

Руслан Тахаев – серебряный призер Кубка Европы

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



20-21 июля в столице Австрии городе Вене состоялся 3-й Кубок Европы по тяжелой атлетике среди ветеранов, где выступал наш известный тяжелоатлет, чемпион мира и Европы Руслан Тахаев.

Прежде всего, надо отдать должное изобретательности организаторов турнира. Австрийская федерация ветеранов тяжелой атлетики во главе с Герхардом Пейя решила провести этот крупный турнир в огромном торгово-развлекательном комплексе «Люгнер-Сити» в центре Вены. Поэтому сразу отпала надобность в излишней рекламе, так как большое количество людей, которые пришли в эти дни за покупками или по другим делам, надолго задерживались у помоста, на котором ветераны вели жаркие баталии.



Кстати, и Министерству спорта ЧР стоило бы обратить внимание на этот опыт и организовывать соревнования, скажем, в «Грозный-Сити».

Для Руслана Тахаева этот турнир был первой ступенькой в подготовке к чемпионату мира, который состоится во Львове в конце сентября. Руслан планирует начать целенаправленную подготовку к главному старту года после месяца Рамадан, а на данных соревнованиях, естественно, находился не в лучшей форме.





Тем не менее, Тахаев сумел поднять неплохие килограммы – 110 кг в рывке, 137 кг в толчке и занял второе место в группе ветеранов 50-54 года и в весовой категории 105 кг.

А в перерывах соревнований ветеранов, свое мастерство зрителям показывали юные тяжелоатлеты.

[youtube id=»zsCT4vSuYq0″ width=»600″ height=»350″]

Апти Аухадов завоевал последнюю путевку в Лондон

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



Сегодня, 6-го июля, на тренировочной базе российских тяжелоатлетов в Таганроге состоялась последняя прикидка штангистов перед Олимпиадой, где чеченский тяжелоатлет Апти Аухадов завоевал путевку в Лондон.

После чемпионата России, который состоялся в конце июня – начале июля в Саранске, руководство Федерации тяжелой атлетики России определили пять тяжелоатлетов, которые должны выступить на Олимпийских Играх в Лондоне. Под вопросом оставалась последняя, шестая путевка, на которую претендовали пять атлетов, в том числе наш Апти Аухадов.

На отборочном чемпионате России все они не смогли выступить в полную силу из-за травм. Главный тренер сборной России, знаменитый в прошлом атлет, Давид Ригерт сказал тогда, что ситуация прояснится после первого тренировочного сбора, в конце которого будет проведена прикидка и отобран последний участник Олимпиады.



И вот сегодня состоялась «проходка», в которой участвовали три атлета. Двое из претендентов отсеялись ранее из-за травм. Апти Аухадов выступал очень уверенно, легко и красиво поднимая огромные веса. В рывке ему удалось покорить 175 кг, в толчке 215 кг. Набранная, внушительная сумма двоеборья в 390 кг позволила Апти войти в олимпийскую сборную.

Тут невольно вспомнился 2004 год. Тогда, наш знаменитый тяжелоатлет и один из нынешних тренеров Аухадова – Асламбек Эдиев на контрольной «проходке», в той же весовой категории 85 кг, поднял точно такие же килограммы, на Олимпиаду в Афины его тогда не взяли. Видимо, судьба решила вернуть ему долг, отправив на нынешнюю Олимпиаду ученика.

Мы от всей души поздравляем Апти Аухадова, его тренера и отца

Хамзата, тренера Геннадия Аниканова, главного тренера республики Асламбека Эдиева и желаем успешного выступления на олимпийском помосте.

Первый пятисотник Северного Кавказа

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



Сергей Долгачев родился 1-го сентября 1941 года в станице Митякинская Ростовской области. Его отец погиб на фронте, а в 1945 году умерла мать. Сергей с братом и сестрой попал в детский дом в городе Белая Калитва, где прожил 13 лет.

✘ В 1958 году Сергей поступил в ремесленное училище в Таганроге, где начал заниматься классической борьбой. В этом виде спорта он достиг неплохих результатов, в частности был четвертым на чемпионате Центрального Совета ДСО «Труд» среди взрослых. В 1961 году был призван в ряды Советской Армии и попал служить в город Грозный, в 1-й городок. В армии начинает заниматься тяжелой атлетикой и одновременно толканием ядро. Занимался самостоятельно, так как тренера не было. Тем не менее, на первенстве Северо-Кавказского военного округа занял второе место в весовой категории 90 кг с результатами: жим – 110 кг, рывок – 110 кг, толчок – 150 кг.

После службы в армии Сергей Долгачев женился и остался жить в Грозном. В 1968 году выполнил норму мастера спорта СССР. В 1969 году заочно закончил школу тренеров при Волгоградском

институте физкультуры.

В начале 70-х годов прошлого века Долгачев был одним из сильнейших тяжелолюбителей на Кавказе. 7-го февраля 1971 году в Грозном, на матчевой встрече команд Чечено-Ингушетии и Северной Осетии, он стал первым «пятисотником» Северного Кавказа в 1-м тяжелом весе, подняв 160 кг в жиме, 150 кг в рывке и 190 кг в толчке.

После завершения спортивной карьеры поступил на факультет физического воспитания Чечено-Ингушского Государственного Университета и в 1978 году окончил его. Работал учителем физкультуры в школе села Комсомольское, что на окраине Грозного. Самостоятельно изготовив два помоста, тренировал детей. Именно там, под руководством Сергея Долгачева сделал первые шаги в спорте прославленный Асламбек Эдиев, мастер спорта международного класса Саид Гортиков, один из сильнейших тяжелоатлетов республики Султан Асхабов и другие. Они учились в 4-ом классе, когда Долгачев увлек их тяжелой атлетикой, преподавал первые азы и наставил на долгий и интересный путь спорта. Также, у Сергея Долгачева начинал свои первые занятия тяжелой атлетикой Касум Магомадов, бывший в начале 2000-х главным тренером республики.



Асламбек Эдиев и Сергей Долгачев

Затем Сергей Долгачев долго проработал в ДЮСШ Грозненского городского отдела народного образования. В тяжелом и беспокойном 1992 году Долгачев с семьей переехал в Таганрог. Здесь он уже не работал тренером, лишь время от времени судил различные соревнования.

У Сергея Долгачева два сына и два внука. Старший сын Андрей является мастером спорта СССР по пулевой стрельбе, а Александр пошел по стопам отца. Он мастер спорта СССР по тяжелой атлетике, на первенстве СССР 1991 года занял 4-е место с

результатом 157,5 в рывке и 192,5 кг в толчке. С 1996 по 2011 года работал старшим тренером в областной СДЮСШОР, директором которой был Давид Ригерт.

К сожалению, в настоящее время Сергей Долгачев тяжело болен. У него был инсульт и, когда казалось, что пошел на поправку, обнаружилась злокачественная опухоль. Однако, Сергей, как всегда в жизни и на помосте, не сдается и даже тренирует внуков. Пожелаем нашему славному ветерану здоровья и долгих лет жизни.

ngg_shortcode_0_placeholder

Тяжелоатлеты на предолимпийском чемпионате России

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



С 29-го мая по 3-е июня с.г. в г.Саранске проходил чемпионат России по тяжелой атлетике, по результатам которого, как объявила Федерация тяжелой атлетики России, будет формироваться сборная команда для выступления на Олимпийских Играх в Лондоне.

✘ На этом чемпионате участвовало трое тяжелоатлетов из Чеченской республики: Мухамад Хибалов (77 кг), Апти Аухадов (85 кг) и Чингиз Могушков (свыше 105 кг).

Из этой тройки самые высокие шансы на попадание в олимпийскую

команду имеет Апти Аухадов. Несмотря на то, что ему лишь в ноябре исполняется 20 лет, Апти является опытным спортсменом, чемпионом мира среди юниоров, серебряным призером чемпионата Европы среди взрослых, обладателем Кубка России и т.д. В прошлом году он стал одним из лидеров российской тяжелой атлетики в категории 85 кг и тренеры сборной России рассматривают Аухадова как одного из главных претендентов на участие в Олимпийских Играх. Разумеется, такое доверие строится не на красивых глазках, а на очень высоких результатах, показываемых чеченским атлетом.

В ноябре прошлого года Апти впервые выступил на чемпионате мира в Париже. Дебют на взрослом мировом первенстве был не очень удачным. Аухадов использовал всего по одному подходу в рывке (168 кг) и толчке (202 кг) и занял пятое место. Однако уже в марте этого года Апти набрал оптимальную форму и на первенстве России в г.Шахты показал великолепный результат – 175+210, достойный любых соревнований самого высокого ранга. Но и на этом останавливаться не собирался и два месяца до чемпионата России в Саранске прошли в напряженной работе. Те килограммы, что были показаны в г.Шахты, на тренировках Апти поднимал по несколько раз и готовился превзойти их на отборочном чемпионате страны.

Но, судьба преподнесла неприятный сюрприз. За две недели до чемпионата, когда нагрузки были сброшены и шла только подводка к соревнованиям, Апти на небольшом разминочном весе в 120 кг потянул мышцу спины. Больше до самого старта он не тренировался, пытался ускоренно залечить травму, но увы...

Отец и тренер Апти – Хамзат Аухадов решил вообще не выпускать сына на саранский помост, дабы не усугубить положение. Но, Апти упросил отца. Столько готовиться к преолимпийскому чемпионату, быть в прекрасной спортивной форме и пропустить столь важный турнир... Это не укладывалось в голове молодого атлета.



Апти Аухадов (крайний слева)
на представлении атлетов

Первый подход в рывке Апти сделал на 170 кг и поднял тяжелый снаряд легко, как деревянную палку. Однако травма сразу дала о себе знать. Во втором и третьем подходах на 175 кг Аухадов уже не мог выложиться в полную силу. В итоге, после первого упражнения, врачи, обслуживающие чемпионат, сняли его с соревнований.

Очень обидно, что так получилось. На этом чемпионате Апти Аухадов хотел снять вопрос о своем включении в олимпийскую сборную высоким результатом и убедительной победой. Не получилось. Однако, Апти еще не потерял все шансы на поездку в Лондон. Федерация тяжелой атлетики России и ее главные тренеры обычно до последнего момента не называют окончательный состав команды. До Олимпиады еще два месяца, кто-то может потерять форму, кто-то, напротив, добавить. Кто-то может заболеть или не пройти предвыездной допинг-контроль. Так что тренеры еще будут наблюдать за атлетами на последних тренировочных сборах и, если травма не осложнится, то в спортивной форме Аухадова сомневаться не приходится. Так что, будем надеяться и ждать.

В категории 77 кг, где выступал Мухамад Хибалов, результаты были далеки от высшего международного уровня. В этом весе Россия не будет выставлять участника на Олимпиаде, поэтому особой лихорадки в соревнованиях не наблюдалось. Тем не менее, для нас данные состязания представляют интерес, так как в группе лидеров был чеченский атлет.

Мухамад Хибалов является чемпионом России прошлого года. Тогда он показал одинаковую сумму двоеборья с Дмитрием Иваненко из Хабаровска и выиграл за счет меньшего собственного веса. В этот раз борьба также развернулась между Хибаловым и Иваненко. Причем, по стартовым весам как в рывке, так и в толчке, наш атлет превосходил соперника.

В первом упражнении Хибалов начинал со 152 кг, а Иваненко со 150. Однако, наш атлет не справился с весом в первом подходе, а хабаровчанин успешно выполнил начальную попытку. Во втором подходе Мухамад исправляет ошибку, а Иваненко ошибается на 153 кг. В заключительной попытке атлет из Хабаровска поднимает 153 и выходит вперед. Хибалов решает сделать большой отрыв, заказывает 156 кг и не поднимает их. Таким образом, после первого упражнения с преимуществом в 1 кг лидирует спортсмен с Дальнего Востока.

Толчок Иваненко начал со 175 кг, а Хибалов со 180 кг. Во втором подходе Дмитрий выходит вперед – 181 кг, но наш атлет тут же остужает пыл соперника – 185 кг. В последнем подходе Иваненко делает все, что в его силах – толкает те же 185 и выходит вперед по сумме двух упражнений.

И вот тут, происходит нечто странное. Нашему спортсмену достаточно было поднять 186 кг, чтобы сравняться с Иваненко в сумме двоеборья и выиграть по меньшему собственному весу. Но, он почему-то идет на 191 кг! Совершенно непонятные действия тренеров. Зачем так рисковать? Что ему дает этот вес? Это не рекорд мира, не норматив МСМК (мастер спорта международного класса). А может личный рекорд? Но, когда идет борьба за звание чемпиона России, надо отставить на время личные планы и выигрывать чемпионат. А теперь получилось так, что явный претендент на «золото», очевидно превосходящий по силе соперников, проиграл соревнования. Хибалов не смог толкнуть 191 кг и остался на втором месте.



Мухамад Хибалов

Соревнования супертяжеловесов, где участвовал Чингиз Могушков, ожидалось с большим интересом, потому что должны были определить олимпийца в самой престижной весовой категории. На прошлой Олимпиаде в Пекине российский тяжеловес Евгений Чигишев занял второе место. Следующий олимпийский цикл Чигишев

провел не совсем удачно. Его долго мучили травмы, а последние полтора года вообще не выходил на помост. За это время у него появились молодые и сильные соперники, которые год от года прибавляли в результатах и к нынешней Олимпиаде собрались оспорить с лидером путевку в Лондон.

Главными из них, на сегодняшний день, являются осетинский тяжеловес Руслан Албегов и наш Чингиз Могушков. Руслан очень хорошо провел прошлый сезон, выиграл первенство России среди молодежи, чемпионат России, Кубок Президента. Причем, на всех турнирах выступал очень уверенно, используя практически все зачетные попытки. А в апреле нынешнего года стал чемпионом Европы. Чингиз Могушков также показывал результаты международного класса, стал обладателем Кубка России прошлого года, занял 4-место на чемпионате мира. Что самое важное, Чингиз постоянно прогрессирует и от старта к старту повышает свои показатели в классических упражнениях. В-общем, на саранском помосте ожидалась интересная борьба между этими тремя гигантами и надежды болельщиков вполне оправдались.

Первым на помост вышел Евгений Чигишев и удачно стартовал со 195 кг. Албегов и Могушков начинали с 200 кг. Руслан успешно выполнил свою попытку, а вот Чингиз не смог поднять этот вес. Однако тут же перезаказал на 201 кг и исправил ошибку. Этот же вес атаковал Чигишев, но неудачно. Евгений повторяет маневр Могушкова – перезаъявляет на 202 кг и, справившись с ним, выходит в лидеры.

Но, Руслан Албегов в этот день был на подъеме, во втором подходе он фиксирует 205 кг. Могушков попытался вырваться вперед, но 206 кг в заключительной попытке ему не покорились. А Руслан закрепляет свое лидерство, подняв в последнем подходе 210 кг!

Итак, после первого упражнения лидирует Албегов с результатом 210 кг, за ним Чигишев – 202 кг и на третьем месте Могушков с 201 кг. Уже было ясно, что опытному Чигишеву и чеченскому атлету надо совершить что-то невероятное, чтобы догнать

Албегова. Но, чуда не произошло.

Осетинский тяжелоатлет как по нотам справился с 240, а затем с 250 кг и стал чемпионом, набрав великолепную сумму двоеборья – 460 кг. Евгений Чигишев, видимо, понимал, что ему не удастся в этот день справиться с Албеговым и попытался завоевать хотя бы серебряную медаль. Но здесь на его пути стоял чеченский тяжелоатлет. Чигишев начинает толчок с 235 кг. Чингиз заказывает 237 и обходит его. Евгений штурмует затем 242 кг, но две попытки были неудачными и он остается на третьем месте, пропустив вперед Могушкова. Когда стало ясно, что серебряная медаль чемпионата уже в кармане, Чингиз попытался выиграть малую золотую медаль в толчке и пошел на 251 кг. К сожалению, этот огромный вес он не смог укротить, тем не менее, его можно поздравить с победой над прославленным Евгением Чигишевым.

Что касается отбора в олимпийскую команду, то первым номером безусловно является Руслан Албегов. Но и Чингиз Могушков будет готовиться с олимпийской командой в качестве дублера. Даже если он и не увидит Лондон на этот раз, как уже было сказано, Чингиз является одним из атлетов, который постоянно прогрессирует последние годы, а значит мы не раз еще увидим его на самых крупных международных турнирах.

Хамзат Аухадов

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



Наше досье:

Родился 13 мая 1965 года в селе Урус-Мартан. В 1982 году

окончил Урус-Мартановскую СШ № 7, в 1991 году – Чечено-Ингушский государственный университет. В 6-м классе начал заниматься тяжелой атлетикой. Мастер спорта СССР (1987). В 1983 году начал работать учителем физической культуры в Урус-Мартановской восьмилетней школе №5. В том же году был призван в ряды Советской Армии. После службы продолжил работу физрука в школе №5, а в 1987 году перешел на работу тренера-преподавателя Урус-Мартановской детско-юношеской спортивной школы.

В начале 2000-х в разрушенном Урус-Мартане во дворе собственного дома и на свои деньги построил спортивный зал и тренировал детей. Именно там начал свой путь в спорте его старший сын – Апти, который в 2012 году стал серебряным призером Олимпийских Игр в Лондоне, а в 2013 году чемпионом мира и Европы.

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 75-нг Хамзату Ахмаевичу Аухадову присвоено звание «Заслуженный тренер России». Указом Президента Российской Федерации от 2 февраля 2013 года № 57 награжден медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени.



В своем зале в Урус-Мартане



В своем зале в Урус-Мартане



В своем зале в Урус-Мартане



В своем зале в Урус-Мартане



В своем зале в Урус-Мартане



Абуязид Лабазанов, Хамзат Аухадов, Ибрагим Самадов в зале "Динамо" в Грозном, 2010г.



Мовлади Абдулаев и Хамзат Аухадов в зале "Динамо" в Грозном,

2010г.



Асламбек Эдиев, врач сборной России, Хамзат Аухадов. Чемпионат мира-2011, Париж.



Асламбек Эдиев, Хамзат Аухадов и руководство ФТАР. Чемпионат мира-2011, Париж.



Чемпионат мира-2011, Париж.



Хамзат, Асламбек и я. Чемпионат мира-2011, Париж.



Апти и Хамзат Аухадовы. Чемпионат мира-2011, Париж.



Группа наших соотечественников, живущих в Европе, приехали поддержать спортсменов. Чемпионат мира-2011, Париж.

Магомед Абуев: «Мой главный соперник – штанга».

написано Movladi ABDOLAEV | 25.07.2012



С 11-го по 18-е мая с.г. в городе Антигуа-Гватемала в Гватемале проходило первенство мира по тяжелой атлетике среди юниоров до 20 лет. В последний день соревнований, в самой тяжелой и престижной весовой категории чемпионом мира стал чеченский атлет, представляющий сборную России, Магомед Абуев.

По возвращению домой Магомед дал интервью сайту WSPORT-SHATOU.

Где и как проходила подготовка к первенству мира? Сколько планировал поднять в Гватемале?

Готовился, как обычно, на сборах в Сочи, Чехове. Подготовка прошла нормально, весь объем нагрузки, что запланировали, я выполнил. Прикидывали 195+240, на эти веса я был готов. Но там просто надо было выигрывать и особо рисковать не стали.

Почему не толкнул 222 кг в первом подходе?

Наверное, мало размялся. Толкнул в разминочном зале 200 кг и сразу вышел на 222.

После неудачи на 222 ты пошел на 225 кг. Это было твое решение?

Тренеры так решили.

Кто тебе ассистировал и выводил на помост?

Алан Наниев и Ибрагим Самадов. А также старший тренер команды Александр Иванович Венков, который считал подходы и просчитывал тактические ходы.

У тебя была информация о соперниках, на что они готовы?

Да, информация была. Но я знал, что сильнее их.

Что чувствовал, когда иранец пошел на 241 кг?

Просто ждал.

Как прошла акклиматизация в Гватемале? Все таки 10 часовых поясов.

Да я и не заметил никаких перемен в самочувствии.

Какие планы на ближайшее будущее?

Не останавливаться и идти дальше.

На следующий год ты уже выходишь из юниорского возраста, как думаешь, кто будет основным соперником на взрослом помосте в России?

Главным соперником будет штанга.

Когда ты начал заниматься тяжелой атлетикой, почему выбрал этот спорт?

С 9-ти до 12-ти лет занимался боксом, очень даже нравилось, может и сейчас продолжал бы. Но тренер уволился с работы, и тогда я подался в секцию тяжелой атлетики.

А когда впервые выступил на соревнованиях и сколько поднял?

В первый раз выступил в 2006 году, где-то после полугода тренировок. Поднял 70+90.

Твои личные рекорды в рывке, толчке, приседаниях?

Рывок 205 кг, толчок 240, приседания 320 кг.

Каких результатов достиг в Казахстане?

Да ничего особого я там не достиг. Просто был «грузчиком».

Почему решил переехать в Чечню?

В Казахстане меня не брали на международные соревнования. Хотя был чемпионом и рекордсменом страны даже среди взрослых.

А в Грозном какие условия для жизни, тренировок?

Вначале было трудно. Из-за этого переезда потерял много времени, полностью вышел из формы. Сейчас все нормально. Условия хорошие, можно тренироваться и двигаться вперед.

Кто из штангистов настоящего или прошлого является твоим кумиром?

Илья Ильин.

Магомед, спасибо, что ответил на наши вопросы. От лица всех посетителей сайта и поклонников «железной игры» поздравляю тебя со званием чемпиона мира. Верю, что это далеко не последнее твое достижение и желаю новых успехов.

Спасибо.

Адам Малигов: «Есть к чему стремиться»

написано Movladi ABDOLAIEV | 25.07.2012



18 мая в Гватемале завершилось первенство мира по тяжелой атлетике среди юниоров до 20 лет, где молодой, 18-летний чеченский тяжелоатлет Адам Малигов стал бронзовым призером. По возвращению из Центральной Америки, он дал интервью нашему сайту.

Адам, по-моему, это были твои первые международные соревнования и сразу мировое первенство. Волновался сильно?

Да, действительно, это был мой первый международный старт и волнение, конечно, присутствовало. Но, не настолько сильное, чтобы отрицательно сказаться на выступлении.

В рывке ты потерял первый подход, а в итоге использовал только одну попытку. Почему так случилось, плохо размялся?

Нет, размялся как надо, просто допустил ошибку. Еще думаю, не успел полностью акклиматизироваться после перелета. В принципе, чувствовал себя нормально, но была какая-то непонятная вялость.

А толчок начал совсем мало.

Тренеры решили подстраховаться, побоялись после неудачного рывка послать меня на больший вес во втором упражнении. Хотя в толчке уже полностью собрался, мог и побольше поднять. Но, главное, надо было зацепиться за медаль и это удалось.

На первенстве России ты набрал в сумме 360 кг, а в Гватемале – 342. Почему такой спад?

Все соревнования разные и выступления складываются по-разному. На разминке поднимал легко, вышел на помост и – техническая ошибка. Хотя штанга была легкая. Начал сильно переживать из-за этого, так вот в итоге и не добрал в рывке до своих лучших килограммов. А в толчке уже тактическая борьба пошла, чтобы

попасть в тройку призеров. Уже не думали, чтобы поднять максимум, надо было поднимать столько, сколько надо для бронзы.

Как проходила подготовка к первенству мира, где готовился, сколько планировал поднять в Гватемале?

Подготовка прошла хорошо, Слава Аллаху, не было травм, чувствовал себя отлично. Сначала были сборы в Сочи, а на заключительном этапе в Чехово. Поднять хотелось хотя бы свои килограммы, но увы, не вышло.

Кто тебе помогал на разминке, выводил на помост?

Ибрагим Самадов, мой второй тренер.

Какой была организация чемпионата, питание, проживание?

Все было организовано отлично. Поселили в хороший отель, хорошее питание, прекрасный зал соревнований.

Адам, почему ты начал заниматься тяжелой атлетикой, почему именно этот вид спорта? Кто был первым тренером?

Я учился в 5-м классе, когда случайно зашел в зал. Очень понравилось, как ребята поднимали штангу, захотелось попробовать. Но, в тот момент меня не взяли в секцию. Через год этот тренер, который меня не взял, сам подошел и сказал – вот сейчас настало твое время, будешь заниматься? Я, разумеется, сразу согласился. Потом была травма и перерыв. Вот, в сентябре, будет ровно три года, как я снова начал тренироваться.

Кто тебя сейчас тренирует дома и на сборах?

Дома тренируют Асламбек Эдиев, мой первый тренер, и Ибрагим Самадов. А на сборах только Самадов. Асламбек – главный тренер республики, у него дома слишком много работы, не может сидеть со мной на сборах.

Твои лучшие результаты в рывке, толчке, приседаниях?

Рывок 165 кг, толчок 195, приседания 230 кг.

Каковы дальнейшие планы?

Тренироваться, тренироваться и еще раз тренироваться. На первенстве мира я увидел много ребят, открыл для себя много нового, так есть к чему стремиться.

От лица посетителей сайта поздравляю тебя с бронзовой медалью мирового первенства. Будем ждать от тебя новых успехов.

Спасибо. Постараюсь.

Магомед Абуев – чемпион мира! У Адама Малигова – бронза!

написано Movladi ABDOLAIEV | 25.07.2012



С 11-го по 18-е мая в городе Антигуа-Гватемала в Гватемале проходило первенство мира по тяжелой атлетике среди юниоров до 20 лет. В составе сборной России выступали двое чеченских штангистов, которые добились отличных результатов.

В последний день первенства мира соревновались атлеты супертяжелого веса, чьи выступления вызывают особый интерес публики. Город-музей Антигуа-Гватемала, состоящий из памятников архитектуры колониального периода Америки, главный туристический центр этой Центрально-Американской страны рукоплескал 18 мая чеченскому атлету Магомеду Абуеву.

Девять сильнейших тяжелолюбесов мира вышли в этот день на помост, чтобы выяснить, кто из них может называться самым сильным юниором планеты. Кроме Магомеда Абуева, главными претендентами на это звание являлись Гор Минасян из Армении и Бахадор Моулаи из Ирана.

В первом упражнении все они выступали безукоризненно. В трех подходах в рывке никто не допустил осечки, но Абуев, подняв в заключительной попытке 191 кг вышел вперед. За ним остался Минасян со 190 кг и иранец со 185 кг. Но, радоваться было рано. Как говорится, силен тот, кто силен в толчке. Особенно у тяжелолюбесов.

Первым из лидеров в толчке на помост вышел Гор Минасян и поднял 220 кг. Магомед начинал второе упражнение с 222 кг, а Моулаи аж с 232 кг! Был повод для разочарования. К тому же, Абуев не справился с весом в первом подходе...

Правда, Магомед тут же перезаказал на 225 кг и во втором подходе толкнул этот вес. Но, инициатива уже перешла к соперникам, которые имели больше подходов и могли контролировать ситуацию. Армянский спортсмен во второй попытке справляется с 227 кг и обходит Абуева.

Итак, у нашего атлета остался один, последний подход. А иранец еще даже не выходил помост. Магомед мог бы, забыв про Моулаи, побороться с Минасяном за серебряную медаль. Но, он идет ва-банк. Для третьего подхода заказываются 235 кг!

Минасян не справляется с 230 кг и заканчивает выступление, находясь на первой позиции. Но, ненадолго. Бахадор Мулаи поднимает в первом подходе 232 кг. Теперь он лидер и в запасе у него еще две попытки. Всё зависит от последнего выхода на помост Магомеда Абуева. В случае неудачи на 235 кг он останется на третьем месте. Если же поднимет этот огромный вес, то выходит вперед и загонит иранца на 241 кг, если тот захочет выиграть.

И Магомед Абуев сделал это! В последнем подходе он толкнул 235

кг и вынудил Моулаи штурмовать 241. Две отчаянные попытки иранца не имели успеха и чеченский тяжеловес становится чемпионом мира в супертяжелом весе!



Адам
Малигов

А за день до этого соревновались участники весовой категории 85 кг, где от сборной России было выставлено два участника – Адам Малигов и Артем Окулов. Им пришлось вести борьбу с представителем самой сильной тяжелоатлетической державы – Чжаном Хуацон из Китая.

Адам неудачно начал соревнования. Стартовые 153 кг в рывке ему не покорились. Пришлось потратить еще один подход, чтобы зафиксировать 154 кг. С этим результатом Малигов и завершил первое упражнение. Тем временем, Чжан и Окулов удачно стартовали со 155 кг и безошибочно выполнив все подходы завершили, соответственно, со 165 и 163 кг.

В толчке Малигов уже выступал собранно, уверенно, сделав все подходы закончил со 188 кг. А вот его товарищ по команде едва не схватил «баранку», лишь в последнем подходе одолел 193 кг. Китаец-же продолжал как робот безошибочно выполнять подходы, завершил на 194 кг и стал чемпионом мира. Артем Окулов, чудом избежав нулевой оценки, оказался на втором месте и Адам Малигов завоевал бронзовую медаль. Это является большим успехом 18-летнего атлета, который в первый раз в жизни выехал на международные соревнования, которые оказались мировым первенством.

Алыму Ачичаеву 63 года

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



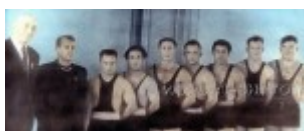
Поздравляем первого чеченского чемпиона СССР по тяжелой атлетике с Днем рождения!

Желаем счастья и крепкого здоровья!



Ася Эсембаева об отце

написано Movladi ABDOULAEV | 25.07.2012



Всегда в спорте был актуальным вопрос, кто сильнее? «Наиболее точно сила определялась и определяется подниманием специального снаряда – штанги.» – так писал в своей брошюре «О сильных и умелых» И.Б. Борисов. Но одной силы мало! Автор описывает, каким «расчетливым и ловким должен быть штангист. Вот снаряд, послушный силе рывка, идет вверх. Иссякла энергия спортсмена, а штанга продолжает свое движение по инерции: каких-нибудь несколько сантиметров, какие-то дольки секунды. За это мгновение атлет должен «уйти» под штангу, чтобы успеть подхватить ее в верхней мертвой точке, т. е. над головой. Но это еще не все. Мало того, что нужно «осесть» вниз; свободное опускание тела должно быть ускорено дополнительным усилием.

Где его взять? Оказывается, нужно заставить работать на себя штангу, использовать ее гриф в качестве опоры, чтобы придать стремительность подседа и одновременно поддержать снаряд на весу. Выходит, для того, чтобы вырвать штангу, нужно объединить усилия ног, спины, рук, нервное возбуждение в одно слитное, подобное взрыву, движение, рассчитать не только глубину и скорость подседа, но и правильность дыхания, быть не только сильным, но и умелым. Развить силу подчас легче, чем научиться управлять ею.» Из этого понятно, что совсем это не простое дело – «железом баловаться»! И только человек, в котором физическая сила сочетается с умом, выдержкой, силой духа может добиться успеха в покорении штанги.

Таким и был молодой чеченец Ваха Эсембаев, в возрасте 12 лет сосланный в Казахстан, и отдавший всю жизнь штанге. Действительно, всю жизнь! С юного возраста и до последних лет Ваха либо выступал (с 16 до 36 лет!), либо плодотворно трудился тренером. Об этом свидетельствуют многочисленные награды, дипломы и медали, последние из которых получены совсем недавно уже в Москве. Рослый (рост 180см), богатырского телосложения брюнет с великолепной густой шевелюрой, Ваха обладал силой от природы. «Мы поняли, что он необычайно силен, – рассказывал его земляк Амед Осмаев, когда вчетвером не осилили огромный рельс, а он играючи поднял его и понес». Его мама Меспях, отцу которой Абу-Бакару Мерзоеву принадлежал знаменитый трехэтажный особняк, позже известный как «чеченский гастроном», обладала по-мужски твердым характером и была удивительно находчива. Так однажды она раз и навсегда отучила Ваху от рюмки (в ссылке, вдали от родственников, некоторые чеченцы стали поддаваться на принятую вокруг практику). Она села на базаре с протянутой рукой и стала просить милостыню. Сообщили сыну, он в ужасе побежал на базар и стал уговаривать её не позорить их семью. На что мудрая женщина ответила: «Как я могу не просить милостыню? Мы же – нищие, так как мой сын – алкоголик», и ещё громче заголосила. Ваха клятвенно пообещал ей никогда больше не пить, и только так смог заставить её замолчать...

Первый мастер спорта СССР среди вайнахов, бессменный капитан сборной команды Казахстана по тяжелой атлетике в течении десяти лет, Ваха добился потрясающих результатов не благодаря, а вопреки существующему отношению власти к спецпереселенцам. Ведь чтобы его выпустили на крупные соревнования, требовалась телеграмма Министра внутренних дел Казахской ССР генерала Николаева в спецкомендатуру поселка Чулак-Тау о необходимости командировать Эсембаева...В 1955 году его вызывают, но в итоге все же не пускают на Международный турнир в Китай.

В выше упомянутой брошюре «О сильных и умелых» И.Б. Борисов пишет о нём: «поразил физической мощью казах В. Есембаев (он легко выжал 140 кг).» Вот так искажалась национальность атлета... Силач, остряк и весельчак, Ваха, был лично знаком с легендами советского спорта, имел много хороших друзей среди них. К примеру, он дружил с Увайсом Ахтаевым, выдающимся баскетболистом. Был знаком с великими советскими тяжеловетами А.Медведевым, Ю.Власовым, Л.Жаботинским, В.Алексеевым. С Леонидом Жаботинским они познакомились в Харькове в 1957 году. Ваха приехал туда из Алма-Аты вместе с Вячеславом Калининым для подготовки ко Всемирному Фестивалю Молодежи. На тренировках Ваха был сильнее и ни у кого не возникало сомнений в его победе. Однако тяжелое отравление, случившееся накануне, не позволило ему выйти на помост. Победа тогда досталась другу Вахи Славе Калинину. Также Эсембаев выступал с Григорием Новаком – первым советским чемпионом мира 1946 года, Яковом Куценко – 14-кратным чемпионом СССР 1937-1952гг. и другими известными советскими тяжелоатлетами. В 1956 году Ваха Эсембаев выжал на тренировке 162,5 кг. Рекорд СССР в это время был – 155 кг. Он был включен в сборную СССР для подготовки к Олимпийским играм и вызван на тренировочный сбор в Москву, однако в Алма-Ате снят с поезда за несколько минут до его отправления.



Вот выдержка из беседы с Вахой Эсембаевым замечательной

журналистки и племянницы друга Вахи, Гортикова Султана, Малики Гортиковой:

М.Г. : Вы были знакомы с Юрием Власовым?

В.Э. : Наши встречи проходили в Донецке. Его тренер Богдасаров знал меня гораздо раньше Юры. Мы познакомились и подружились. Я – то старше, и когда у меня в троеборье выходило 450 – 460 кг, то у Юры 390 – 400. Поэтому на Спартакиаде народов в 1956 году я еще был сильнее... Мы любили Юрия Власова прежде всего за красоту его души. Он импонировал мне еще и тем, что так же, как и я, ненавидел сталинистов, уничтоживших его отца. Когда он стал народным депутатом СССР, то здорово об этом высказался...

М.Г. : Существуют разные версии об его уходе из спорта...

В.Э. : Ушел он не потому, что был сломлен как спортсмен. Он мог еще минимум 6 – 8 лет выигрывать! Но получилось вот что. После поражения в Токио, когда его подвел тренер, многие, кто возле него увивался, отвернулись от Власова. Юра задумался: «Выходит, во мне любили не человека, а должность?» С этой минуты он перестал быть прежним. А тут еще подхалимы из среды журналистов. Раньше они хором прочили ему «славу Льва Толстого». А когда он начал писать серьезные вещи, не приняли этого. К тому же болезни у него прорывались. Так этот мужественный человек стал жертвой времени...

М.Г. : В Вашем домашнем архиве много снимков знаменитостей советского спорта...

В.Э. : С Леонидом Жаботинским мы готовились ко Всемирному фестивалю молодежи в Москве. Как я говорил, меня тогда подвел нелепый случай – отравление... Выступал я и с Григорием Новаком, Яковом Куценко, Дмитрием Ивановым. В Алма-Ате познакомился с замечательными братьями Старостинными. Они привнесли в советский спорт высокую культуру общения, человечность. На таких людей мы старались равняться. Знал я

и Аркадия Воробьева. Прекрасный был спортсмен. Бывший моряк, водолаз, он только в 25 лет взялся за штангу. И еще я очень рад, что успел выступить на одном помосте с Василием Алексеевым...

В 1968 году (в возрасте 36 лет) в Липецке Ваха занял 1-е место во всероссийских соревнованиях в составе команды ЧИАССР. Наряду с прославленными именами, ветеран бережно хранит в памяти своего первого тренера – Магомеда Чуликова. Сам же Ваха за время работы тренером подготовил одного мастера спорта международного класса и более десятка мастеров спорта СССР. К примеру, его ученик Ибрагим Кодзоев стал главным тренером сборной Чечено-Ингушетии.

«Уважаемый Ваха, Дела реза хийла хьуна за всё, что Вы сделали для нашего народа. В тяжелое время казахстанской ссылки, когда лживая советская пропаганда выставляла всех чеченцев бандитами и предателями Родины, Вы, как и Ваш знаменитый друг Увайс Ахтаев, делами своими разоблачали эту ложь и показывали наш народ с лучшей стороны. После возвращения из ссылки Вы много лет работали в спортивных организациях Чечено-Ингушетии, помогая раскрывать спортивные таланты...» – слова талантливого журналиста Мовлади Абдулаева из Эксклюзивного интервью знаменитого тяжелоатлета Вахи Эсембаева сайту WSPORT-SHATOY 11 апреля 2007 года.

Писал о нашем знаменитом земляке и известный журналист Лема Гудаев.

Много славных имен можно назвать, вспоминая историю развития тяжелой атлетики. Имя Вахи Мухтаровича Эсембаева, которому 4 апреля 2012 года исполняется 80 лет, по праву стоит среди них!