, к которым он как спортсмен или тренер не имеет отношения. Да это и понятно: очень много туристов стало ездить на олимпийские игры, им заранее бронируются места; да и местные жители проявляют все больший интерес к играм, так что билеты на многие соревнования олимпиады раскупаются за несколько месяцев до их начала. Поэтому в распоряжении нынешних участников игр буквально считанные места на зрительских трибунах. Нам же в 1956 году и билеты давали, и пропуска у нас были, по которым можно было пройти на специально отведенную для спортсменов трибуну. Ну мы, конечно, не проходи-

ли мимо такой возможности и с удовольствием «болели», особенно за хоккеистов, среди которых были наши ребята — динамовцы Ю. Крылов, А. Уваров, В. Кузин. Прежде мне не доводилось видеть хоккей на высшем уровне. Может быть, поэтому тот первый наш олимпийский турнир, как и все, увиденное впервые, произвел на меня самое большое впечатление. Возможно, специалисты со мной не согласятся, но, как мне кажется, лучшие хоккеисты того турнира просто виртуозно владели клюшкой, даже если их сравнивать с нынешними мастерами хоккея. Но, конечно, больше всего запомнился Всеволод Бобров. До сих пор с закрытыми глазами вижу его знаменитый прием (названный впоследствии, хоть и неофициально, его именем), когда он стремительно идет к углу ворот, показывая вратарю, что сейчас будет бросать, и заставляя его сместиться к этому углу, а сам мгновенно проходит за ворота и ювелирным, доведенным до автоматизма движением клюшки заводит шайбу в другой угол, который растерявшийся вратарь не успевает прикрыть. Это было высочайшее хоккейное искусство!

Все это мы смотрели после гонок и в дни отдыха. Тренеры не возражали против посещения нами хоккейных матчей, потому что таким образом мы отвлекались от каких-то, может быть, огорчений, от мыслей о предстоящих стартах, одним словом, «разряжали» высокое нервное напряжение. Конечно, здесь тоже надо не перегнуть. А то напереживаешься на матче, а ночью не уснешь или дергать тебя будет во сне. Я думаю, волнующие зрелища хорошо смотреть за день, за два до старта.

Итак, наши первые зимние Олимпийские игры закончились для советских спортсменов превосходно. Родина встречала нас цветами. На Киевском вокзале столицы мне пришлось сказать небольшую речь. В ней я выразил благодарность болельщикам, передал им привет от всех спортсменов. Коротко рассказал о том, как

проходила борьба на олимпийских аренах, о том, что была она очень острой, но мы неплохо для первого раза справились со своей задачей. Как принято, отдал дань лучшим спортсменам. Из своих товарищей я назвал Володю Кузина, нашего капитана, и Федора Терентьева, самого опытного лыжника команды. Наконец, сказал о том, что нынешняя победа — это не только победа спортсменов, тренеров, спортивной науки, но и победа всего народа. Последние слова не были для меня абстрактными, дежурными, что ли. Я имел в виду совершенно конкретную помощь в подготовке, в частности нам, лыжникам. Где мы только не проводили сборы: на Урале, в Сибири, Эстонии, Грузии и многих других местах нашей необъятной страны. И везде нам оказывался самый теплый прием со стороны местных организаций. Теплый не в смысле торжественных речей, оркестра и тому подобного, а в смысле забот по хозяйственной организации сборов. Уж, казалось бы, обычно работа везде у людей горячая, тут не до нас: предоставили теплое помещение — и на том спасибо. Но все было иначе. Люди окружали нас таким вниманием, такой заботой, какие не часто ощущаешь на какой-нибудь оборудованной спортивной базе. Помню, на первом снегу, готовясь к XII Олимпийским играм, мы были в большом сибирском поселке Верхняя Тея. Так нас, спортсменов, опекали и лелеяли там, как родных. Все, что необходимо было улучшить в организации, питании, медицинском обслуживании — пожалуйста! Не могу, просто не могу об этом не сказать.

Начался новый олимпийский цикл, надо было сделать какие-то выводы из участия наших лыжников в прошедших Играх, уточнить стратегические направления подготовки сборной команды страны. В отношении методики тренировки вроде бы все было нормально. В технической подготовке решено было сделать акцент на совершенствование горнолыжной техники. Стоял так-

же вопрос о подготовке молодежи для сборной. Ф. Терентьев, как тогда считалось, был уже «на сходе» (ему шел 32-й год). Нам с В. Кузиным исполнялось тридцать в год следующих Игр: возраст не ахти какой большой, но опять-таки традиционно не вызывающий оптимизма у спортивных руководителей. Впрочем, омоложение команды — это почти постоянная проблема тренеров сборной, которая меня в то время не волновала. Мне было 26. Але тоже. И мы с ней даже не задумывались о том времени, когда придется оставить спорт...



А. К. В 1957 году родился сын. И передо мной встал вопрос: как дальше тренироваться? Да, вопрос стоял именно так, я не задумывалась над тем, продолжать ли мне тренировки вообще или, может быть, завязывать со спортом. К тому времени я настолько привыкла к ежедневным тренировкам, что не тренироваться я просто не могла. Без тренировки я чувствовала себя нездоровой, чего-то мне не хватало. Хотя окружающая меня спортивная действительность, казалось бы, готовила меня, как и всех женщин, к почти традиционному в таких случаях прощанию со спортом. Правда, я знала, что некоторые спортсменки продолжали тренироваться и после рождения ребенка, если у них были соответствующие условия в семье, если можно было на кого-то оставлять малыша. Но у меня не было такой возможности. И все же я решила не сдаваться. Еще до родов старалась как можно дольше держать себя в форме. Зимой на седьмом месяце беременности я так лихо ходила на лыжах, что однажды, помню, меня не могли догнать две тренирующиеся лыжницы первого разряда. Они обошли меня, лишь

когда я остановилась поправить куртку. Я стояла и слышала (в лесу было очень тихо), как они удивлялись: надо же, беременную женщину догнать не могли (даже оглянулись, несколько раз, не веря своим глазам)!

Первые восемь месяцев — пока кормила грудью — я Федю с собой всюду возила. Тренировалась с ним. Бег, прыжки, имитация в гору — а Федя у меня на руках до тех пор, пока не уснет. А как уснет, я его положу в коробец, марлей накрою от комаров и снова тренируюсь.

Из дневника А. К.

31 мая 1957 года. Планерная.

Долго спали — до 8 ч. утра. Завтракали в 10 ч. До завтрака вымыла пол везде.

Тренировка игровая. Бег 2 км — средне, ускорения в начале и в конце по 200 м. Разминка. Игра — двое водят. Игра в ручной мяч. Бег до дому — спокойно.

Сон хор. Аппетит хор. Настроение бодрое. Федя ведет себя сегодня отменно. Старалась по сильнее нагрузиться в течение часа. Ощущаю нагрузку в коленях, и сводит приводящие мышцы. Очень хочется тренироваться.

10 июня 1957 года. Планерная.

Зарядка: прогулка в сторону реки с Федей. Гимнастика у дома. Приседала, держа Федю на руках. День очень жаркий, и я опять отдыхаю. Вечером баня с паром.

27 июня 1957 года. Плес.

Зарядка: ходьба в гору и по лесу — быстрая; бег возле Волги по дороге; гимнастика у дома в сочетании с имитацией.

Тренировка игровая. Быстрая ходьба до площадки — 2 км. Игра в б/б (баскетбол. — Ред.). В перерывах имитация на месте. После игры бег до дому. Занималась с желанием. Обрато торопилась к Феде. Очень испугалась, услышав его плач. И сама плакала. Получила большую встряску.

12 сентября 1957 года. Москва.

Утром: прогулка до детской кухни.

Тренировка на Куркинском шоссе. Бег 5 км в сочетании с имитацией в подъем (5 подъемов). Ходьба на роликах 12,5 км. Легкий бег 500 м.

Тренировалась голодная. Утром не кушала — было некогда, да и Федя плакал. Почувствовала усталость в конце тренировки. Нога болит.

После родов я стала толстая, глядя на меня, никто не верил, что у меня что-то еще может получиться в спорте. Пожалуй, только Колчин да Оботнин верили в меня и ни на минуту не сомневались, что я обрету прежнюю спортивную форму и смогу снова тренироваться и побеждать. Ну и сама в себя верила и потому использовала для тренировок каждую возможность. Приспосабливалась по-всякому. Вспоминается, например, такой эпизод. Кормлю я грудью Федю, а Павел собирается на тренировку, собирает свою сумку (он очень строго соблюдал свой режим — минута в минуту). И я знаю, что он сейчас уйдет, так как уже не может задерживаться дома — время. Но мне так хочется пойти тоже с ним на тренировку. Я ему говорю: «может, подождешь немного, я тоже пойду». Он, конечно, не ждет, «ты, — говорит, — корми Федю и выбирай время». Я села и заревела: сам, значит, на тренировку, а я выбирай время. А что делать, он прав. Накормила я Федю, иду к соседке: «Тамара Акимовна, Федька спит, а я слетаю на «Динамо», побегаю там немного, хорошо?» Чувствую, ответ будет положительный, добавляю: «Там у меня на плите суп варится, выключите, пожалуйста».

Хорошо еще, что жили мы на Маяковской — это на метро две остановки до стадиона «Динамо». Так и выбирала я время: Федя спит — я на тренировку. Когда сын стал чуть побольше, я стала тренироваться и в те часы, когда мы с ним гуляли. Он смотрит, что я делаю и, как все дети, пытается копировать мои движения.

Бывало, подойдем к горке, я еще ничего не делаю, а он уже пошел в нее имитацией, да так быстро — едва успеваешь за ним. Пожалуй, по отношению к нему вполне можно сказать, что тягу к спорту он впитал с молоком матери. Мы надеялись, что он пойдет по нашим стопам — станет лыжником-гонщиком (хотя и не требовали от него, чтобы он обязательно занимался спортом). И ему очень нравилось ходить на лыжах. Но однажды он увидел трамплин, и его любовь к лыжам раздвоилась: он продолжал бегать на лыжах, но и увлекся прыжками. Рисовал всюду трамплины, фигурки летящих лыжников. Потом стал строить в лесу небольшие трамплины собственной конструкции (все делал сам — пилил бревна, таскал, укладывал, сколачивал). Они и до сих пор сохранились в лесу в окрестностях Отепя, где прошли детские годы сына. Откровенно говоря, я не хотела, чтобы он прыгал. Боялась. Но, видимо, мои запреты лишь укрепляли в нем желание прыгать. Так он стал двоеборцем.

Из дневника А. К.

28 октября 1957 года. По пути в Златоуст.

После обеда отдых и гимнастическая разминка: приседания 2×50, в перерыве подтягивания в висе и отжимания в упоре. Целый день вязала для Феди носок.

Из дневника П. К.

28 октября 1957 года. По пути в Златоуст.

Выехали в Златоуст 27-го вечером в 18.25. Когда получили телеграмму из Ярославля, что сына довели хорошо и что чувствует он себя хорошо, настроение улучшилось и самочувствие тоже.

Из дневника А. К.

8 ноября 1957 года. Златоуст.

Тренировка повторная.

...Самочувствие было хорошее, но в конце сильно устала — вся. Губы пересохли и потрескались. Ощущала тяжесть в затылке.

20 ноября 1957 года. Златоуст.

Тренировка на лыжах. Ходила с переменным темпом по кругу (1 км 100 м), следила за техникой рук и ног.

...Плохо себя чувствовала, ничего не получалось. Злилась, а потом ушла обдумать свою работу. Очевидно, устала от предыдущей тренировки. Ощущала боль в пояснице.

31 декабря 1957 года. Москва.

Отдых. Приехали в Подрезково. Павлик помог намазаться Стасику, и мы уехали домой. Дома ходила на рынок и готовила. Самочувствие плохое, опять болит голова и душит кашель.

1 января 1958 года. Москва.

Отдых. Целый день стирала и только к 5 час. освободилась и приняла ванну. Немножко легче.

2 февраля 1958 года. Отепя.

Соревнования — первенство СССР, 5 км.

1. А. Колчина — 19 : 29, 2. Л. Козырева — 19 : 51, 3. М. Поликарпова — 19 : 52.

Мазь пробовала: 1) тонко на всю лыжу «Рекс» гол. + «Свикс» гол. + под грузовую «Элит» кр. (красный. — Ред.) — плохо скользили, но держали хорошо, 2) на всю лыжу «Энглундс № 1» + под груз. (грузовую. — Ред.) «Рекс» кр. — шли отлично и держали хорошо. Погода плохая: снег — «манная каша» и изморозь. Лыжня местами глянцевая.

Борьба продолжается!

Через год после рождения сына я уже могла, основываясь на собственном эксперименте, убежденно сказать: после рождения ребенка женщина может заниматься спортом на самом высоком уровне, никаких физиологических изменений, уменьшающих способность женского организма переносить большие тренировочные нагрузки, в результате беременности и родов не происходит. Я сказала «спортом», а не «лыжами» потому, что лыжи у женщин — самый объемный вид спорта, предъ-

являющий очень высокие требования к работе сердечно-сосудистой системы. Остальные виды женского спорта в этом отношении более, что ли, «легкие». И еще, мне кажется, я доказала, что и бытовые трудности можно преодолеть — было бы желание тренироваться. Ничего невозможного нет...

П. К. Вот говорят, что женщины отличаются какой-то особой выносливостью. Я слышал это давно, но никак не мог понять, что же это за выносливость, в чем она проявляется, ведь мужчины вроде бы во всех отношениях и сильнее и выносливей женщин. В тот год — после рождения Феди — я все понял. Я увидел, что женщина лучше мужчины может переносить большие нагрузки в трудных условиях.

Поставь Аля перед собой задачу просто возобновить активные занятия спортом, ей было бы, конечно, намного легче. Но у нее была иная цель: выяснить, какими могут быть максимальные достижения лыжницы после родов. Это был очень серьезный и трудный эксперимент. Нужна была самоотверженная работа с полной отдачей сил. Я верил в Алин успех, но, честно говоря, не ожидал, что ей будет так трудно. Я имею в виду чисто физические трудности. У Али, например, было очень много молока (одно время она даже кормила кроме Феди еще двух младенцев, у матерей которых молока не было). Но тренироваться это ей, конечно, мешало. А ждать она не хотела ни дня. И вот, обвяжет грудь простыней — аж дышать трудно, оттренируется, придет в помещение, а простыня вся мокрая — в молоке. Тут и слезы, конечно, от усталости, от досады. Сменит простыню — и опять тренироваться. И она добилась своего: в этот же год отлично выступила на чемпионате мира в Финляндии.

Из дневника А. К.

5 марта 1958 года. Лахти.

Утром зарядка: бег 1500 м, гимнастика в умер. (умеренном.— Ред.) темпе.

1. А. Колчина — 44 : 49. 2. Л. Козырева — 45 : 28,2. 3. С. Рантанен — 46 : 02,8. Сон отл. (отличный.— Ред.). Аппетит уд. (удовлетворительный.— Ред.). Сам-е отл. Погода — +1 — 0°, тепло, лыжня глянцевая. Мазь — «Свикс» + «Элит» кр. + «Зиновьев» кр. жидкая. Лыжи шли на глянце хорошо, на рыхлом был большой подлип.

7 марта 1958 года. Лахти:

Соревнования 3 × 5 км.

Старт в 2 ч. дня. Дистанция трудная, но скольжение было хорошее.

1. СССР (Р. Ерошина, А. Колчина, Л. Козырева).

2. Финляндия. 3. Швеция.

Самочувствие было очень хорошим. Даже удивлялась.

Нашим мужчинам, к сожалению, не удалось выступить столь же великолепно, как это сделали женщины.

8 марта 1958 года. Лахти.

Приехали на стадион для вручения медалей за эстафету. Затем я взяла лыжи и побежала на седьмой километр гонки на 50 км. И таким образом прошла в пальто все 10 км. Смотрела соревнования. Павлик по технике шел лучше всех, но долго ехал. С. Ернберг и В. Хакулинен по технике шли хуже, чем на Олимпийских играх: идут часто и посадка высокая.

Очень переживала за Павлика: кормить мне его не удалось.

П. К. Этот чемпионат вообще посчитали неудачным для мужчин, с чем я совершенно не согласен. Команда была второй в эстафете, два вторых места было у меня, Шелюхин стал третьим на 30 километров, а Терентьев — на 50. Это как раз очень неплохой результат. Но результат результатом, а вот уроков чемпионат преподнес нам, как, наверное, никакой другой.

...Гонка на 30 километров. Девятым номером стартует финн К. Хямляйнен (а, как известно, в первую группу обычно заявляют относительно слабых лыжников).

Я — 58-м, позади многих моих конкурентов. Лыжня была крепкая, гололедная. Хямяляйнен прямо со старта пошел очень быстро. «Возьмут» его тренеры других команд: ну что ж, идет хорошо, у первых номеров выигрывает — так у первых же. И никто не догадается «взять» его с сильнейшей группой. Все между собой «главных соперников» ведут, рассчитывают секунды, волнуются. А волноваться-то уже и незачем было, потому что Хямяляйнен в таком большом плюсе шел, что выиграть у него, не ориентируясь на его время с самого начала гонки, было уже невозможно. Мне, например, говорили по ходу гонки, что я иду первым и выигрываю у Сикстена (знаменитого шведа Ернберга мы называли по имени из-за его трудной фамилии) 30 секунд. Я как это услышал, приободрился — надо же, думаю, тридцать секунд у Сикстена! Близится финиш, 5 километров остается, и тут мне как снег на голову: проигрываешь Хямяляйнелу 18 секунд! Вот тебе и на! Я, конечно, бросился догонять (а что мне оставалось делать?). Пять секунд отыграл. Вот такой нам урок был.

На 15 километров все было гораздо проще. В. Хакулинен шел сразу за мной. Я выигрывал у всех, Хакулинен выигрывал у меня. Догнать он меня, правда, не догнал, но чуть больше десятка секунд я ему проиграл.

А вот эстафета оказалась для меня поучительной. Как раз произошла со мной та самая неприятность, о которой я несколькими страницами раньше говорил. Я шел на втором этапе. И принял эстафету вторым — секундах в двадцати за Пер-Эриком Ларссоном, шведом. Бросился я за ним сломя голову и достал на каких-то 3 километрах. А он и не думал от меня убежать, даже вперед пропустил. Вышел я вперед (не надо, не надо было!), он сзади пристроился и преспокойно идет за мной. Даже обойдя его, не сразу понял я опрометчивость своих действий. Думал, раз 15 километров прошел хорошо, зна-

чит и сейчас, в сложившейся ситуации, смогу успешно соревноваться с соперником, тем более что пока все шло хорошо. Ах нет! Слишком переоценил я свои силы, не учел реальной обстановки. Во-первых, у меня слабовато лыжи держали (у Ларссона — я успел обратить на это внимание — получше). А если у твоего соперника хоть чуточку лыжи лучше держат и так же скользят, с ним очень трудно бороться на равных, идя рядом, особенно если он знает о твоём минусе (а Ларссон не мог этого не знать после того, как я обошел его). Ну и к тому же слишком много сил я отдал, нерасчетливо бросившись сокращать разрыв. Обошел шведа и хотел тут же уйти от него. Иду, иду, чувствую — не могу уйти. Всю волю в ход вкладываю, а он совершенно свободно за мной держится. Сбавляю чуть-чуть, а мне все равно тяжело: видно, большая кислородная задолженность образовалась во время моего стартового спурта. Батюшки, как же я намучился там! На одном из подъемов перехожу на другую лыжню, пропускаю его с тем, чтобы он вперед пошел. А он уже все прекрасно понял и начал играть со мной как кошка с мышью: идет рядом — свободно так — и не выходит вперед. Я за него заскакиваю, а он — на другую лыжню и опять преспокойно себе рядышком идет. А я все еще никак отойти не могу, до того «набрался». И вот в одном месте на равнине Ларссон такой спурт сделал... Я за ним — ничего не могу сделать, он уходит все дальше, все дальше — и ушел. А мне уж кричат, что Хакулинен сзади достает. Я все, что у меня оставалось, собрал — и вперед. Хотя, как потом оказалось, тревога была напрасной, потому что Хакулинен, великий Хакулинен, повторил мою ошибку: бросился за нами и уже было доставал, но потом все проиграл. Тоже, видать, выложился и не смог дальше бороться, отстал.

Это был последний, четвертый этап. Шведы выиграли, мы остались вторыми (кажется, я все же несколько

секунд отыграл у Ларссона, но это, конечно, меня несколько не оправдывает). Я откровенно ругал себя. Тренеры, правда, особенно не выражали недовольства: все же формально я «не проиграл» — вторым ушел, вторым пришел. Но я-то знал, что вполне мог быть первым. Что ни говори, а два вторых места в гонках были объективными показателями моей подготовки. В то же время Ларссон в гонках никак себя не проявил. Все это давало мне реальные шансы на победу, надо только было поискать путь к их реализации, а не лезть прямо напролом.

Мне бы очень хотелось закончить эту «тактическую» тему словами, что, мол, урок тот пошел мне впрок, запомнился на всю жизнь и тому подобное. Но хотя это, в общем-то, так и есть, должен признаться, был у меня еще один «рецидив» этой заразной болезни — уж и не знаю, как ее назвать — безрассудство или, может быть, самоуверенность. На чемпионате СССР (в горах) шел я в эстафете за свою динамовскую команду. И тоже что-то секунд двадцать разрыв был при передаче эстафеты. Бросился я догонять Женю Рудковского, сразу же достал его, он меня свободно подпустил, а потом столь же свободно и ушел от меня. Та же история получилась: взял со старта темп выше своих возможностей, а в результате большая кислородная задолженность: самое, наверное, неприятное для спортсмена состояние. Ноги как свинцовые — как будто по полпуда каждая весит — шага не сделаешь. А впереди еще огромное расстояние надо преодолеть, это ведь не 800 метров пробежать. Да даже и в беге на 800 метров так бывает: кто-то делает рывок, стремительно от всех уходит, кажется, ну сейчас так и финиширует в отрыве. И вдруг смотришь — его все догоняют, обходят, словно он остановился. Ноги-то он еще переставляет, внешне вроде так же продолжает бежать, а уж мощности в отталкивании нет. Вроде как бег на месте получается.

Вывод? Как бы ни были велики твои шансы на победу, силу соперника надо уважать и законы спортивной тактики тоже.

Наступил Олимпийский, 1960 год. Последние отборочные соревнования были у нас в Бакуриани на горных трассах, сходных с теми, на которых нам предстояло выступать.

Отбор есть отбор. Задача его — выявить сильнейших, для того чтобы они как можно достойнее защитили спортивную честь страны на крупнейших соревнованиях. Есть два способа отбора. Первый заключается в том, что тренерский совет внимательно обсуждает каждого из кандидатов и решает, который из них может показать на предстоящих соревнованиях наилучшие результаты (с учетом, разумеется, всех объективных и субъективных обстоятельств). Если допустить, что тренеры не ошибутся в своем решении, что они окажутся абсолютно беспристрастными по отношению к своим и чужим ученикам, то этот способ можно было бы назвать идеальным. Но такое допущение малореально.

Второй способ проще: сборная формируется строго по результатам отборочных соревнований. Скажем, команда должна состоять из семи человек: значит, и должен ты по результатам попасть в семерку. Занял 8-е место — не взыщи (какими бы ни были твои прежние заслуги, прежние результаты). Этот способ тоже не идеален, он многого не учитывает, например такой важной детали, как психическая устойчивость спортсмена в условиях исключительно напряженной борьбы, характерной для чемпионатов мира и олимпийских игр. Но пока такой, я бы сказал, естественный отбор наиболее приемлем, во всяком случае, у нас, в лыжах, наиболее справедлив. И он обычно проводится при формировании команды. И проводился тогда — в 1960 году. Было лишь одно исключение, которое, я думаю, заметно ослабило команду. Кстати, об исключениях. Представим

себе такую ситуацию. Один из сильнейших лыжников, уже не раз побеждавший на крупнейших соревнованиях и отлично выступающий в проходящем сезоне, вдруг не совсем удачно выступил на отборочных. Почему? На одной дистанции столкнулся со зрителем и сломал лыжу (хотя до этого лидировал), перед другой дистанцией приболел и выступал с температурой. В результате — 8-е место. А 7-е, дающее право на включение в команду, занял молодой, еще не нюхавший пороха лыжник, для которого это 7-е место — одно из лучших достижений его пока еще короткой спортивной жизни. Не знаю, как бы поступил я, если бы окончательное решение зависело от меня, но в данной ситуации, отдай тренеры предпочтение опытному лыжнику, это не вызвало бы во мне отрицательной реакции. Ибо нарушение принципа, заранее поставленного условия здесь хоть как-то компенсировалось бы логикой, здравым смыслом, интересами команды. Но не взять в команду испытаннейшего лыжного бойца, проверенного в самых жарких спортивных сражениях, обладающего высоким мастерством и, наконец, занявшего на отборочных стартах отнюдь не 8-е место (пет!), а 3-е!.. Это не укладывается у меня в голове. И никакие рассуждения о необходимости омоложения команды, о возрасте Терентьева не объясняют (я уже не говорю, оправдывают) столь непопного, нелепого решения. Место в команде должен занимать сильнейший. Мне даже пеловко об этом здесь говорить: эго открытие! Сколько уже об этом писано-переписано! Однако и сейчас еще не изжита из нашего спорта практика «искусственного омоложения» команд. Нехорошая практика, противоречащая самой сути спорта. Резерв должен быть, но пропуском на олимпийские игры должен быть не возраст, а мастерство и еще раз мастерство.

Вот с такого, навсегда оставившего у меня горький осадок, эпизода вынужден я начать свой рассказ об Олимпийских играх в Скво-Вэлли.

За океаном мне уже приходилось бывать. В прошлом, 1959 году я с Н. Аникиным участвовал в предолимпийской неделе. Мне там удалось выиграть гонку на 15 километров, которая проводилась на олимпийской трассе в рамках открытого чемпионата Америки, так что я заодно стал и чемпионом Америки. И вот второй перелет. Вылетели мы из столицы Шотландии Глазго. На поршневом самолете. Летели поэтому часов шестнадцать. И все это время за окном самолета был рассвет — мы обгоняли наступающий день.

Не обошлось без происшествий. Долго сидели в самолете, ожидая взлета. Вдруг нам предложили выйти и пересест в другой самолет. Потом узнали, что у самолета, в котором мы первоначально должны были лететь, один из двух моторов бы неисправен. Сразу же пронеслось в голове: а если бы неисправность открылась, когда мы пролетали бы над океаном?

Все, однако, обошлось благополучно. Был у нас с собой аккордеон — подарок В. Кузину от шведов за отличное выступление на чемпионате мира 1954 года (он был чемпионом на 30 и 50 километров). Кузин немного играл. Я тоже. Было весело. Прилетели в Нью-Йорк. Из Нью-Йорка — в Сан-Франциско. Оттуда на автобусе — в Скво-Вэлли: это километров двести пути, по американским понятиям совсем немного, если ехать на автомобиле. Скво-Вэлли находится в штате Калифорния, почти на границе со штатом Невада. Граница как раз проходит по озеру Тахо, у которого были проложены олимпийские трассы. Я раньше думал, что штаты — это вроде наших областей: другие люди, другая местность — только и всей разницы. А оказалось, что в каждом штате свои законы, которые могут быть совершенно противоположны законам соседнего штата. В Калифорнии, например, как нам сказали, запрещены азартные игры, а в Неваде они разрешены, существуют игорные дома. Я очень удивился, когда узнал об этом.

На этот раз женщин и мужчин разместили уже порознь. Изгородь. Полицейские ни в какую не пропускают. Хотя иногда удавалось проскочить мимо охраны и навестить девчат. И они нас иногда навещали.

А. К. Мне нравилось в Скво-Вэлли. Все было продумано, удобно, красиво. Отличные столовая, кинотеатр, комнаты отдыха, холл для игр. Предельно теплые, дружеские отношения между спортсменами разных стран, несмотря на ожесточенную конкуренцию на соревнованиях. Что ж, так и должно быть.

П. К. Соревноваться нам предстояло на высоте 2000 метров над уровнем моря. Условие в принципе для лыжников трудное. Но нас оно не страшило, поскольку предолимпийская подготовка прошла у нас, как я уже говорил, в аналогичных условиях в Бакуриани — на высоте около 1800 метров. И, как показали результаты наших женщин, в подготовке этой все было правильно. Мария Гусакова стала чемпионкой. 2-е и 3-е места — тоже наши. Аля была четвертой. Опять ей не повезло, и опять с лыжами. В Скво-Вэлли лыжню впервые прокладывали с помощью специальной машины. Сама по себе машина — вещь хорошая. Она как-то снег перебрасывает и рыхлит, прямо как через сито пропускает. И он становится мягким, рассыпчатым, как бы его до этого ни утрамбовывали. Вот по такому рыхлому снегу машина и прокладывает затем лыжню. Однако, чтобы лыжня была хорошо укатана, одной машины мало, нужно еще, чтобы по трассе прошло человек двадцать «прокладчиков», только тогда все проходящие затем по лыжне спортсмены будут в равных условиях. (Кстати, современные машины уже не только рыхлят, но и прессуют лыжню.) В Скво-Вэлли же перед той гонкой то ли «прокладчиков» вовсе не было, то ли их было мало, но лыжня оказалась мягкой, податливой. Аля этого не знала. Перед соревнованием мы пробовали лыжню: она была жесткой, гололедной. Полагая, что такой она и останется

ся, мы выбрали для гонки жесткие гикоревые лыжи (гикорь иначе называют канадским дубом). А стартовый номер-то у Али был первый. Идет она, а лыжи у нее зарываются в снег. Мягкие надо было лыжи взять. Вот и заняла лишь четвертое место, хотя в отличной форме была (накануне выиграла контрольную тренировку). Конечно, и в эстафете не попала: взяли трех первых. Это естественно — всегда берут сильнейших в личной гонке...

Из дневника А. К.

20 февраля 1960 года. Скво-Вэлли.

Соревнование 10 км.

Шла хорошо, но лыжи тяжелые и зарывались на спусках. 1. М. Гусакова — 39.46,6. 2. Л. Баранова — 40.04,2. 3. Р. Ерошина — 40.06,0. 4 А. Колчина — 40.12,6. 5. С. Рутстрем — 40.35,5.

«Свикс» зел. (зеленый. — Ред.) Шла на гикоревых лыжах. Самочувствие отличное. Даже удивительно, как я могла так много к финишу проиграть?

А. К. Так уж получилось, что те 6,5 секунды, которые отделили меня от 3-го места, возможно, решили и судьбу золотой медали в эстафетной гонке 3×5 километров. Во избежание споров было заранее решено, что в эстафете будут участвовать те, кто займет в гонке три лучших в нашей команде места. И хотя перед эстафетой тренерский совет снова обсуждал вопрос о составе эстафетной команды, прежнее решение осталось в силе. Ерошину поставили на стартовый этап. Очевидно, она слишком перевозноновалась, а может, испугалась, увидев, как по прямым параллельным лыжням справа и слева нога в ногу с ней несется лавина лыжниц. Во всяком случае, в конце четырехсотметрового прямого отрезка, когда надо было поворачивать вправо (а такой поворот все лыжники, даже не очень опытные, делают с правой ноги — это элементарное правило), Роза вдруг начала делать поворот с левой ноги. Ей показалось, что кто-то

из соперниц ее толкнул. Но, когда проявили киноплёнку с этим эпизодом, оказалось, что никто ей не мешал. Лево́й лыжей она наступила на правую, и от удара скользящая поверхность лыжи расщепилась. Роза делает еще один шаг и падает, а в это время все уходят вперед. Пока она поднималась, добиралась до места, где стояли наши спортсмены, да пока меняла лыжу (которая оказалась большой — 210 сантиметров, неудобной для Розы), прошло около 2 минут — для эстафеты это очень много. И девочки наши, как ни старались, не смогли их отыграть, хотя М. Гусакова показала лучшее время дня, а Л. Барапова — второе. 41 секунду мы проиграли.

П. К. Чувствовал себя отлично. И настроение было хорошим: еще свежа в памяти была моя прошлогодняя победа на предолимпийской неделе. Некоторое раздражение, правда, вызвала у меня контрольная тренировка. Точнее, не она сама, а необходимость участвовать в ней. Я всегда был против формализма в таком деле, когда всех спортсменов заставляют обязательно участвовать в этих итоговых контрольных тренировках независимо от их состояния на данный момент. Сейчас тренеры избавляются от такой ошибочной практики, стараются подходить индивидуально к состоянию спортсмена, внимательно решать, есть ли необходимость еще раз проверить его готовность к старту. А тогда этот недостаток, бывало, сильно мешал нам. У меня, например, уровень подготовленности перед стартами в Скво-Вэлли был настолько высок, что немножко перенапрячься — и я потеряю то тончайшее состояние боевой готовности, которое позволяет спортсмену показать максимальный результат. Я попросил, чтобы меня освободили от контрольной тренировки. Но участвовать в ней все же пришлось, тренеры сказали, что, мол, это надо, пойдешь, и там посмотришь, как будешь себя чувствовать, тяжело будет — сойдешь. Прошел я, правда, не пятнадцать, а десять километров: посчитал, что этого мне достаточно

было. По ходу у всех ребят выигрывал. Тренировка была похожа на обычные соревнования: болельщики вокруг, тренеры и специалисты из разных стран — интересно ведь посмотреть, как чувствуют себя главные соперники.

А вообще-то я так и не знаю, повлияла ли на меня как-то та тренировка или нет. Потому что последующие события, на мой взгляд, не поддаются анализу.

После контрольной тренировки у меня было отличное самочувствие. С ним же я вошел в столовую, с ним встал из-за стола. А через два часа я почувствовал, что меня «ломает» — иначе не скажешь, потому что ничего похожего у меня до сих пор не было. Я к врачу: «Нина Григорьевна, наверное, я чем-то заболел». Она посмотрела меня: «Все нормально». Пожал я плечами. Думаю: «Что ж, видно, у меня просто такая необычная реакция возникла на прошедшую тренировку». Взял аккордеон, пытаюсь что-то наигрывать, чувствую — не могу. Уже и все наши обратили внимание, что я не в себе. Заволновались: как никак я в команде первым-вторым номером, на носу соревнования, а тут непонятно, что со мной творится. Николай Николаевич Романов пришел. «Что с тобой?» — говорит. Я что-то невнятное отвечаю. Мне сразу таблетки какие-то Нина Григорьевна дала (у меня к этому времени температура поднялась). Положили меня в изолятор, начали лечить. А ничего не получается: температура все повышается и повышается. И боли в мышцах усиливаются. Вскоре я уже не мог стоять, только лежал. Потом мышцы «отключились», я даже повернуться в кровати не мог. Вот какое состояние. Тут американцы вызвались помочь лечить меня, после чего меня перевели к ним в изолятор. Они стали давать мне какие-то таблетки, после которых температура начала спадать, а боль в мышцах уменьшаться. У них я пролежал три или четыре дня. Затем еще дней пять в нашем изоляторе. А в это время Олимпийские игры уже

шли полным ходом. Шли без меня. Приходила Аля (ей разрешали навещать меня в любое время), рассказывала, как проходят соревнования. Я видел, она переживает за меня (наверное, это тоже отразилось на ее выступлении).

Американцы сказали, что у меня была горная болезнь. Я охотно поверил бы им, если бы не знал, что такое горная болезнь и каковы ее симптомы. Не может она длиться столько времени. Но если не она, то что это было? Я перебирал наиболее реальные причины моего состояния. Сильные боли в мышцах бывают у спортсмена в начале сезона, когда он помногу занимается упражнениями, не характерными для его основной специализации. Скажем, гребец начал много бегать, и у него сразу же сильно заболят ноги. Или лыжник начал гимнастикой заниматься, на снаряды полез — конечно, у него все заболит. Спортсменам такое явление очень хорошо известно, но в данном случае этот вариант полностью отпадал, потому что, во-первых, функционально и мышечно я был отлично подготовлен, а во-вторых, ничем кроме лыж я в Скво-Вэлли не занимался. Значит, причина другая. Какая? Ответ, я думаю, лежит на поверхности. Многие, когда речь заходит об этом эпизоде, так прямо и говорят мне: «Да что тут гадать. Это же совершенно ясно — тебя отравили!» Что и говорить — дело само по себе очень вероятное, и отвергнуть такой вариант я не могу. Но и согласиться не могу. Не могу — и все. Криминалисты, приступая к расследованию преступления, прежде всего задают себе вопрос: кому это выгодно? Вот и я задавал себе этот вопрос. Анализировал свои личные взаимоотношения и взаимоотношения наших спортсменов, тренеров с главными соперниками — финнами, норвежцами и шведами. Нет! Никогда не встречал среди них недоброжелателей. Всегда у нас были самые дружеские отношения. Не могли они пойти на такое. Хозяева? Нет, и с ними мы были дружны. Они нас очень

хорошо принимали. С самыми добрыми чувствами я всегда вспоминаю нашего шефа, если так можно сказать, преподавателя Высшей народной школы Шелтона Бони, с которым мы подружились еще на предолимпийской неделе. Он очень заботливо относился к нам, следил, чтобы все у нас было, как говорят американцы, о'кей. Человек, влюбленный в спорт, проникнутый симпатией к нашей стране. Ездили мы к нему в гости. Показывал он нам школу, в которой работает. Вместе с директором водил нас по всем классам.

Семнадцать лет уже прошло с тех пор. Множество раз возвращался я в мыслях к этому самому печальному в моей спортивной жизни эпизоду. Прикидывал и так, и эдак. И все же я остаюсь при своем мнении: да, возможно, у меня было какое-то отравление (врачи так и не пришли к единому мнению), но не преднамеренное — не верю я в это!

Неудача подстерегла и В. Кузина — второго лидера нашей команды. Он тоже заболел, и, кажется, даже в один день со мной. Правда, его болезнь не была столь таинственной, как моя, он всего-навсего простудился. Через несколько дней он поправился и в принципе мог бы участвовать в соревнованиях, но его уже не рискнули ставить. Так неожиданно и довольно основательно была ослаблена наша команда.

Олимпийских игр я почти не видел. Лишь перед последней гонкой на 50 километров я смог встать на ноги и получил возможность посмотреть ее. Перед началом гонки произошел маленький, но памятный для меня эпизод. Ко мне подошел победитель гонки на 15 километров норвежец Хакен Брусвен. Я его, конечно, сразу же, не дожидаясь пока он ко мне обратится, стал поздравлять с победой. Он в ответ долгое такое «О-о-о!..» протянул, мол, спасибо. Потом показывает на меня и медленно по-русски: «Ты — нет старт», вроде того, что если бы ты выступал, то мог бы стать олимпийским чемпио-

ном. Я так растрогался. Это ведь был не просто жест вежливости. Я действительно был в отличнейшей форме. Брусвен это видел, наблюдая за нашей контрольной тренировкой, и понимал, что я для него очень опасный соперник. Но одно дело понимать, а другое подойти к этому сопернику и открыто как бы усомниться в абсолютности, что ли, своей победы. Мне кажется, на такое способен лишь очень благородный человек. Я горячо поблагодарил Хакена за такую высокую оценку моих возможностей и попытался растолковать ему, что победы все-таки завоевываются на соревнованиях, что он победил заслуженно. Я был искренен: на втором и третьем местах Брусвен оставил таких королей лыжни, как С. Ериберг и В. Хакулинен, а это что-нибудь да значит.

А. К. Я думаю, что дело, может быть, не только в каком-то особом благородстве Х. Брусвена (хотя оно налицо). Вряд ли, мне кажется, он так же отнесся бы к человеку, который ему неприятен. Колчина же очень уважали лыжники всех стран. Не знаю, чем он был им симпатичен (я ведь на него смотрю совсем другими глазами). Может, общительностью, приветливым нравом, а может, открытым характером: тем, что он не держал секретов, охотно делился с соперниками всем, что знал. Когда наша делегация, покидая Олимпийскую деревню, выходила из подъезда дома, где мы жили, подошли норвежцы, подняли Колчина на руки и понесли к автобусу. Ничего подобного мне никогда не приходилось видеть.

П. К. Из наших лучшим на 15 километров был Г. Ваганов — четвертое место. Четвертым он был и в следующей гонке — на 30 километров. Бронзовым призером здесь стал Н. Аникин. Не буду говорить о наших с Кузиным шансах на этих дистанциях, но уж в эстафете мы могли побороться за первое место. Хорошая четверка у нас подбиралась: Кузин, Аникин, Ваганов и я. Но вот случилось непредвиденное, и не нашлось для замены

в эстафетную команду опытных лыжников. Только из-за этого, я считаю, мы потерпели здесь неудачу (относительную, правда). Я уже говорил, что А. Шелюхин так выложился, что не помнил, кто его обходил. На следующих этапах ребята приложили все силы и все-таки вышли на 3-е место, проиграв финнам и норвежцам около трех минут (Хакулинен буквально вырвал у Брусвена на финише победу для своей команды, опередив норвежца на доли секунды). Между прочим, и у шведов получилась аналогичная история. По-моему, на одном из этапов Яне Стефанссон (если не ошибаюсь) так резко начал гонку, что поговаривали даже, будто он принял допинг (что, впрочем, не подтвердилось), а потом он так же резко сник. Да, в горах такое случается особенно часто. Перенапрягся, превысил свои возможности — и ноги как свинцом нальются, и ничего не сделать. Потом финишируешь, каких-то 10—15 минут пройдет, и все нормально, как будто не соревновался. Но какое это имеет значение, если все уже потеряно. В этих сложных условиях, особенно когда решается судьба всей команды (то есть в эстафете), и нужен опыт таких лыжников, как Ф. Терентьев. Вот где он мог бы выручить нас.

И в гонке на 50 километров нам не хватало Федора. Некого было ставить. Мы с Кузиным отпадали, Аникин тяготел к более коротким дистанциям, Шелюхин от эстафеты еще как следует не отошел. Дома перед Олимпийскими играми хорошие результаты показывал Иван Любимов из Ленинграда. А в Скво-Вэлли выступил плохо: 25 минут первому проиграть на 50 километров — это шагом идти! И не его в том вина. На уровне моря он соревнуется отлично, а вот высоты не переносит, что-то у него с высотной акклиматизацией неладно было — даже в самолете с ним плохо стало. А ведь все это надо учитывать при отборе в олимпийскую команду.

В общем, за выступление на VIII зимних Олимпийских играх лыжники получили оценку «плохо», а причи-

ной плохого выступления посчитали низкий уровень мастерства и слабую морально-волевую подготовку. (Даже принимая во внимание отсутствие В. Кузина и П. Колчина.) Не знаю, может, я не прав, но мне не очень нравится наметившаяся после нашего первого олимпийского успеха 1956 года тенденция слишком формально оценивать достижения лыжников на международной арене. По принципу завоевал медаль — молодец, нет — значит либо мастерства у тебя не хватает, либо стойкости не проявил в борьбе. Более того, уже и серебряные, и бронзовые медали как-то перестали считаться большим достижением. Например, первенство мира 1958 года, где, я считаю, лыжники-мужчины выступили неплохо (три серебряные и две бронзовые медали), записали им «в пассив». Третье место Шелюхина сочли... плохим результатом. А ведь первое место одно, и претендуют на него не какие-то дилетанты, а выдающиеся лыжники, спортсмены, перед которыми можно «снять шляпу». Гена Ваганов в Скво-Вэлли, был четвертым на 15 километров. Но за кем? За Х. Брусвенном, С. Ерибергом и В. Хакулиненном! опередил Э. Мянтюранту! Это пусть не отличный, но, во всяком случае, почетный для любого лыжника результат. Но уж никак не плохой. Мне даже в душе немного неудобно перед названными призерами, которых я очень уважаю как спортсменов. Получается, что победить нашего лыжника они могут лишь в том случае, если он плохо подготовился к соревнованиям. Если же его мастерство и морально-волевая подготовка «на уровне», то им, выходит, и не светит ничего. Это же не так! Да, нам надо постоянно искать пути к тому, чтобы быть сильнее, на голову сильнее соперников. Но не следует забывать, что и они стремятся к тому же. И надо приветствовать это стремление, потому что в остром соперничестве залог постоянного прогресса спорта.

Между прочим, таким вот не очень-то уважительным отношением к соперникам мы «уцениваем» и свои

победы над ними. Что за доблесть — побеждать соперника, который объективно слабее тебя! А ведь они — скандинавы хотя бы — не слабее. И таланты у них есть выдающиеся, и трудолюбивы они не меньше нашего, и тренируются они не как бог на душу положит, а по хорошо отработанной методике. Кстати, если уж о ней, методике, говорить, то в те времена мы, пожалуй, отставали в этом плане.

Отставание подкралось незаметно. Много лет считалось, что лыжник должен быть физически крепким, лесорубом (работа лесоруба считалась чуть ли не идеальной тренировкой для лыжника), только тогда, мол, он будет отличным спортсменом. И справедливости ради надо признать, что 40—50 лет назад такой взгляд был прогрессивным. Лыжная техника не была столь глубоко разработана, как сейчас. Поэтому очень большого преимущества над соперниками в технике никто не имел, и побеждали в основном те, кто был сильнее и выносливее других. В современном же лыжном спорте сила и выносливость ценятся лишь в том случае, если они «вкладываются» в технически совершенные или близкие к совершенству движения. Нынешний лесоруб может быть физически очень крепким человеком. Он может быть классным лесорубом. Но, чтобы стать более или менее сильным лыжником, он должен долго и упорно тренироваться на лыжах. В этом мы были убеждены. Мы — это ученики В. С. Оботвина, и, конечно, он сам, наш тренер, которому я стольким обязан.

Это был великодушный, скромный, трудолюбивый человек. Таких, как он, людей еще называют «бывалыми» — он мог найти выход из любого положения, без спичек огонь мог разжечь. Педагогическое образование у него было не ахти — семь классов плюс военное училище. Но тренером он был мудрым и дальновидным.

В те годы, когда мы еще учились в училище, лыжники летом от тренировок отдыхали — пилили и кололи

дрова (старались найти такую возможность). Обычно тренироваться начинали где-то осенью. В основном бежали, ходили, играли в футбол. Мы же решили, во-первых, удлинить тренировочный сезон, а во-вторых, использовать упражнения, которые были бы ближе к мышечной работе лыжника. Вместо обычной ходьбы начали использовать имитацию — сначала пригибную ходьбу (или, как ее еще называли, «гусиный шаг»), ходили по пахоте, по грязи, да еще сырую погоду выбирали, чтоб потрудней было. Затем стали прыгать имитационными скачками, имитационным полетом, делали имитацию в подъемы, с палками и без палок. Много насмешек приходилось слышать в свой адрес по этому поводу: «Прыгают в горы как козлы, мы лучше в футбол отыграем, в поход сходим — и то больше пользы». Насчет футбола и походов мы не спорили — польза от них, безусловно, есть. Но то, что делали мы, было гораздо ближе к лыжам, а значит, такие тренировки более целенаправленно развивали организм. Начали мы применять и резиновые амортизаторы, имитируя движения рук с палками. Тогда этого еще нигде не было. Натолкнул на это нас пример гимнастики, в которой сложное упражнение обычно разучивается по элементам. И мы пробовали перенести данный принцип в лыжи. Лыжная техника ведь тоже очень сложна.

Только на первый взгляд кажется, что все здесь просто — передвигай ногами да отталкивайся палками. Сделать же так, чтобы при движениях рук и ног скорость ни на мгновение не падала, а все время поддерживалась на максимальном уровне, очень трудно.

На имитации мы не остановились, стали использовать летом опилки вместо снега. Сделали вокруг стадиона опилочную дорожку, поливали ее водой, чтобы лыжи лучше скользили. Использовали вместо опилок хвою, шелуху, солому (сейчас для этой цели во многих странах применяют особые пластиковые щетки). Я убежден,

110 не случайно в тот период у меня заметно улучшились соревновательные результаты.

В 1957 году мы начали применять уже роликовые коньки. Немного переделывали их — вставляли металлические шестереночки для лучшего отталкивания. Став на «ролики», мы начали совершенствовать движения, вилотную приближенные к лыжным, — равновесие, прокат. Ритм движений, некоторые элементы отталкивания были здесь, конечно, несколько иными, чем на лыжах. Но в основе работа мышц была сходная, что позволяло переносить приобретенные в тренировках на роликах навыки в ходьбу на лыжах. Я даже сейчас в тренировках со своими учениками применяю ролики, правда, несколько усовершенствованные.

Любопытная и поучительная история получилась с этими роликовыми коньками. Когда мы стали применять их для тренировок, группа научных работников решила поставить эксперимент, дабы определить, делом мы занимаемся или нет. Я не вникал в методику эксперимента, не знаю, какая аппаратура в нем применялась, но помню, что он показал бесполезность для лыжника тренировок на роликах. Но мы-то чувствовали, что они помогают нам, и продолжали тренироваться на них. И правильно делали: позже выяснилось, что этот эксперимент был проведен небрежно и потому не был научно достоверным. Высшим критерием истины на этот раз оказалась практика.

В 1959—1960 годах появились лыжероллеры (или, как их коротко называют, роллеры). Структура движений идущего на них лыжника еще больше приблизилась к структуре классических лыжных движений. Сейчас существуют лыжероллеры различных конструкций, применяемые в зависимости от необходимости отработать тот или иной элемент лыжной техники, строятся специальные асфальтовые трассы для лыжероллеров (хотя есть роллеры и для передвижения по пересеченной

местности — траве, грунтовой дороге). Без них уже немыслима тренировка лыжника. Даже не верится, что когда-то приходилось бороться за это. С появлением роллеров некоторые лыжники начали уже тренироваться круглогодично.

Летом 1962 года я узнал, что В. Баранова приглашают тренером в олимпийскую сборную. Нашей методики он тогда не принимал, считал, что и без нее можно добиться высоких результатов. Я понимал, на чем было основано такое мнение: многие лыжники, никогда не применявшие даже роликов, тем не менее хорошо бежали, показывали мастерские результаты. Но не следовало забывать, что эти люди были, как правило, очень одаренные физически, они упорно тренировались, достигали высочайшей функциональной подготовленности и за счет этого (как говорят в спорте, за счет здоровья) быстро бежали. Но и быстро «сходили». Много таких было. Кондаков Сережа, Шелюхин Анатолий. Очень трудные были у них тренировки, огромные расстояния покрывали они. А этого можно было избежать при более вдумчивом подходе к методике занятий, а заодно и продлить свой спортивный век. Да и результаты могли быть более высокие.

Роллеры были большим шагом вперед. Но его затормозило появившееся одновременно новое течение — развитие силы за счет применения в тренировках упражнений со штангой. Увлечение силой наблюдалось не только в лыжах. И в других видах спорта стали слишком много уделять внимания подготовке со штангой, ею не занимались тогда разве что шахматисты. За счет этого меньше внимания, естественно уделялось специальной подготовке; дошло до того, что целую тренировку лыжники проводили со штангой. Сейчас это выглядит абсурдно. А тогда очень многие считали, что все идет от силы. То есть была бы сила, а уж потом ее можно трансформировать в другие полезные для лыжника качества. В об-

щем-то, понять, откуда возникла такая теория, нетрудно. Ведь по логике чем сильнее лыжник оттолкнется, тем быстрее покатится. А раз так, то сила ему не помеха. Вроде бы все тут верно. Но если копнуть глубже, то теория эта развалится. Да, для штангиста огромная сила и сопутствующие ей большие мышцы не помеха, а необходимое условие достижения высоких результатов. Для лыжника же массивные мышцы — лишняя обуза, мешающая длительной работе. Поэтому я сразу был против силового направления в тренировках и продолжал тренироваться, делая упор на повышение специальной, лыжной подготовки. Силу я тренировал, но ту, которая нужна именно лыжнику. Эта фраза, наверное, не очень понятна читателю, не знакомому с теорией физического воспитания. Для него я поясню сказанное на таком примере.

Предположим, человек, занимающийся физкультурой, регулярно выполняет отжимания в упоре лежа (надеюсь, это упражнение всем хорошо известно). И он уже может отжаться десять раз подряд. Но ему хотелось бы уметь отжиматься по нескольку десятков раз. «Упражнение это силовое — логически решает он, — значит, сила-то мне и нужна для достижения цели». Он консультируется с тренером по штанге, и тот говорит ему, что для развития силы лучше всего тренироваться с отягощениями, близкими к максимальным для данного человека. Он так и делает: занимается с тяжелой (какую только может поднять) штангой. Через некоторое время замечает, что сила у него заметно увеличилась: начав заниматься штангой, он выжимал 50 килограммов, а теперь — 70 килограммов. Но, странное дело, его достижения в отжимании остались против ожидания почти на прежнем уровне. Удивительно? Только на первый взгляд. Для того чтобы много раз отжиматься в упоре лежа, не нужна большая сила, но нужна так называемая силовая выносливость, то есть способность длительное

время выполнять какое-то периодическое действие, требующее не максимальных, но достаточно мощных усилий. Развивается же силовая выносливость к тому или иному действию с помощью упражнений, сходных по форме и нагрузке с данным действием. Ясно, что в отжимании (равно как и в движениях рук лыжника) такого сходства с подниманием штанги мало. Уж на что близки стайерский бег и лыжи, но и здесь разница в биомеханике движений бегуна и лыжника делает весьма заметным превосходство одного над другим в своем виде спорта. Если бегун — мастер спорта или чемпион Союза — пойдет вместе с лыжником (то есть на лыжах) на дистанцию 10 километров, то он проиграет ему не меньше 3 минут, а то и больше (я, конечно, имею в виду бегуна, умеющего правильно ходить на лыжах). Кажется бы, и у того и у другого кровеносная система и дыхание одинаково хорошо развиты; однако разный характер движений в беге и ходьбе на лыжах в данном случае все решает. Примерно таким же будет исход состязания лыжника и легкоатлета (равной квалификации) в беге на 10 километров. Я как раз хорошо помню — сильнейшие бегуны 60-х годов (тот же Петр Болотников) «выбежали» на этой дистанции из 29 минут. Мы же пробежали ее примерно за 31,5 минуты. Но вот что интересно: в кроссах, особенно по сильнопересеченной местности с большим количеством подъемов, мы чувствовали себя почти на равных с легкоатлетами. А однажды Коля Анискин даже умудрился выиграть кросс у мастера спорта по легкой атлетике У. Кялле (он был чемпионом Москвы в пробеге на 20 километров). Я тоже участвовал в том кроссе и занял третье место. Часть дистанции я бежал вместе с Колей впереди и хорошо видел, как тяжело было Кялле соперничать с нами. А секрет весь был в том, что проводился кросс на Ленинских горах — рельеф дистанции был трудным, много подъемов было. А на подъемах работа ног бегуна больше сходна с немного

замедленными, жимовыми движениями лыжника, чем с короткими, взрывными движениями ног легкоатлета по привычной для него ровной поверхности беговой дорожки. Или вот еще один пример с гимнастами. Лыжники из них, прямо скажем, никомушные: пройдут немного — и выдыхаются. А как сильны, казалось бы, какие «кресты» делают на кольцах.

Когда через год после Олимпийских игр в Скво-Вэлли не стало Оботнина, у нас с Алей осталось в тренировках прежнее направление. Многие из тренировочного инвентаря мы делали сами. В этом нам много помогал и сейчас помогает тренер из Горького Виктор Пасынков, человек, обладающий конструкторскими способностями, с золотыми руками, одним словом умелец. Когда мне требовалось какое-то приспособление, я писал ему об этом, он охотно делал то, что мне нужно, и присылал. Жаль только, что изделия его существуют всего в нескольких экземплярах. Спортивная же промышленность наша, к сожалению, пока не балует лыжников достаточным ассортиментом тренировочного инвентаря. А он необходим. Важно ведь не просто иметь колеса на ногах, а как бы моделировать (применяя различной конструкции роллеры) всевозможные условия, встречающиеся на лыжных трассах. На одних роллерах, скажем, удобно отрабатывать повороты, на других — ходьбу в подъем. На одних, как я уже говорил, можно ходить по асфальту, на других — по пересеченной местности. И все они должны иметься в распоряжении лыжников и тренеров. Это не роскошь для них, а предметы первой необходимости.

4

ГЛАВА

ТРЕТЬЯ ПОПЫТКА

П. К. Таинственный недуг, сваливший меня в Скво-Вэлли, потянул за собой долгую цепочку болезненных состояний, сильно повлиявших на мои дальнейшие занятия спортом. Вернувшись домой, я не мог тренироваться. Пытался — и не мог. Плохо себя чувствовал, какими-то пятнами покрывался. На лыжах словно заново учился ходить. О выступлениях в конце олимпийского сезона не могло быть и речи. Я, правда, был на чемпионате СССР в Свердловске, но там лишь прогуливался на лыжах по окрестностям Уктуса да смотрел соревнования. Очень волновался за Алю: как то подействовала на нее обидная неудача на Играх? Но волнения оказались напрасными, выступила она отлично, стала чемпионкой на 5 километров и в эстафете, заняла 2-е место на 10 километров.

Из дневника П. К.

9 марта 1960 года. Свердловск.

Тренировка с 11 час. Ходьба на лыжах слабо 1 км, средне и слабо 3 км, средне 7 км. Катание 1 км. Вечером теплая ванна.

Самочувствие хорошее. После тренировки появилась сыпь на груди и руках. Очень зу-

дит, будто ожгли крапивой. Через 1,5—2 часа все исчезло. Очень странно.

Из дневника А. К.

26 марта 1960 года. Отепя.

Тренировка переменная. Прошли с Павликом 12 км. В подьемы средне, а иногда и ниже среднего.

Из дневника П. К.

6 мая 1960 года. Москва.

Утром — общеразвивающие упр. (упражнения. — Ред.) Тр-ка (тренировка. — Ред.) с 12 час. Игра в б/б 30 мин., отдых 10 мин., игра в б/б 7—10 мин.

Быстро работать трудно.

15 июня 1960 года. Сочи.

Ездил на озеро Рица. Вернулся вечером к 8 час. За дорогу довольно устал, а ночь после этого плохо спал — часто просыпался и бредил.

А. К. Я не собиралась раскисать после своей олимпийской неудачи. Еще в Скво-Вэлли твердо решила готовиться к следующим Олимпийским играм и выступить на них лучше, чем на прошедших. Четыре года меня не пугали, я была уверена в себе. Еще я поставила перед собой такую конкретную цель: стараться как можно успешней выступать не только на ответственных соревнованиях, но даже на контрольных, чтобы как можно меньше было случайностей, срывов. Если удастся добиться стабильности в контрольных стартах, то возрастет вероятность успеха и в крупных соревнованиях. С этим решительным настроением я и отправилась на чемпионат страны и была очень рада, что план мой успешно начал претворяться в жизнь.

Однако начало-то было обнадеживающим, а вот дальнейшее «претворение» плана пришлось отложить на целый сезон. В конце олимпийского сезона Ленинградский научно-исследовательский институт физической культуры проанализировал дневники членов сборной команды Союза и сделал вывод, что ведущие лыжники страны

очень устают и им необходимо снизить нагрузку, особенно летом. П. Колчин не разделял этого мнения. Он считал, что того снижения нагрузки, которое обычно бывает у нас летом, вполне достаточно, большее ее снижение не целесообразно. Но выводы института довольно широко распространились среди лыжников и тренеров. Со всех сторон я только и слышала: «много тренируетесь, загнали вы себя, отдохните немного!» Конечно, вроде старались пропускать эти советы мимо ушей, но человек есть человек: когда много раз слышишь одну и ту же рекомендацию (причем от людей весьма солидных), невольно в какой-то степени попадаешь под ее влияние — то ли это разновидность гипноза, то ли ты просто устаешь с ней бороться. И вот на одной тренировке себя пожалеешь, на другой. Все эти послабления суммировались и дали результат: сезон 1960—1961 года я провела на вторых-третьих ролях. Кажется, единственные соревнования, которые выиграла, была гонка на 10 километров в Холменколлене.

У Павла тоже сезон сложился не очень удачно, хотя и по другой причине. В 1960 году он вообще в соревнованиях не участвовал. Тяжело болел. Много лечился. Лежал в больнице. Как мог, тренировался (наверное, ни одна болезнь не в силах полностью отлучить его от лыж). Но выступать начал лишь зимой 1961 года. В этот период Павел работал очень упорно и даже умудрился выиграть в Кировске первую всесоюзную лыжную гонку на 70 километров.

Не надо обращать внимание на случайные, не основанные на глубоком исследовании советы в отношении тренировочных нагрузок. Надо верить своему опыту. На основании этого опыта нужно составить план подготовки, выполнить его, а потом судить, трудно тебе было, легко ли, что помогало, что мешало. Вот такой вывод я сделала после этого самого неудачного для нас с Павлом сезона. И самого печального.

Из дневника А. К.

14 марта 1961 года. Осло — Москва.

Выехали в 7 ч. на аэродром. Летели в Москву с двумя пересадками (Стокгольм, Хельсинки). Долетели хорошо. Вечером после ужина ездили к Люсе Оботниной. Оба сильно переживали и плакали. Поздно уснули.

15 марта 1961 года. Москва.

Встали в 8.30. К 10 ч. поехали в ЦС спортобществ подводить итоги поездки в Лахти и Холменколлен.

В 3 ч. поехали в Институт им. Склифосовского. Провожали в последний путь В. С. Оботнина.

Сам-е плохое. Много плачу. Еле-еле удается сдерживать себя. Очень тяжелый день в моей жизни.

П. К. Недомогания еще время от времени беспокоили меня, но к зиме 1962 года я уже был не скажу отлично, но более или менее подготовленным. Во всяком случае, поехал на первенство мира в Закопане, где, впрочем, выступил неудачно, как и вся наша мужская команда. Интересная закономерность: хорошо помнишь либо свои успешные выступления, либо «роковые» неудачи. События же этого чемпионата почти не остались в памяти. Пришлось даже заглядывать в дневник, вспоминать.

На 30 километров я не стартовал, начал со второй гонки — на 15.

Из дневника П. К.

20 февраля 1962 года. Закопане.

Гонка на 15 км. Старт в 9.30. Я был в 3-й группе 34-м. Гонку начал быстро и в то же время свободно. На 5-м км меня достал М. Лундемо и на спуске в 600—700 м уехал на 9—10 сек. Но я все равно боролся, зная то, что снежные условия, погода и смазка сложные, а в таких случаях особенно надо бороться. На 11—12-м км у меня начало сводить трехглавую мышцу правой руки, затем к 13-му км отошло, но то же началось с левой. На финише о мышцах забыл и стремился только быстрее финишировать.

Самоч. хор. Аппетит удовл. Сон хор. Мазал гол. «Свикс» 3 слоя. Затем на улице слой (длинный толстый) под колодку гол. «Свикс», в него «Элит» (0°) и затер снова гол. «Свиксом». Все вместе растер. На глянце держали относительно хорошо, а в целом держали отлично. Но катились, где нет глянца, тупо. А таких участков было больше. Х. Гренинген мазал лиловый «Свикс» и гол. «Рекс». То же все норвежцы.

1. А. Реннлунд — 55.22,8. 2. Х. Гренинген — 55.52,2. 3. Э. Эстбю — 55.54,8... 10. П. Колчин — 57.20,8.

В эстафете мы заняли 3-е место (за шведами и финнами). В гонке на 50 километров я не выступал, почувствовал накануне что-то неладное с животом (видимо, это были первые признаки начавшегося у меня вскоре аппендицита).

Великолепно выступила А. Колчина. С огромным преимуществом выиграла обе гонки и показала лучшее время в эстафете. Наш план подготовки был верным.

Из дневника А. К.

19 февраля 1962 года. Закопане.

Первенство мира. Гонка 5 км.

Спала удовлетворит. Аппетит удовлет. Очень волнуюсь. Зарядка: бег 1 км слабо, гимнастика 10 мин. Старт в 10.00. Выехали автобусом в 8.15. Прокатились на лыжах для разминки 2,5 км. Опробовала мазь и сидела отдыхала в комнате. В 9.20 начали мазать: «Темп» зел. + «Свикс» гол. под грузовую. Переоделась и пошла опробовать мазь и еще домазали 2 слоя гол. «Свикса» под грузовую. Смазка хорошая.

Старт под № 31. Сирия Рантанен — № 32. Я думала, что она может выиграть и сразу решила уходить. Самочувствие на дистанции со старта хорошее. После 2,5 км стало колоть печень. Тогда я начала усиленно выдыхать, и к финишу стало лучше. Дышать трудно. Вспотела не сильно, но от внутреннего напряжения все время хотелось пить.

1. А. Колчина — 19.28,6. 2. Л. Баранова — 20.15,9.
3. М. Гусакова — 20.27,0. 4. С. Рантанен — 20.45,9.
5. М. Лехтонен — 20.55,7.

После обеда легли отдыхать, но пришли шведы с цветами и поздравляли нас всех. Мне подарили корзину с цветами и большую плитку шоколада. Пришли финки. Тоже подарили живые цветы — розы! Сирия растрогалась и даже всплакнула.

Отдыхаю. Лежу, читаю книгу Б. Ясенского «Я жгу Париж».

П. К. Вернулись мы в Москву, а через день у меня приступ аппендицита. Ночью. А у нас уже завтра билет в Свердловск на I зимнюю спартакиаду народов СССР. Попросила Аля Антонину Акимовну Аникину меня в больницу отвезти, а сама с Колей Аникиным в аэропорт — и в Свердловск. В тот же день мне и операцию сделали. А Аля продолжила свою серию побед.

Из дневника А. К.

5 марта 1962 года. Свердловск.

Соревнование 10 км. I зимняя спартакиада народов СССР. Зарядка: бег слабо 500 м, гимнастика 10 мин.

Старт под № 52. Впереди Гусакова № 50 и Ерошина № 51. Девчата сразу взяли сильный темп, и я только успевала поддерживать их скорость. После 2 км начала выигрывать.

1. А. Колчина — 35.32. 2. М. Гусакова — 36.03.
3. Н. Терехина — 36.44. 4. К. Боярских — 36.47. 5 Р. Ерошина — 36.51. 6. Е. Мекшило — 37.11.

Сон отл. (отличный.— Ред.). Аппетит хор. Сам-е хор. Погода отличная. Солнце. Т (температура.— Ред.).— 7°. Мазала «Свикс» зел.+гол.— отлично!

Шла свободно и даже не устала. Везде говорили, сколько выигрываю, и мне не хотелось еще сильнее нагружать себя. Результатом очень довольна, думала, что все будет сложнее. А дистанция все-таки была плохо подготовлена.

7 марта 1962 года. Свердловск.

Соревнование 5 км.

1. А. Колчина — 19.22. 2. Е. Мекшило — 19.44. 3. Н. Терехина — 19.52. 4. Р. Ерошина — 19.56. 5. М. Гусакова — 20.00. 6. Л. Баранова — 20.03.

Сон отл. Аппетит хор. Сам-е отл. Очень волновалась. На лыжне не говорили, как идут сзади.

Вечером ходила на стадион, смотрела коньки. Инга Артамонова очаровательна!

9 марта 1962 года. Свердловск.

Эстафета 4×5 км.

Зарядка: бег средне 500 м, гимнастика 15 мин.

Намазала жидкий красный «Свикс» и под грузовую фиолет. (фиолетовый. — Ред.) «Рекс» — отлично (лыжня — разбитый фирн, и местами сыро).

Но тренеры — Васильев, Смирнов, Болотова — гоночные лыжи мазали по своему: «Удтестрем» + кр. «Роде» — очень плохо. Совсем не скользили и слабо держали. Реплика Д. М. Васильева: «Тебе хоть песком намажь, ты все равно выиграешь». Какая голая самоуверенность! Когда я сообщила З. Д. Болотовой, что смазка плохая, она сказала, что мазь грязи наберет и будет держать.

Я бегу и думаю: «Когда же будет держать?» Так и мучалась до финиша. Вот бы их заставить бежать на этой смазке.

Приняла старт впереди Гусаковой на 18 сек. Отыгрывала на каждом подъеме по 5—7 сек. и проигрывала на спуске по 10—15 сек. Бежала, отдавая все силы, но Маша неминуемо подкатывалась ко мне. Мы заняли второе место.

Проигрыш эстафеты очень огорчил меня. Не потому, что я такая уж жадная до золотых медалей. Просто я была возмущена безответственностью тренеров сборной Москвы. Надо было мне идти на своей смазке. Будь эта гонка личной, я бы тут и не раздумывала. В данном же

случае меня могли обвинить в индивидуализме, отрыве от коллектива и прочих грехах. А мне не хотелось конфликтов. Правда, позже я все-таки пришла к выводу, что мне надо было, несмотря ни на что, настоять на своем.

Этот неприятный эпизод, однако, не повлиял на мое общее оптимистическое настроение. Сезоном я была очень довольна. С ноября по апрель мне пришлось участвовать в 23 соревнованиях. Один раз я была четвертой, один раз — третьей, четыре раза занимала четвертое место и семнадцать раз побеждала. Мой план, кажется, начал выполняться.

П. К. 1964 год. Меня уже начали записывать в «старрики». Тридцать четыре года... В сборной я теперь был самым старшим. И оказался я примерно в таком же положении, что и Федя Терентьев четыре года назад.

Перед тем как направиться в Инсбрук на IX зимние Олимпийские игры, мы выступили на соревнованиях в швейцарском местечке Ле-Брассю. И там я победил в гонке на 15 километров. После этого мы переехали в Инсбрук и стали готовиться к олимпийским стартам. Приближалась традиционная контрольная тренировка, которая прежде всего должна была ответить на вопрос: кого ставить на первую, 30-километровую гонку? Собственно, три кандидата из четырех были уже определены, под вопросом оставалось лишь мое участие в ней. Тяжело это чувствовать, что тебе не доверяют, а ты не видишь никаких причин для этого. То есть я понимал, что все дело в возрасте, но в моем-то понимании это не могло быть объективной причиной. Ведь я знал свои возможности (и полагал, что их знают тренеры), был твердо уверен в своих силах. Да и право свое стартовать в этой гонке, как мне казалось, я убедительно доказал на лыжне. Как мне еще было доказывать его, не знаю. Я уже не был честолюбивым юнцом, которому только бы выступить, использовать свой шанс. Я сознавал всю меру сво-

ей ответственности перед командой и, думаю, никому не давал поводов усомниться в этом. Поэтому я прямо сказал тренерам, что контрольная тренировка мне сейчас не нужна (у меня, кстати, и в плане ее не было). Мне ответили в том смысле, что, мол, ты сильный, мы это знаем, но... надо пройти. «Надо так надо, — говорю. — Но как хотите, а в полную силу я не пойду, выкладываться буду на соревнованиях».

Из дневника П. К.

24 января 1964 года. Инсбрук (Зеефельд).

Контрольная тренировка на 9 км по женской олимпийской трассе. Мой номер 1-й, второй И. Ворончихин, Б. Гизатулин — 3-й, В. Тараканов — 4-й, П. Наймушин — 5-й, А. Губин — 6-й. Я гонку начал свободно и так прошел без особого напряжения всю дистанцию за исключением оттепельных участков, где отдавали назад лыжи. Сразу после гонки пульс 180 ударов в мин.

1. В. Тараканов — 25:48. 2. И. Ворончихин — 25:24. 3. П. Колчин — 25:37. 4. Б. Гизатулин — 25:45. 5. А. Губин.

В общем, я был третьим, и на 30 километров меня не поставили. А жаль, я настраивался на эту гонку и был готов показать в ней высокий результат.

Чемпионом здесь стал Э. Мянтюранта, вторым — Х. Гренинген, третьим — наш Игорь Ворончихин (это, конечно, его большой успех). Остальные наши ребята — Б. Гизатулин, И. Утробин, Г. Ваганов — заняли 12, 17 и 19-е места.

А. К. Не могу передать словами, как расстроило меня решение тренеров не ставить Павла на 30 километров. Один из лидеров команды, хорошо проявил себя на всех контрольных тренировках, десять дней назад выиграл международные соревнования, был в отличной форме. Как он готовился к этой гонке! Накануне мы разработали с ним подробный план завтрашнего выступления, записали в тетрадку, в каких пунктах его кормить,

где сказать время. Все было учтено. И погода была отличной. Оставалось только выйти на старт. Не скажу, что я была уверена (в таких вещах невозможно быть уверенным на сто процентов), но я была почти уверена, что эту гонку Павел выиграет. И вот перед самым стартом ему сообщают: «мы тебя не поставили, решили попробовать молодого, пусть он проявит себя...» Этот приговор (а как иначе скажешь?) Павел встретил спокойно, как солдат приказ командира. И от этого, может быть, мне было еще больней за него. Я-то хорошо представляла, что у него творится в душе. Это трудно передать словами. Спортсмен готовился, выполнил колоссальную работу, у него подъем, боевое настроение, он чувствует, что может сейчас победить, и в этот момент перед ним закрывают двери, и обойти их нельзя. Я страшно переживала, просто места себе не находила, обида и бессилие душили меня. Я не присутствовала на совещании тренеров, не знаю, как они спорят, доказывают свою точку зрения, прежде чем вынести решение. Не знаю, кто был против, почему против. Но снова и снова возвращаясь к тому случаю, я не могу дать тому, что произошло, более или менее разумное объяснение. Не укладывается все это у меня в голове. До сих пор. И. Ворончихин — отличный спортсмен. Он показал отличный результат, став на 30 километров бронзовым призером. Но ведь Колчин, насколько я помню, всегда у него выигрывал, за исключением разве что последней контрольной тренировки, которую Павел намеренно прошел не в полную силу. Это, я думаю, объективно говорило о его возможностях в гонке.

Из дневника П. К.

1 февраля 1964 года. Инсбрук.

Утром в 6.15 проба мазей — 1 час. В этот день состоялась гонка на 10 км у женщин. Старт в 9.30. Погода изменилась буквально в 15 минут. Для Алевтины были намазаны две пары, и обе слабо держали. Подкладывали

на гол. «Экс-Элит» гол. «Свикс», но он тоже сразу слабо держал. Обычно на $T 0^\circ - 1^\circ - 1,5^\circ$ он при проходе 1 — 2 км начинает держать, а здесь этого не случилось, так как T повысилась до $+1 - 1,5^\circ$ на солнце и до 0° в тени. На выступление Алевтины повлияли еще две причины. При обходе М. Лехтонен на 6 км она задела за ее крепление, и у Алевтины выскочила дужка на правой ноге. И последняя, но главная причина — это нервное переживание. А я на ее переживания отвечал грубо, считая, что она должна понять, что надо быть спокойней. А утром еще раз поспорили, и в этом виноваты оба — она должна быть спокойнее, а я сдержаннее и внимательнее. Думаю, что это большой урок на будущее. А возможности у нее для победы были реальные.

1. К. Боярских — 40.24,3. 2. Е. Мекшило 40.26,6. 3. М. Гусакова — 40.46,6. ...7. А. Колчина — 41.26,2.

А. К. Дистанция 10 километров. Идти трудно — лыжи проскальзывают. Но я полна решимости бороться, после 5 километров я была третьей, несколько секунд проигрывая Боярских и Мекшило. В конце 6-го километра был небольшой подъем, перед которым я обошла финку М. Лехтонен. Лыжи у нее держали лучше — значит в гору ей было идти легче. Но я решила постараться продержаться до конца подъема, чтобы она не успела меня на нем обойти, и тогда бы я первой ушла на спуск, хорошенько раскатилась (лыжи у меня скользили очень хорошо) и никто бы не мешал. Но она все же настигла меня и попросила лыжню. Что делать? По закону надо уступать. Но, с другой стороны, до конца подъема оставалось два метра, а там спуск — и меня уже не догнать. А вдруг у нее лыжи лучше, чем у меня, скользят? Вот эти мысли мгновенно пронеслись у меня в голове. Может быть, я бы раздумывала и дольше, а за это время как раз успела бы пройти два метра и начать спуск. Но Лехтонен так настырно, таким решительным тоном требовала лыжню, что я безропотно уступила, и, как чуть позд-

нее оказалось, в этом была моя роковая ошибка. Лыжи у нее скользили хуже, и я вынуждена была даже тормозить. После спуска был бугорок, и здесь у нее совсем скорость упала. И уже я стала просить у нее лыжню. Финка не уступала. «Мирия, ну пожалуйста, пропусти меня!» — кричала я ей. Но она была непреклонна. Впрочем, винить ее здесь трудно: лыжня в этом месте была насыпная, метр, может, чуть больше, шириной. Шагнешь в сторону — значит рискуешь поставить лыжу на землю. И по такой узкой полоске снега предстояло еще пройти метров четыреста-пятьсот. Слишком много я теряла здесь. И решила попытаться обойти М. Лехтонен стороной. Шагнула в сторону, поровнялась с соперницей. В этот момент она, увидев, наверное, носки моих лыж, инстинктивно рванулась вперед, для чего резко оттолкнулась левой ногой. При этом боковой частью своего крепления она угодила в дужку моего крепления. Дужка выскочила, и я потеряла лыжу. Лыжу мне, конечно, вскоре заменили (Л. Федоров, тренер сборной по двоеборью, отдал свою, разумеется великоватую для меня). И я даже перед самым финишем все-таки догнала и обошла М. Лехтонен. После финиша она упала на снег и навзрыд заплакала. Эта восемнадцатилетняя девушка была главной надеждой финской команды. Она прекрасно сознавала свою роль лидера и очень надеялась победить. А тут вдруг такая неудача! Позже она приходила ко мне, извинялась и очень сожалела, что невольно вывела меня из борьбы за победу. Оказалось, она была настолько увлечена гонкой, что даже не почувствовала удара о мое крепление. «А я, — говорит, — ждала тебя ждала, ты же хотела обходить меня и вдруг куда-то исчезла...» Разумеется, я не была в обиде на нее. И вообще, она оставила самое приятное впечатление о себе.

Как мне потом сказали, на замене лыжи я потеряла около полутора минут. А проиграла лидеру минуту и две секунды.

Я тут много критиковала тренеров. Но не хочу умалчивать и о моментах, вызвавших у меня чувство признательности им. Перед Олимпийскими играми тренерский совет принял такое решение: во второй гонке на 5 километров участвуют две гонщицы, показавшие лучшие (среди наших) результаты в первой гонке на 10 километров, и две спортсменки, не стартовавшие в ней. Поскольку я показала четвертый результат, то меня не должны были по идее ставить на 5 километров. Но тренеры учли обстоятельства моей неудачи и все же доверили мне участвовать в этой гонке. Признаюсь, это было для меня приятной неожиданностью.

Выступила я на 5 километров не блестяще. Но после стольких переживаний и огорчений третье место, я думаю, было для меня успехом. Тем более что оно давало мне право участвовать в эстафете.

Из дневника А. К.

5 февраля 1964 года. Инсбрук.

Олимпийская гонка 5 км.

Старт под № 25. Начала сразу в хорошем ритме, но посредственный прокат мешал хорошо выкатиться, не успевала восстановиться из-за тупого скольжения.

1. К. Боярских — 17.50. 2. М. Лехтонен — 17.52,9. 3. А. Колчина — 18.08,4.

Сон плохой. Долго не могла уснуть и рано (5 ч.) проснулась. И лежала, стараясь заснуть, считала. Аппетит удовлетворительный. Самочувствие нормальное, но опять не было уверенности, что смазка выбрана правильно, так и получилось. Т — 5°. Снег — набросанный фирн. Мазали грунт «Роде» — растирали огнем, затем «Элит» гол. + «Свикс» гол — тупо, а держало везде хорошо. Очень жаль, что плохо несло на спусках.

Эстафету нам особенно хотелось выиграть. Во-первых, потому, что до сих пор это не удавалось сделать. А во-вторых, нас подзадорило заявление некоторых газет насчет того, что русские, мол, «любят троицу» и, стало

быть, проиграют эстафету и в третий раз. Собрались мы с девчатами в комнате, обсуждаем, как завтра будем выступать, волнуемся: неужели опять проиграем?! Нет! Настроились только на победу. С тем и разошлись. На следующий день вышли на старт разминаться все вместе, чтобы конкуренты не знали, кто из нас какой этап бежит. Катаемся, громко разговариваем, шутим. И только когда стартер уже дал команду «На старт!», я сбросила курточку и вышла на линию старта (поставить меня на первый этап я попросила тренеров сама).

Из дневника А. К.

7 февраля 1964 год. Инсбрук.

Олимпийская эст. 3×5 км — победа!

Подъем в 6.30. Прогулка 20 мин. Гимнастика 10 мин. Умывание, одевание, завтрак. Вышла к старту в 8.15. Разминка 15 мин. на лыжах — опробовали мазь. Легкий массаж (В. М. Соболев). Каталась перед стартом 15 мин. Бег и гимнастика 5 мин. Стояла на своей стартовой дорожке 4 мин. Старт под № 5. Старалась не отставать от финки и с правой стороны караулила немку, чтоб случайно не расколоть лыжи: наши лыжни сходились. Пройшла за финкой 600 м и вышла вперед. Передала эстафету Евдокии Мекшило с разрывом в 37 сек.

Совсем не спала, очень переживала за эстафету, хотелось все учесть. Аппетит плохой. Самочувствие хор. Т — 10°. Много свежесвыпавшего снега. Мазали «Роде» (до — 8°) и растирали огнем. Лыжи работали отлично.

После переодевания пошли с Дусей в баню. Обед в 13 ч. и сон 1 час. В 16.30 награждение.

Надо ли говорить, что я испытывала после этой победы? Олимпийская золотая медаль — высшая спортивная награда, и этим сказано все.

Как-то особенно остро я почувствовала здесь, сколько сделал для меня П. Колчин как тренер и чего это стоило ему, особенно на соревнованиях, где ему приходилось и меня опекать, и самому готовиться, отдыхать, выступать.

Многие даже высказывались против такого совмещения. Но, с другой стороны, я понимала, что иначе он не мог, даже если бы я отказалась от его помощи. Ведь он был моим единственным тренером и хорошо знал, что никто не сможет мне помочь так, как это мог он, во всем — и в подборе мази, и в моральном отношении. Я даже не представляю себе такой ситуации: я участвую в соревнованиях, а он в этот момент сидит где-то, скажем, в гостиничном номере или в домике. И за это я была ему очень благодарна.

П. К. Что касается меня, то я считаю, что мои тренерские обязанности в отношении Али не представляли для меня на соревнованиях такой уж большой трудности. Приехать на место соревнований, помочь ей в подборе смазки, выйти на какой-то участок трассы, чтобы информировать Алю, как она идет, мне было совершенно нетрудно, я ведь не делал при этом интенсивных движений. Даже полезно пройтись спокойно на свежем воздухе. Конечно, я переживал за ее выступления, что, наверное, отражалось на моем настроении. Однако мои переживания чаще всего сопровождались положительными эмоциями — Аля ведь в большинстве соревнований выступала успешно. А положительные эмоции, как известно, поднимают настроение, то есть помогают и соревноваться, и отдыхать. К сожалению, в Инсбруке нам в этом отношении не повезло — слишком много было отрицательных эмоций.

На «пятнашку» меня уже поставили. В день гонки, надо сказать, погода была не очень хорошей и у нас немного со смазочкой неудачно вышло. Тут, наверное, читатель иронически улыбнется: дескать, старая песня — раз зашел разговор о смазке — значит плохо выступили. Ну а что ж поделаешь, если так было. Ведь действительно с неудачной смазкой (если только она не у всех участников одинакова) соревнований не выиграешь. Одним словом, я был шестым, И. Ворончихин — седь-

мым, Г. Ваганов — четырнадцатым, В. Тараканов — семнадцатым.

Из дневника П. К.

2 февраля 1964 года. Инсбрук.

Погода теплая. Лыжня сырая. Много пробовали. «Свикс» кр. жидк. (жидкий. — Ред.) — плохо. «Темп» кр. — плохо. «Линдгрэнс» и «Роде» — удов. Э. Мянтюранта сказал мне, что мазал «Рекс» фиолет. + «Рекс» серебристый — очень хорошо. Если это так, то результат говорит за себя. 1. Э. Мянтюранта — 50.54,1. 2. Х. Гренинген — 51.34,8. 3. С. Ернберг — 51.42,2. 4. В. Хухтала — 51.45,4. 5. Я. Стефанссон — 51.46,4. 6. П. Колчин — 51.52,0. 7. И. Ворончихин — 51.53,9.

Как лучшего в этой гонке, в эстафету меня поставили на последний этап. Та эстафета прошла для меня, если в спорте применимо это слово, трагически.

На первом этапе шел И. Утробин. Эстафету передал Г. Ваганову, если я не ошибаюсь, вторым. Г. Ваганов пришел к своему финишу первым. Первым же закончил третий этап и И. Ворончихин. Я ушел в 18 секундах впереди Х. Гренингена. Почти сразу же за ним двое — Э. Мянтюранта и А. Реннлунд. (Чтобы стало ясно, в какую солидную компанию я попал, скажу, что Гренинген увез с Олимпийских игр две серебряные медали, Реннлунд — золотую и серебряную, Э. Мянтюранта — две золотых и серебряную.) Где-то в районе 3-го километра Х. Гренинген меня достал, что, однако, не было для меня неожиданностью. Я его пропустил, и он, было, ушел. Но вскоре я опять поровнялся с ним и вместе с идущими за мной шведом и финном мы обошли Гренингена. Правда, не скажу, что я сделал это легко. Как раз наоборот, шел очень напряженно. Дело в том, что скользили у меня лыжи очень хорошо, просто отлично, а вот держали слабо. Это потому, что стало немножко отпускать — тешлеть, мне бы на такой случай надо было голубого «Свикса» много положить, а я его не положил. И на

первой половине дистанции, где много подъемов, мне очень трудно было бороться со своими грозными соперниками. Как я ни старался уйти, не мог. Через некоторое время меня снова Х. Гренинген настиг. Несколько раз еще мы с ним обходили друг друга — такая напряженная была между нами борьба. Вдруг кто-то еще проносится мимо меня. Мянтюранта! Как бросился в подъем, за ним вплотную Ренилунд, за ними Гренинген. Я уже четвертый... Прямо ошеломили они меня и своим мощным рывком, и даже своим видом: все трое намного выше меня, особенно Х. Гренинген — такой жердина, метр девяносто два рост. Я стараюсь, стараюсь, в голове одна мысль: «Поскорей бы до спусков добраться». А их все нет и нет. А соперники уходят, уходят, уходят... Уже я их из виду потерял. «Все, — думаю, — четвертый, ничего не сделаешь, там сзади уже того и гляди догонят». Выбрался кое-как наверх, пошел на спуск, толкаюсь, толкаюсь, толкаюсь. Слышу, кто-то кричит по-русски: «давай-давай! Можешь догнать!» Тут вроде как и сил у меня немного прибавилось. Поднажал я, смотрю — действительно появляется Гренинген. Догоняю я его, и он на спуске на повороте падает передо мной — видно, тоже на пределе шел. Я едва успел крикнуть: «Гренинген! Лыжу!» Он — молодец все-таки! — моментально среагировал, рванул лыжи к себе, и в то же мгновение я проскочил мимо него. А через несколько секунд и Э. Мянтюранта с А. Ренилундом показались, и я сразу понял, что сейчас догоню их, потому что я знал лыжню, знал, что спуск еще достаточно долгий будет. Промелькнула Аля. (Я ей перед стартом дал киноаппарат, и мы условились, что на этом самом спуске она будет меня снимать.) Разрыв между мной и соперниками сокращается. Осталось метров пятнадцать — и тут снова крутой подъем. Те, кто следил по телевизору за событиями XII Олимпийских игр 1976 года, наверняка помнят эпизод (его много раз повторяли), когда Иван Гаранин

обходит на подъеме сразу двух лыжников, выводя нашу эстафетную команду на третье место. Вот это и был тот самый подъем. Только сейчас овражек, по которому поднималась лыжня, разрыли, сделали трассу гораздо шире, а тогда он был настолько узким, что лыжи нельзя было расставить для подъема «елочкой». Пришлось изо всех сил упираться палками, потому что лыжи у меня совсем уже не держали (к этому времени еще больше отпустило, вышло солнце, лыжня стала влажноватой). Но финн со шведом, конечно, опять от меня ушли. Метров, наверное, на тридцать. Подъем, однако, был не очень затяжным, за ним начинался небольшой спуск по лесу, а затем ровный участок. И снова я толкаюсь, толкаюсь палками, лыжи-то у меня скользят лучше, чем у них. И снова я их догоняю. Остается до финиша метров восемьсот, и здесь я начинаю у них просить лыжню. Обойти их стороной в этом месте не было никакой возможности. Пропустить идущего сзади можно было только посторонившись, не расставляя палок — дальше снега нет (как известно, отсутствие снега было главной проблемой олимпийского Инсбрука: снег для прокладки лыжных трасс доставляли корзинами). Передо мной шел А. Реннлунд, я у него просил лыжню, швед — у Э. Мянтьюранты. Однако, пропустив Реннлунда, финн тут же стал пристраиваться за ним, то есть преградил мне путь. Я все же решил протиснуться мимо него слева, бросился в это узкое пространство, но натолкнулся на палку, которую он воткнул в снег прямо между моими лыжами.

Может, и не стоило бы так подробно описывать этот эпизод. Но мне обидно немного. Снят у нас документальный фильм об этих Олимпийских играх. И вот, рассказывая об эстафете, диктор говорит, что перед финишем Колчина обходят два лыжника и занимают первое и второе места. Возможно, конечно, для зрителя важнее всего результат, а не «кто кого обошел». Но мне-то не безразлично, как ему (зрителю) преподносят эпизод с моим

участием. А ведь здесь разница принципиальная: не они меня обошли, а я их обходил, и если бы мне уступили лыжню, как того требуют правила, или хотя бы она была шире, то... Нет, я не скажу, что непременно победил бы — спорт есть спорт, всякое еще могло случиться, да и соперниками моими были лыжники, сами способные победить кого угодно и в каких угодно условиях. Но если бы, я говорю, мне не создали препятствия и я первым бы начал преодолевать маленький подъемчик (а на скорости рывком я бы вскарабкался на него, если и уступив соперникам, то, может, какие-то сантиметры), то я оказался бы в явно лучшем положении, чем они: за подъемом шел спуск метров триста (а на спусках, как выяснилось на дистанции, я выигрывал у них) и метров через сто — финиш. В такой ситуации, думаю, мне легче было бы победить, чем моим соперникам. Но такой ситуации не получилось. Натолкнувшись на палку, я остановился. Э. Мянтюранта же, наоборот, оттолкнулся от меня, вырвался сразу на несколько метров вперед и, набирая скорость, ушел в подъем. Пока я разогнался, соперники были уже далеко. Первым закончил эстафету Реннлунд. Мянтюранта проиграл ему меньше 8 секунд. Я отстал от финна на 4,5 секунды. Это была настоящая «рубка»!

Читателя, наверное, интересует вопрос: как я оцениваю действия Э. Мянтюранты? Сложный для меня вопрос. Вот у Али к Ээро отношение вполне определенное — она его называет «шалун». Между прочим, аналогичную «шалость» Мянтюранта допустил и на следующих Олимпийских играх в Гренобле, на этот раз с Вячеславом Ведениным. Когда Слава на последнем этапе эстафеты стал его обходить, Э. Мянтюранта пошел ему наперерез и едва не загнал в кусты, которые росли вдоль трассы. Интересно, что этот эпизод, снятый одним из шведских журналистов, был по кадрам воспроизведен в шведском спортивном (иллюстрированном) журнале с

комментарием, в котором финн уже был назван более резко — «хулиганом на лыжне».

Так как же я отношусь к Э. Мянтьюранте? Как это не покажется странным, я не держу на него зла. Я не могу судить его строго, потому что по себе знаю, что творится в душе лыжника, которого обходят у финиша олимпийской гонки. При том колоссальном накале борьбы, который бывает на крупнейших международных соревнованиях, вполне может случиться «моральный срыв», когда спортсмен, не владея собой, нарушает хорошо ему известные правила. Это может случиться с любым человеком. Я помню, такой же случай произошел с Василием Рочевым на предолимпийской неделе в Зеефельде в 1975 году. В эстафете он боролся за второе место с норвежцем Ю. Харвикеном и перекрыл ему путь. После финиша мне один финн укоризненно заметил, что, мол, Рочев неправ. Я, конечно, не стал защищать Рочева, а чтобы что-то ответить, спросил: «А Мянтьюранта?..» Кажется, финн меня понял. Чтобы не было недоразумений, уточню: я лишь объясняю, почему так иногда случается, вовсе не оправдывая подобные методы борьбы с соперником. Тем более что тот же В. Рочев, например, мог бы воспользоваться другим, более справедливым приемом, чтобы помешать Ю. Харвикену обойти себя, — пойти «коньковым» шагом.

Так что с Э. Мянтьюрантой, я думаю, мы останемся в прежних приятельских отношениях.

Не очень удачными оказались для ребят Игры в Инсбруке. Почему? Точный ответ дать трудно. Тем более что и у мужчин, и у женщин была общая подготовка, тренировались мы вместе. А выступили женщины намного лучше. Все-таки я считаю, что неудачи наши во многом произошли от неправильной расстановки сил по дистанциям. Может, и моя вина здесь есть. Видимо, не следовало мне рассчитывать на то, что мой отказ бежать контрольную тренировку в полную силу будет пра-

வில்ньо понят тренерами — как уверенность в себе, а не как слабость. Да ведь хотел как лучше. После драки кулаками не машут, но я уверен, что мог бы очень хорошо пройти тридцатку. Не потому, что я, видите ли, убежден в этом, и поди, мол, докажи, что я неправ. Просто я был в отличной форме. И еще один немаловажный фактор — гонка на 30 километров проходила в отличную погоду, при которой у нас обычно не бывает срывов, связанных со смазкой и недостаточно совершенным (хроническая наша болезнь) инвентарем. Последнее обстоятельство как раз проявилось в следующей гонке. Но, несмотря на это, думаю, и 15 километров мог бы пройти лучше, выступи я в первой гонке, на которую так рассчитывал. Все-таки решение не ставить меня на нее основательно испортило настроение.

В последние годы советские лыжники стали выступать успешнее. И не последнюю роль в этом сыграл более, что ли, принципиальный подход к отбору спортсменов на то или иное соревнование, гонку. Кто на последнем этапе подготовки хорошо выступает, показывает высокие результаты, тех и ставят. И не важно — молодой ты или не молодой. Состояние спортсмена на данный момент — вот что главное. Уже перестали устраивать в ответственные моменты контрольные тренировки. Это очень правильно: зачем лишняя нервотрепка, тем более что она отрицательно влияет на восстановление работоспособности спортсмена после тренировок и соревнований.

Последовавшее после Инсбрука олимпийское четырехлетие было отмечено постепенным изменением взглядов на методику тренировки лыжника. Еще оставались приверженцы «силового развития» лыжника. Среди спортсменов это были, например, такие известные лыжники, как А. Акентьев, Е. Рудковский. Но большинство тренеров и спортсменов понимало, что дальнейший прогресс лыжного спорта возможен только за счет преиму-

136 щественного использования в тренировках специальных упражнений, то есть максимально приближенных по структуре к обычным движениям лыжника (имитация движений лыжника, ходьба на различного рода лыжероллерах). Правильность такого подхода подтвердили впоследствии и наши спортсмены, и спортсмены Германской Демократической Республики, лыжники которой, широко используя в тренировках роллеры, добились немалых успехов на международной арене, несмотря на то, что история лыжного спорта в этой стране (по сравнению с нашей, а также со Скандинавскими странами), прямо скажем, бедновата. Впрочем, ее не поздно «обогащить» и в наши дни, что и делают сейчас спортсмены ГДР.

А. К. Говоря откровенно, тридцатичетырехлетний спортсмен, к тому же тренер по профессии, мог бы предполагать, что вот-вот ему предложат подумать о переходе на тренерскую работу. И все же мы не ожидали, что такое предложение сделают Павлу вскоре после Исбрука, когда у него самого еще и в мыслях не было оставить спорт или хотя бы снизить нагрузки. А может, нас несколько ошарашило то, что Павлу предлагали не подумать, а сразу переходить. Мы, однако, позволили себе обсудить этот трудный в жизни каждого спортсмена шаг. Что там говорить, мне, конечно, хотелось, чтобы Павел еще выступал. Я старалась быть предельно объективной перед собой, но все равно не видела в сборной лыжника, который был бы безусловно сильнее Колчина. Правда, никаких сомнений не вызывали и тренерские способности Колчина. У него уже был долгий опыт работы со мной, он отлично знал методы и средства подготовки лыжника. Так что с этой стороны предложение Спорткомитета хоть и не вызывало у меня и у Павла одобрения, но было вполне обоснованным.

П. К. Да, бросать спорт мне очень не хотелось. Во всяком случае, я хотел еще года два побегать, чтобы проверить на себе ряд экспериментальных моментов, в частности попробовать выполнить еще бóльший объем специальной подготовки. Но уж очень настойчиво меня склоняли к переходу на тренерскую работу, и в конце концов я согласился — стал тренировать молодежную группу сборной, куда входили В. Веденин, А. Наседкин, В. Круглов и другие лыжники.

Все же, когда я стал тренером, у меня оставалось чувство какой-то «спортивной неудовлетворенности». Очень хотелось еще соревноваться. И в 1965—1966 годах я выступал со своими ребятами в некоторых соревнованиях. В конце 1965 года я, например, на чемпионате СССР занял четвертое место на 15 километров и десятое на 50 километров. После этого поехал с ребятами в Норвегию и там в Киркинесе выиграл гонку на 15 километров.

Последний раз выступил в 1966 году в соревнованиях на приз газеты «Советский спорт» за динамовскую команду Москвы. Между прочим, перед этим я хорошо прошел контрольную тренировку, и мне советовали идти в эстафете за первую команду. Но я уступил место молодому спортсмену и побежал за вторую команду. В ходе гонки (на последнем этапе) произошел такой, я бы сказал, символический эпизод — меня обошел мой ученик Слава Веденин. Я как увидел его спину, ну, думаю, сейчас я тебе преподам наглядный урок, как надо бороться, посмотрим, кто кого! Однако урок не состоялся — догнать Славу я, как ни старался, не смог. Впервые меня не очень огорчило собственное поражение. Слава набирал силу, и я был очень рад за него.

Если быть точным, то мне довелось еще раз — в 1975 году — выступить (правда, неофициально) на небольших молодежных соревнованиях, посвященных открытию сезона. Там участвовали в основном первораз-

рядники (были ли там мастера, не знаю). Вместе с тремя другими тренерами (В. А. Ивановым, А. А. Смирновым и В. Я. Филимоновым) я бежал в эстафете, и мы обыграли молодежь.

А. К. Когда мы вернулись из Инсбрука, я крепко задумалась и о своих личных планах. Неудача с креплением, из-за которой я вместо первого места заняла седьмое, не давала мне покоя. Сразу же появилось желание усовершенствовать крепление, чтобы никогда больше ничего подобного со мной не случилось. И еще я решила начать серьезную подготовку к следующим Играм 1968 года, чтобы как-то реабилитировать себя, что ли, после неудачи. Продумали мы с Павлом четырехгодичный план и начали готовиться.

Я так бодро говорю о своих решениях, что боюсь, как бы читатель не подумал, будто все у меня шло по принципу «сказано — сделано». Нет, конечно. Трудностей было много: и со здоровьем, бывало, не ладилось, и забот по хозяйству хватало, все больше внимания к себе требовал Федя, много приходилось волноваться за Павла, у которого снова участились непонятные болезненные явления. Иной раз я просто впадала в отчаяние — не хватало времени на многое из того, что хотелось бы сделать. Но тренироваться надо было, коль уж решила.

Из дневника А. К.

1 июля 1964 года. Отепя.

Утром бег средне 2 км. Гимнастика 20 мин. Ходьба 3 км быстро. Тренировка переменная. Быстрая ходьба 8 км...

Сон хор. Сам-е хор. Чувствую боль в икроножных. Аппетит отл. Быстро устаю, нет особого желания тренироваться. Часто думаю о том, что надо бросить.

21 июля 1964 года. Отепя.

Утром бег 3 км слабо, но вспотела. Гимнастика 5 мин. Плавание 200 м. Бег 1,5 км. Ходьба 1,5 км. Завтрак.

Бег 2,5 км и ходьба 1,5 км. Днем плавание 300 м, ходьба 2 км.

Сон хор. Сам-е хор. Аппетит отл. Все время гнетет волнение и хочется все бросить.

13 августа 1964 года. Кярику — Отепя.

6 часов ходьба в лесу в наклонном положении в больших сапогах. Сам-е хор. Аппетит отл. Очень красивый лес, и не хочется уходить.

2 мая 1965 года. Москва.

«В 12 часов прогулка в Измайловский лес. Игра в бадминтон 10 мин. Ходьба в разл. (различных. — Ред.) направлениях — спокойно. Гимнастика 5 мин. Игра 10 мин. Ходьба из лесу домой. Урок танцев после обеда с Мариной.

День холодный, а в лесу тепло, хотя падал снег. После 3 часов вышло солнце, и было здорово!

4 мая 1965 года. Москва.

Трудовые процессы. Очень много ходила — таскала ведром цемент с пятого этажа.

7 мая 1965 года. Москва.

Спала хорошо. Самочувствие хорошее. Но голова болит. Погода отличная. На тренировке в середине очень захотела есть, попросила хлеба у маляров. От тренировки получила огромное удовольствие.

3 августа 1965 года. Отепя.

Утром в 7.30 зарядка: ходьба 500 м, бег 2 км слабо, гимнастика 10 мин., ходьба 2 км. Днем активный отдых. Ходьба 2 км.

Спала хорошо. Идет дождик. Часто думаю о Павлике: скоро ли он приедет? Много слушала и поправляла Федю в чтении. После обеда теоретическое занятие с девочками. 1. Учись владеть собой. 2. Современная методика тренировки. 3. Психологический анализ лыжной гонки.

7 августа 1965 года. Отепя.

Зарядка: бег 2 км слабо, гимнастика с рез. амортиза-

тором 10 мин. Днем контрольная по ОФП: имитация 4×200 м на технику 4+, прыжок с места 1 м 93 см, отжимания 25 раз. Перед нормативами размялась: ходьба 1 км, бег 2 км. Смотрела кросс и пробежала 3 км. Гимнастика с камнями. Вечером смотрела футбольную встречу «Старики» — «Молодежь».

Сон хороший, хотя долго не спала — следила за дыханием Павла: он через пять дыханий начинал реже дышать и совсем останавливался, после этого его дергало судорогой. Самочувствие удовлетворительное.

28 августа 1965 года. Отепя.

Активный отдых. Трудовые процессы — носила воду 2 ч. Каталась на велосипеде 3 км. Вечером прогулка.

Сон плохой. С Павликом было очень плохо: упал с кровати и был без сознания 20 минут.

4 сентября 1965 года. Отепя.

Зарядка: гимнастика 5 мин. с Федей, ходьба 1 км в гору, бег 1 км по опилкам, гимнастика 15 мин., ходьба 1 км. Днем ходьба в гору 1 км и 500 м под гору. После обеда ходьба 1,5 км.

Сон плохой: Павел опять дышит с перерывами — все время слежу за ним. Аппетит нормальный. Немножко болит голова.

31 декабря 1965 года. Отепя.

Утром на лыжах по пересеч. 5 км. Гимнастика 10 мин. Днем тренировка равномерная. Прошла в метель по трудному рельефу (лыжня мягкая) 15 км.

Вечер прошел отлично, много танцевала, и было до конца отличное настроение. Очень хочу, чтоб быстрее приехал Павличек!

13 января 1966 года. Отепя.

Активный отдых. Зарядка: бег 2 км, гимнастика 10 мин., многоскоки 100 м. Днем прогулка 6 км. Вечером парная баня.

Сон хороший. Самочувствие хорошее. Аппетит удовлетворит. Очень жду Павла, даже есть не могу.

21 января 1966 года. Отепя.

...Вечером тренировка равномерная. На лыжах по лыжне и без лыжни 10 км. Гимнастика 5 мин.

...В этот вечер было чудесное зрелище — отблески на небе от заходящего солнца и лес, ласково укутанный снегом.

Первым этапом моей подготовки к Греноблю было первенство мира 1966 года в Холменколлене. Сезон 1966 года меня мало интересовал, хотя в ряде международных соревнований я должна была показать результаты не ниже достигнутых: во-первых, для собственной уверенности в том, что я на правильном пути в подготовке, а во-вторых, чтобы и у руководства сборной не возникало сомнений в моей готовности. Все-таки в год первенства мира мне исполнилось 36 лет. Это уже возраст «хороший». И хотя и в таком возрасте можно показывать самые высокие результаты (это я проверила), но тут уже может сказываться многолетняя нервная и физическая перегруженность от соревнований. Поэтому, чтобы быть на высоте, мне надо было очень хорошо подготовиться.

Цикличность тренировок осталась у меня прежней: три дня тренировок — день отдыха, два дня тренировок — день отдыха. А вот содержание занятий мы несколько изменили, еще большее место отведя в них специальной подготовке. Раньше мы все-таки много играли, бегали, плавали. Теперь мы в основном занимались на роликовых коньках, лыжероллерах разной конструкции (тяжелых, легких), чередуя их. Эти средства тренировки и сочетания их мы искали все время. Благодаря им в бесснежное время года отработывали такие элементы техники, как быстрота проката, быстрота отталкивания, положение в прокате, которыми занимаются обычно на снегу. Вот этот большой процент специальной подготовки сразу сказался — мне было очень легко входить в зимний режим тренировок, как будто и не было

лета, а я все время тренировалась на лыжах. Через каждые десять дней у меня были контрольные тренировки: я проходила в максимальном темпе один и тот же тестовый круг и сравнивала время его прохождения с предыдущими результатами. Если я время повторяла или улучшала (а именно так оно и было в большинстве случаев), это говорило о том, что работоспособность организма повышается.

Если не считать перенесенную мной в 1965 году серьезную полостную операцию, которая, к счастью, обошлась без осложнений, все шло нормально. Последний этап подготовки к первенству мира проходил в Швеции, где мы вне зачета участвовали в чемпионате страны. И там за полторы недели до первенства я заболела гриппом с осложнением на гайморовы полости. Опечалилась я, конечно. Приехали мы уже в Холменколлен, а я хожу и думаю, что же мне теперь может помочь. Решила искать баню. Походила я, искала и нашла финскую баню. На мое счастье, у бани останавливалась автомашина, курсировавшая между пресс-центром и городом, водитель которой любезно подвозил меня к дому, где жила советская делегация. Каждый день я в ту баню ходила, хорошенько прогревалась. Домой всегда поспевала к ужину и пила теплое молоко. И так всю неделю — баня, теплое молоко. Прогрелась я, как-то вздохнула. Тренировок не прекращала, но завязывала рот шарфом — погода была очень холодной. К соревнованиям уже чувствовала себя вполне удовлетворительно.

За два дня до первого старта вечером приходят ко мне корреспонденты и задают множество вопросов. Один из них я очень хорошо запомнила: «Можете ли вы выступить здесь блестяще и показать хорошие результаты?» Я ответила так: «Если будет теплая погода и яркое солнце, то я думаю, что мое выступление будет успешным». Эти вопрос и ответ запомнились мне потому,

что именно такая погода и была во время гонки на 5 километров — совершенно безветренно, солнце, искрится снег. Но я забежала вперед — первой была гонка на 10 километров. Перед гонкой подумала: «Как бы не зарваться, вдруг не смогу хорошо бежать?..» Начала гонку довольно резво, а вот в середине пощадила немного себя, послабее чуть-чуть пошла. Там был длинный подъем, и я прошла его совершенно свободно с большим запасом, хотя чувствовала, что могла пройти его гораздо быстрее. Но уже как-то внушила себе, что после болезни если я пройду здесь в полную силу, то сорвусь и не смогу хорошо выступить на следующих дистанциях. Всего 18 секунд проиграла я чемпионке К. Боярских. И 38 секунд выиграла у занявшей третье место Т. Густафссон. Тут еще, конечно, и погода сдерживала меня: пасмурно было и холодно, и я побоялась нахвататься холодного воздуха. А может, я и правильно сделала, что подстраховала себя. Как бы там ни было, но после этой гонки решила, что вполне могу выиграть «пятерку», и очень была довольна после финиша, узнав, что проиграла всего 18 секунд. Я так искренно радовалась, что многие так же искренно недоумевали: радуется, как будто она выиграла. Вообще-то, вторые места меня никогда особо не радовали, поэтому такая моя реакция была несколько странной даже для меня самой.

Ну а на 5 километров погода, я уже сказала, была как по моему заказу — легкий морозец, солнышко. Скольжение, как говорится, только стой (чтобы не свалиться на большой скорости). Это, конечно, не значило, что теперь я никого не боялась и была уверена в победе. Достаточно сказать, что самый грозный мой соперник Клава Боярских должна была стартовать через 2 минуты после меня. Стали мы думать с Павликом, как бы мне не проиграть ей в такой удачной для нее ситуации. И договорились вот о чем. Была на дистанции одна петля с довольно узкой горловиной, вроде греческой

буквы «омега». При входе в петлю Павел должен взять мое время, затем минуты две подождать, пока подойдет К. Боярских, взять ее время, пересечь горловину петли и у ее выхода сообщить мне, сколько я выигрываю или проигрываю. Мы несколько раз прорепетировали эту операцию: я в максимальном темпе проходила петлю, и Павел после двухминутного ожидания вполне успевал встретить меня, даже немножко ждать ему приходилось.

И вот идет гонка. Павел все делает, как договорились: выходит мне навстречу., а меня нет. Я уже проскочила это место. Он так удивлялся, поздравляя меня с победой: «Как же ты смогла?!» А я тоже сначала растерялась, не увидев его в условленном месте. Потом сообразила: раз его нет — значит я наверняка много выигрываю.

Из дневника А. К.

23 февраля 1966 года. Холменколлен.

1. А. Колчина — 17.18,9. 2. К. Боярских — 17.25,2.
3. Р. Ачкина — 17.42,5. 4. Е. Мекшило — 17.47,3.

После финиша — гимнастические упражнения, и фотокорреспонденты снимали сколько им было нужно.

После съемок и выступлений для ГДР по радио и телевидению легкий обед и через час — в баню. В бане отдых и самомассаж. В 16.30 выехала на пресс-конференцию, в 18 ч. на прием в советское посольство в честь Дня Советской Армии. В 20 ч. прием в ратуше у мэра города. Присутствовали все спортсмены, кронпринц (сын короля). Танцевала весь вечер и имела прекрасное настроение. Напало перевозбуждение, поэтому долго не могла заснуть.

Корреспонденты, падкие до всяческих суеверий и совпадений, были, естественно сражены моим предсказанием «победной» погоды. Говорили и так: «Все дело в погоде — будь она другой, Колчина не выиграла бы».

Это был последний чемпионат мира, на котором проводилась эстафета 3×5 километров. На следующем чем-

пионате в эстафете бежали уже четыре женщины. Вызвано это было бурным развитием женского лыжного спорта во многих странах. Я еще помню, в таких странах, как Болгария, Венгрия, Польша, ГДР, ФРГ, невозможно было собрать сильную эстафетную команду. Третья участница была обычно очень слабенькая, из-за чего разрыв между командами этих стран и ведущими командами мира был очень большим. В середине же шестидесятых годов в названных странах (и в некоторых других) появилось по 4—5 сильных лыжниц. Естественно, потребовалось увеличить состав эстафетных команд, чтобы дать возможность проявить себя в крупнейших соревнованиях всем сильнейшим спортсменкам.

В эстафете все у нас было хорошо. Погода была наша — зимняя, морозная. И с мазями не пришлось много мудрить.

Из дневника А. К.

27 февраля 1966 года. Холменколлен.

Соревнования эст. (эстафета. — Ред.) 3×5 км.

1. СССР. 2. Норвегия. 3. Швеция.

Самочувствие хорошее. Состояние уравновешенное, немножко было волнение из-за смазки на 1-м и 2-м этапах. Аппетит отличный. Вечером ходила в баню — последний раз. Это было самое прекрасное на первенстве мира.

Я, честно говоря, даже не ожидала, что так здорово выступлю. Эта болезнь... Этот шарф... Если бы я ходила одна на тренировке, мне бы не подготовиться. Но рядом был Павел. Он становился впереди меня, и я шла за ним, не думая ни о накате, ни о ритме, ни о свободе движений, а только чувствуя, что они у меня получаются сами собой, без малейших моих усилий. И было у меня ощущение, будто я лечу, не чувствуя скорости, в каком-то удивительном пространстве, а в ушах у меня переливается мелодичный звон, словно ручеек журчит. Павел как бы брал на себя все неприятные ощущения,

связанные с болезнью, с необходимостью пересилить недомогание, оставляя мне, как бы это сказать, мышечную работу в чистом виде.

В общем, 1966 год прошел успешно, я хорошо выступила на первенстве СССР и уже непосредственно нацелилась на Олимпийские игры.

Из дневника А. К.

7 марта 1966 года. Свердловск.

Соревнование 5 км. Первенство СССР.

1. К. Боярских — 18.46. 2. А. Колчина — 19.00.
3. Н. Терехина — 19.05. 4. Е. Мекшило — 19.12. 5. В. Халитова — 19.25. 6. М. Гусакова — 19.42.

Спала хорошо, но видела сон: Гусакова мешала мне бежать, не уступала лыжню, не пропускала вперед. Волнение есть — значит опять перевозбуждение: мелочи раздражают, а юмора не хватает. Аппетит нормальный. Т — 11°. Черн. (черный. — Ред.) «Элит» + зел. + смешанная «самоварка Павла» — хорошо. Не могла взять нужный ритм, нет свободы и легкости бега в подъем. Шла без напряжения и даже не боялась, что не буду второй.

В 1966 году нас вроде бы устраивали отличные деревянные лыжи. А в следующем году на предолимпийской неделе мы вдруг поняли, что на деревянных лыжах в соревнованиях предстоящих Олимпийских игр уже ничего не сделаешь — не выдерживают они жесткой горной лыжни. Настала пора иметь несколько лыж на разный снег. На сухой, морозный нужны деревянные лыжи. На обледенелую лыжню, на которой снег как терка, нужны либо гикаревые лыжи с пластиковой окантовкой, либо пластиковые, а если идешь по такому снегу на обычных лыжах, мазь сдирается с них вместе с деревом. Шведы, финны, норвежцы уже имели лыжи в полном ассортименте. У нас же положение с ними было катастрофически плохое. Две-три пары хороших деревянных лыж — все, что имел член сборной команды.

К сожалению, до Олимпийских игр ничего у нас в этом плане не изменилось. Да и сейчас лыжи — одна из главных проблем моего вида спорта. Судите сами, обычные деревянные лыжи выдерживают 700—800 километров. Лыжницы за сезон проходят до 7000 километров. Еще больше проходит лыжник — 10 000 километров. Нетрудно подсчитать, сколько деревянных лыж ему требуется на один сезон. В нашей стране деревянные лыжи более или менее высокого качества выпускает по спецзаказу таллинская фабрика (это лыжи марки «Эстония»). Отличные лыжи выпускает финская фирма «Ярвинен». Естественно, они гораздо дороже наших. Но дело даже не в этом. Я уже сказала, что одними деревянными лыжами современному классному лыжнику не обойтись. Нужны пластиковые. Лучшие пластиковые лыжи производят австрийские фирмы «Кнайсель», «Фишер» и та же «Ярвинен». Но опять-таки они весьма и весьма дороги. Поэтому Спорткомитет закупает их в ограниченном количестве и строго по спискам распределяет среди членов сборной команды СССР. Но и этим не покрывается полностью потребность в лыжах наших ведущих спортсменов. А что же наши лыжные фабрики? Когда мы только начали работать над книгой, у нас еще не было отечественных пластиковых лыж. И об этом мы намеревались здесь написать. Сейчас я с радостью делаю поправку: появились и наши, советские, пластиковые лыжи. Но когда они приблизятся по качеству к лучшим зарубежным, сказать трудно, отработка технологии производства лыж (хороших лыж!) — процесс сложный, я это знаю.

Примерно так же обстоит дело и с лыжными ботинками, палками, гоночными комбинезонами. Что ж, будем надеяться...

П. К. Подходят Игры в Гренобле. Сборная естественным путем омолаживается. Все уверенней заявляют о себе лыжники нового поколения — В. Веденин,

А. Акентьев, В. Тараканов, В. Воронков, Ф. Симашев, А. Наседкин. Они и составили основу олимпийской сборной. Последний этап подготовки проходил в Ворохте в Карпатах (на высоте 800—1000 метров над уровнем моря). На Олимпийских играх же предстояло выступать на высоте 1300 метров. Поэтому выбор Ворохты в данном случае, я считаю, был не очень удачным. Лучше было бы проводить отбор в Бакурнани, как все последние годы. Конечно, Карпаты ближе к Альпам, чем Кавказ. Но ведь здесь важнее близость не «горизонтальная», а «вертикальная». Практикой к тому времени уже было доказано, что организм спортсмена легче переносит тренировочные и соревновательные нагрузки при переходе с большей высоты на меньшую, а не наоборот. (Правда, увлекаться высотой тоже нельзя. На высоте 3000 метров движения спортсмена будут несколько замедленными из-за трудностей с дыханием, и такими они могут некоторое время оставаться и на меньшей высоте.) После Ворохты мы провели две недели в Швейцарии, где все было бы хорошо, если бы не обилие снега, из-за которого очень трудно было готовить трассы для тренировок. Здесь тоже, я считаю, нам не повезло. И спортсмены из-за этого переволновались. Переездов было много, а вот намеченного количества стартов не получилось. Я имею в виду не контрольные тренировки, а настоящие соревнования с участием зарубежных лыжников, с которыми нам предстояло конкурировать на олимпийской лыжне. Но их поблизости не оказалось, и желаемых контактов с ними у нас не состоялось. (Я сейчас поймал себя на мысли, что, еще не сказав ни слова о самих Играх, я уже вроде как начал «оправдываться», выискивать всякие мелочи, помешавшие лыжникам показать результаты, которые ожидали от них и болельщики, и тренеры. Но, поверьте, это не мелочи. Это просчеты. Большие ли, маленькие, но просчеты, которых в подготовке олимпийской команды не должно

быть. И я очень хотел бы, чтоб их больше не было, потому и говорю о них здесь.)

А. К. Перед Олимпийскими играми мне не повезло — я приболела и из-за этого была не в очень хорошей форме. Но в отборе в Ворохте участвовала и по его результатам все же была включена в олимпийскую команду.

П. К. Гренобль. Довольно большой город, расположенный в горном ущелье на высоте 600—800 метров над уровнем моря. Здесь в Олимпийской деревне разместились почти вся советская делегация, кроме лыжников и биатлонистов. Мы же отправились в Отран — курортный поселок, как у нас принято говорить, под Греноблем, а фактически над ним, где был оборудован «филиал» Олимпийской деревни и проложены лыжные трассы. Жили мы в небольших барачного типа домиках по 4—6 человек. В нашем распоряжении были баня, кинотеатр, телевизоры. Все нормально. Тренироваться можно, как говорят лыжники, прямо «с крыльца»: вышел, встал на лыжи — и катись. Рядом стартовый стадион. Трибуны с подогревом (очень здорово придумано!). Посмотрел я на тот стадион, и завидно стало — не было у нас еще тогда таких сооружений. Сейчас, правда, начали строить: в Свердловске очень хороший лыжный стадион, в Кавголово, Сыктывкаре, строится стадион в Мурманске. Лыжные стадионы — это большое дело. Без них сейчас трудно популяризировать наш вид спорта. Спортивные зрелища становятся все более интересными, а спортивные сооружения комфортабельнее. Лыжному чемпионату, на котором у зрителя нет своего места и возможности следить за ходом борьбы (а видит зритель лишь старт и финиш), трудно стало конкурировать (в смысле привлечения болельщиков) с благоустроенными Дворцами спорта, обычными футбольно-легкоатлетическими стадионами, бассейнами. А надо. Лыжи — спорт емкий. В том смысле, что он может «принять к се-

бе» гораздо больше людей, чем любой другой вид спорта. «Спортзал» лыжника — огромная территория нашей страны, за исключением, может быть, Средней Азии и юга европейской части Союза. И это далеко не единственное преимущество лыж перед другими видами. Попробуйте-ка заняться, скажем, гимнастикой или борьбой, хоккеем, если в вашем городе, поселке нет соответствующей спортивной секции (и необходимого спортивного сооружения), — ничего не получится. А лыжами на первых порах можно заниматься, где угодно: простейший лыжный инвентарь доступен каждому, а первые тренировочные уроки можно брать у любого школьного учителя физкультуры.

Идем дальше. Всем известно, что в спорт сейчас легко «опоздать»: не успел, скажем, семи-восьмилетний школьник записаться в плавательную секцию, в девять его уже туда вряд ли примут — «стар» (исключения бывают, но они исключения). Примерно так же обстоит дело и со многими другими видами спорта. А вот у нас в лыжах нет такого «критического» возрастного барьера, после которого человеку, пришедшему в лыжную секцию, дают от ворот поворот независимо от того, способный он к данному виду спорта или нет. И не потому, что лыжные тренеры добрее других. Дело тут в ином. Вот, например, координация движений — качество, без хорошего развития которого трудно стать даже перво-разрядником в таких технически сложных видах спорта, как фигурное катание, акробатика, прыжки в воду, гимнастика, воспитывается в основном в детском возрасте. Двадцатилетнего человека, ранее не занимавшегося спортом, чрезвычайно трудно научить делать стойку на руках или сальто (хотя это третьеразрядные акробатические упражнения). А вот известная наша лыжница Галина Кулакова, начав заниматься спортом в двадцатилетнем возрасте, стала многократной чемпионкой мира, Советского Союза и олимпийских игр. И осо-

бенно удивляться тут нечему. Самое главное для лыжника качество — это выносливость, а она максимального развития достигает уже у взрослого человека. Этим объясняется и завидное спортивное долголетие лыжников. Алевтина Колчина, например, последний раз стала чемпионкой страны в сорок лет. Редко в каком виде спорта такое возможно. Наконец, лыжи не ставят новичкам жестких требований в смысле физических данных. В волейболе, допустим, баскетболе и некоторых других видах спорта малышу нечего делать. В таких же видах спорта, как гимнастика, акробатика, тяжелая атлетика, наоборот, труднее приходится высокорослым, их поэтому туда и не особенно принимают. В лыжах же могут проявить себя и те, и другие. Примеров сколько угодно: от двухметрового олимпийского чемпиона из Финляндии Ю. Мието до нашего В. Веденина, рост которого 1 метр 64 сантиметра.

Я не хочу сказать, что лыжи — самый лучший вид спорта. Но то, что он один из самых доступных, несомненно. Мы стремимся к тому, чтобы как можно больше людей было вовлечено в регулярные занятия спортом. В реализации этого стремления лыжи могли бы сыграть ведущую роль, они готовы к тому. Надо лишь широко открыть для всех красоту нашего вида спорта, его огромную пользу для здоровья, его достоинства и преимущества. Вот для чего и нужны нам сейчас лыжные стадионы.

А. К. Трасса женской 10-километровой гонки состояла из двух «этажей». Первая ее половина проходила внизу, вторая уходила в горы и петляла там. Разница в высотах заметно ощущалась: внизу был сырой снег, вверху гораздо суше. Если намазать лыжи на сырой снег, то вверху «примерзнешь» — будет большой «подлип», при котором можно только шагать по лыжне, а не скользить. Павел намазал мне лыжи так, чтобы внизу они немножко проскальзывали, а вверху мазь бы рабо-

тила нормально. Но когда тренеры увидели, что у Колчиной лыжи слабо держат, они стали настойчиво советовать «закрепить» их. Так и пришлось сделать. Внизу лыжи шли нормально, но когда я поднялась наверх, они буквально примерзли к снегу. И вот с таким «подлипсом» я бежала 3 километра. Лишь когда спустилась снова вниз, мне набросали на лыжную ветку, о которые я соскочила налипший на лыжи снег, и покатила быстрее, отыгрывая потерянные в горах секунды. После 5 километров я была третьей, а вверху скатилась на седьмое место. Тут надо добавить, что на решение подмазать лыжи повлияли еще и несколько человек (уже не помню кто это был), которые прибежали сверху и сказали, что там тоже снег отсырел и подлипать, мол, не будет. Но знаю, проверяли ли они снег наверху или нет, во всяком случае, расплачиваться за их безответственность пришлось мне.

Перед гонкой на 5 километров я уже решила никакие посторонние советы не принимать. Намазали мы лыжи, как и первоначально, в предыдущей гонке, с тем расчетом, чтобы на гололеде они чуть отдавали, зато на сухих участках шли хорошо, и тогда у меня здесь будет выигрыш. Расчет оказался верным — шла я хорошо. Но опять мне не повезло. Иду я на 4-м километре на спуск и вдруг удар по ногам — и я на снегу. Каким-то образом на лыжную попал большущий ком снега. Не берусь сказать, сколько я здесь потеряла, наверное немного, потому что поднялась довольно быстро и снова набрала скорость. Но и проиграла до обидного мало: 3 секунды Гале Кулаковой и 6 секунд шведке Тойни Густафссон.

Из дневника А. К.

13 февраля 1968 года. Гренобль.

Олимпийские игры, 5 км — старт в 9 ч. Зарядка: ходьба 100 м, бег 1 км, упр. 10 мин. Легкий завтрак — 3 ложки каши и 1 сухарик, размоченный в молоке. По-

бежала мазать лыжи. Намазала, переобулась и пошла с лыжами в руках к старту — 500 м. С 8.10 все пробова-ла и переобувалась (5—6 км). Мой № — 24. Со старта пошла хорошо, но все же скованно. Бежалось хорошо, на 1-м км проигрывала Р. Ачкиной 5 сек. После 2 км — уже ровно, но все шли сзади. На 4-м км упала на спуске — жаль! Финишировала бесшажным, а Тойни с шагом с выдвиганием ноги — это накатистей. После финиша поздравили Тойни и прошли с Галей 2 км. Переобулась у Павла, и бег 1 км.

Мазала «Свикс-скар» и в него больше, чем под грузовую, «Роде» кр. — она на спусках тормозила. Думаю, что с фиолетовым «Рексом» было бы лучше, — опять забыла. Значит, еще бдительнее надо отнестись к смазке. (Только б никто не мешал, не отвлекал, как сегодня Х. Гросс: думаю о смазке, а ему вдруг захотелось мои лыжи покрутить в руках, посмотреть — я прямо разозлилась. А Павел тут же сделал мне выговор за невыдержанность. Сказал, что этим я все себе подрчу — отталкиваю людей.)

Самочувствие в гонке и после — хор. Ход сегодня легкий. Сходила в душ, и поехали на собрание. В 14 ч. пресс-конференция: 1. «На каком уровне находится моя подготовка в этом году? На таком же как 5—6 лет назад или нет?» 2. «Думаю ли еще заниматься спортом?» — «Думаю еще год или два».

П. К. В работе нашего тренерского совета в Гренобле еще чувствовались следы многолетних традиций. Хотя В. Ведения был в отличной форме, но, когда он заблудился на трассе контрольной тренировки и не закончил дистанции, ему предложили пройти ее дополнительно. Правда, хоть он прошел ее не очень хорошо, его все же поставили на 30 километров, в эстафету и на 50 километров.

Здесь, пожалуй, пора поговорить о мази. Нет, совсем не потому, что первая же гонка сложилась для нас не-

удачно. Просто тема эта заслуживает отдельного внимания, коль мы говорим о лыжах. Мазь — я даже не знаю, как в нескольких словах определить ее роль в лыжах. Сказать, что это половина успеха — вроде бы слишком большое преувеличение. В конце концов не мазь, а тяжелый самоотверженный тренировочный труд открывает лыжнику путь к большим победам. Но вот ты в поте лица и, может быть, не один год готовишься к своим главным соревнованиям. Удачно избежал травм, здоров, с каждым днем твоя спортивная форма улучшается, в сезоне ты побеждаешь на всех соревнованиях, обретая все большую уверенность в своих силах. И вот главный старт, который должен подтвердить, что ты сильнейший или один из сильнейших. Ты стартуешь в отличном боевом настроении. И — провал. Мазь!..

А. К. Не помню уже, что это были за соревнования (не олимпийские игры и не первенство мира). Помню лишь, что накануне разыгралась пурга, из-за которой известный финский лыжник Э. Мянтьюранта не смог вовремя добраться к месту соревнований. Когда он наконец появился на лыжном стадионе, ему оставалось до старта буквально несколько минут. Увидев мажущего свои лыжи норвежца Х. Гренингена, финн подошел к нему со словами: «Вот тебе, Харальд, мои лыжи, делай с ними что хочешь, а я побежал переодеваться». Тот, конечно, намазал ему лыжи, и Э. Мянтьюранта выиграл на них первое место. Сам же Х. Гренинген был вторым. После соревнований Э. Мянтьюранта подошел к нему и сказал: «Ты, Харальд, настоящий мастер, отлично бегаешь и отлично мажешь лыжи, спасибо тебе!..» Красивый эпизод, не правда ли? Но не характерный. И не потому, что сопернику нельзя доверять (хотя к иным соперникам это может относиться). Просто невозможно быть уверенным, что какой-то, пусть даже очень опытный лыжник может в нужный для тебя момент стопроцентно «попасть в мазь». Возьмем скандинавов. Обще-

известно, что это величайшие знатоки лыжного спорта. Но те же норвежцы, к примеру, даже на олимпийских играх всей командой, случалось, «не попадали в мазь» и в отдельных гонках выступали из-за этого крайне неудачно. Поэтому если уж лыжник не мажет себе лыжи сам, то, как правило, доверяет эту ответственную процедуру человеку, который, во-первых, не меньше тебя заинтересован в твоём отличном выступлении, а во-вторых, хорошо известен тебе как «специалист» по смазке, чья добросовестность в этом чрезвычайно кропотливом деле не вызывает сомнений.

Таким человеком был для меня Колчин. Его предельная ответственность, вдумчивость, умение при выборе смазки учитывать тончайшие нюансы погодных условий известны не только мне. Многие лыжники подходят к нему на соревнованиях и спрашивают: «Павел Константинович, как намазать лыжи?» Это, конечно, не значит, что Колчин никогда не ошибается. Случались и у него ошибки со смазкой. Но причина их в том, что каждый раз абсолютно правильно предсказать изменения условий скольжения (особенно на сложных трассах) практически невозможно, так же как не всегда возможно точно предсказать погоду, несмотря на то, что метеоцентры располагают сейчас определенной методикой прогнозов, современной аппаратурой. Просто, мне кажется, человеческий мозг не в состоянии в сложных с точки зрения смазки условиях учесть огромное количество факторов, влияющих на выбор смазки, и выбрать наилучший в данном случае вариант. Вот если можно было бы заложить в компьютер все те варианты смазки (с указанием погодных условий и оценки скольжения), которые содержатся даже в наших с Павлом дневниках (таких вариантов там не одна тысяча) да попробовать воспользоваться рецептами, выданными компьютером на основе заложенных в него материалов... Мечты, мечты!

Однако больше приходилось иметь дело со смазкой Веденину. Поэтому ему и слово.

И. К. Чудес здесь, в общем-то, никаких нет. Проблема чисто физическая: трение между двумя материалами — мазью и снегом. Существуют определенные правила смазки, хорошо известные лыжникам. На упаковках мазей указывается температурный диапазон их применения. Все, казалось бы, просто. Но пусть кто хочет со мной спорит, я всегда буду считать умение «попасть в мазь» сложнейшим искусством, совершенствование которого нет предела. Даже у зарубежных команд, имеющих свою «национальную» мазь (у итальянцев — «Роде», у шведов и норвежцев — «Свикс», «Окс-Элит», «Братли» и у финнов — «Рекс», «Ваухти»), особенности которой известны им до тонкостей, бываюи неудачи со смазкой. И одна из главных причин в том, что очень трудно предусмотреть изменение погоды. А измениться она может в течение получаса, даже меньше. Бывает так: перед самым стартом объявляют по радио, что температура сохранится низкая. Тренеры и спортсмены выбирают соответствующую смазку. Старт. А спустя несколько минут подул теплый ветерок, и резко началось потепление... Или такой вариант. Бюро прогнозов передало, что предполагается потепление. Смотришь на барометр — к осадкам, а раз осадки, то действительно понижения не жди — либо сохранится температура, либо еще теплей станет. На это и расчет держишь, смазывая лыжи. Со старта ушел, а температура, наоборот, на понижение пошла.

В той самой первой гонке на 30 километров, на которой я прервал свой рассказ об Олимпийских играх в Гренобле, мы положили Славе Веденину мазь, рассчитывая, что на втором круге, который был открыт солнцу, потеплеет, а температура сохранилась низкой. И лыжи у него скользили плохо, особенно на первой половине дистанции.

Но и предугадать погоду — еще не все. При различной структуре снега, при различной влажности мазь, как мы говорим, «работает» по-разному. Допустим, по старому, лежалому снегу лыжи на определенной смазке скользят хорошо. А по свежавыпавшему при той же температуре и той же смазке — плохо. Бывает так: опробовал определенную мазь — хорошо! Запомнил, записал в дневник, что за мазь, как мазал, какая была температура, влажность, снег. А в следующий раз при тех же условиях мазь «работает» плохо. Почему?! Оказывается, другая банка, другая серия изготовления мази, в чем-то неуловимо изменившая ее физические свойства, а это уже сказывается на скольжении. Значит, приходится баночки с особенно удачной мазью сохранять для других соревнований с аналогичными условиями. Между прочим, качества мази могут измениться и со временем. Иной раз смотришь: мажет кто-то из иностранцев лыжи «Рексом», к примеру. Понаблюдаешь за ним — хорошо идут лыжи. Давай и себе так же мазать. А результат уже не тот. В чем дело? Мазь у иностранного лыжника нового выпуска, и свойства ее уже несколько иные. А ведь лыжники употребляют не одну какую-то мазь, а комбинации различных мазей. Одними смазывают переднюю и заднюю части лыжи — для лучшего скольжения, другие «кладут» под так называемую грузовую площадку (центральную часть лыжи), чтобы лыжи «держали», не проскальзывали при отталкивании. Все эти комбинации тоже стараешься записывать в дневник, чтобы при подходящих условиях воспользоваться ими. Победивших спрашиваешь, чем мазали, чтобы вот так по крупицам собирать опыт удачных вариантов смазки.

Но как же много еще всего, что нужно учитывать в этом деле! Идут соревнования, скоро старт, надо мазать лыжи. Вдруг вспоминаешь, что точно такие же условия были несколько недель назад на других соревнова-

их, где ты удачно намазал лыжи и победил, да к тому же осталась баночка той самой мази. Достоешь записки — так и есть, все сходится — температура, структура снега. Находишь заветную баночку, мажешь лыжи довольный, что на этот раз не придется долго колдовать над смазкой, пробовать варианты. А радость оказывается преждевременной: лыжи идут не так хорошо, как прошлый раз. Ну в чем еще дело?! И вот оказывается, что направление ветра было другим. А из-за этого тончайшие иголочки снежинок (своеобразный снежный «порс») легли в другую сторону, и особенности сцепления лыж со снегом изменились.

Очень важно знать местные особенности погоды, снега. Или хотя бы просто знать, где и какую мазь лучше применять, потому что далеко не всегда удастся самому себе логически обосновать преимущество какой-то мази в определенной местности. Вот, например, мазь «Ваухти». В Свердловске она хорошо скользит, и многие ее используют при минусовой температуре (-10°). А под Москвой эта мазь не «работает» при той же температуре. Может, потому, что лес оказывает на снег какое-то влияние: в Свердловске — сосны, в Подмосковье — березы с елями. В Японии мы широко пользовались мазью «Роде», нахвалиться не могли. А во многих других местах она не «работает», хотя это одна из лучших в мире мазей.

Любители спорта наверняка помнят, какой фурор произвел в Гренобле своей победой в гонке на 30 километров итальянец Франко Нонес. Я не хочу принижать успех этого несомненно талантливого гонщика. Но столь же несомненна роль смазки в его победе. Он использовал новую мазь — «Роде» на температуру $-6-20^{\circ}$. Эта мазь с учетом условий, в которых проходила гонка, оказалась наилучшей. В то же время я убежден, что Слава Веденин не менее талантлив и был не хуже подготовлен. Но вот как с ним получилось.

Мы положили ему слишком много голубой «держашей» мази, рассчитывая, что ко второй половине гонки потеплеет. В горах сплошь и рядом бывает, что в 8—9 часов утра температура от 3 до 10 градусов ниже нуля. А к десяти часам она может подняться до нуля и выше. Если при этом снег, по которому проложена лыжня, старый, покрытый коркой, то он быстро темнеет и начинает таять. Если же выпадет свежий снег, то повышение температуры несколько задерживается даже на открытых солнечных участках. Этого-то мы и не учли. А температура сохранилась низкой, и лыжи у Славы скользили плоховато, особенно в первой половине гонки, когда температура была еще ниже.

Обычно вопросами смазки на соревнованиях у нас занимаются тренеры. Они ходят перед стартом по трассе, пробуют различные варианты смазки, затем принимают решение — мазать так-то и так-то. Перед самым стартом делаются дополнения: у одного, скажем, слишком тонкий слой получился — добавить надо; кому-то вообще нужна поправка, потому что у него такая особенность техники, что он слишком резко толкается, то есть «срывает», не может использовать то незначительное трение, которое при плавном толчке позволяет «зацепиться» за мельчайшие неровности лыжни и создать реакцию опоры — силу, движущую лыжника вперед (вот, кстати, еще один фактор, который бывает трудно учесть из-за того, что у каждого лыжника своя техника (особенно отталкивания), и мазь, которая годится для одного, может оказаться неприемлемой для другого).

Вот эти самые поправки представляют собой острую и злободневную проблему нашего лыжного спорта. Представьте себе такую ситуацию: спортсмен выходит к месту старта, до которого остаются считанные минуты, и вдруг обнаруживается, что лыжи у него, допустим, плохо скользят. Неважно почему: изменилась ли погода или произошла случайная ошибка со смазкой. Отправ-

лить спортсмена на дистанцию бессмысленно. Нужна поправка. Но кто ее будет вносить? Собрать тренеров для коллегияльного решения невозможно — они уже разошлись по дистанции. Лыжники у нас не приучены к тому, чтобы самим смазывать лыжи: ответственность велика, зачем брать ее на себя, когда рядом тренеры. Казалось бы, тренеру в такой ситуации и карты в руки. К сожалению, тренеры у нас тоже неохотно идут на это. В 1975 году на предолимпийской неделе в Инсбруке в аналогичную ситуацию попал мой ученик Анатолий Шмигун. И решил я проявить инициативу. Да неудачно получилось. Сколько же ко мне после этого претензий было! Сколько едких напоминаний я потом выслушал! Причем вспоминали о той истории те люди, у которых в этом деле и ошибок больше, и знаний меньше. А ничего не возразишь им: да, ошибся, и никакой гарантии, что еще раз не ошибусь, нет. Каково после этого брать на себя ответственность в подобных ситуациях? Такая реакция у кого хочешь отобьет желание проявлять в будущем самостоятельность в вопросах смазки. А между прочим, А. Шмигуну я тогда, считай, ничего и не поправлял. Мне показалось, что Толя излишне волновался из-за смазки. И чтобы снять волнение, я решил пойти ему навстречу — «поправить» смазку. Для чего и подмазал слегка ему лыжи теми же мазками, что они были смазаны первоначально. Чисто психологический прием: покажу ему, думал, что поправил смазку, он и успокоится. А он прошел неудачно. В эстафете за первую команду. А за вторую шел Женя Воллов и прошел хорошо. И получилось, что я виноват в неудаче первой команды. А самостоятельность в таких ситуациях просто необходима. Раз ты выпускаешь спортсмена со старта, а у него что-то не в порядке со смазкой, то тебе с этим спортсменом и решать, как ее поправить, ни на кого не оглядываясь (разумеется, учесть информацию, передаваемую с трассы другими трене-

рами) и не ища, с кем бы разделить ответственность. Я даже думаю, что инициатива спортсмена должна быть здесь большей. Чувствуешь, что у тебя перед стартом лыжи не держат, мажь скорей, тебе ведь идти! У меня были такие случаи, когда я перед стартом не решался самостоятельно подправить смазку, из-за чего не совсем удачно выступал. Я всегда себя винил за это. И, думаю, справедливо. Не проявил решительность — надо винить себя, а не искать человека, на которого удобно свалить вину, как это иногда бывает.

Надо давать не только на тренировках, но и непосредственно перед ответственным стартом работать творчески, не задумываясь над последствиями возможной ошибки. Уж кто-кто, а тренер с учеником, наверное, больше всех хотят, чтобы выступление было как можно более успешным.

В Гренобле перед гонкой на 50 километров были очень сложные для смазки условия. Гололед. И температура постепенно повышалась. А это значило, что мазь, которая перед стартом хорошо работала, уже через полчаса после старта могла перестать держать. На такой случай был у меня вариант смазки, которая не идеально, но достаточно хорошо скользила, надежно держала. Я предложил главному тренеру Венедикту Ивановичу Каменскому намазать этой комбинацией мазей лыжи у двоих наших лыжников. А у двух других — другой, которая была принята большинством тренерских голосов. Он согласился, но остальные тренеры были против. Тогда я настоял на том, чтобы намазать так хотя бы лыжи у одного Веденина. Намазал. И Слава хорошо прошел. А остальные наши ребята выступили неудачно. К сожалению, такие удачные решения проблемы смазки в сложных погодных условиях случаются не часто. И, может быть, не столько из-за ранее перечисленных трудностей с подбором мази, сколько из-за того, что тренер, ищущий новые, лучшие варианты смазки, сильно рис-

кует прослыть индивидуалистом. Избавляться нам надо от такого положения. И пора учить спортсменов быть более самостоятельными в вопросах смазки. Здесь нам надо брать пример со скандинавов. Примерно так же, как и у нас, тренеры их готовят смазки, пробуют и приходят к определенному решению. Но спортсмены у них по возможности и сами стараются принять участие в выборе смазки и смазывании собственных лыж.

У нас здесь еще одна застарелая проблема — отсутствие своей хорошей мази. Есть, правда, неплохая мазь «Виста». Но пока ее очень мало, и надо еще пробовать, познавать на практике ее особенности. Это, пожалуй, проблема номер один нашего лыжного спорта. Давно пора иметь свою отечественную мазь высокого класса. Надо, чтобы в сборной был мазевар, как это заведено у шведов, финнов. Отечественная мазь — это и большой психологический козырь. Пока мы пользуемся зарубежными мазями, основные наши соперники спокойны за свое преимущество в этом отношении — свои мази-то они знают лучше нас. А уверенность (хотя бы и в превосходстве своей смазки), что ни говорите, помогает в борьбе.

Да, сложная штука смазка. Много еще нам надо работать в этой области. Но уже то хорошо, что ясны направления работы, ибо пробелы наши здесь очевидны. Надо только быстрее ликвидировать их.

Закончу теперь рассказ о Гренобле.

Гонка на 15 километров проходила в очень сырую погоду. Мы перепробовали много мазей, остановились на комбинации «Роде» и «Рекса». Но и этот вариант оказался далеко не лучшим — лыжи скользили плоховато. И все наши лыжники выступили неудачно. А вот у норвежцев (по сравнению с другими командами) лыжи скользили лучше. И самый знаменитый из них — Х. Гренинген — выиграл эту гонку. После того как норвежцы выиграли и эстафету, поговаривали даже, что они при-

менили какую-то особую смазку (не знаю, правда, соответствовало ли это действительности).

Из дневника А. К.

10 февраля 1968 года. Гренобль.

...Прошла 2×5 км и смотрела мужчин 15 км. Х. Гренинген шел под № 5 и очень плохо ехал на 6-м км. Я ему подкричала, а он головой мотает и говорит: «Найн, найн», а ноги не проталкивает вперед — натывается. А когда вошел в тень и лыжня вверх подниматься в лесу начала, мазь заработала иначе. И вот он даже не ожидал, как стал чемпионом.

П. К. В эстафете захватывающая борьба (к сожалению, не за высшую награду) развернулась между В. Ведениным и Э. Мянтюрантой. Веденин ушел на последний этап третьим, прилично выигрывая у финской команды — 30 секунд. Но Мянтюранта был в то время очень силен. Он достал Веденина. Правда Слава «ждал» его, то есть был готов к этому, не паниковал, не бросался сразу убежать от финна. Пропустил его вперед и пошел за ним. Мянтюранта несколько раз пытался уйти, но ничего не получалось у него. В конце дистанции перед входом на стадион — длинный спуск. Хотя лыжи у финна ехали чуть-чуть лучше, именно здесь Веденин решил попытаться обойти его. И вот Слава хорошенько расталкивается и выходит с лыжни вправо, чтобы объехать Мянтюранту стороной, потому что тот, естественно, не уступает ее (и, в общем-то, правильно делает: на спусках лыжню не уступают, на равнине или на подъеме — другое дело). Но финн сообразил, что надо делать и тоже пошел вправо коньковым движением. Слава, чтобы не врезаться в него, — еще правей, а там кусты... Пришлось резко затормозить «илугом». Мянтюранта в этот момент, конечно, укатил вперед. Надо отдать должное, Слава быстро опять на лыжню выскочил, растолкался, достал Мянтюранту и вошел на стадион с ним рядом — там уже были проложены две параллельные

лыжни. Постепенно Веденин стал уходить вперед. В конце стадиона поворот и финишная прямая. В поворот Слава вошел по дальней, внешней лыжне. Затем перешел на внутреннюю (он уже был впереди финна и не мешал ему). Мянтюранте ничего не оставалось делать, кроме как тут же перейти на внешнюю лыжню. И вот этот вынужденный шаг — бывает же так! — дал ему немалое преимущество. Сразу два лыжника финишируют редко. Поэтому основная их масса на предыдущих соревнованиях прошла по более короткой, внутренней лыжне. Естественно, она была уже грязная, «закатапанная», и скольжение на ней было гораздо хуже. В. Веденин потом говорил мне: как только он перешел на внутреннюю лыжню, сразу же пожалел об этом, потому что скольжение заметно ухудшилось. А переходить обратно он уже не решился: слишком близко был финиш. Слава боролся до конца. Э. Мянтюранта финишировал буквально на грудь впереди, принеся своей команде бронзовые медали.

У женской эстафеты тоже получился захватывающий сюжет.

А. К. Эстафета, как всегда, принесла много волнений и драматических эпизодов. Первый и самый большой сюрприз всем преподнесли норвежки. Перед эстафетой они не считались фаворитами, ибо в гонке на 6 километров заняли лишь 7, 10 и 21-е места (шведки — 1, 4, 15-е; мы — 2, 3, 6-е; финки — 5, 8, 11-е). Однако никто не смог с ними конкурировать на равных, так великолепно удалось им подобрать смазку. Я шла на первом этапе. Лыжи были у меня смазаны хорошо — на всего, чем мы располагали, это был, я думаю, лучший вариант смазки. Тем не менее моя соперница Н. Луфлес, за которой я со старта шла вплотную километра полтора, на малейшем спуске легко увеличивала разрыв между нами. В подъем я еще могла ее достать, а на 2-м километре сделала отчаянный рывок метров

600 и ушла от нее на несколько метров. Но тут же на маленьком спуске она подъехала ко мне, а когда начался длинный спуск, пронеслась мимо меня, будто я на месте стояла. Так и укатила. К финишу уже разрыв был 25 секунд. Я этим не хочу сказать, что раз не смогла обыграть И. Ауфлес, значит и дальше у нас не было шансов бороться за победу. И Рита Ачкина, и Галя Кулакова были очень хорошо подготовлены, так что после первого этапа далеко не все еще было ясно (даже учитывая, что лыжи у норвежек шли заметно лучше). Но тут с Ритой случилась неудача.

Из дневника П. К.

16 февраля 1968 года. Гренобль.

...Рита Ачкина с первых метров буквально бросилась за норвежкой Енгер Дамон и на 2—2,5 км достала ее. Здесь совершилась страшная ошибка. По рации Зоя Дмитриевна Болотова крикнула, чтобы Ачкина обходила и уходила. Рита ушла на 6 сек. и встала. Норвежка спокойно вновь подошла к Ачкиной и ушла, отыграв все и увеличив разрыв до 37 сек. За 1 км до финиша Риту обошли Т. Густафссон и М. Олкконен.

А. К. Все, что смогла сделать Галя Кулакова (а она очень хорошо прошла свой этап), — это вывести нашу команду на третье место.

П. К. Я очень надеялся на хорошее выступление Славы Веденина в последней гонке — на 50 километров. В этой гонке мне разрешили персонально опекавать его. Так у нас делают всегда, когда какой-то спортсмен имеет реальные шансы на высокий результат. Естественно, прикрепляют к такому спортсмену тренера, у которого он постоянно воспитывается. Это правильно, так надо делать. Вот я и контролировал Славу — все время «пересекал», смотрел, как у него со смазкой, не надо ли перемазывать, где-то сопровождал его рядом (лидировать или идти сзади ни в коем случае нельзя), спрашивал о его состоянии: не сводит ли ноги, на каком участ-

не дать ему попить или подкрепиться (у меня с собой был рюкзачок с провизией). Слава четко, осмысленно отвечал на все вопросы, был спокоен. Впрочем, это его отличительная черта — никакой нервозности во время гонки или недовольства своим состоянием. Некоторые спортсмены просто не могут, чтобы не «жаловаться»: и тут у меня плохо, и там у меня плохо, не могу идти, устал или что-либо в этом роде. В ходе гонки они позволяют себе даже не очень уважительные по отношению к тренеру выражения (вроде того: «что вы мне это говорите, я это и без вас знаю!»), оправдывая их тем, что гонка, мол, трудная, и они не совсем понимают, что говорят.

Я считаю, таких спортсменов надо воспитывать жестко. С какой бы самоотдачей ни участвовал спортсмен в соревнованиях, у него всегда должна оставаться частица воли, чтобы взять себя в руки, помнить об элементарной этике. Хоть и не очень я это люблю, но В. Веденину я должен здесь сделать комплимент: ничего подобного от него я никогда не слышал. Отвечал он всегда разумно, уважительно. Другому лыжнику дашь попить — он попьет и тут же бросит фляжку. А за ним подь второй идет, ему тоже надо дать, а фляжка в снегу, ее надо успеть протереть, быстренько налить. Слава Веденин так не делал. Дашь ему попить — он аккуратно фляжку поставит или в руки отдаст. Потеряет здесь секунду-две, но потом наворачстает своим спокойствием, выдержкой, уверенностью. Из известных мне великих лыжников таким был В. Хакулинен. И я всегда ставил его Славе в пример. Всегда, когда Слава не участвовал в той или иной гонке на международных соревнованиях, я обращал его внимание на то, как ведет себя на лыжне Хакулинен, этот великолепный лыжник и столь же великодушный человек, у которого спортивный азарт никогда не вытеснял внешнего спокойствия, уравновешенности, я бы даже сказал, человечности.

Главный конкурент В. Веденина в этой гонке У. Элефсетер вышел со старта вслед за ним. На 5-м километре норвежец достает Веденина, и они долго идут вместе. Километров за десять до финиша я сказал Славе, что пора уже выходить. Лыжи у него работали здесь получше, чем у Элефсетера, состояние тоже, на мой взгляд, было неплохим. Но это на мой взгляд. Каково же его внутреннее состояние, я, естественно, не мог точно знать. А ему, конечно, было трудно. Он помедлил немного, потом все-таки собрался и стал уходить от норвежца. 17 секунд ему не хватило, чуть бы раньше начать. Но и серебряная медаль была его большим достижением. Тем более что она была единственной олимпийской наградой мужчин на этих Играх.

Из дневника А. К.

17 февраля 1968 года. Гренобль.

Зарядка: бег 1 км. Аппетита нет, ела только хлеб, размоченный в молоке и чуть чаю. Взяла с собой в лес яйцо, банан и там в 9.15 съела. Старт с 8 ч. перенесли на 8.30, и я очень замерзла, катаясь в лесу так долго. Когда появились участники, стало веселей. Сразу было видно, что норвежцы идут здорово и смазаны отлично. С ними мог бороться только Слава. Э. Мянтюранта, А. Реннлунд были плохо смазаны. А. Реннлунд упал. Я бегала, «пересекала», кричала. Помогала чем могла. Оставалось до финиша 8 км Славе, и его состояние было отличное: чистый взгляд и энергичные движения. Это позволяло надеяться, что к финишу он будет призвым. Переобулась и пошла радостная, счастливая домой. К 12 часам вышло солнце и появилась вода, но Слава финишировал успешно! УРА! Победителей — Павла и Славу — встретила на дороге, поздравила, и они, счастливые, пошли рядом.

А. К. Почему, ну почему мне так не везло на олимпийских играх?! Я всегда удачно выступала на чемпионатах мира, на предолимпийских соревнованиях, на про-

подписшихся обычно после олимпийских игр первенствах СССР. В олимпийских же стартах у меня обязательно случалось какое-нибудь несчастье — то заболелю, то креплоно выбью, то лыжи подведут, то смазка не подойдет. Может, следующий високосный год будет удачным? Не может же все время не везти.

На дневника А. К.

18 февраля 1968 года. Гренобль.

Варядка: ходьба 100 м, бег 1 км, упр. 6 мин. Легкий завтрак: совсем не могла есть. Трен-ка с 9.20. Прибежала к ребятам, намазала лыжи, поговорила о трен-ке с Павлом и побежала. Прошла спокойно 25 км, сняла мазь с лыж, переобулась и пошла домой укладывать вещи. В 12 ч. снова пришла к Павлу советоваться, в какой куртке ехать. Решили: до Парижа поеду в синей, а потом до Москвы в белой. Вечером ездили в Гренобль на открытие X Олимпийских игр.



П. К. Наверное, я должен здесь сказать, что, когда я стал тренировать молодежную группу сборной, у меня далеко не все пошло с ней гладко. Не так просто оказалось добиться у учеников признания твоего тренерского авторитета. И одной из главных причин этого было отсутствие единой системы подготовки лыжников-гонщиков. Я вправе говорить именно о системе, ибо опыт у нас накопился огромный и положительный, и, что не менее важно, отрицательный. Что же требовалось? Сесть за «круглый стол» всем нашим тренерам, готовившим сильнейших лыжников страны, вместе с теоретиками, учеными и спокойно, по-деловому обобщить имеющийся опыт, расставить точки над *i* хотя бы в самых общих вопросах методики тренировки лыжника-мастера. Но этого сделано не было, и по-прежнему в сборной при внешнем благополучии и сотрудничестве существовали противоборствующие группировки.

Естественно, в обстановке профессиональных разногласий очень трудно бывает убедить ученика в необходимости того или иного метода тренировки. И в чем-то его можно по-

нить. Легко ли изо дня в день в основном кататься на роллерах, в то время как лыжники из других групп (и, в общем-то, неплохие лыжники) больше бегают, играют в футбол? Труднее всего мне было с В. Кругловым и А. Наседкиным. Первый имел отличные результаты в беге, ему очень нравилось бегать, это было для него более легким и приятным занятием, чем тренировка на роллерах. Толю Наседкина же хлебом не корми дай поиграть в футбол. По 3—4 часа в день мог гонять мяч. Очень любил эту игру, почему и отдавал ей предпочтение перед другими видами физической подготовки. И вот они стали настойчиво просить меня составить для них другой план — с большей долей беговой подготовки. Я пошел бы им навстречу в чем угодно, но идти против своих же убеждений, против того, что я уже давно на себе проверил, я не мог. Поэтому в конце концов нам пришлось расстаться, о чем я очень сожалею. Круглов был очень сильным лыжником, мог хорошо тренироваться, отлично переносил нагрузки. Он уже тогда стал победителем Кавголовских международных соревнований (эти соревнования, на которых собираются многие сильнейшие лыжники других стран, трудно выиграть). Жалко было Круглова. Стали они с Наседкиным заниматься у других тренеров, и быстро сошли.

Из дневника П. К.

17 июля 1966 года. Отепя.

Контрольная тренировка в 11.15. 5 км средней сложности, в круге пять подъемов по 200—300 м.

В трен-ке не участвовали по нежеланию Наседкин и Круглов. От контрольной тренировки освободил В. Тихонова. Он выполнил тренировку бегом на трудном рельефе в сочетании с имитацией в гору — 1 час 20 мин. Самочувствие у него хорошее, тренировкой удовлетворен. В. Тихонов постепенно начинает понимать значение роллеров, но на данном сборе для применения роллеров у него есть трудности — он не имеет лыжных ботинок

(написал домой, чтобы ему прислали) и раньше совсем не применял данное специальное средство.

31 июля 1966 года. Отепя.

Перед выездом на сбор в Сочи с группой проводилось занятие по составлению плана тренировки на год и на май. Было указано на необходимость начать запись нового дневника по определенной форме. Однако Наседкин не делал запись проделанной тренировки, за что ему был сделан выговор тренерским советом. Также было сделано замечание Веденину по улучшению дневниковых записей. После указанных замечаний трен-кого совета Наседкин и Веденин исправили свои недостатки.

...Несмотря на указанные недостатки в организации, сбор прошел хорошо. Особенно с желанием тренировались А. Колчина, В. Халитова, С. Кондратьева, А. Силаев, В. Авсеев. Из режима дня и плана тренировки часто отклонялся Веденин, особенно частыми выходами рано утром косить траву. Нарушался режим питания и отдыха. Был нарушен режим дня. Доктором принимались меры по регуляции сна. Непланомерный большой объем циклических средств утомил центральную нервную систему Веденина. Рекомендацию полного отдыха в течение суток Веденин не выполнял. Веденину рекомендовано (особенно первую неделю августа) работать в слабой нагрузке.

На сборе произошло нарушение учебно-тренировочного процесса со стороны Наседкина и Круглова (неявка на занятие, неявка на выезд в колхоз на трудовые процессы). Оба не желают выполнять запланированный объем специальных средств (роллеры). Решение тренерского совета: объявить выговор на построении всего сбора, перевести Круглова в группу Баранова В. Д., Наседкину тренироваться по плану Бучина В. И. и под контролем (на сборе ЦС союза) Баранова В. Д.

Я не хочу этим сказать, что такой исход ждет всех, кто не занимается по моей методике, ни в коем случае!

Но уж коль ты занимаешься с тренером, изволь доверять ему. Названных мною ребят, мне кажется, должны были убедить в этом старшие тренеры сборной. Но они не сделали этого. И вот ребята ушли от меня, а поскольку получилось это вроде как в порядке вещей, то они, возможно, и новому тренеру в чем-то не доверились. Вот и не вышло у них ничего путного.

Со Славой Ведениным у меня тоже не все шло как по маслу. Но он от начала и до конца доверял мне. А это главное.

Из дневника П. К.

21 сентября 1968 года. Бакуриани.

Утром в 7.45 зарядка. Обидно, что В. Веденин недопонимает значение зарядки. На построении бывает, а после построения уходит спать. Я знаю, что он очень устает и утром особенно хочется спать, но ведь можно лечь спать в 22 часа, а не в 23, и достаточно 9,5 ч. для того, чтобы выспаться. В. Халитова не советуется, а проводит занятия с группой женщин самостоятельно. А мне не хочется навязывать свои идеи, и нет больше желания что-то объяснять или советовать спортсменкам, не имеющим стремления к познанию в тренировке.

Трен-ка с 10 час. На лыжероллерах спуск по дороге к Цазвери. На обратном пути поднимались: 2 км подъем — 1 км спуск, и так 12 серий по 3 км. Получилось в подъем 24 км. Слава особенно работал над хорошим прокатом, сменой ходов и обращал внимание на своевременное выдвигание голени правой ноги. Движениями его в тренировке я был восхищен.

27 сентября 1968 года. Бакуриани.

Утром в 7.40 построение и зарядка — слабый бег 4 км, общеразвивающие упр. 15 мин. А Слава снова спит. И как бы его втянуть, чтобы хоть выходил утром на прогулку?

Тренировка на лыжероллерах с 10.45. Слабо и средне 4 км. Затем в подъем к перевалу 2 км, спуск 1 км, и

174 так 4 серии. В. Веденин все подъемы проходил мощно, со скоростью выше средней. Приходится его останавливать и заставляя снижать скорость.

А. К. Решительное настроение, с которым я вступила в свое пятое олимпийское четырехлетие, отнюдь не было попыткой успокоить, что ли, себя после неудач в Гренобле. Я, правда, разделила свои честолюбивые спортивные замыслы на два этапа. То есть главной целью для меня теперь было подойти в отличной форме к первенству мира 1970 года. И если это удастся, тогда уже думать об Олимпийских играх.

Одним словом, после Гренобля я не собиралась расслабляться и уже через месяц выиграла гонку на 5 километров на чемпионате СССР. Как ни странно, вскоре после этой гонки меня впервые спросили, не собираюсь ли я уступить свое место в сборной молодым спортсменкам. Задавать такой вопрос чемпионке страны, конечно, глупо и бестактно. Но этот вопрос все же заставил меня серьезно задуматься над тем, что я буду делать после того, как рано или поздно закончу выступать. Тренировать — это ясно. Но кого и где? Кто не мечтает о работе, которая не просто давала бы кусок хлеба, но и приносила бы максимальное моральное удовлетворение. Вот и я того же хотела.

К поискам «своего места в жизни» присоединился и Павел. Это может показаться странным. Человек работает с молодежной сборной. Галантливые ребята, радужные перспективы. Чего еще желать тренеру? Павел не страдал излишним честолюбием, не жаждал славы. Даже в год наивысшего взлета его лучшего ученика В. Веденина (с которым к тому времени они уже проработали семь лет), Павел никогда в разговоре с кем-то не старался умолчать, что первым тренером Веденина был В. Н. Бучин.

Но была у Павла и гордость. Он очень тяжело переживал, когда недоброжелатели говорили (обычно загла-

но), даже просто намекали, что он-де ничего не представляет из себя как тренер, а лишь пользуется своим административным положением тренера сборной, чтобы заниматься с уже готовыми к высшим достижениям лыжниками, ставя себе в заслугу все их победы и успехи. Я уверена, именно на этой почве у Павла опять участились тяжелые приступы (я просто не знаю, как их назвать).

Из дневника А. К.

1 ноября 1968 года. Москва.

Выехала из Кандалякши в 3 ч. ночи. Приехала в Москву в 6.45, было еще темно. В 11 ч. приехал Павел. Он мне все рассказал о Феде. Мы покушали и легли отдыхать. В 13.30 я проснулась от его толчка, а открыв глаза, поняла, что с ним плохо. Приступ длился 20 минут — это он был без сознания, а потом еще долго отходил. И все-таки в 19 ч. решился ехать на водную станцию «Динамо».

Был ли он прав или ошибался, но все это привело его к убеждению, что ему следует заняться воспитанием совсем молодых лыжников с тем, чтобы самому доводить их до высшего мастерства в спорте. Чтобы ни у кого не могло возникнуть ни малейшего основания обвинить его в том, что он пользуется плодами чужого труда. Уже тогда, в начале 1968 года, несмотря на то, что я еще выступала, мы решили искать место, где могли бы осуществить свои замыслы. Это оказалось непросто. Мы перебирали в уме множество различных вариантов, но ни один нас не привлекал.

Как это часто бывает, помог случай. Приходит ко мне однажды моя бывшая одноклубница Маша Поликарпова и приглашает меня к себе в Зеленоград (город-спутник Москвы), где она работает тренером в детско-юношеской спортивной школе (или, как их сокращенно называют, ДЮСШ), чтобы я выступила перед ее воспитанниками, рассказала им о лыжах. олимпийских иг-

рах, первенствах мира и прочих интересных для них вещах. Я с радостью согласилась, тем более что давно уже хотела посмотреть, что это за Зеленоград такой, который знают все москвичи (поскольку он является районом Москвы), но мало кто из них видел, потому что расположен он в Подмосковье, а ехать на электричке в другой, в общем-то, город вроде бы незачем, да и далеко. Поехала. Зеленоград мне понравился с первого взгляда. Современный, с многоэтажными домами город, окруженный лесом. В самом центре высоченные сосны. Красивый город, своеобразный. Я как увидела его, тут же решила: вот где надо работать. Такого же мнения был и Павел. Мы предложили московскому городскому совету «Динамо» создать в Зеленограде школу спортивного мастерства. Предложение было поддержано. Оставалось только все организовать, подыскать помещение для школы и начать работать (на первых порах я намерена была совмещать работу в школе с собственными тренировками). Тут, правда, возникло некоторое осложнение. Зеленоград — город относительно небольшой, и все заботы по подготовке юных лыжников взяла на себя местная ДЮСШ. Нам же оставалось работать либо с выпускниками ДЮСШ, либо с рабочей молодежью города. Это, конечно, не совсем то, что нам бы хотелось. Но очень уж нам понравилось, что в Зеленограде удобно было и жить, и работать, не тратя драгоценного времени на транспорт, на поиски подходящей для тренировок местности. И, подумав, мы согласились работать с ребятами, вышедшими из школьного возраста, с рабочей молодежью, со всеми теми, кто придет к нам. И не важно, имеют ли они представление о лыжах или нет. Это наше согласие заинтересовало исполком. Потому что в городе существовала проблема так называемых «трудных подростков», а мы своей деятельностью могли бы помочь ее решить. Выделили нам под спортшколу трехкомнатную квартиру. Одна комната — раздевалка для

девочек, другая — для мальчиков, третья — класс для проведения занятий, размещения учебных пособий. И начали мы работать. Некоторых из первых своих учеников находили прямо на улице — подходили вечером к ребячьей «гитарной компании» и рассказывали о том, как полезно заниматься спортом, какое это увлекательное дело, приглашали ребят к себе.

Из дневника А. К.

18 ноября 1968 года. Зеленоград.

Сегодня состоялось знакомство с будущими мастерами спорта. Любители лыжных гонок — очень слабые на вид и непредставительные подростки. Посмотрим, какими они вырастут дальше.

Из дневника П. К.

24 ноября 1968 года. Зеленоград.

Утром в 7.30 выехали в Зеленоград проводить первое занятие в ШСМ. Приехали в 9.30. Переоделись. Все ребята очень неподготовленные. Как обидно! Но надо их всему учить, невзирая на недостатки в отношении материалов, инвентаря, формы. Все же более важно — это желание и трудолюбие.

Разминку в помещении провела Алевтина. Очень интересно, даже я увлекся, а ребята тем более.

...После тренировки собрали всех в кабинете директора спортшколы «Юность», потому что другого помещения пока нет. Провели занятие по ведению дневника. Рассказал о форме, последовательности записей, а Алевтина Павловна прочитала и показала ряд описаний тренировок в своем дневнике.

А. К. Однако прошла первая волна активности, педагогического энтузиазма, и я задумалась: что я делаю? чем я занимаюсь? Все это, конечно, дело нужное, но я же мечтала заниматься совсем другим, я же хотела воспитывать спортсменов, мастеров спорта. А какие тут могут быть спортсмены? У Павла хоть это была пока не основная работа, он ведь еще продолжал тренировать

ребят из сборной. А мне что ж, так и пропадать здесь?

Из дневника А. К.

19 декабря 1968 года. Зеленоград — Москва.

Больна. Решаю организационные и хозяйственные вопросы по школе спортивного мастерства. 1. Райком КПСС в 10 ч. 2. В «Динамо» с 11 ч. 3. ЦС «Динамо», МГС «Динамо». 4. Опять РК КПСС. В 15 ч. выехала в Зеленоград. Обсуждаем вопрос по оборудованию предоставленных под школу помещений. В первую очередь надо: занавески и стулья. Занавески принесли из дома, а стулья выделил райком ВЛКСМ.

Поначалу успокаивало то, что вскоре появились первые ощутимые результаты работы. Мы заставили ребят учиться в вечерней школе, устроили их на работу, они втянулись в регулярные тренировки. С 7.00 до 14.00 они работают, в 15.00 они прибегают к нам и до 18.00 тренируются, затем бегут в школу рабочей молодежи.

А со временем и спортсмены у нас появились. Собственно, почти все, кого мы первоначально приняли к себе, стали мастерами спорта. Многие из них уже закончили вечернюю школу, а некоторые к этому времени поступили и успели окончить школу тренеров, институты.

Выступая в печати, Павел как-то приводил историю одного из наших воспитанников. Я думаю, не будет ничего страшного, если я расскажу о ней в этой книге. Потому что она весьма характерна для нашей школы. Пришел к нам однажды мальчик по имени Саша. «Как твоя фамилия, Саша?» — спросила я. — «Музыкантик». Подивилась я такой странной фамилии, улыбнулась и спрашиваю: «А на каком же инструменте ты играешь?» А он пальцы сложил и этакой трещеточкой щелкнул по зубам, а сказать точнее, по корешкам, которые только и остались у него от зубов. И так жалко мне стало этого мальчишку, и понравился он мне очень своей простотой, открытым взглядом. Я его без лишних слов за руку —

и и зубному врачу. Вылечили мы ему зубы, поставили протезы. Потом еще два года сердце приводили в порядок: у него неладно с ним было из-за плохих зубов. А еще через год он на первенстве Москвы выполнил норму мастера спорта. Он, правда, был не новичок в лыжах, до нас занимался в ДЮСШ. Но оттуда его исключили за плохое поведение. Потом он и общеобразовательную школу бросил, стал работать, но прогуливал. В общем, был типичным «трудным подростком». Сейчас все у него выправилось и здоровье, и характер.

Опыт нашей школы показал, что, даже начав заниматься лыжами в юношеском возрасте, можно стать мастером спорта. Но, безусловно, гораздо больше шансов подготовить лыжника высокого класса у того тренера, который имеет в своем распоряжении детей. Тут и спорить нечего. К сожалению, мы пока не имеем возможности принимать к себе учащихся, общеобразовательных школ. Правда, последние годы мы получаем вполне подготовленное в спортивном отношении пополнение. С детства юношеской спортшколой у нас налажился контакт, и по взаимной договоренности мы теперь можем тренирующихся в ней учеников 10-го класса (то есть занимающихся там последний год) приглашать к себе на сборы, с тем чтобы в дальнейшем они занимались у нас и выступали за наше общество «Динамо».

Казалось бы, проблема ранней специализации спортсменов у нас решена. И все же такое решение не может нас полностью устроить. И вот почему. Во-первых, у поступающих к нам ребят нет «клубной привязанности». То есть их не особенно волнует честь общества, которое их не воспитывало и которому они, естественно, не многим обязаны. Поэтому, честно говоря, мы не можем твердо рассчитывать на этих ребят. С таким же успехом их могут пригласить в любое другое общество. В традиции же «Динамо» воспитывать спортсменов, преданных своему обществу. Мы с Павлом всячески поддерживаем эту

традицию и считаем, что роль ее очень велика и в спортивном отношении, и в смысле морального воспитания молодого человека.

Теперь, во-вторых. Как уже говорил Павел, есть разные взгляды на подготовку лыжников. И в технике ребят, приходящих к нам из ДЮСШ, многое нас не устраивает. Из-за этого огромное количество тренировочных часов тратится на переучивание — дело ведь это очень сложное и трудоемкое. Как известно, легче научить какому-либо сложному движению новичка, чем переучить квалифицированного спортсмена, неправильно заучившего это движение.

Но, может быть, еще сложнее перевоспитать их отношение к тренировкам. Мне кажется, современные ДЮСШ недооценивают роль сознательного, вдумчивого отношения юных спортсменов к тому, что они делают на занятиях. Хотя в плане работы тренера ДЮСШ отведены часы для теоретических занятий, они, как правило, не используются по назначению. Для меня это удивительно, но подавляющее большинство выпускниц спортшкол понятия не имеют о том, что такое тренировка, из чего она складывается, какие существуют методы тренировок. Объясняешь им задачу очередной тренировки, смотришь на лица и чувствуешь, что они тебя не понимают и не особенно-то хотят понять, потому что не приучены к этому. Ты им скажи, куда надо бежать и сколько, — это они сделают. Но позвольте, это ведь получается не тренировка, а скорее дрессировка. Пришли на занятие, два часа отбегали, посмеялись и убежали. Я однажды прислушалась, о чем говорят мои девчонки на тренировке.

— Ты где сегодня была?

— В кино ходила. А ты?

— А мы балдели сегодня...

И это вместо того, чтобы подсказать подружке: «ты рукой не так толкнулась, туловище высоко держишь»

или, допустим, «ты плохо скользишь — ногу быстро ставишь».

И же хочу, чтобы человек думал, управлял собой на тренировке. Лыжник должен тонко ощущать и пройденное расстояние, и рельеф, анализировать в зависимости от этого свое состояние, то есть запоминать, где у него мышцы сокращались свободно, успевали расслабляться, а где наливались свинцом. Это, безусловно, дополнительный умственный труд, но в этом и основа высокого мастерства. У такого лыжника вырабатывается своеобразный автоматизм движений в определенных условиях. И. Веденин, например, некоторые крутые подъемы, которые все преодолевали «елочкой», проходил напрямую и всегда удачно. Потому что точно соразмерял высоту и крутизну подъема со своими возможностями. Мне самой иногда приходилось удивлять тренеров, делающих в учебной целью кино съемку известных лыжников-мастеров. Небольшой «тягунок», все проходят его попеременным ходом, чтоб скорость не потерять (это лыжная аббука). Ждут Колчину: интересно, какой у нее здесь ход будет. А она появляется и — что такое! — одновременно идет, да еще и быстрее других. Спрашивают потом: «Как это вы так ходите?» А вот так и хожу — не попробовала раз на некрутой подъем идти одновременным ходом с выдвиганием ноги, потренировалась в этом, и стало у меня получаться быстрее, чем попеременными ходами. Конечно, я хорошо знала, на каком рельефе я могла себе позволить такую нелогичность в выборе хода.

Но почему мне всегда хотелось набрать группу девочек, дать им элементарные знания о спортивной тренировке (пусть у меня год на это уйдет), а потом тренировать. И тогда в группе будет атмосфера, я бы так сказала, творческого единomyслия, когда тренер и ученик действуют в полном согласии и взаимопонимании. Если нет этого, неизбежно развивается атмосфера конфронтации: с одной стороны тренер-тиран, который только

заставляет, не позволяет, требует, с другой стороны бедненькие его ученики, вынужденные по прихоти «этого деспота» до изнеможения тренироваться, выдерживая всякие режимы и лишая себя тем самым радостей жизни. И вот, пожалуйста, за свою пока еще недолгую педагогическую карьеру я, кажется, уже успела заработать репутацию эдакого жесткого, непреклонного тренера. Узнала я об этом случайно сравнительно недавно и эта новость была для меня, признаюсь, большой неожиданностью. Дело было так. Беседовала я с одним хорошо знакомым журналистом, отлично осведомленным о нашей динамовской спортшколе и наших проблемах. И рассказал он мне, что однажды, желая чем-то нам помочь, зашел в одну из ДЮСШ Москвы, которая в лыжном спорте не блистала успехами, и встретился там со старшим тренером (женщиной) по лыжам. Получился у них примерно такой разговор:

— Скажите, чем объяснить ваши хронические неудачи? Может быть, к вам не попадали способные дети?

— Способные есть, но у нас нет нормальных условий для тренировок... (здесь следовало перечисление вполне объективных причин: отсутствие базы, автобуса для перевозки детей к месту тренировок и т. п.).

— А если так, то не жалко ли вам этих детей, которые так и не раскроют полностью свои способности? Не хотелось ли вам отдать хотя бы кого-либо из ваших девочек сильному тренеру, у которого есть хорошие возможности для занятий и который эти возможности хорошо использует?

— Кому, например?

— Ну есть, к примеру, в Зеленограде школа спортивного мастерства, в которой регулярно готовят мастеров. С девочками там Колчина занимается...

— Алевтина Колчина? Нет, ей я никого не отдам! Она же их сразу в ежовые рукавицы возьмет! У них же в дальнейшем никакой личной жизни не будет!

И как это услышала, сразу опешила: «Да что же он такое говорит, да как он смеет!» Потом спохватилась — да он-то причем тут. И все-таки откуда такие нелепые мысли? Потом поняла, откуда.

Занималась у меня девушка. Надя. Мастером спорта была. И дружила с парнем тоже из «Динамо» и тоже мастером спорта. Были они такими неразлучными — победить друг без друга не сядут. Однажды он сидел за обеденным столом и терпеливо ждал ее. «Прямо, как известу, ждет», — подумала я про себя. Не удержалась и спросила, уж не собираются ли они пожениться. И почти не сомневалась в положительном ответе. Так и вышло. Удивило меня лишь то, что собирались они пожениться очень скоро и, стало быть, явно хотели вернуть свое намерение. Почему? Читателю это сейчас станет ясным. Был сентябрь, мы были на сборе и собирались ехать на другой сбор, в горы. А перед этим мы с Надей обсуждали перспективы предстоящего сезона и решили, что она постарается стать чемпионкой «Динамо». О наших с ней обязательствах я, естественно, доложила руководству московского совета «Динамо», о чем она тоже отлично знала. В это же самое время, как позже выяснилось, она уже знала и то, что не сможет в этом сезоне выступать по вполне понятной причине. И, конечно, сказала Наде, что так нехорошо поступать, что она подвела и меня и свою команду, мы ведь рассчитывали на нее, а теперь придется вместо нее брать на сбор другую девушку, которую, предупреди ты нас раньше, мы бы заблаговременно начали готовить. «Впрочем, — говорю, — дело ваше, женитесь...» Но Надя оказалась человеком практичным, быстро сообразила, что теперь, когда их «секрет» неожиданно раскрылся, мы не возьмем ее на дальнейшие сборы, и мгновенно пересмотрела свои планы. «Нет, — говорит, — Алевтина Павловна, мы тогда подождем с женитьбой, мы на сборы пойдём». Вот так...

В конце концов Надя стала чемпионкой «Динамо» Москвы в эстафете. И эта история могла бы закончиться совсем благополучно. Если бы... Надя правильно меня поняла. Но ей, видимо, показалось, что я злоупотребляю своей тренерской властью, вмешиваюсь в личную жизнь. И вот вызывают меня «на ковер» и: «Вы что же это позволяете себе? Какое имеете право препятствовать созданию семьи?..» Это я-то, которая столько боролась за спортивную семью! Конечно, все быстро выяснилось, «звон» уже пошел. Да, формально я, получается, вмешивалась в личную жизнь (если это можно назвать вмешательством), но, я думаю, так же на моем месте поступил бы каждый тренер, потому что благополучие личной жизни не должно идти в ущерб жизни общественной. Я уверена, сейчас Надя полностью со мной согласна.

А вот другой пример. С известными лыжниками Г. А. Юрасовыми. Пришла ко мне как-то Галя перед Новым годом. Так, мол, и так, Алевтина Павловна, мы с Сашей давно дружим, любим друг друга и хотим пожениться, в июне у нас свадьба, мы вас приглашаем... Я и возражала, от чистого сердца дала ей свое «тренерское благословение». Мы с ней все обсудили (она ведь пришла ко мне не только чтобы сделать «официальное заявление», но и посоветоваться). И не было у нас никаких претензий друг к другу.

Конечно, печальные истории, подобные той, что произошла у меня с Надей, могут случиться и с учеником которого ты воспитываешь и знаешь с детства. Но вероятность этого очень мала (если его действительно воспитывали). Я тут, пожалуй, уточню: — не обязательно тренер должен воспитывать ученика с ранних лет и до спортивной зрелости. Начинать работать с новичком может другой тренер. Но это должен быть твой единомышленник, работающий рядом с тобой, разделяющий твои педагогические взгляды. Причем молодые ребята должны по возможности чаще тренироваться вместе с

старшими, с мастерами. В этом случае переход к новому тренеру будет для юного спортсмена естественным и ввиду этого быстрее установятся необходимые для успешной работы доверительные отношения.

И, какжется, у нас наконец появляется такая возможность. Несколько наших воспитанников окончили институт физкультуры и решили готовить для нас смену, работая в детско-юношеской спортшколе. Мы с большой надеждой ждем результатов этой работы. Естественно, явным своим ученикам, а ныне товарищам и единомышленникам мы и впредь намерены помогать, делиться с ними своим тренерским опытом.

Из дневника П. К.

6 декабря 1968 года. Москва.

Вечером приехала Аля после соревнований из Зеленограда. Она бежала 3 км. Наши ребяташки из группы бежали 5 км по кругам 3 и 2 км. Н. Томилов спутался и пробежал снова 3 км. Аля его достала и обошла стороной. Он не сумел за ней пройти и 100 м. Был восхищен ее стилем и после финиша рассказывал ребятам и девочкам из группы, что он не успел даже как следует заметить, как Аллагина Павловна легко и быстро ушла вперед. Да, это для ребят хороший урок, и они, думаю, больше уделят внимания техническому совершенствованию и будут внимательнее во время занятий. А ребята пока хорошие!

А. К. В конце 1968 года, продолжая серьезно готовиться к главным стартам сезона, я вдруг поймала себя на мысли, что меня стали неприятно волновать результаты каждого, даже самого незначительного соревнования, каждой контрольной тренировки. Возраст? Но ведь год назад этого не было. А возрастные изменения обычно не происходят внезапно. И я поняла, что это влияние той обстановки, которая традиционно складывается у нас вокруг каждого спортсмена-ветерана (а мне ведь уже стали напоминать о возрасте). Обстановки, в кото-

рой ветерану нет времени на передышку (которая бын
ет так ему нужна!). Обстановки, в которой он постоянно
ощущает незримое присутствие рядом некоего строгого
«контролера», следящего за каждым твоим шагом и мно
гозначительно покачивающего головой всякий раз
когда ты споткнешься, как бы говоря этим: «Вот ви
дишь, тебе уже пора уходить». И ты уже начинаеш
думать не о том, как тебе лучше идти к своей цели, а
том, как бы не споткнуться. «Только бы не споткнут
ся!..» Эта мысль начинает преследовать ветерана днем
и ночью, не давая покоя и отдыха. Неприятное это со
стояние. Я испытала его.

Из дневника А. К.

21 сентября 1968 года. Дивноморское.

*Контрольная: ходьба 400 м, построение, бег 1 км,
упр. 15 мин., плавание 50 м и на старт. Плыла 200 м
первом заплыве.*

*Сон хор. Сам-е хор. Беспокоит нервная дрожь — чего-
то волнуюсь, не хочется быть хуже прошлогоднего...
Бежать не хотела в общем старте, потом после размин
ки уже внутренне решила бежать, но не рискнула.*

22 сентября 1968 года. Дивноморское.

Утром с 6 ч. трен-ка на роликовых коньках.

*Днем ремонт... и плавание 200 м. Ходила в душ и от
дыхала, но отдых был плохой: волновалась — хотелось
хорошо пробежать, поэтому не могла уснуть.*

*Стартовала в 17.10. Начала спокойно, но скованно, а
может, только казалось, что спокойно. На 4-м км после
крутого подъема сильно колело печень, и пришлось уси
ленно выдыхать, чтоб прошла боль. На финишном подь
еме совсем потеряла скорость и еле тащилась, выйдя на
финишную прямую. Прибавила, но дыхание было очень
жесткое. 5 км — 19,23.*

*Странно, но был мандраж — внутреннее перевозбуж
дение, боязнь усталости и страх перед этой усталостью.
Надо чаще бегать контрольные разной длины, в группе*

и я одиночку. Надо побороть эту боязнь. Нельзя все время желать быть первой, а что греха таить — этот кросс мне очень хотелось выиграть, и, очевидно, вчера могла бы бороться, но струсил: «А вдруг не выдержу?» А расписываться в слабости не в моем характере. Пока стою на этом пути, надо бороться.

Странное у меня было ощущение. Я хорошо понимала, что человек не может относиться к себе абсолютно объективно. Все мы в чем-то себя хоть чуточку переоцениваем или недооцениваем. Получалось, что я слишком переоценивала свои силы, раз не считала себя слабее прежнего, в то время как некоторым казалось, что мне уже пора сходить. Я стала копаться в своем самочувствии, «прослушивать» себя, выискивая объективные признаки своего спортивного увядания. Тщетно. Их не было. Все было, как и в прежние годы: натруженные после тренировок мышцы, «дежурные» травмы, без которых в спорте не обходится, различные время от времени появляющиеся и исчезающие «болячки» (как у каждого человека). Однако никакого сколько-нибудь заметного спада в моем физическом состоянии не было. В конце концов я плюнула (во всяком случае, постаралась это сделать, но не знаю, как мне это удалось) на всякие «исследования» и с головой ушла в подготовку к новому зимнему сезону, венцом которого был чемпионат мира 1970 года в Высоких Татрах, где я настраивалась победить. Я больше не буду возвращаться к этой теме. А заканчивая ее, скажу вот что. Пора, уже давно пора нам ввести в наш спорт обычай бережно относиться к ветеранам. Я не призываю «уступать им место» за прежние заслуги. Нет, принцип конкуренции в спорте должен быть, как говорят, спортивным: место — сильному! Я лишь против того, чтобы ветеранам портили нервы занудными напоминаниями о возрасте, мелочным подсчетом невыигранных второстепенных соревнований, чтобы им создавали дополнительные трудности.

Из дневника А. К.

21 марта 1969 года. Мурманск.

Соревнования. Первенство СССР — 10 км.

1. Г. Кулакова — 39,02. 2. А. Колчина — 40,08.
3. Н. Шебалина — 40,22.

26 марта 1969 года. Мурманск.

Встала в 7 ч., поставила кастрюлю с курицей на плитку и пошла умываться. Потом поставила кашу, а когда все разогрелось, унесли ребятам в ком. № 70. Уехала на старт в 9 ч. Там сразу ушла на 8-й км и поила ребят. Уж очень все капризные, а ведь стоять на морозе и ждать их куда тяжелее — лучше самой скользить.

После 32 км сошли: А. Наседкин, А. Акентьев, В. Солдатов. Жаль, когда сдаются мастера на каждом пер-ве (первенстве. — Ред.) СССР (это они отступили и в прошлом году).

Приближалось первенство мира. Чувствовала я себя уверенно. Уверенность придавало мне успешное выступление на международных товарищеских соревнованиях в Финляндии, где я заняла первое и третье места. Отборочные соревнования к первенству мира (это был кубок СССР) проходили в Бакуриани. А тут у меня случилось недомогание. Чисто физиологическое, привычное для женщин. Однако на этот раз оно длилось несколько дольше обычного. И поэтому чувствовала я себя чуть-чуть слабей, чем бывало в таких случаях. Я была в двух гонках седьмой и восьмой (а надо было занять как минимум шестые места). Причем в первой гонке я проиграла шестой 9 секунд, а во второй — всего секунду. Обидно было до слез. Я-то знала, почему так получилось. И знала, что за две недели, которые оставались до первенства мира, я полностью восстановлюсь. Так оно в конце концов и вышло — через две недели я уже была в отличной форме, да только чемпионат мира прошел без меня. Кто в этом виноват? Только я сама. Без всяких оговорок. Я, слава богу, была достаточно опытной лыж-

ницей, чтобы управлять своим физическим состоянием, чему, помня тот горький урок, я и учу сейчас своих учениц.

Сборная отправилась в Чехословакию на чемпионат, и я, раздосадованная и злая на себя, выиграла первенство Москвы — гонку на 10 километров. Хотела было и «шторку» выиграть, да немного не повезло — проиграла секунду Р. Ачкиной. Сразу после чемпионата мира в Миассе проводилась Спартакиада народов РСФСР. Там я немного подлечила свое подраненное самолюбие, победив в гонке на 10 километров, в которой участвовали некоторые из победителей и призеров чемпионата.

Несколько дней спустя я выступила на первенстве СССР. В первой гонке — на 5 километров — я была третьей. В гонке на 10 км заняла второе место.

Из дневника А. К.

22 марта 1970 года. Первоуральск.

Отдых. Зарядка: ходьба 200 м, бег 2 км, гимнастика 10 мин. После завтрака ходила по городу и в баню (делала самомассаж и отдыхала). Вечером прогулка с Павлом в парк. Катались на качелях.

Сон тревожный, как будто сегодня бежать. Аппетит гор. Днем много лежала, но не спала.

23 марта 1970 года. Первоуральск.

Соревнование 10 км. Старт в 9.30. T + 1°.

Встала в 7 ч., сделала самомассаж, оделась и пошла на завтрак. Ела мало и без аппетита. В 8 ч. выехали автобусом к старту. Пришла на базу, сняла куртку, развязала лыжи и пошла к стартовой площадке. Посмотрела, где старт, где финиш. Пошла по стартовой и прошла 0 км. Ушла на базу готовиться к старту. Переоделась, положила и опять пошла к старту. Бегала 10 мин., гимнастика 5 мин., опробование мази. До старта еще бегала и упражнялась. Начала, казалось, быстро, но Н. Романько на 10 сек. быстрее меня на 1-м км. Г. Кулакова начала

сильнее на 20 сек. 1. Г. Кулакова — 35.39,98. 2. А. Кочина — 36.41,20. 3. Н. Федорова — 37.00,93.

Это были мои последние соревнования. Выходя на старт, я это уже знала, потому что все было решено заранее. Однажды незадолго до первенства страны Павел завел со мной не очень-то приятный для меня разговор о том, не хватит ли мне уже бороться за высокие результаты в спорте. Как человек тактичный, он не напоминал мне о возрасте (а мне в том году уже исполнилось 40 лет), а лишь говорил о том, что в нашем родном московском «Динамо» полный провал с лыжницами — одна я осталась из тех, кто мог бы бороться за высокие места на всесоюзной арене (последнее мне, конечно, приятно было слышать), и не пора ли мне в связи с этим заняться подготовкой смены. Я ответила (как и он когда-то), что мне хотелось бы еще некоторое время потренироваться, что я еще многое не проверила в этом плане. Высказала даже такое предложение: что если мне вообще исключить из тренировок бег (кроме разминки), а только кататься на роликовых коньках и лыжероллерах? Ведь тогда, по идее, еще больше повысится уровень специальной подготовки, и, может, в этом откроется еще один резерв повышения спортивного мастерства лыжника. Я даже просила его: «ну давай я еще годика два потренируюсь!» Но Павел продолжал «нажимать» на то, что московское «Динамо» нуждается в моей тренерской помощи (он понимал, что это для меня самый сильный аргумент), и я согласилась с ним.

В эти грустные дни меня, конечно, порадовал большой успех на чемпионате мира В. Веденина, а вместе с ним, естественно, и Павла. Рада я была и за наших женщин, но их победы на чемпионатах мира стали уже привычными. На их фоне В. Веденин выглядел просто Прометеем, вернувшим нашей мужской сборной «золотой блеск».

Из дневника П. К.

12 февраля 1970 года. Штрбске-Плесо.

Утром, согласно плану обследования состояния сердечно-сосудистой системы, Веденин в 7.15 был у А. Д. Буткова. Перед тренировкой в 8.30 Бутков сообщил мне данные обследования. Оценка была высшая 10+.

15 февраля 1970 года. Штрбске-Плесо:

Первенство мира — гонка 30 км.

Старт в 9.00, по одному через 30 сек. Тренеры утром, в 6.30, пробовали мази. Остановились на смазке: зел. «Экс-Элит» (-7°), на него — носки и задники с желобом — «Роде» ($-10-30^{\circ}$), в середину гол. «Экс-Элит». Растерли все вместе пробкой, а я Славе с помощью лампы. Температура воздуха резко повышалась — с $-7-8^{\circ}$ и к старту до $-5-4-3^{\circ}$. Все ребята перед стартом (В. Попов, В. Воронков и Ф. Симашов) подложили голубые «Свикс» и «Экс-Элит» ($0-10^{\circ}$). Я подложил Веденину гол. «Экс-Элит» ($0-10^{\circ}$) толстый слой на внутреннюю сторону скользящей и в среднюю часть, а на внешнюю сторону потоньше. Держание улучшилось, и лыжи хорошо скользили и нормально держали.

Слава возглавил гонку с первых километров.

...Радость у всех неопиcуемая. Туристы, тренеры и болельщики поздравляли, целовали и обнимали друг друга и особенно Веденина. Он пока не понял, что стал чемпионом мира, но я за него был очень и очень рад. Все напряженные, трудные дни, все невзгоды остались позади. Теперь мы еще больше убеждены в правильности тренировки Славы. Да, это Славина и наша с Алевтиной победа для нашего лыжного спорта. И победа всех тех, кто стремился искренно помогать.

23 февраля 1960 года. Чехословакия.

Рано утром, в 4 часа, подъем. Все были готовы к отъезду. Вещи и лыжи упаковали с вечера. Всем хотелось скорее домой. Наши лыжники возвращаются с не-

бывалой победой. В этот день все особенно были добрыми, отзывчивыми и искренними.

В период подготовки к Олимпийским играм в Саппоро руководство сборной постаралось учесть все недостатки, которые у нас имелись в организации тренировок сильнейших лыжников страны. Улучшился медицинский контроль. Лыжники регулярно получали специальные продукты (я имею в виду витаминизированные напитки, белковый шоколад, белковое печенье и т. п.). Упорядочилась методика тренировок. Широко стали использоваться в них киносъемка и видеозапись. Несколько улучшилось положение с мазями, лыжами.

В лучшую сторону изменилось и отношение членов сборной команды к тренировкам. В основном это уже были ребята с высшим образованием, неплохо разбирающиеся в теоретических и практических вопросах тренировки. Их уже не надо было уговаривать делать то, что кому-то, может быть, не очень хочется, достаточно убеждения в том, что делать это необходимо.

Очень хорошо, что сборная состояла из лыжников относительно молодых, но в то же время имеющих большой опыт участия в соревнованиях самого высокого ранга. И в общем коллектив был достаточно сплоченным, а это было особенно приятно.

В подготовке к Играм было учтено и большое значение временной акклиматизации. Поэтому, кроме «насиженных» лыжниками мест сборов, мы проводили сборы и на Камчатке, которая расположена примерно на той же долготе, что и Япония.

В Саппоро мы прибыли за две недели до начала Олимпийских игр. И что нам сразу бросилось в глаза — это великолепные условия для подготовки (и для выступлений, разумеется). Много снега. Прекрасные трассы (огороженные от неосторожных зрителей пластиковыми сетками). Японцы проявили себя в этом отношении отлично. Они давно начали готовить олимпийскую

балу и сделали все в лучшем виде. Очень мне понравился у них стартовый стадион, оборудованный по последнему слову техники всевозможными информационными табло. Никогда прежде на лыжных соревнованиях не использовалась в таком объеме телевизионная техника. Организаторы телепередач так продуманно и в таком количестве расставили на трассе телекамеры, что, по моему, не было участка лыжни, который нельзя было бы показать телезрителю.

На тренировках и на соревнованиях мы видели множество японцев с киноаппаратами, снимающих лучших (и том числе и наших) лыжников мира. Это уже нас не удивляло: японцы всегда были отличными учениками в спорте. Вот так же — с киносъемок — начали они постигать тонкости спортивной гимнастики, волейбола, а потом вышли в лидеры по этим видам спорта. Так что я не удивлюсь, если в Японии в скором времени появятся сильные лыжники.

Трудно описать свои впечатления о Японии, настолько это необычная для европейца страна. Здесь все не так, как в других странах мира. По-другому люди ведут себя, по-другому, кажется, смотрят на тебя. Даже лыжных трасс таких, наверное, нигде нет больше в мире — снег, и из-под снега торчат тростиночки бамбука с зелеными листочками.

Но самым приятным для нас была погода. Как по приказу, наша погода. Не было ни одного дня оттепели. Поэтому не было у нас и проблем со смазкой.

Начали мы, как всегда, с гонки на 30 километров. Состав команды четко вырисовывался заранее. В этом тоже не было никаких проблем, волнений, напрасных ожиданий. Даже заранее было известно, кто должен был бежать в последней гонке лыжной программы — на 50 километров, что избавляло участников марафона от лишних переживаний и давало лыжникам возможность лучше «подвести» себя к этому трудному старту.

30-километровую трассу мы со Славой Ведениным изучили досконально — все подъемы, спуски. Изучали мы ее не только здесь, в Саппоро (Слава, кстати, опробовал ее год назад на предолимпийской неделе). Еще в 1969 году мы располагали подробными схемами всех олимпийских трасс, и все их особенности учитывались нами в предолимпийской подготовке сборной команды. С этой целью на внутрисоюзных соревнованиях мы старались смоделировать рельеф олимпийских трасс (этим вопросом занималась специальная группа). Продумали мы и места для питания, и состав пищи (подготовили любимое «гоночное блюдо» Славы — овсяный отвар). Наконец, обсудили тактику гонки. Учитывая особый подъем, который всегда испытывает участник олимпийской гонки, я предполагал, что очень многие лыжники начнут гонку, как мы говорим, сильно (конечно, настолько, насколько это позволяет 30-километровая дистанция) и сделают большую ошибку. Там на 6-м километре трассы был очень тяжелый подъем километра полтора. Просмотрел я на тренировках этот подъем, «прочувствовал» и понял, что тот, кто начнет гонку сильно и так же пройдет подъем, после него «недовосстановится» и дальше пойдет в большом кислородном долге, на большой усталости. В таком состоянии лыжник уже не может управлять своей скоростью, не может, если надо, прибавить, чтобы сократить или сохранить разрыв с соперником.

Я убедил Славу в том, что начинать здесь сильно нельзя. И сказал ему: «Слава, пусть ты будешь здесь проигрывать даже до сорока секунд, тебя это не должно волновать. И подъем ты должен пройти с запасом (то есть не отдавая на это последние силы). И увидишь, что уже этот подъем пройдешь вровень со всеми, то есть проигрыш пока останется, но по скорости прохождения подъема ты уже сравняешься с лидерами. Зато после него будешь себя чувствовать лучше их и к финишу вер-

ношь все проигранные секунды и даже разрыв сдела-
ешь...» Тут я должен кое-что пояснить. У Славы была
такая особенность — он всегда немного замедленно на-
чинал гонку, что его иногда и подводило. В данном слу-
чае эта особенность как раз была ему на руку. Поэтому
целью моего напутствия было не столько убедить его не
начинать сильно, сколько подготовить к тому, чтобы он
не боялся проигрыша в начале гонки. Ведь всякое бы-
вает — иногда проигрыш подстегивает лыжника, а иног-
да, наоборот, узнает он, что проигрывает 40 секунд (а
это, в общем-то, немало), и опустятся у него руки: все
равно, мол, ничего уже не сделать, буду на следующую
гонку настраиваться (а следующая гонка еще неизвест-
но, как сложится).

Слава начал, как и договорились, спокойно. Я ждал
его после этого трудного участка. Смотрю, больше 40 се-
кунд лидеру проигрывает. Приближается Слава ко мне,
смотрит так вопросительно на меня... Я ему говорю:
«Слава, сорок!» Дал ему попить и продолжаю: «Все,
Слава, ты справился со своей задачей, теперь начинай,
ты будешь отыгрывать». Проходит некоторое время, слы-
шу по радию: уже 20 секунд проигрывает. Все! Со смаз-
кой в порядке, а больше никаких проблем нет. На по-
следнюю десятку Слава уже в плюсе пошел и к финишу
около минуты разрыв сделал. Километра за полтора-два
до финиша встречаю я его. «Слава, — кричу, — все! Тил-
дума не видно!» (П. Тилдум стартовал за Ведениным).

Из дневника П. К.

4 февраля 1972 года. Саппоро.

*Утром в 5.45 подготовка лыж. Пришли к выводу —
мазать гоночные лыжи Славе: «Рекс» светлый (—5—8°),
на него «Рекс Мянтюранта» и сверху больше, чем под
колодку, «Экс-Элит» зел, и «Свикс» зел. (—3—12°), что-
бы не набирал «Экс-Элит» грязь. На улице Слава доба-
вил последние две мази под колодку, и держание чуть-
чуть улучшилось.*

...Во второй половине дистанции выявилось явное превосходство Веденина. Он с каждым километром отыгрывал в запас драгоценные секунды.

...Все наши болельщики, тренеры и руководители от всей души поздравляли друг друга и особенно Славу и меня. Заветная мечта осуществилась! Всем спасибо и особенно Славе за его доверие в нашей совместной трудной подготовке.

В 17 час. ездили на пресс-конференцию. Журналисты Славу атаковали. В 20 час. были у С. П. Павлова. Пили чай и беседовали. Веденина поздравили, преподнесли подарок — двухствольное ружье и цветы.

Из дневника П. К.

Телеграмма от 7.2.72.

Колчин Павел, тренер СССР, Олимпийская деревня, Саппоро. Поздравляю победой вашей методики тренировки и новой техники. Гросс. (Х. Х. Гросс — известный советский специалист-теоретик лыжного спорта.—И. Б., Г. Р.)

В гонку на 15 километров мы Веденина не включили. Чтобы он получше отдохнул перед гонкой на 50 километров. Как олимпийский чемпион, Слава, конечно, мог бы, если б захотел, стартовать на 15 километров, но он согласился с рекомендацией тренеров.

Эта гонка получилась необычной. Как раз в духе олимпийских игр. Швед С.-О. Лундбак рванулся со старта, как будто его укусили. Сразу начал выигрывать у всех 5, 10, 15 секунд... К 5-му километру подходит — 30 секунд! Как он этот отрыв сделал, все бросились «догонять», а уже поздно. Это же 15 километров, здесь караулить нечего. Однако и так начинать, как он, очень рискованно. Но в этот раз шведу повезло. Как ему удалось выдержать до финиша такой темп, непостижимо. 32 секунды у него получился отрыв от второго призера. Так что не получилось острой борьбы за золотую медаль. Борьба была только за второе-третье места и очень на-

пряженная. Серебряную медаль получил Ф. Симашев, меньше двух секунд проиграл ему норвежец И. Форму, а тому, в свою очередь, несколько сотых уступил Ю. Мито.

Пример С.-О. Лундбака оказался заразительным. Так же сильно (относительно) начал гонку на 50 километров швейцарец В. Геезер. Разрыв между ним и остальными лыжниками доходил до 2 минут. Но 50 километров — это не 15. Поэтому особого переполоха в стане сильнейших швейцарец не произвел. Ведениц, Тилдум, Симашев шли спокойно (так было задумано), караулили друг друга. Правда, норвежец был в более выгодном положении — он шел сзади и мог более оперативно реагировать на изменения темпа соперников. К Веденину же и Симашеву информация о ходе Тилдума поступала с запозданием. На второй половине дистанции норвежец вдруг прибавил. Наши ребята проявили тут осторожность, отпустили его, да многовато. Надо было меньше. Спихватились, когда оставалось до финиша 10 километров. Бросились. Особенно Слава — он отыграл очень много. Но у него уже слабее лыжи стали держать (солнце вышло, на что мы не рассчитывали). Опоздал, одним словом. Третье место занял (к финишу очень сильно прибавил еще один норвежец — М. Мюрму, он стал серебряным призером).

Эстафетную гонку в Саппоро я до сих пор не могу вспоминать без волнения, как, наверное, и все, кто ее видел. Я думаю, она навсегда войдет в историю спорта как один из самых ярких примеров исключительного спортивного мужества, собранности, воли к победе.

Со старта у нас шел признанный мастер этого дела В. Воронков. Со стартовой поляны он вышел на трассу четвертым-пятым — это то, что нужно. Стремиться сразу же выйти в лидеры незачем. Нужно сперва посмотреть, как идут соперники, как у них (по сравнению с тобой) работают лыжи, подумать, в каком месте их

удобней обойти. И внутреннее напряжение при этом у лыжников меньше. В общем, все Воронков делал правильно и на финиш пришел вместе с норвежцем О. Бро и шведом Г. Магнуссоном.

Хорошо прошел свой этап Ю. Скобов. Он обошел на дистанции шведского гонщика и приехал на финиш вместе с грозным П. Тилдумом, даже чуть впереди его.

На третий этап ушел Ф. Симашев. И здесь случилось — трудно себе даже представить! — такое... Чтобы Федя на 10 километрах проиграл 1 минуту и 5 секунд?! Когда с трассы передали, что Симашев пошел на проигрыш, я не поверил. Но вот финишировал норвежец И. Форму, еще кто-то пришел, а Феде все нет и нет. В это время мы с Ведениным, подправив смазку (стало заметно теплее), готовились к старту. Слава, конечно, был очень обеспокоен: «неужели, все кончено?» Что я мог ему ответить? Уже было ясно, что Симашев проигрывает около минуты. Это даже на 50 километров солидный проигрыш. А на такой короткой дистанции, как 10 километров. Ну можно отыграть 20 секунд, ну полминуты... Я ответил так, как ответил бы на моем месте любой тренер: «Всякое бывает, Слава, это же соревнование. Если все сложится нормально, минуту можно отыграть». Верил ли я сам в это? Буду откровенным — не верил. Трудно было поверить. Еще я сказал ему: «Начни посвободней, только не зарывайся сразу, потому что бросишься сразу отыгрывать, можешь встать».

И вот он пошел. Свободно начал. На первом километре 5 секунд отыграл. На 2-м километре секунд 10—12. После этого информация пропала. Нет и нет сообщений с трассы. Тут норвежцы активизировались, радуются, флагом своим размахивают. Потом смотрю, что-то притихли они немного. Но ничего не ясно, радики молчат. И вдруг слышится голос Александра Привалова: «показался Веденин!.. Он близок к Харвикену!..» Потом Слава рассказывал мне, когда километра за три он, на-

копец, увидел норвежца, у него словно второе дыхание открылось, он почувствовал, что может достать его. И здесь уже он выжал из себя все. По рации все кричат: «Веденин! Веденин!» А я прямо ушам своим не верю. Неужели, думаю, он такой молодец!» Появляется на стадионе Веденин, а я секунды отрыва считаю: одна, две, три... семь — и только тогда показался Харвикен. Тут же он спотыкается и падает. Быстро встает, но он уже до падения проиграл. Все болельщики бросились поздравлять Веденина, меня оттолкнули, затерли. Но я успел увидеть его финиш и его лицо. Десятки раз встречал я его на финише, и всегда меня удивляло его спокойное и чистое лицо, будто и не было позади всегда трудных километров борьбы. У других лыжников вся эта борьба на лице: глаза бессмысленные, под носом чуть ли не сосульки. Слава же как огурчик, другого слова не подберешь. Там в Саппоро на финише эстафеты я не увидел его. Лицо искажено, глаза ввалились, на подбородке слюна. И я понял, как далась ему эта самая большая его победа...

Из дневника П. К.

13 февраля 1972 года. Саппоро.

Старт в 9.00. В. Воронков, которого поставили по просьбе ребят вместо заслуживающего по результатам В. Долганова (но не имеющего опыта в эстафетных гонках), доказал вновь, что он великий стартер.

...Веденин финишировал первым. Стадион гудел. Японские школьники подготовили заранее плакат с олимпийской эмблемой, советским флагом и фамилиями наших эстафетчиков. С этим плакатом и флагом фотографировали наших ребят. Да, Слава завоевал победу. Я впервые увидел Славу таким усталым после финиша. Хотелось взять его на руки и нести, но за меня это сделали наши туристы.

...После обеда принимал С. П. Павлов. Веденин был на закрытии Олимпийских игр и нес наш флаг.

К ночи пошел мокрый снег и стало тепло. Как будто Саппоро прослезился, прощаясь.

10 марта 1972 года. Москва.

К 10 час. — в Комитет, где собрались все олимпийцы. К 11 час. были в Кремле, где вручали нам ордена и медали. После вручения все вместе сфотографировались на память.

Посетили музей-квартиру В. И. Ленина.

В 15 час. были на приеме во Дворце съездов. Со словами благодарности КПСС, правительству и народу выступили С. П. Павлов, Г. Кулакова и В. Веденин. Мне понравилось выступление Славы. Он его продумал. Я волновался за его выступление и каждое слово внутренне произносил раньше его, чтоб он не спутался. Молодец Слава!

П. К. Прошедшая Олимпиада была самой удачной для наших лыжников. Некоторые из зарубежных специалистов считали, правда, что успех советской сборной объясняется удобной для нас погодой. Что тут можно сказать? Погода действительно нам благоприятствовала. Но и всем другим командам она уж, во всяком случае, не мешала и не задавала никаких загадок со смазкой. Это во-первых. А во-вторых, я все же должен сказать, что мастерство наших лыжников за прошедшее четырехлетие заметно повысилось, как и умение пользоваться мазями. Я думаю, в этом была главная причина нашей победы.

Перед чемпионатом мира 1974 года случилось несчастье с Ведениным. Мы были на сборе в Финляндии, и там, играя в волейбол, он порвал ахиллово сухожилие (неожиданно потянулся вперед за мячом и резко согнул голеностоп отставленной назад ноги).

Чемпионат мира проходил в Швеции в Фалуне. Слава поехал туда туристом. Нога его еще была в гипсе (в таком специально сделанном гипсовом ботинке, дающем возможность кое-как передвигаться на лыжах).

Лишившись своего лидера, команда наша словно растерялась. Ребята выступили слабее, чем ожидалось. Но мы не стали впадать в панику, менять принципы нашей подготовки. Потому что причина слабого выступления была в основном ясна: не умеем еще мы приспособиться к сырой погоде. Надо учиться. И мы стараемся это делать. Сейчас у нас несколько удлинился календарь соревнований, и последние соревнования сезона проходят при переменчивой весенней погоде.

После первенства мира наша команда заметно омолодилась. В нее вошли Н. Бажуков, Б. Беляев, С. Савельев, А. Шмигун, В. Лукьянов. Набирал постепенно форму Веденин. Кроме него у меня тренировались Шмигун и Лукьянов. Мы серьезно готовились к Олимпийским играм. Я настраивал ребят на призовое место. Такая у нас была цель. К сожалению, достигнуть ее нам не удалось. Шмигун поехал в Инсбрук, но не выступал там. Лукьянов был восьмым после серии отборочных соревнований, а решили брать семь лыжников. Веденин не успел войти в форму. С каждым стартом он выступал все лучше. Но... не успел. Почему так вышло? Ответить односложно трудно. Тренировочные планы ребята в основном выполнили, хотя незначительные отклонения были. Может быть, мне не хватило требовательности.

Из дневника П. К.

25 января 1976 года. Москва.

Слава Веденин и Владимир Лукьянов очень переживают свою неудачу в отборе. Главная причина в неорганизованности и потере веры в себя и общее дело, нарушение принципов подготовки (особенно Веденин). Расстраиваться приходится не только Славе, но и мне, и его родным, знакомым, и всем болельщикам, которые с особым уважением относятся к Веденину как к знаменитому спортсмену.

И вот я снова в Инсбруке, спустя двенадцать лет после моего последнего олимпийского выступления,

Разместили нас очень удобно, в самом Зеефельде, где лыжникам предстояло соревноваться. Тренировки проводились все время в районе лыжных трасс. Трассы, кстати, были хорошо подготовлены, снега на этот раз в Инсбруке было предостаточно. На тренировки выходила вся сборная. В основном отрабатывали прохождение отдельных наиболее сложных участков трассы. Делалось это для того, чтобы как можно лучше ознакомить лыжников с трассой, чтобы не было для них во время гонки ни одного неожиданного поворота, ямы, спуска. Одновременно тренеры опробовали мази. Собственно, этим они занимались ежедневно — и в дни тренировок, и в дни соревнований. В дни гонок работа проводилась особенно тщательно. Вставали в 6 утра, а то и раньше, расходились по трассе, замеряли температуру снега и воздуха. Часам к семи собирались в нашем домике, готовили лыжи. Затем снова выходили на трассу. За час-полтора до старта мы уже давали спортсменам полную информацию относительно смазки.

В первой гонке на 30 километров мы очень удачно определили наилучший вариант смазки. А вот норвежцы, к примеру, не смогли этого сделать. Не знаю, чем они мазались, но лыжи у них шли хуже, чем у наших ребят. Лучший из норвежцев О. Мартинсен был девятым. И. Форму — одиннадцатым, О. Бро — девятнадцатым. Эти результаты явно ниже их потенциальных возможностей, что, например, И. Форму и подтвердил, выиграв через несколько дней гонку на 50 километров.

Состав нашей команды на эту гонку трецерский совет определил за два дня до старта: С. Савельев, Н. Бажуков, В. Рочев, И. Гаранин. Савельев на последних соревнованиях был победителем на 30 и 50 километров. Бажуков на всех дистанциях был хорош — от 15 до 50 километров. Рочев на всех предолимпийских соревнованиях занимал 2, 3, 4-е места, то есть тоже мог реально рассчитывать на успех. Ну а Гаранин — парень-

боец, которому можно было доверить все. Ребятам о решении совета сразу же сказали, чтобы они были спокойны и нормально готовились.

Вскоре после начала гонки отовсюду только и слышалось: «Кох!.. Кох!..» Этот никому не известный захвативший лидерство американский лыжник всех удивил и, я бы даже сказал, ошеломил. Во-первых, своей национальной принадлежностью (американцы никогда даже не приближались к лидерам мирового лыжного спорта). А во-вторых, темпом, который он взял со старта. Он буквально бросился в бой. Я видел, как он шел, в технике попеременных ходов у него были заметные погрешности, но он компенсировал их, отлично идя одновременными ходами и очень мощно отталкиваясь и ногами, и руками. Серебряная медаль была достойной наградой за его дерзость, и, я уверен, огромный труд в подготовке к Олимпийским играм.

Савельев шел гораздо складнее попеременными ходами и не случайно стал олимпийским чемпионом. В этой гонке у него не было слабых мест. Я не видел финиша Сережи, но хорошо слышал по рации, как его поздравляли товарищи и болельщики и радовался вместе с ними. Мы очень надеялись на эту победу.

Подтвердил свою надежность Гаранин, заняв третье место. Отлично шел в начале и середине дистанции Бажуков, но не смог поддержать этот темп до конца. На финише он был пятым, Рочев — десятым.

Гонка на 15 километров — камень преткновения для наших лыжников. Никогда еще им не удавалось выигрывать ее на олимпийских играх. На собрании тренерского совета решено было дать отдохнуть олимпийскому чемпиону С. Савельеву, а вместо него поставить Ю. Скобова, выигравшего отборочные соревнования на 15 километров. Вместо В. Рочева решили проверить Е. Беляева: с одной стороны, чтобы сделать более объективный подбор команды для эстафеты, а с другой стороны, Беляев

молодой парень, очень хорошо себя проявил на всех последних отборочных соревнованиях, был победителем на коротких дистанциях и право стартовать здесь завоевал вполне.

В лыжном спринте предсказать победителя очень трудно. Такая уж это «загадочная» дистанция. В Кортине д'Ампеццо Х. Бренден в первой гонке был в конце второго десятка, а 15 километров затем выиграл. Я же на 30 километров был третьим, казалось бы, у меня больше шансов на победу в следующей гонке, но я опять был третьим, хотя затем показал лучший результат в эстафете. Все-таки некоторое предпочтение здесь принято отдавать более молодым лыжникам. В частности, в нашей команде считалось, что больше шансов на успех имеет Бажуков — он уже побеждал на весьма представительных международных соревнованиях, да и у нас в стране в гонке на 15 километров был всегда в первых ролях. Очень сильно шансы Бажукова поколебал Беляев, который, несмотря на то, что его поставили в слабейшую первую группу (идя в которой невероятно трудно удержаться до конца в лидерах), задал такой темп, выдержать который смог только один человек — все-таки Бажуков. Буквально на самом финише он вырвал у Беляева победные секунды. 1-е и 2-е места! Небывалый успех! И может, было бы у нас и 3-е место, да не повезло Гаранину — на 11-м километре он столкнулся с туристом и упал. 22 секунды проиграл он третьему призеру финну А. Койвисто, у которого до падения выигрывал.

Я стоял на дистанции, говорил ребятам время, делал кино съемку. Еще раз залюбовался одновременным ходом Вильяма Коха — молодец парень! Но особенно приятно было смотреть на наших ребят. Элегантная форма — белоснежный костюм, красненький воротничок. Красивые отточенные движения, четкое скольжение на одной ноге. Красивый все-таки вид спорта — лыжи!

Теперь уже состав эстафетной команды вырисовывался довольно ясно. Бажуков — лучший спринтер. Беляев — второй. Савельев — олимпийский чемпион. Гаранин в двух гонках был 3—4-м — нельзя не поставить, заслужил человек. В сложившейся ситуации Рочев уже не попадал в команду, хотя и считался лучшим специалистом в эстафете, чем Гаранин. Но, как показала сама гонка, именно Гаранин стал одним из ее героев. Так что, я считаю, решение тренеров здесь было правильным. После этого тренеры дали возможность самим ребятам обсудить, как распределить между собой роли в эстафетной гонке. Ну и решили, что со старта пойдет Беляев (он уже стартовал в эстафете здесь же в Зеефельде на предолимпийской неделе и показал прекрасный результат), вторым Бажуков, третьим — Савельев, последним — Гаранин.

Старт. Женя Беляев легко разобрался в стартовой толчее и вышел вперед. В этот день он был на колоссальном подъеме. Через несколько минут после старта по рации со всех концов передавали, что Беляев уходит и наращивает скорость. Казалось, среди спортсменов других команд у него просто нет равных соперников. Даже со смазкой ему повезло, учитывая, что ситуация в этом отношении была очень сложная — температура на многих участках трассы различная, погода переменчивая. И вдруг — такое невезение! — в районе 7—8-го километра у него отламывается пластиковый носок ботинка и вместе с ним слетает лыжа. Как ледяной душ сообщение по рации: «У Беляева сломалась лыжа!!» (Так подумали сначала.) По инерции Женя проскочил вперед, потом остановился, но сообразив, что возвращаться за лыжей бесполезно, не задумываясь пошел вперед на одной лыже. Этот эпизод многие видели по телевизору. Его и сейчас время от времени показывают в спортивных программах. Я тоже видел его по телевизору. Мучительно долго тянется время, пока наш

спортсмен идет на одной лыже. Так и хочется крикнуть: «Да куда же все подевались?!» Нет, все-таки есть в спорте трагические моменты. Разве это не трагедия: большой и сильный, самый сильный из всех, кто с ним состязается, человек ковыляет, словно раненая птица, и видит, как его один за одним обгоняют соперники и уходят к цели, у которой первым по праву должен быть он...

Недалеко от того места стоял А. Акентьев, известный наш лыжник. Он быстро среагировал и дал Беляеву свою лыжу с ботинком, который, к сожалению, оказался на два номера меньше, чем нужно было. Ну да уж какой ссть. Вставил Женя ногу в него как в шлепанец, наступив на задник, и пошел дальше. Все же гораздо лучше идти, чем совсем без лыжи. Боролся Женя до конца, как ни трудно ему было. И проиграл сравнительно немного лидеру — 1 минуту 11 секунд (а не случись несчастья, мог бы примерно полминуты выиграть).

На втором этапе Бажуков обошел нескольких соперников и финишировал третьим. Правда, здесь произошел еще один трагический случай, на этот раз со спортсменом из ГДР А. Лессером, лидировавшим в гонке. На него налетел слаломист. Было ли это сделано специально или это был кто-то из зрителей, неизвестно: место было закрытое, и слаломист скрылся в неизвестном направлении. Факт тот, что Лессера сбивают, а в результате у него разбито колено, выбиты зубы и сотрясение мозга. Естественно, руководители делегации ГДР сняли Лессера с соревнования.

Пошел Савельев. К этому времени условия скольжения изменились. Смазку ему немного подправили, но очень незначительно. Кардинально же поправить ее не решились. И зря: лыжи у него сильно проскальзывали, все мы видели, как тяжело ему было идти. Сергей боролся изо всех сил — это тоже было видно. Но пришел он лишь шестым.

Молодец Иван Гаранин! Настоял на значительном

изменении смазки, и лыжи у него шли хорошо (таким и должен быть активным спортсмен в вопросах смазки). И сам он шел отлично. С шестого места вывел команду на третье!

Ошибка в расстановке сил произошла, я считаю, в последней гонке на 50 километров. Надо было дать возможность выступить Шмигуну. Он все время котировался как специалист по этой дистанции, и тренеры до последнего момента оставляли за ним место в команде, и сам он готовился. Но на окончательное решение повлияло отличное выступление Беляева на 15 километров и то, что он великолепно шел в эстафете.

Из дневника П. К.

12 февраля 1976 года. Инсбрук.

...Шмигун с 9.30 провел тренировку по кругу 25 км. Мы с ним надеялись, что он будет участником гонки на 50 км, но решением тренеров и руководства утверждены по группам: Беляев, Рочев, Савельев и Гаранин. Это решение шокировало нас обоих, но я убеждал Шмигуна, что надо быть выше других до начала стартов, тогда наверняка будешь участником. Да, жаль, что Анатолию не разрешили стартовать, он для старта был готов. Жаль...

16 февраля 1976 года. Инсбрук — Москва.

В 6 утра выехали в Мюнхен, где остановились с 9 час. до 11.30, чтобы желающие истратить суточные могли купить сувениры. Я и Шмигун остались в автобусах дежурными. В 14.30 по местному времени спецрейсом на ТУ-154 вылетели домой, на Родину. В аэропорту Шереметьево делегацию победителей-олимпийцев встречала общественность Москвы. Выступления, ответные речи. Да, встречают и здесь победителей, а не оправдавших надежды не замечают.

Приехал домой. Аля в Отепя с командой на ЦС «Динамо», а Федя в Бакуриани. Хотелось бы в эти и радостные и грустные минуты быть в кругу своей маленькой

семьи, но и здесь ради общего дела все врозь. Да надо еще более собранно трудиться и быть всегда впереди.

А. К. Я завидовала Павлу. По-хорошему завидовала. На первый взгляд, уместней было бы сказать об этом в предыдущей главе, где говорилось о наивысших (пока) успехах Колчина-тренера, связанных с победами В. Веденина. Однако я завидовала не его тренерской славе, а тому, что он имеет возможность хотя бы некоторым из своих учеников передавать высшее спортивное мастерство. Я была лишена этой возможности. Это ужасно тяготило меня. Мне кажется, что всем людям свойственно врожденное стремление делиться друг с другом тем интересным, что они знают. Простейший пример: посмотрев интересный фильм, мы часто не можем удержаться, чтобы, встретив знакомого, не рассказать ему об этом фильме. А когда такой случай не представляется, мы даже испытываем какое-то нетерпение, внутреннее неудобство из-за того, что «такой интересной вещью» и не с кем поделиться. Правда? Подобное, только во сто раз более сильное чувство все время испытывала и я. Меня прямо распирало от ни с кем не разделенных, накопленных более чем за двадцать лет занятий спортом знаний о лыжах. Чтобы что-то не упустить, я все эти годы вела подробнейший дневник. Перечитывала его. С нетерпением готовилась передать эти знания лыжникам, мечтающим о высоких результатах и неуклонно стремящимся к познанию тайн высокого мастерства. И вдруг оказалось, что передавать-то некому. Мой опыт оказался никому не нужным. Я уподобилась преподавателю высшей математики, который растолковывает суть дифференциального и интегрального исчисления школьникам, знакомым лишь с арифметикой. «Хорошо, — думала я, — давайте начнем с познания «алгебры», а затем перейдем и к «высшей математике». Но и этого мои ученицы не хотели. Им было достаточно «арифметики» — они звезд с неба хватать не собирались.

У меня опускались руки. Я, как могла, пыталась ставить перед ученицами высокие цели. Убеждала их в необходимости постоянно работать над своим спортивным совершенствованием. Пробовала и уговаривать их, и заставлять. Бесполезно. Их вполне устраивало то, что они ходят на тренировки. А зачем — это уже был другой вопрос, судя по всему, мало их занимавший. Чтобы не быть неправильно понятой, скажу, что пользу от занятий эти девочки, конечно, получили огромную — они стали здоровыми, крепкими (для этого вовсе не надо стремиться стать чемпионом). Но ведь школа наша называлась школой высшего спортивного мастерства. А цель такой школы весьма определенная — готовить не просто здоровых и сильных людей, но спортсменов, способных бороться за высшие спортивные достижения. И когда я почувствовала, что эта цель в нашей школе (в женском отделении) поддерживается единственно моими усилиями, я во второй раз усомнилась в правильности выбора своего тренерского пути.

Если эти слова прочтут мои нынешние ученики, пусть не думают, что они и вообще школа безразличны, что ли, мне. Нет, конечно. Школа — это наше с Павлом детище. И как всякий ребенок, пусть трудный, непослушный, он люб своим родителям. И за его рост и развитие душа всегда болит. Но разве не бывает так, что родители, любя и лелея своего ребенка, в то же время отдают себе отчет в том, что он появился не вовремя или что они не подготовились как следует к его рождению. Вот такую параллель я бы здесь провела. Поясню подробнее, что я хочу этим сказать.

Когда опытный высококвалифицированный спортсмен, тренер по профессии, решает закончить выступления и начать педагогическую деятельность, перед ним, как правило, стоит альтернатива: попробовать свои силы в работе с уже достаточно опытными спортсменами с тем, чтобы довести их до спортивных высот, или взять

совсем «сырой» материал — детей и начать с ними долгий путь к этим самым высотам. Сто раз правы те, кто считает, что большой спортсмен — это еще не большой тренер. Но столько же раз неправы и те, кто полагает, что коль спортсмен не имеет тренерского опыта, значит он должен начинать работу только с детьми (я, кстати, не считаю, что работа с детьми менее ответственна и сложна, чем со взрослыми спортсменами). И я думаю, что, если есть возможность, спортсмену-чемпиону (назовем его условно так) надо дать поработать с мастерами, пусть стажером, под контролем кого-либо из известных и заслуженных тренеров. За что такая честь? Дело тут не в чести, а в том, что такой спортсмен, во-первых, имеет драгоценный опыт участия в крупнейших международных соревнованиях (этот опыт имеют единицы, а роль его в подготовке спортсменов-мастеров очень велика). Во-вторых, спортсмен, много лет выступавший в сборной, естественно, знаком с последними новинками тренировочной методики в своем виде спорта. И, в-третьих, такой спортсмен может многое из элементов техники оперативно показать ученикам, не прибегая к кинограммам. Все это имеет смысл, конечно, в том случае, если он проявил какие-то педагогические задатки или, во всяком случае, не показал полное их отсутствие. Собственно говоря, я, кажется, напрасно ратую за предоставление известным спортсменам возможности поработать с мастерами. Как правило, такая возможность им предоставляется. Я сказала «как правило», потому что есть исключения. В это исключение как раз я и угодила. Меня торжественно проводили на тренерскую работу. Вот только эту работу мне пришлось искать самой. А предложить со своей стороны то, о чем сейчас говорила, я постеснялась: как бы не показаться самоуверенной, а то и нахальной. И зря постеснялась — сейчас я это вижу. Вряд ли моя дальнейшая тренерская судьба изменилась бы кардинальным образом: мы с Павлом все равно при-

шли бы к необходимости создать свою школу спортивного мастерства, (по уже высказанным мною причинам). Но в этом случае организация работы нашей школы была бы (я в этом уверена) более продуманной. И тогда не откладывалась бы на несколько лет моя мечта воспитывать лыжниц для сборной команды страны, лыжниц, ставящих перед собой высокие цели и готовых ради их достижения к известным жертвам (будем называть вещи своими именами). Может быть, это последнее заявление выглядит несколько самоуверенным в том смысле, что еще неизвестно, получилось бы у меня или нет. Но я хочу быть искренней и говорить то, что думаю. К тому же, мне, надеюсь, удастся доказать свою правоту.

Из дневника А. К.

22 декабря 1971 года.

Сегодня мои девчата выглядели лучше. Движения экономные, но надо больше живости, легких и мощных движений. Хочу видеть заборные движения!

23 декабря 1971 года.

Человек, который учится искусству толкаться — толкаться энергично, должен научиться толкаться с улыбкой, непринужденно.

Мы совершенно не умеем толкаться. Одни слишком робки, другие, наоборот, делают это со злостью, работая локтями, как в трамвае, пуская в ход согнутые колени.

Задача постановки «лыжного характера» чисто психологическая, но неотделимая от технической и тактической подготовки. Все приходит вовремя для тех, кто умеет ждать, кто трудится и верит.

15 декабря 1972 года.

Гончукова Т. опять плохо растирала лыжи — она делает это, боясь испачкать руки. Смотришь со стороны и приходишь к выводу: этот человек не любит лыжи, а выбирает их на всю жизнь — как же так?..

16 декабря 1972 года.

Т. Меркулова сегодня в начале тренировки ходила слабо, плохо держали лыжи. Я и Павел Конст. решили ее намазать кр. «Рексом» и заставить толкаться. Она пошла весело и быстро. 1-е задание ей — догнать С. Тимченко, 2-е — обогнать. Она это сделала и ушла от нас. Но, догнав Гончукову, устала и смиренно пошла за ней. И внушила ей, что она должна обойти ее и, уверенно отталкиваясь, продолжать идти так же. Она возражала: «Так уже не могу, «устала». Но я сказала: «можешь! Надо попытаться это выполнить!» И она пошла и ушла от всех. А Гончукова Таня сдалась, и Меркулова обогнала ее на целый круг.

24 декабря 1972 года.

В начале зарядки в 7.45 ждала девчат, но они задерживались, и я начала сердиться, но, чтоб не кричать на них, я убежала.

Гончукова хотела уйти с тренировки как мышка в норку, ничего мне не сказав, но я ее вернула и заставила доделать коньковый ход.

26 декабря 1972 года.

В 21.30 все вместе смотрели кинофильм «Белое солнце пустыни». Надо всякое дело выполнять спокойно, основательно, обдуманно — так поступал герой этого фильма.

27 декабря 1972 года.

Тренировались только Меркулова и Гончукова. Задание на самостоятельной тренировке выполнили наполовину, и мне пришлось их заставить в 13 час. второй раз, но они проспали и вышли на трен-ку в 13.20. Я ожидала их 20 мин., после того как разбудила. Мне стыдно и обидно за них: они не хотят дерзать и выбиваться в люди.

29 декабря 1972 года.

После ужина провела беседу: о соревнованиях, о дальнейшей подготовке, о мудрости этикета. Вечер прошел хорошо, было уютно и дружно. Очень хорошо гово-

рил Павел Констант-ч. Я выглядела только удовлетворительно: не умею тонко и проникновенно говорить, говорю отрывисто, конкретно, как робот.

22 января 1973 года.

Спала до 9 ч. Снился легкий сон: я и Павел танцевали под испанскую музыку, мне было очень весело, я была восхищена им, его движениями и чувством музыки; проснулась с улыбкой и попробовала воспроизвести танец, но у одной не получалось.

3 февраля 1973 года.

Вечером проводила переменную тренировку на дистанцию 5 км. Нет у девчат резких, мощных (мальчишеских) движений. Мне не нравится их отношение к самой тренировке. Они самостоятельно совсем не работают над своими недостатками, только по указке тренера. Это огромная недооценка самообучения в совершенствовании. Я им об этом сказала перед началом тренировки. А. Казаковой говорю об этом каждый день, в частности о том, что ей необходимо отрабатывать горную технику. Сама она по-прежнему не проявляет инициативы.

24 февраля 1973 года.

Феденька упал на трамплине и сильно ободрал лицо. Его тренер Эйдо Мемаа от трамплина на машине возил в больницу. Там лицо обработали и заклеили. Днем держали снег через марлю на губах и на лбу, а с 17 ч. он наотрез отказался держать, ему хотелось покоя и спать. Когда ему больно и тяжело, он всегда уходит в сон — это и хорошо. Но лицо разбито сильно, и много ссадин — очки раскололись и поцарапали кожу. Федя мне сказал: «Как заживет, сразу пойду прыгать». Он, конечно, растет смелым человеком.

26 марта 1973 года.

В 10 ч. по многим волнующим вопросам разговаривала с Г. Паршаковой. Она молодец, старается укрепить свой коллектив, ищет девчат. Никто такой инициативы пока не проявил.

Июнь 1973 года.

Год закончился отлично! Задание выполнено! В работу и в здоровье внесены поправки. С новым составом, с новыми силами начнем новый путь к высоким скоростям!

25 ноября 1973 года.

А на тренировке Анна отмочила: «Вы мне на нервы действуете». Вот и учи... Это мои лучшие лыжницы?! Значит, сама виновата, не могу учить спокойно и быть удовлетворенной своей новой работой.

30 ноября 1973 года.

Безусловно, моя группа, кроме Паршаковой, очень слабо владеет всем арсеналом лыжной техники. Я огорчаюсь, переживаю, кричу на них. Но ведь это не тот контингент, который может легко перенимать мой опыт, мои знания. На каждом шагу я натываюсь на непонимание вопросов, касающихся высокого спортивного мастерства.

6 апреля 1974 года.

Мне очень хотелось предложить девочкам утром покататься, но боязнь пререканий с их стороны остановила. Решила: пусть сами, как хотят. А они ничего не предприняли. Плохо размялись и плохо опробовали смазку. Результаты у них ниже возможностей.

7 апреля 1974 года.

Девчата отдыхали, хотя мне очень хотелось, чтоб они пошли на тренировку. Я не стала заставлять, а сама пошла утром 10 км, днем 6 км и вечером 15 км. Отлично!

* * *

П. К. Спортсмена, прожившего в спорте долгую жизнь, часто спрашивают о самом ярком, самом дорогом событии его спортивной карьеры. «Примеряя» этот вопрос, я всегда ловил себя на мысли, что, пожалуй, не смог бы ответить на него четко и определенно. Скажем, так: «Самым-самым был момент, когда исполнилась моя

мечта и я стал олимпийским чемпионом». Почему? Может быть, потому, что мечты такой у меня просто не было. Трудно, наверное, поверить, но это так. Все приходило ко мне как-то обыденно, без волнующих ожиданий, как будто так и должно быть.

Мастера спорта выполнить... Это было для меня чем-то далеким, расплывчатым. А уж задаваться такой целью, чтобы оказаться в сильнейших, допустим, лыжниках Союза, не говоря уже о мире, и в мыслях не было. Все, о чем я думал, это тренироваться, тренироваться, сегодня быть лучше, чем вчера, а завтра лучше, чем сегодня. Я ведь знал, что никаких очень уж заметных способностей к лыжному спорту у меня не было.

И вот становлюсь мастером спорта. Умом я понимал, что это достижение. В те годы — а шел пятьдесят второй, — чтобы выполнить мастера, надо было на чемпионате Союза попасть в десятку — задача очень трудная. В то же время у меня было, хорошо помню, ощущение обычности достижения: ну выполнил и выполнил, стало быть, время подошло.

То же самое было и дальше. Летел в Кортина д'Ампеццо, но даже в самолете не думал (прямо как «плохой солдат, который не хочет стать генералом»), что могу стать чемпионом или хотя бы призером.

Наконец, стал я и тем, и другим, присвоили мне звание заслуженного мастера спорта, о чем, кстати, тоже никогда не мечтал, а реакция все та же: все нормально, все, видимо, так и должно быть. Не было ощущения триумфа, желания поторжественней отметить эти события. Все прошло спокойно, незаметно. Так же как и свадьба у нас с Алей прошла незаметно. Внешне, во всяком случае. Мы на сборе были в Златоусте. И в Златоусте расписались. Дружили мы с ней до этого долго, а тогда, 11 ноября, пошли и расписались.

Я к чему это говорю. Мне вовсе не хочется, чтобы молодые спортсмены восприняли мои слова как призыв:

дой, дескать, естественные для человека радости, мечты, давайте только работать, «пахать», уткнувшись в бесконечную лыжню! Нет, конечно. Мечтать — это хорошо. Только хотелось бы, чтобы честолюбивые мечты спортсмена были реальными. Реальными не в принципе, а завтра, послезавтра, в ближайшее время.

Поясню свою мысль. Мне кажется, у нас утвердилось одно не совсем верное мнение, согласно которому чуть ли не единственная цель занятий спортом — испытать радость победы над соперником. При этом предполагается, что наивысшая радость, ради которой, мол, и стоит переносить тяготы нелегкой спортивной жизни, — это когда ты стоишь на пьедестале почета, особенно на олимпийском пьедестале.

Никто не спорит, радость большой мировой или олимпийской победы особая, незабываемая. Но ориентировать молодого спортсмена только на такую победу, каким бы талантом он ни обладал, на мой взгляд, просто опасно. Уверенный, я бы даже сказал самоуверенный, в своей исключительной одаренности, он при первой же крупной неудаче (а ведь возможных причин для нее множество) может серьезно «сломаться» и так и не достичь до «своих» объективно возможных побед и достижений.

А ведь радость победы, победы над собой, над трудностями напряженных тренировок, над сильным соперником или товарищем по команде можно испытывать ежедневно, если именно на это настраивать молодого спортсмена. Постоянно совершенствоваться, расти, пусть ты самый сильный из окружающих тебя лыжников — я сторонник такой настройки спортсменов.

Навсегда останется у меня в памяти спортивная судьба Толи Наседкина. Я думаю, его не надо представлять, его все знают. Ах, какой это был лыжник! «Граф» — такая у него кличка была. Он и был «графом». Тончайшая первная организация, совершенно рас-

218 крепощенный. Координация — великолепно. Просто идеальный лыжный организм. Никаких лишних движений, ненужных усилий. Все рационально, легко, красиво.

Да вот беда, все это было отлично ему известно. Он и видел: там, где другой работает с максимальным напряжением, он — вполсилы. Тренировался чуть ли не меньше всех, а легко со всеми конкурировал. Стремиться же к своему «потолку» — не было у него, видимо, такой цели. Вот и не дошел до своих главных побед, не воспользовался вполне тем, чем одарила его природа. Он, правда, еще и приболел. Это, конечно, тоже немножко отразилось на его спортивной форме. Но первая причина, думаю, сыграла главную роль.

Слава Веденин стоял на ступеньку ниже его по таланту. Заметно ниже. Но вы бы видели, как самозабвенно он тренировался. Этаким букой, надуется вот так. Трудно бывает, а он все равно сделает. Плохо ему — промолчит и виду никому не покажет. Упорнейший человек. Долго он отставал от Наседкина. И обошел его благодаря настроенности на преодоление все новых и новых, пусть не таких уж больших вершин в тренировках.

Любой, даже самый сильный сегодня спортсмен, настраивая себя только на победу, психологически должен быть готов и к тому, что может не быть первым. Ведь первое место одно, а соискателей множество. Сегодня ты с тренером нашел наилучший путь своего развития, совершенствования. А завтра еще более эффективный путь найдет другой — либо один из твоих постоянных соперников, либо кто-нибудь из малоизвестных пока спортсменов.

Оценка собственной подготовки должна быть самокритичной, я бы даже сказал, суровой. Лишь тогда можно избежать сильных огорчений, которые подтачивают боевой дух спортсмена, сокращают и без того не такой

уж долгий спортивный век. Это я проверил на собственном опыте.

Вспоминаю одно из самых обидных поражений. В Холменколлене дело было. Холменколленские игры! Это почти как Уимблдон в теннисе или Гонка Мира в велосипеде. Популярнейшие соревнования с многолетней славной историей... Так вот, иду я 50 километров. На пути бугор. Увидел я его, прикинул силы и решил бегом пробежать. И уж было пробежал. Да, наверное, чего-то не хватило, лыжа проскользнула, и я встал на колено. Поднимаюсь, спешу и чувствую, что здесь-то сейчас и проигрываю. Ну финишировал и стал поджидать Хакулинену — он позже стартовал. Появляется. Идет на пределе. Тут, правда, помог ему один из лыжных фабрикантов Карху (Хакулинен, видимо, бежал на «его» лыжах) — схватил мегафон и давай всеуслышание подсчитывать секунды, сколько он мне проигрывал. Тот, естественно, поднажал — в таких случаях силы откуда-да дополнительные появляются, — стал идти вровень со мной, затем выигрывать.

Что же, я сделал вроде бы все, что мог. Отдал все силы. Уж в этом-то сомнений не было — к автобусу я еле шел. Там еще, помню, под канатной перегородкой надо было пройти. Подошел я к ней, стою, чувствую, если сейчас наклонюсь, то у меня сведет все мышцы. Так бывает от сильной усталости. Тому, с кем такого не случалось, невозможно представить себе, какое это неприятное состояние. Рядом болельщики стоят, приветствуют меня даже: молодец, мол, второе место. Видно, поняли, что со мной творится, поднимают канат, показывают: давай проходи. Кое-как прохожу я, стараюсь не показывать, что тяжело, почему-то неудобно было: как это так — 50 километров прошел, а тут несколько метров не могу. Спасибо ребятам, встретили меня, в автобус подняли. Сел я и слышу — по радио передают результаты гонки. Я по-норвежски мало что понял. Но тут

шофёр-норвежец весьма своеобразно перевел то, что касалось меня. Сначала два пальца показал, а потом с самым решительным видом кулак: мол, вот тебе, я вожу тебя, стараюсь, а ты 2 секунды проиграл!..

Я почему-то сначала решил, что две минуты. Подумал еще: «две минуты Хакулинену — это совсем неплохо». Хакулинен настолько великий, феноменальный спортсмен, что победить его, значит сравняться с эталоном всего самого наивысшего в лыжном спорте, пройти своеобразное посвящение в мастера лыжного спорта.

Потом начинаю соображать: не 2 минуты, 2 секунды! Сразу такое двойственное чувство возникло... С одной стороны, всего лишь 2 секунды — считай, что ничего не проиграл. А с другой — обида: надо же, 2 секунды не хватило до победы! Мысленно проношусь по лыжне, вспоминаю злополучный подъем. Вот там потерял, еще в одном месте не смог собраться. Невезение? Нет. В этом я был твердо убежден. Просто недоработал, вот здесь недоработал, там. Поэтому не было обиды на судьбу, знал, что все зависело от меня. Такое отношение к проигрышам было у меня своеобразной защитой от разочарований и стимулом к дальнейшим тренировкам.

Правда, потом уже в тренерской работе мое отношение к успехам и неудачам несколько изменилось. Расширился, так сказать, диапазон переживаний. Это тоже может показаться странным. Ведь, в сущности, победы ученика (равно, как и поражения) вторичны по отношению к учителю-тренеру. Да, ты его воспитывал, ты ему многое дал, ты вел его к вершине — все это так. Но ведь на вершине, то бишь на пьедестале, он стоит один. Ты же в сторонке, в тени. Так, видимо, и должно быть (я сейчас не об этом). Разве не естественно было бы в такие моменты позавидовать ученику белой завистью, вспомнить, что и тебе приходилось бывать на том же пьедестале.

У меня такого не было. Скажу прямо: успехи учеников гораздо больше согревают мне душу, чем раньше мои собственные спортивные победы. И даже не в успехах дело. Бывает, например, ушел от тебя ученик — и как отрезал. Это, к сожалению, не редкость, когда тренеров забывают. Вдруг узнаешь, что он где-то вспомнил о тебе, вспомнил добром. И ты уже удовлетворен, ты уже почти счастлив...

С другой стороны, с моей тренерской работой связаны и самые трудные периоды жизни, самые глубокие переживания. Сказать о них просто — перечислить причины — мне опять-таки нелегко. Потому что они далеко не всегда сопряжены по времени с какими-то творческими просчетами или поражениями учеников. Тяжесть, бывает, накапливается в душе годами, по капелькам, а реакция выходит наружу в самую, казалось бы, неподходящую минуту...

Был у меня такой момент, когда Слава Веденин стал чемпионом мира, в семидесятом году. Слабость какая-то у меня была от всей этой работы напряженной, от всей борьбы за подготовку того же Славы. Ведь не все гладко шло. Конечно, в работе тренера и не может быть все гладко. Я уже говорил, что общепринятая, опробованная методика гарантирует определенный и достаточно высокий уровень подготовки спортсмена. Превзойти же его можно лишь в том случае, если ты постоянно ищешь что-то новое. Иногда это новое представляется очевидным, иногда спорным настолько, что возникают неприятные для тебя закулисные разговоры. Это хуже всего, когда тебе в лицо не говорят о своем отношении к твоей работе, а за спиной ты слышишь ехидные смешки. И именно тогда, когда ты готов выслушивать любые сомнения ради того, чтобы лишний раз не ошибиться в поисках истины.

Честно говоря, мне очень не хотелось об этом вспоминать. Но, как говорится, из песни слова не выкинешь.

Не везло мне на искреннее, деловое отношение со стороны, когда если и не понимают твоих идей, то хотя бы верят, что ты их не с потолка взял, что это плод серьезных раздумий и что, если я увижу ошибочность идеи, не буду упрямо за нее держаться только потому, что она моя. Много мне пришлось пережить и недоверия, и сомнений. Все это в струнку, такую тугую, неприятную, собиралось во мне, собиралось...

И вот, когда Слава выиграл чемпионат мира, она и оборвалась. Увидел я, как его поздравляли: «Слава молодец! Молодец Слава!» И меня поздравляли: «Молодец! Слава-то первый!..» Увидел я, как вместе со всеми шумно и радостно поздравляли нас те, кто упрямо не верил в эту победу, препятствовал ей, так или иначе мешая в тренировках. И так мне стало противно, так обидно за этих людей. Ну да бог с ними, мне бы тоже радоваться, чемпиона поздравлять, а у меня сил нет. Подошел я к нему. И не могу ничего сказать. Славке... Да... Трудный был момент.

Потом уже домой приехали с чемпионата, сел я в комнате, мысленно как-то оглянулся назад на этот трудный для нас прошедший год и не выдержал. Зарыдал. Не мог себя сдержать, никого дома не было. Потом встал, прошелся туда-сюда. Отошло.

Обо всем этом мне трудно говорить. Не потому, что это бог весть какие сложности. А потому, что не хочется. Хотя, может быть, и интересно для читателя и даже нужно. Вообще на этот счет мнения разноречивы. Я знаю, многим не нравится, что, скажем, В. Брумель, Е. Гришин и некоторые другие спортсмены в своих автобиографических книжках критикуют всякого рода недоброжелателей и прочих людей, которые по тем или иным причинам несимпатичны авторам. Не задумывался, кто из них прав. Что же касается меня, то я просто не могу открыто сказать о ком-либо плохо. Наверное, из-за моего характера. Как бы там ни было, мне всегда

кажется, что даже самый твой активный недоброжелатель стал таковым не со зла, а по какому-то нелепому недоразумению. Стало быть, не все еще потеряно. Разобраться с ним на словах «кто есть кто» — это, видимо, будет означать окончательный разрыв, вражду. А хотелось бы вернуть человека в лоно, так сказать, добрых отношений. Вот и приходится (во всяком случае, я стараюсь) всегда доказывать свою правоту не словом, а предметно — делом, работой. Конечно, необходимо запастись немалым терпением — доказательство ведь, бывает, растягивается или откладывается на многие месяцы. Да и обида, которую ты все это время проглатываешь, еще неизвестно во что тебе станет. Но что поделаешь, иначе я не могу.

А может, эта моя странность объясняется еще и другим? Желанием иметь хоть и за высокую плату, еще один стимул к творческому росту и страховку против застоя? Может быть...

Не знаю, есть ли среди других видов спорта такие, в которых можно долгое время «эксплуатировать» в тренировках удачно найденную методическую находку? Что касается лыж, то здесь надо постоянно обновлять свой «тренерский репертуар», находить новое. В этих поисках наши с Алевтиной надежды, в них трудности и радости нашей нынешней и будущей работы.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Два предисловия	5
Глава 1. Начало	39
Глава 2. К первой олимпийской вершине	55
Глава 3. Испытания... Борьба продолжается	86
Глава 4. Третья попытка	115
Глава 5. Новые заботы	137
Глава 6. Снова по параллельной лыжне	170
Глава 7. Надежды	201

Серия «Сердца, отданные спорту»

*Колчина Алевтина Павловна,
Колчин Павел Константинович*

О ЛЫЖАХ И О СЕБЕ

Заведующий редакцией Э. П. Киян. Редактор В. В. Баранчук. Художник Е. Л. Вельчинский. Художественный редактор Ю. В. Архангельский. Технический редактор Л. В. Туркова. Корректор Л. А. Кирюхина.

ИБ № 219. Сдано в набор 18.01.78. Подписано к печати 12.05.78. А 00440. Формат 70×108¹/₃₂. Бумага кн.-журн. № 2. Гарнитура «Обыкновенно-новая». Высокая печать. Печ. л. 7,0. Усл. п. л. 9,8. Уч.-изд. л. 9,51. Тираж 75 000 экз. Издат. № 5674. Зак. 99. Цена 60 коп.

Ордена «Знак Почета» издательство «Физкультура и спорт» Государственного комитета Совета Министров СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли. 103006. Москва, К-6, Каляевская ул., 27.

Ярославский полиграфкомбинат Союзполиграфпрома при Государственном комитете Совета Министров СССР по делам издательств, полиграфии и книжной торговли. 150014, Ярославль, ул. Свободы, 97.

В 1978 году в издательстве
«Физкультура и спорт»
в серии «Сердца, отданные спорту»
выйдут следующие книги:

КУПРИЯНОВ А. А.

50 лет в спорте.

Заслуженный мастер спорта СССР А. Куприянов рассказывает о развитии советского велосипедного спорта, о своей работе в качестве вице-президента Международной Федерации велоспорта, о спортсменах общества «Динамо», председателем которого он был на протяжении последних 20 лет.

ЧАЙКОВСКИЙ А. М.

Волшебная восьмерка.

Книга о жизни и спортивных выступлениях Панина-Коломенкина — выдающегося русского фигуриста, оставившего богатое наследие нынешнему поколению спортсменов.

