ლელო

საქართველოს რესპუბლიკის სპორტისა და
ტურიზმის სამინისტროს გაზეთი •

13 ივლისი, შაბათი, 1991 წ.
№ 131 (10 544) ● ფასი 10 კაპ.

გამოდის 1934 წლის 13 აპრილიდან

სტუდენტის ფიზიკურ სრულყოფაზე ზრუნვა განა მეორე და მესამე ხარისხოვანი საქმეა?

ამ დღეებში პრესაში გამოქვეყნდა დავით აღმაშენებლის სახელობის კომერციული საინჟინრო-ეკონომიკური ინსტიტუტის რექტორის, მეცნიერების დამსახურებული მოღვაწის, პროფესორ ალექსანდრე კუპუხიძის ინტერვიუ („თბილისი" 8. 06. 91 წ.), სადაც იგი ეხება ახალდაარსებული ინსტიტუტის დანიშნულებასა და პერსპექტივებს. ბატონი პროფესორი სრულიად ნათლად და სწორად აანალიზებს პრობლემებს. მის მიერ გამოთქმული მოსაზრებების მიმართ ახალი ინსტიტუტის სასწავლო გეგმის შესახებ, საწინააღმდეგო არაფერი მაქვს, მით უმეტეს, რომ ტექნიკური მეცნიერების წარმომადგენელი არა ვარ. პირიქით, ყოველმხრივ მხარს ვუჭერ ასეთ პროგრესულ ნაბიჯს, მაგრამ მაქვს ერთი, ჩემი აზრით, ყურადსაღები შენიშვნა, რომლის შესახებ არ შეიძლება, როგორც სპეციალისტმა არ გამოვთქვა მოსაზრება. საქმე ეხება ხსენებული ინსტიტუტის სასწავლო გეგმაში ფიზკულტურისა და სპორტის ადგილს. ინსტიტუტის სასწავლო გეგმით გათვალისწინებული საგნების დაუფლებისათვის დროის გაზრდის მიზნით, როგორც ბატონი პროფესორი აღნიშნავს, ცხრილიდან ამოუღიათ „ინჟინერ-ეკონომისტის პროფილისათვის მეორე და მესამე ხარისხოვანი საგნები" ამ საგნებს შორის კი იგი ასახელებს ფიზკულტურასა და სპორტს. სწორედ ფიზიკური კულტურისა და სპორტის მიმართ ასეთი შეხედულება და დამოკიდებულება მიგვაჩნია შეცდომად და ვერავითარ შემთხვევაში ვერ დავეთანხმები ბატონ პროფესორს. თუ მის მოსაზრებას დავეყრდნობით, მაშინ გამოდის, რომ ფიზიკური კულტურის საგანი ყველა სხვა პროფილის ინსტიტუტებისათვის, გარდა ფიზკულტურის ინსტიტუტისა, მეორე, მესამე და მეათე ხარისხოვანი საგანი შეიძლება იყოს. რას ნიშნავს ეს? ეს ნიშნავს ამ საგნის უგულვებელყოფას, რაც ყოვლად დაუშვებელია. როგორც ავტორის მსჯელობიდან ჩანს, იგი კარგადაა გაცნობიერებული უცხოეთის უმაღლესი განათლების სპეციფიკაში, სასწავლო პროცესის აგების თავისებურებებში და ამდენად ჩვენში ერთგვარ გაუგებრობას იწვევს ფიზიკური კულტურისა და სპორტისადმი ავტორისეული მიდგომა. ვფიქრობთ, უმაღლესი სასწავლებლის ყველა მუშაკისათვის გასაგებია და განმარტებას არ საჭიროებს ის ამბავი, თუ რას ნიშნავს ფაკულტეტური სწავლება და ცხრილიდან საგნის გამოტანა. ფიზიკური კულტურისა და სპორტისადმი ასეთი დამოკიდებულება საბჭოთა სკოლის გადმონაშთია და კარგს ვერაფერს მოგვიტანს. ისიც უნდა ითქვას, რომ თურმე, როგორც პროფესორი ა. კუპუხიძე აღნიშნავს, ინსტიტუტი კადრებს ამზადებს... ჯანმრთელობის დაცვის, ტურიზმისა და კურორტებისათვის ე. ი. იმ დარგებისათვის, რომელთა საქმიანობაში ფიზიკური კულტურა მნიშვნელოვანი კომპონენტია. იმ საკითხთან დაკავშირებით საგაზეთო წერილში ფიზიკურ კულტურასა და სპორტის მნიშვნელობაზე ლაპარაკი უადგილოცაა და არც ამის საშუალებაა. ცივილიზებულ სამყაროში, სამეცნიერო-ტექნიკური პროგრესის ეპოქაში ფიზიკური კულტურა და სპორტი სულ უფრო და უფრო მზარდ ადგილს იჭერს საზოგადოების ცხოვრებაში. დღეს, როდესაც კაპიტალისტურ სამყაროში ფიზიკურმა კულტურამ და სპორტმა ჭეშმარიტად საყოველთაო სახალხო ხასიათი მიიღო, ყველა ტიპის სასწავლებლებში კი იგი სასწავლო გეგმით სავალდებულო საგნადაა მიღებული, როდესაც ჩვენ ვცდილობთ ყოველივე კარგი და პროგრესიული საზღვარგარეთის ქვეყნების გამოცდილებიდან გადმოვიღოთ და დავნერგოთ, ფიზიკური კულტურისა და სპორტისადმი ასეთი დამოკიდებულება, სტუდენტი ახალგაზრდობის ფიზიკური კულტურისა და სპორტისაგან 5 წლით ჩამოცილება, მეტი რომ არა ვთქვათ, არასწორად მიგვაჩნია. სულ სხვა საკითხია, თუ როგორ ავაგებთ ამ საგნის სწავლებას ახალი ტიპის სასწავლებელში. საბჭოთა უმაღლეს სკოლაში და არა მარტო იქ, ფიზიკური კულტურის საგნის სწავლება არასწორად იყო ორგანიზებული და, სამწუხაროდ, დღესაც ასე გრძელდება. ამდენად, ჩვენი აზრით, ფიზკულტურა და სპორტი კი არ უნდა ამოვიღოთ ინსტიტუტის სასწავლო გეგმიდან თუ ცხრილიდან, არამედ უნდა ვიფიქროთ საქმის ისე წარმართვაზე, რომ მან ხელი შეუწყოს მომავალი მაღალკვალიფიციური სპეციალისტის პროფესიულ მომზადებას. ვფიქრობთ, ამ კარგი ჩანაფიქრის განხორციელებაში, რაც ახალი პრინციპით კადრების მომზადებაში გამოიხატება, ინსტიტუტის სასწავლო გეგმაში ფიზკულტურამ და სპორტმა თავისი კანონიერი ადგილი უნდა დაიკავოს.

შოთა ბუაძე,
საქართველოს სახელმწიფო ფიზიკური კულტურის ინსტიტუტის ფიზიკური კულტურისა და სპორტის თეორიის კათედრის დოცენტი, პედაგოგიკის მეცნიერებათა კანდიდატი.

სრულიად საქართველოს სპორტული თამაშების წინ

ეროვნული ბიბლიოთეკა

გაჭირვება ჩამორჩენის მიზეზად არ უნდა იქცეს

...საქართველოს სპორტის რეორგანიზაციის დასაწყისი სროლასაც შეეხო — მშვილდოსნობის, სასტენდო და ტყვიის სროლის ფედერაციები ერთ — სროლის სახეობებისა და მშვილდოსნობის ფედერაციად გაერთიანდა. აი, სწორედ ეს ფედერაციაა პასუხისმგებელი ამ სახეობებში სრულიად საქართველოს სპორტული თამაშების პროგრამით გათვალისწინებული ასპარეზობების მაღალ დონეზე ჩატარებისათვის. როგორ ემზადებიან, რა ღონისძიებები დაისახა, რა ულხინთ, რა უჭირთ? ამ კითხვებზე პასუხის გასაცემად ფედერაციას ვეწვიეთ. გვესაუბრებიან ფედერაციის პირველი ვიცე-პრეზიდენტი თამაზ იმნაიშვილი, გენერალური მდივანი გივი ბოსტოღანაშვილი და მშვილდოსნობის წამყვანი სპეციალისტი ლაშა მეავანაძე.

● **ბატონო თამაზ, თავდაპირველად ახალშექმნილი ფედერაციის შესახებ.**

— სროლის სახეობებისა და მშვილდოსნობის ფედერაციის დამფუძნებელი ყრილობა 17 მაისს შედგა. ასეა მთელს მსოფლიოში: ერთ ფედერაციაშია თავმოყრილი სასტენდო და ტყვიის სროლა. ჩვენ ვამჯობინეთ სამივე ოლიმპიური სახეობა ერთ ფედერაციაში გაგვეერთიანებინა. ამით ფედერაცია უფრო გაძლიერდება და, ვფიქრობთ, მუშაობაც უფრო ნაყოფიერი იქნება.

● **ახალ ფედერაციას არც თუ მყარი ნიადაგი დახვდა — ეს სახეობები ყველა რეგიონში როდი იყო დანერგილი...**

— ამ პრობლემებზე გიპასუხებთ ფედერაციის გენერალური მდივანი ბატონი გივი ბოსტოღანაშვილი.

— რესპუბლიკაში შექმნილმა ბოლო წლების პოლიტიკურმა ვითარებამ ტყვიისა და სასტენდო სროლის შეზღუდვაც გამოიწვია, რადგან იარაღი ჩაბარდა წესრიგის დამცავ ორგანოებს — ღონისძიებები ვეღარ ტარდებოდა სრული პროგრამით, უკვე ორი წელია, რაც რესპუბლიკის ჩემპიონატებს პნევმატური იარაღით ვაწყობთ. მანამდე, ჩემპიონატი იქნებოდა თუ თასის გათამაშება, ხუთი ნაკრები გუნდი მაინც მონაწილეობდა — თბილისიდან, აფხაზეთიდან, აჭარიდან, ქუთაისიდან, ფოთიდან. სამწუხაროდ, მასობრიობით არც ადრე გამოირჩეოდა ეს სახეობა. არაერთ რაიონსა და ქალაქში საშველი არ დაადგა მის დანერგვას. ყოფილი დოსაафის ორგანიზაციები მხოლოდ მცირეკალიბრიანი შაშხანით სროლას თუ ასწავლიდნენ მსურველებს, მაგრამ დაოსტატებისათვის კი აღარ ზრუნავდნენ. თავს არც იმ ორგანიზაციის საქალაქო სპორტკლუბები იწუხებდნენ.

● **ბატონო თამაზ, სასტენდო სროლაში როგორღაა საქმე?**

— სპორტსმენებისთვის ზუგდიდში ჯერ კიდევ არ დაუბრუნებიათ თოფები, რის გამოც სასწავლო-საწვრთნელი პროცესი დაქვეითდა. საკავშირო შინაგან საქმეთა მინისტრის დადგენილებით, ამიერკავკასიის რეგიონებს არანაირ თოფებს, ტყვია-წამალს არ აძლევენ: ამანაც დიდი დაღი დააჩნია ჩვენს საქმიანობას.

● **როგორღა ახერხებთ შეჯიბრებების გამართვას, რით ვარჯიშობენ ნაკრების წევრები?**

— სასტენდო სროლაში საქართველოს ნაკრების წევრები და კანდიდატები ვარჯიშისა თუ შეჯიბრების მერე იარაღს პირადი პასუხისმგებლობით შინ ინახავდნენ. სპორტსმენებს იგი სჭირდებათ არა მარტო უშუალოდ „ცეცხლის ხაზზე", არამედ შინაც, რათა არ გადაეჩვიონ მის ხელში დაჭერას — გასროლის გარეშე ივარჯიშონ. თბილისის სასროლეთიდან მაინც გაიტაცეს იარაღი. სეიფებიდან წაიღეს სხვადასხვა სპორტსაზოგადოებების თოფები.

„ცენტრიდან" ინვენტარისა და ტყვია წამლის შემოტანის აკრძალვის მიუხედავად, ფედერაცია დაუკავშირდა სხვა რესპუბლიკებს, რომლებიც ზედმეტ ფასებში გვაძლევენ მას.

● **მშვილდოსნობაზე რას იტყოდა ბატონი ლაშა. აქაც ხომ არ არის აკრძალვები?**

— არა, აკრძალვები არ გვეხება, მაგრამ ინვენტარი მუდამ ძნელად საშოვნი იყო მაშინაც კი, როცა საქართველოდან მუდამ ელოდნენ საბჭოთა ნაკრების კანდიდატებს. მშვილდოსნობის ინვენტარის შეძენა შეიძლება მხოლოდ ვალუტაზე. ეს სახეობა საქართველოს სამ რეგიონშია განვითარებული — თბილისში, აჭარაში და ქუთაისში. აფხაზეთში იგი მიივიწყეს.

● **ცხადია, ვიდრე საქართველოს რესპუბლიკა სრულ დამოუკიდებლობას მოიპოვებდეს, ფედერაციას გაუჭირდება ამ სახეობის უმეტეს**

იხ. მე-4 გვ.

ტურნირში და შედეგები

● **ბერლინი. გათამაშდა მსოფლიოს ჩემპიონატი ორიენტირებაში ახალგაზრდებს შორის. ქალთა ტურნირი ფინელმა ლუკა რინენმა მოიგო — 1:02.18, ვაჟებში უძლიერესი იყო რიგელი ივარს ზაგარსი — 1:10.00.**

● **შორნოდორფი (გერმანია).** აქ, ადგილობრივ ტრეკზე გაიმართა გუნდური შეჯიბრება დაყოფილი სტარტით 3200 მეტრზე. პირველი ადგილი და მთავარი პრიზი ადგილობრივმა კლუბმა „ტელეკომ-1"-მა დაიკავა, მეორე ადგილი კი „ტელეკომ-2"-ს ხვდა.

● **ელიკოტი (აშშ). იუნიორ ველოსიპედისტთა მსოფლიო ჩემპიონატზე 70-კილომეტრიანი დისტანცია სსრკ-ის გუნდმა მოიგო — 1:31.57. მეორე ადგილი ხვდა აშშ-ს (მინუს 2,52 წუთი), მესამე — ესპანეთის (მინუს 3,38 წუთი) ველოსიპედისტებს.**

● **ჰამბურგი.** აქ მიმდინარე მოჭადრაკეთა საერთაშორისო შეჯიბრებაში გამარჯვება ერთი ტურით ადრე არტურ იუსუპოვმა მოიპოვა. მან 11 ქულა დააგროვა ცამეტიდან.

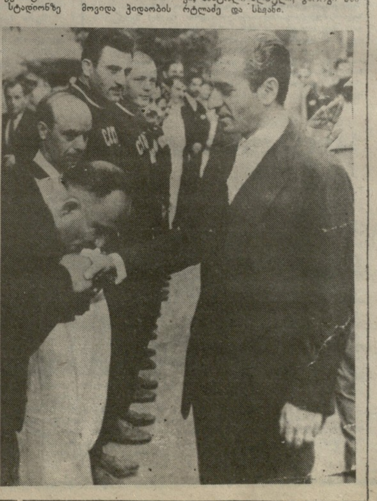
● **ბერგენი. ნორვეგიის ამ ქალაქში ეს დღეები ზღვა იმდენად მშვიდია, რომ ევროპის ჩემპიონატის მეოთხე რბოლა აფროსნობაში („470"-ის კლასი) ვერ ჩატარდა. სამი ცდის შემდეგ წინაა გერმანიის ეკიპაჟი — 27 საჯარიმო ქულა.**

მატიანე

საქართველოს სპორტსმენთა პირველმა სტუმრობამ მეზობელ ირანში თავის დროზე ჭიდაობის მოყვარულთა დიდი ინტერესი გამოიწვია. „სორეიას" სტადიონი (50-იან წლებში მოჭიდავეთა ტურნირები უმეტესწილად ღია ცისქვეშ იმართებოდა) სამი დღის მანძილზე ათობით ათას ირანელსა და უცხო სტუმარს მოემსახურა. საბჭოთა ნაკრები, რომელიც ძირითადად საქართველოს მოჭიდავეებით იყო დაკომპლექტებული, საკმაოდ დიდ ძალას წარმოადგენდა და, ბუნებრივია, მსოფლიოში უძლიერეს ფალავანთა ჭიდაობის ნახვა ყველა ირანელს სურდა — სპორტის ქომაგებსაც და უბრალოდ ცნობისმოყვარეებსაც.

სტადიონზე მოვიდა ჭიდაობის დიდი ტრფიალი, ირანის შაჰი რეზა ფეჰლევიც, რომლის დაცვაში ორი საქვეყნოდ ცნობილი მოჭიდავე ტახტი და ჰაბიბი მსახურობდა. მაშ, ცხადია, თავისი ფალავნების გამოსვლის ნახვა უნდოდა და დაუფარავადაც გულშემატკივრობდა მათ.

ჩვენ ამჯერად არაფერს ვამბობთ ამ ორთაბრძოლების შედეგებზე და მხოლოდ ფოტოზე აღბეჭდილი ხალხი გვინდა გავიხსენოთ. შაჰს, ტრადიციისამებრ, ხელს უკოცნის შეჯიბრების ერთ-ერთი ორგანიზატორი, მის გვერდითაა ირანელი მსაჯი. რეზა ფეჰლევიმ საბჭოთა მოჭიდავეების პირადად გაცნობა ისურვა, მათი, ვინც სწორედ აქ არიან ჩამწკრივებულნი: ოთარ კანდელაკი, ანატოლი ალბული, გიორგი სხირტლაძე და სხვანი.



ინფორმაცია

ჰამბურგი. აქ გამართულ ჩოგბურთის საერთაშორისო ფედერაციის გენერალური ასამბლეის სხდომაზე ამ ფედერაციის ახალ პრეზიდენტად აირჩიეს 61 წლის ავსტრალიელი ბრაიან ტობინი. ამ თანამდებობაზე მან შეცვალა ფრანგი ფილიპ შატრიე, რომლის მოწადინებითაც ჩოგბურთი კვლავ „დაუბრუნდა" ოლიმპიურ თამაშებს.

მივლინებაში ახალი წესით

რედაქციაში შემოდის შეკითხვები სრულიად საქართველოს სპორტულ თამაშებთან დაკავშირებით — რეგიონალურ და ფინალურ შეჯიბრებებში მონაწილეობისთვის რა რაოდენობით უნდა აუნაზღაურდეს მონაწილეებს სამივლინებო ხარჯები.

ახალი წესით, მივლინებაში მყოფთათვის კვებისა და სასტუმროს ხარჯები ერთად იანგარიშება და ანგარიშსწორებისას აუცილებელი არ არის ხარჯის დამადასტურებელი დოკუმენტის წარდგენა. ეს თანხა, მგზავრობის ღირებულების გარდა, რესპუბლიკების დედაქალაქებში მივლენილთათვის შეადგენს 25 მანეთს დღეში, ყველა სხვა ქალაქში და დასახლებულ რაიონებში — 20 მანეთს.

სასკოლო ფიზკულტურა გადახალისებას მოითხოვს

ჩრდილიდან— სინათლეზე!

პრობლემა, რომელზეც მკითხველის ყურადღება უნდა შევაჩერო, ეხება ერთ-ერთ სასკოლო დისციპლინას, რომელიც ერთგვარად ჩრდილში არის მოქცეული, და მეორეხარისხოვნად ითვლება. არადა, მოზარდის სრულყოფილად აღსაზრდელად, მას ისეთივე მნიშვნელობა აქვს, როგორც ნებისმიერ სხვა საგანს. დიახ, ფიზკულტურის გაკვეთილზე მოგახსენებთ. მას ხომ უდიდესი როლი აკისრია ჯანმრთელი თაობის აღზრდაში, რაც ყველა კულტურულ ერში ერთ-ერთი უმთავრესი საკითხია.

კლასიდან კლასში გადასაყვანი და გამოსაშვები გამოცდების შემოღება ფიზკულტურაში ძალზე მნიშვნელოვანი გადაწყვეტილება გახლავთ, რადგან საგრძნობლად ამაღლდება მოსწავლეთა ფიზიკური მომზადების დონე. ყოველივე ეს მხოლოდ სურვილად რომ არ დარჩეს, საჭიროა მოგვარდეს არაერთი საკითხი.

ფიზკულტურის, როგორც საგნის, თავისებურებებიდან გამომდინარე, დღემდე პროგრამით გათვალისწინებული კვირაში 2 აკადემიური საათი საკმარისია მხოლოდ თეორიული მასალის და აუცილებელი ფიზიკური ვარჯიშების ნაწილობრივ შესასწავლად. ეს კი პროგრამის 10-15 პროცენტს შეადგენს. რაც შეეხება ძირითად მასალას (რომელიც ითვალისწინებს მოსწავლეთა ფიზიკური თვისებების, ძალის, სისწრაფის, მოქნილობის, გამძლეობის განვითარებას), იგი აუთვისებელი რჩება. არადა, აუცილებელია მას ყოველდღიურად ეთმობოდეს თითო აკადემიური საათი. ფიზკულტურის სწავლება ძირითადად პრაქტიკული მეცადინეობებისაგან შედგება და გაკვეთილზე ერთდროულად შედიან ვაჟები და გოგოები. სქესის და საგნის თავისებურებებიდან გამომდინარე, მათ სხვადასხვა სირთულის მასალა აქვთ ასათვისებელი. ამიტომ საჭიროდ მიგვაჩნია, როგორც იყოფა X-XI კლასები და გაკვეთილზე შედის 2 მასწავლებელი, დანარჩენი კლასებიც გაიყოს და გაკვეთილზე შევიდეს ორი პედაგოგი, რითაც გავზრდით მეცადინეობის ეფექტიანობას. აღარას ვამბობთ იმაზე, რომ უმცროს კლასებში ვარჯიშების შესრულების დროს მოსწავლეთა დაზღვევა უფრო საჭიროა, ვიდრე X-XI კლასებში.

კლასგარეშე მეცადინეობებში ჩაბმულ მოსწავლეთა რაოდენობა ძალზე მცირეა. ამის მიზეზია მოსწავლეთა კონტინგენტის გაზრდა, რის გამოც, სასწავლო პროცესი მთავრდება 19 საათზე და აღარ რჩება დრო ფიზკულტურულ-გამაჯანსაღებელი ღონისძიებების და სექციური მეცადინეობების ჩასატარებლად. ამ საკითხის მოსაგვარებლად იმ სკოლებში, სადაც ორცვლიანი სწავლებაა, უნდა აშენდეს მეორე სპორტული დარბაზი ან „კლასდარბაზი“ ტრენაჟორებით, რითაც საგრძნობლად გაუმჯობესდება მოსწავლეთა ფიზიკური მომზადების დონე, გაიზრდება სექციებში მომეცადინეთა რაოდენობა. დღეისათვის საქალაქო შეჯიბრებებში საშუალო სკოლის გუნდები მონაწილეობენ მხოლოდ მოძველებულ „იმედის სტარტებში“ და მშდ-ს მრავალჭიდში. სასურველია, ჩატარდეს საქალაქო ღონისძიებები სპორტის იმ სახეობებში, რომელთაც სკოლის ფიზკულტურის პროგრამა ითვალისწინებს: ტანვარჯიშში, მძლეოსნობაში, ცურვაში, კალათბურთში, ხელბურთში, მთიან რაიონებში კი — სათხილამურო სპორტში. ამ შეჯიბრებებში უნდა მონაწილეობდნენ რაიონში საუკეთესონი სპორტის სახეობების მიხედვით (ვაჟები და გოგოები), სპორტის ზოგიერთ სახეობაში კი მონაწილეობა უნდა მიიღონ: IV-V, VI-VII, VIII-IX, X-XI კლასების მოსწავლეებმა, როგორც გუნდურ, ასევე პირად პირველობაში. სასწავლო წლის დამთავრებისას უნდა შეჯამდეს სასკოლო ასპარეზობათა მთელი წლის შედეგები. დანარჩენ სახეობებში შეჯიბრება უნდა ჩატარდეს ბავშვთა სპორტულ სკოლებსა და უწყებებს შორის.

სასურველია, თბილისში თითო საქალაქო სპეციალიზებული სპორტული სკოლის ნაცვლად, არსებული ბიუჯეტის საფუძველზე გაიხსნას ორ-ორი სპეციალიზებული სპორტული სკოლა. ამით მკვეთრად გაიზრდება მათ შორის კონკურენცია, რაც განაპირობებს საერთო დონის ამაღლებას.

სპორტული სკოლების ხელმძღვანელებად უნდა ინიშნებოდნენ სპორტის გამოცდილი მუშაკები, რომლებმაც კარგი მუშაობით დაამტკიცეს თავიანთი კომპეტენტურობა.

დაბოლოს, მოზარდთა ფიზიკური აღზრდა საოჯახო საქმედ უნდა იქცეს, რაშიც გარკვეული წვლილი უნდა შეიტანონ მშობლებმა. ბევრი მათგანი თავს იმართლებს — ამისათვის დრო არ მრჩებაო. არადა, ისინი შვილებთან ერთად საათობით სხედან ტელევიზორთან. რა დაშავდება, რომ „სატელევიზიო დროს 30 წუთამდე მოაკლონ და აჩქარებული ნაბიჯით გაიარონ გარკვეული მანძილი, ან ითამაშონ ბურთი და აქტიურად დაისვენონ.

დავით ფავლენიშვილი,
საქართველოს დამსახურებული მასწავლებელი.

საქართველოს ჩემპიონატი რაგბიში

ეროვნული ლიგა

V-IX ადგილები

„მიმინო“ (თბილისი) — „რაში“ (თბილისი) 25:4

პირველ ნახევარში თანაბარი ბრძოლა მიმდინარეობდა. „რაში“ უმკლავდებოდა მეტოქის იერიშებს და შესვენებამდე ანგარიში „საყაიმო“ იყო — 4:4. შემდეგ თანდათან გამოიკვეთა „მიმინოს“ უპირატესობა — „რაშმა“ ოთხი „უპასუხო“ ლელო გაუშვა.

„აკადემია“ (თბილისი) — „იმერეთი“ (ჭიათურა) 23:15

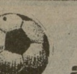
თამაში გარდამავალი უპირატესობით წარიმართა. აგერ უკვე მერამდენედ, აკადემიელთაგან გამოირჩეოდა დიმიტრი ობოლაძე, რომელმაც მატჩის ბოლოს ორი ლელო გაიტანა და გაამარჯვებინა თავის გუნდს.

სატურნირო ცხრილი

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ქ.
„უოჩები“	10	4	3	3	25
„მიმინო“	11	4	1	6	24
„იმერეთი“	11	3	1	7	21
„აკადემია“	10	2	0	8	15
„რაში“	10	1	0	9	12

პირველი ლიგა

დასრულდა თამაშები პირველ ლიგაში. გადასახვლელ მატჩებში წარმატებას მიაღწიეს ამერის და იმერის ქველიგების გამარჯვებულებმა. „რუსთავმა“ დაამარცხა წყალტუბოს „ხათაფლია“, ხოლო თბილისის „მარიხმა“ უბრძოლველად დათმო შეხვედრა ჩოხატაურის „ჯანთან“. ამრიგად, „ჯანი“ და „რუსთავი“ გაისად ეროვნულ ლიგაში იასპარეზებენ.



ის რვა გუნდი...

საინტერესო და დაძაბული გამოდგა შოთა იამანიძის სახელობის საერთაშორისო ტურნირის მესამე დღე. საქმე ისაა, რომ სწორედ ამ დღეს უნდა გამოვლენილიყო ის რვა გუნდი, რომელთაც ასპარეზობის შემდეგ ეტაპზე უნდა განეგრძოთ ბრძოლა.

პირველად სარბიელზე IV ქვეჯგუფის წარმომადგენლები: „ინტერაგრო“ და „ბაღდათი“ გამოვიდნენ. უშელავათო ბრძოლა ფრედ — 2:2 დასრულდა, თუმცა ანგარიშს გადამწყვეტი მნიშვნელობა არც ჰქონია, რადგან ავსტრიელები, რომელთაც ამ ქვეჯგუფში უნდა ესპარეზათ, გარკვეული მიზეზების გამო თბილისში ვერ ჩამოვიდნენ. ამიტომ ფრედ დამთავრებული შეხვედრა ორივე გუნდს აძლევდა ხელს ტურნირის მეორე წრეში გასასვლელად.

გათამაშების შემდეგ ეტაპზე გავიდა მოლდოვას გუნდიც, რომელმაც ამ დღეს მესამედ გაიმარჯვა, ამჯერად პოლონელებთან — 1:0.

თუ ვინ იქნებოდა მეოთხე საგზურის მფლობელი, ოჩამჩირელთა და რუსთავის „გორდას“ შეხვედრას უნდა გაერკვია. რუსთაველებმა შეძლეს ამ გადამწყვეტი ბრძოლის დიდი ანგარიშით — 5:1 — მოგება.

ხონისა და ქუთაისის „ჰიპოკრატეს“ (თავდაპირველად, „მედიკოსი“ რომ ერქვა) მატჩის შემდეგ საბოლოოდ განაწილდა ადგილები პირველ ქვეჯგუფში. ქუთაისელებმა მოიგეს ეს შეხვედრა — 5:1 და თბილისის „ცინასთან“ ერთად, რომელიც გათამაშების პირველი დღიდან ქვეჯგუფში ლიდერობდა, ასპარეზობის მომდევნო ეტაპზე გავიდნენ.

ბოლო მომენტამდე გაურკვეველი მდგომარეობა იყო მე-3 ქვეჯგუფში. აქ რუსთაველებმა ორი გამარჯვებით გაინაღდეს ასპარეზობის გაგრძელების უფლება, ორი გუნდი კი — „ვაკე“ და „რიო“ — თანაბრად აცხადებდა პრეტენზიას მეორე საგზურზე, მაგრამ, როცა „ვაკემ“ „მენედას“ სძლია 5:3, ხოლო „რიომ“ დიდი ანგარიშით მარცხი განიცადა რუსთაველთაგან 5:8, მეორე წრის საგზური „ვაკეს“ ხვდა წილად. უხვგოლიანი გამოდგა „ჭიათურა“ — „ცინას“ შეხვედრა. 10:8 გაიმარჯვეს თბილისელებმა.

ამ ეტაპის ბოლო შეხვედრა პოლონეთისა და ოჩამჩირის გუნდებს შორის გაიმართება დღეს. 11 საათზე.

* * *

საქართველოს თასზე

საქართველოს 1991-92 წლების რესპუბლიკის თასის გათამაშებაში მონაწილე გუნდებმა საქართველოს ფეხბურთის ფედერაციაში განაცხადი უნდა წარმოადგინონ შემდეგ ვადებში: II, III, IV და V ჯგუფის გუნდებმა 15 ივლისამდე, I ჯგუფის კლუბებმა კი — 25 ივლისამდე.

ამავე რიცხვებში გაიმართება კენჭისყრა.

მსოფლიო სპორტის ვარსკვლავები

გუნარ გრენი

— ჩემი ნამდვილი გვარი ოლსენი გახლავთ, — თქვა გუნარ გრენმა — შვეციაში იმდენი ოლსენია, რომ მამაჩემს, თუმცა პროფესიით მეწაღე გახლდათ (დედა თამბაქოს ფაბრიკაში მუშაობდა), ეთაკილებოდა მისი ტარება. გამოსავალიც მონახა — სადაც საჭიროა, ქრთამი მისცა და ჩვენ — შვიდი სული, გრენებად ჩაგვწერეს. ასე უკეთ ჟღერდა, რა თქმა უნდა.

გეტებორგის მუშათა უბანში, მაიორნაში გავიზარდე. ჩვენს ქუჩაზე ბიჭებს ფეხბურთის მეტი არაფერი გვაგონდებოდა, მაგრამ ბურთს ვინ მოგვცემდა. მშობლებს ამ თამაშის გაგონებაც არ სურდათ: უბრალოდ, ხულიგნობად მიაჩნდათ, ჩვენ კი ფული არ გვქონდა. ასეთი გამოსავალი მოვნახეთ: ქაღალდს ვახვევდით და მაგრა ვკრავდით. ერთი თამაშისთვის 4-5 ასეთი ბურთი მაინც გვჭირდებოდა.

გრენმა პირველი ნამდვილი ბურთი მხოლოდ 12 წლისამ მიიღო, როცა „სტიქსში“, (გეტებორგი) დაიწყო თამაში. ჯერ, ცხადია, ყმაწვილთა გუნდში 18 წლისა (დაიბ. 1920 წ. 31 ოქტომბერს) უკვე შვეციაში საკმაოდ ცნობილ „იფკ გეტებორგში“ მიიწვიეს, სადაც მთელი ათი სეზონი ითამაშა. შვეციის პირველ ლიგაში თამაშს ახლაც დიდი სიამოვნებით იგონებს. იღბლიანი იყო, სერიოზულად არასოდეს დაშავებულა. გულშემატკივრებს ძალიან უყვარდათ, მეტსახელად „გერდას“ ეძახდნენ, 1946 წელს შვეციის № 1 ფეხბურთელად აღიარეს, 1947 წელს კი 18 გატანილი გოლით (შუამარბადი თამაშობდა) პირველი ლიგის საუკეთესო ბომბარდირი გახდა.

19 წლისას, 1940 წელს ნაკრებში დებიუტი ჰქონდა ფინელების წინააღმდეგ. ამ გუნდში იგი 1958 წლამდე თამაშობდა (57 მატჩი, 32 გოლი). მაგრამ მატჩების რაოდენობა რომ დიდი არ გახლავთ...

„... გაცილებით მეტი იქნებოდა, შესაძლოა, ასსაც გადავაჭარბებდი, 1949 წელს „იტალიაში რომ არ გადავსახლებულიყავი და „მილანთან“ არ მომეწერა კონტრაქტზე ხელი. შვეციის ფეხბურთის ფედერაციამ ერთი ამბავი ატეხა, მოღალატედ გამომაცხადა. ნაკრებს ვინ ჩიოდა, არდადეგებზე სამშობლოში დაბრუნების მეშინოდა, ისე განაწყვეს ყველა ჩემს წინააღმდეგ. იგივე ბედი ეწიათ ჩემთან ერთად მოთამაშე გუნარ ნორდალსა და ნილს ლიდჰოლმს. შვეციის ნაკრებს მთელი 8 წელი არ მიგვაკარეს. შემდეგ, როგორც იქნა, შეგვიწყალეს. მე კი ამასობაში უკვე 36 წლისა ვიყავი...“

გრენი დიდი სიამოვნებით იგონებს იტალიაში გატარებულ წლებს. 1949-52 წლებში „მილანში“ თამაშობდა, 1952-54 წლებში — „ფიორენტინასა“ და 1955-56 წ. წ. — „ჯენოვაში“. ერთხანს „ტორინოს“ მენეჯერიც იყო.

იტალიის ლიგაში გრგვინავდა „გრე-ნო-ლი“ (გრენი-ნორდალი-ლიდჰოლმი). იტალიელებს ეს ტრიო მსოფლიოში უძლიერესად მიაჩნდათ, გრენს მეტსახელად „პროფესორი“ დაარქვეს და დღესაც ასე უწოდებენ. რას არ წერდნენ იტალიის პრესაში გრენზე: „ფეხბურთის ვირტუოზი“, „მრგვალი ბურთის ჯადოქარი“, „სხვა პლანეტის მოთამაშე“ და ა. შ.

მოხეტიალე ცენტრფორვარდი ვიყავი. ბედს ნამდვილად არ ვემდუროდი. წლიურად 30 ათას დოლარს გვიხდიდნენ, რაც იმ დროისთვის დიდი ქონება იყო. სიბერეზეც ხომ უნდა გვეფიქრა. საერთოდ, მე ძალიან მომწონს იტალიელები — გულიანი, მხიარული, ტემპერამენტიანი, უშუალო ხალხია“.

„იტალია იტალიად, მაგრამ ფეხბურთელი მაინც იმით ფასდება, თუ რამდენად გამოადგება თავის სამშობლოს. გუნარ გრენი კი ნამდვილად გამოადგა. 1948 წელს ლონდონში პირველი ომისშემდგომი ოლიმპიადა ჩატარდა. 16 მონაწილეს შორის შვედები (გრე-ნო-ლი) ნამდვილად გამოირჩეოდნენ. მათ ფინალში სძლიეს (3:1) იუგოსლავიის ჩინებულ გუნდსა და ოლიმპიური ჩემპიონები გახდნენ. ეს ნამდვილად დაუვიწყარი დღეები იყო. გრე-ნო-ლის სამშობლოში სულ ხელის გულზე ატარებდნენ, მაგრამ ცოტა ხნით. ერთი წლის შემდეგ შვედმა გულშემატკივარმა, უფრო სწორედ კი ფედერაციის მესვეურებმა, ისინი კარგა ხნით დაივიწყეს.

გრენი იგონებს მსოფლიოს 1958 წლის ჩემპიონატს, რომელიც შვეციაში გაიმართა. გუნარ ნორდალი, გრენზე სულ 12 დღით უფროსი, უკვე აღარ თამაშობდა ნაკრებში, ლიდჰოლმი კი კვლავ „პროფესორის“ მხარდამხარ გამოდიოდა. რა შესანიშნავი ფეხბურთელები ჰყავდათ მაშინ შვედებს! საუკეთესო მცველები ბერგმარკი და გუსტავსონი, ბრწყინვალე გარემარბები: ჰამსონი და სკოგლუნდი, დიდად შედეგიანი ცენტრფორვარდი სიმონსონი.

„დიახ, მაგრამ ბრაზილიის გუნდი, ფინალში რომ დაგვამარცხა (5:2), მაინც სხვა იყო. ეს გუნდი საერთოდ შეუდარებელია ფეხბურთის ისტორიაში და მასთან ჩვენ რა უნდა გაგვეწყო. ეს ყველას ესმოდა, ასე რომ, მეორე ადგილს, ჩვენ რომ დავიკავეთ, ოქროს ფასი ჰქონდა“.

იყო წლები, როდესაც გრენს ფეხბურთის გარდა არაფერი იტაცებდა, „ცხოვრობდა ფეხბურთით და ფეხბურთისათვის“. ნაკრებს იმავე 1958 წელს გამოეთხოვა, მსოფლიო ჩემპიონატის დამთავრებიდან სამი თვის შემდეგ, მაგრამ თამაშს შვეციის კლუბებში განაგრძობდა. აი, კიდევ რამდენიმე საინტერესო ცნობა. თუ 38 წლის გრენი შვეციის ფეხბურთის ისტორიაში ნაკრების ყველაზე უფრო ხნიერი მოთამაშე იყო, 1964 წელს სხვა რეკორდი მოხსნა — შვეციის პირველი ლიგის ყველაზე უფრო ხნიერი მოთამაშისა (43 წლისა და 11 თვისა იყო). 48 წლისა შვეციის მეორე ლიგაში თამაშობდა, 56 წლისა (!) — მეოთხე ლიგაში. ეს უკვე „გინესის წიგნში“ შესატანი ფაქტი იყო.

— ახლა თუ თამაშობ? — ეკითხებიან ხშირად „პროფესორს“.

— როგორ არა, საკმაოდ ხშირადაც, ჩემს 4 შვილსა და 5 შვილიშვილთან ერთად. უნდა გითხრათ, რომ ახალგაზრდულად ვგრძნობ თავს, სრულიად ჯანმრთელი ვარ. მაჯისცემა? — 52-56. კვირაში სამჯერ ხუთ კილომეტრს დავრბივარ, ვასრულებ სხვადასხვა ფიზიკურ ვარჯიშს.

როცა ჟურნალისტები ეწვევიან ხოლმე ბინაში, რომელიც უფრო სპორტულ მუზეუმს ჰგავს, გრენი მხოლოდ ფეხბურთზე საუბრობს, უამრავი მატჩის წვრილმანები ახსოვს, ათასნაირი ეპიზოდი თუ ციფრი. ახლაც განსაკუთრებით იტალიისა და შვეციის ჩემპიონატები აინტერესებს — გასაგე ხომ შვეცია ევროპის ჩემპიონატის მასპინძელია. ამ შეჯიბრებას დიდი ინტერერესით მოელის გუნარ გრენი, 1957 წელს შვეციის ყველა დროის № 1 სპორტსმენად ცნობილი „პროფესორი“.

ბიჯი ბამრეკელი

* * *

● **1 ლიგის** საკავშირო გათამაშების სტარტზე წარუმატებლად გამოდიოდა კიშინიოვის „ზიმბრული“. ამასთან დაკავშირებით შეიცვალა გუნდის ხელმძღვანელობა. გარდა ამისა, რუმინეთიდან მოიწვიეს ორი ფეხბურთელი და ერთიც სპეციალისტი. კერძოდ, რუმინეთიდან მოხმობილია 30 წლის ცენტრალური ნახევარმცველი მოვილე და 28 წლის თავდამსხმელი ვაიშაკოვიჩი, რომლებიც უწინ რუმინეთის ნაკრებში გამოდიოდნენ. „ზიმბრულში“ რუმინეთიდან მიიწვიეს აგრეთვე წარსულში ცნობილი ფეხბურთელი, ევროპის „ოქროს ბუცის“ პრიზის მფლობელი დუდუ ჯორჯესკუ. რომელიც კლუბში ტექნიკურ დირექტორად იმუშავებს; გამოცდილმა რუმინელმა ფეხბურთელებმა თავიანთი წვლილი შეიტანეს „ზიმბრულის“ ბოლოდროინდელ წარმატებებში.

* * *

ᲬᲐᲠᲡᲣᲚᲨᲘ ცნობილი კულტურისტი არნოლდ შვარცენეგერი, რომელიც პრეზიდენტ ბუშის სპეციალური განკარგულებით ამჟამად სპორტს კურირებს შტატებში, არ ღალატობს თავის მთავარ პროფესიას — კინემატოგრაფს. რა თქმა უნდა, უხერხულია, როცა ადმინისტრაციის წევრი „ძალადობის ბიზნესში“ მონაწილეობს. შვარცენეგერს სურს, რომ უფრო სერიოზულ ფილმებში გადაიღონ, მაგრამ ჩონელი რეჟისორი იტყვის უარს მის ფიზიკურ მონაცემებზე?

ეს კადრი ამოღებულია არნოლდ შვარცენეგერის ერთ-ერთი ბოლო ფილმიდან („მეხსიერების სრული აღდგენა“), სადაც ყოველი მეორე გმირი ძალადობის მსხვერპლი ხდება.

პოლ ბრეგის სასწაული

ბრეგზე ლეგენდები დადის. სამწუხაროდ, თითქმის ყველა პუბლიკაციაში, რომელიც კი მასზე ამ ბოლო ხანს ქვეყნდება, მოხმობილია ისეთი ფაქტები, რომელთაც ბრეგის ჭეშმარიტ ბიოგრაფიასთან საერთო არაფერი აქვთ.

მკითხველს ვთავაზობთ ამერიკის ჯანმრთელობის ეროვნული ფედერაციის 1977 წლის „ბიულეტენიდან“ გადმობეჭდილ სარწმუნო პუბლიკაციას.

ეროვნული ჯანდაცვის სფეროს გიგანტი, ადამიანი, რომლისგანაც კონსულტაციებს იღებდნენ ჰოლივუდის გამოჩენილი ადამიანები და პოლიტიკური მოღვაწეები, 95 წლის პოლ ბრეგი მოულოდნელად გარდაიცვალა 1976 წლის 7 დეკემბერს მაიამი-ბიჩში. ჰავაიზე, ფორტ-დე-როისში, 18 დეკემბერს დანიშნულ პანაშვიდს 500 ადამიანი დაესწრო. პანაშვიდზე სიტყვით გამოვიდნენ მისის კახანამოკუ, წმინდა მამა ტერნბოლი და გენერალი სტერნბერგი.

ახლობლებს, აგრეთვე მის რძალს პატრიცია ბრეგს, მიაჩნიათ, რომ მას გამოუსწორებელი ზიანი მიაყენა ივლისში ბანაობის დროს წამოსწრებულმა ვეებერთელა ტალღამ, რომელმაც მთლიანად დაფარა და კინაღამ დაახრჩო. წყალი კი ამოაღებინეს, მაგრამ პატრიცია ბრეგის აზრით, გულს დიდი ზიანი მიაყენეს. სამი დღის შემდეგ ის გამოკეთდა, მაგრამ სუნთქვა საგრძნობლად შეეცვალა. „ექიმმა ჰაროლდ ჰარპერმა გასინჯა იგი, — ამბობს პატრიცია, — და ჩათვალა, რომ მისი სისხლძარღვები და გული სრულ წესრიგშია. ბოლოდროინდელი ავადმყოფობის მიზეზი თევზიც შეიძლება გამხდარიყო, რომლის შეჭმის შემდეგაც, მას ძლიერი პირისღებინება დაეწყო. ტენიანობა კი იმ დღეს 99 პროცენტი იყო“.

პოლ ბრეგი დაიბადა 1881 წლის 6 თებერვალს ფერფაქსში. 16 წლისა იგი დაავადდა ტუბერკულიოზით. იმის ნაცვლად, რომ დარჩენილიყო „პატარა ბნელ ოთახში და მომკვდარიყო“, შვეიცარიაში ექიმ როლერს მიმართა. — მან მომარჩინა ორ წელიწადში, — წერდა ბრეგი, — იყენებდა მხოლოდ მზეს, ფიზიკურ ვარჯიშებსა და ნატურალური პროდუქტებისაგან შემდგარ დიეტას. სიტყვა მქონდა მიცემული, რომ, თუ გადამარჩენდნენ, მთელი სიცოცხლე ადამიანთა დახმარებისთვის მიმეძღვნა და გამომეყენებინა ექიმ როლერის მზის თერაპიის პრინციპი.

სიტყვა შეასრულა. 1914 წელს, ექიმ როლერის გარდაცვალების წელს (89 წლის ასაკში), პოლმა გახსნა აშშ-ში პირველი „ჯანმრთელი“ საკვების მაღაზია ნიუ-იორკში. ამ დროისთვის იგი უკვე მედიცინის (სპეციალობით „კვება“) და ფილოსოფიის დოქტორი იყო.

1908 და 1912 წლების ოლიმპიადებზე იგი გამოდიოდა აშშ-ის მოჭიდავეთა გუნდში. მან პირველმა დანერგა ხორბლის ცეხვილის ფქვილისაგან გამომცხვარი პური, ნატურალური ტკბილეული და ბუნებრივი კოსმეტიკა. იგი ფერმერებისგან ყიდულობდა თაფლს და შემდეგ თავის სასურსათო ცენტრებში გადაჰქონდა. იგი ასწავლიდა ხალხს, რომელთაც შემდეგ ამგვარი საკვების მაღაზიები გახსნეს.

ხუთი შვილის მამამ, თორმეტი შვილიშვილის ბაბუამ, თოთხმეტი შვილთაშვილის პაპამ დაწერა ოცდაათზე მეტი წიგნი და მრავალი სტატია.

55 წლის მანძილზე წელიწადში ათი თვე პოლი მოგზაურობდა ლექციების ჩასატარებლად. პატრიციამ, რომელიც მას ახლდა ბოლო 25 წელს, „ბიულეტენის“ კორესპონდენტს უამბო, რომ პოლს ძალიან უყვარდა ეს მოგზაურობანი. როდესაც ბრეგი ჰავაიზე ცხოვრობდა, კვირაში ექვსჯერ 90-წუთიან ვარჯიშებს ატარებდა,

„ჰონოლულუ ადვეტაიზერი“ მისი ხსოვნისადმი მიძღვნილ ნარკვევში წერდა: „ვგონებ, ცისფერთვალება, სიცოცხლით სავსე ბრეგმა, რომელიც ამტკიცებდა, რომ ჩვენს სხეულს შეუძლია არ დაბერდეს, თითქმის მიაღწია მიზანს“. ის ყოველ დილით, ორი საათი ვარჯიშობდა ფიზიკურად. ბრეგი უმარილო დიეტას იცავდა. იგი არ იყო ვეგეტარიანელი, მაგრამ ძალზე ცოტა ხორცს ჭამდა, მისი ძირითადი საკვები ბოსტნეულისა და ახალი თევზისაგან შედგებოდა, თუკი იშოვიდა.

ფიზიკური ძალა — ეს ჯერ კიდევ ჯანმრთელობა როდია, — ამბობდა იგი. — ათლეტები ახალგაზრდები კვდებიან, თუ თქვენ ყურადღებით არ ეპყრობით თქვენს კვებას, ფიზკულტურაში მეცადინეობა დაკარგული დროა.

მისი მაცივარი სავსე იყო პომიდვრით, მარწყვით, სატაცურით; სამზარეულოს კარადები — ყუთებში მოთავსებული ბალახეულით, ბანანებით, პაპაიებით, მაწვნიანი ქილებით, რომლებსაც თვითონვე ადედებდა რძისგან და ყოველდღე მიირთმევდა. პაპაიას ის თვლიდა ერთ-ერთ საინტერესო ხილად, გასაიდუმლოებულ პროდუქტად, რომელიც ყველა ფერმენტს შეიცავს. პოლს მიაჩნდა, რომ მოხარშული და გაყინული ბოსტნეული იგივე იყო, რაც ჯარისკაცი კუბოში, რომელიც „გააფერადეს“ და ცოცხალს დაამსგავსეს.

მისტერ ბრეგი ყოველდღე რეგულარულად დარბოდა ერთ მილს, ცურავდა, ჩოგბურთს თამაშობდა, მორბენალთა შეჯიბრებებზე გამოდიოდა, ცეკვავდა, 70 წლის დაცილებული იყო, როდესაც სერფინგს დაეუფლა.

საუკუნის დასაწყისში ბერნარ მაკფადენთან ერთად ბრეგი ცდილობდა ამერიკასა და მთელი მსოფლიოსთვის დაენახვებინა ფიზკულტურის ღირსებანი. ის იყო პირველი რედაქტორი ჟურნალისა „ფიზიკური კულტურა“, ბერბენქთან ერთად მუშაობდა, რათა მოეწია [illegible], უმინერალო და უსახუქო ხილი და ბოსტნეული.

გამოჩენილ ადამიანთა შორის, რომლებიც მას რჩევას ეკითხებოდნენ, იყვნენ: მოჰამედ ალი,, მაჰათმა განდი, ჯ. პენი, თედი რუზველტი, კონრად ჰილტონი. ამ უკანასკნელმა 87 წლის ასაკში განაცხადა: „პოლ ბრეგის გარეშე ვერ ვიცოცხლებდი“. პოლს რჩევას ეკითხებოდა ფრენსის ჩიჩესტერი, 80 წლის ინგლისელი [illegible], რომელმაც მარტოდმარტომ შემოსცურა დედამიწას. ჰოლივუდის ვარსკვლავებს შორის, რომლებიც კვების შესახებ მისი ფილოსოფიური შეხედულებების მიმდევრებად ითვლებოდნენ, აღსანიშნავია, დუგ ფერბენქსი, გლორია სვენსონი, ტომ მიქსი, რუდოლფ ვალენტინო, ეტელ ბარიმორი, რუთ როლანდი, ლონჩენი, ედმუნდ ლოუვი, გლენის ბუშმენი.

პოლ ბრეგი

როგორ უნდა შეინარჩუნოთ ჯანმრთელი გული

ჯდომა ანელებს სისხლის მოძრაობას და ამდორებს სისხლს. ხანგრძლივი დროით ჯდომამ და უმოქმედობამ, შეიძლება გაანადგუროს გული. ხანგრძლივად მჯდომარე ადამიანს შეიძლება ღრმად მდებარე სისხლძარღვების თრომბები განუვითარდეს. თუ თქვენი სამუშაო ხანგრძლივ ჯდომას მოითხოვს, საათში ერთხელ ადექით და იმოძრავეთ, თუ თქვენ ავტომანქანით მგზავრობთ, საათში ერთხელ მანქანა გააჩერეთ და ივარჯიშეთ. როდესაც თქვენ ვარჯიშობთ, თქვენი სხეულის უჯრედებიდან დევნით საწამლავს და სისხლის მიმოქცევას განაახლებთ ათასი მილის სიგრძის მსრუტავებით, რომლებიც უჯრედებს უზრუნველყოფენ საკვებითა და ჟანგბადით.

თუ უნდა იჯდეთ — სწორად დაჯექით! ნუ გადაიდებთ ფეხს ფეხზე, რის შედეგადაც მუხლქვეშა არტერია შეიძლება დაიზიანოთ, რაც შეიძლება სისხლძარღვების დაავადების მიზეზად იქცეს. სავარძელში სწორად იჯექით, ისე, რომ სავარძლის კიდემ მუხლში სისხლის მიმოქცევა არ დაარღვიოს, ფეხები იატაკზე დააწყვეთ. როდესაც ჩემი შვილები პატარები იყვნენ, სავარძელს ფეხები შევუმოკლე, რათა ბავშვების ფეხები იატაკს შეხებოდნენ. საქანაო სკამი — სავარძელთა შორის ყველაზე უკეთესია.

კანი თავისი მილიონი ფორებითა და საოფლე ჯირკვლებით სხეულის უზარმაზარი გამომყოფი ორგანოა. ოფლს ორგვარი დანიშნულება აქვს: სხეულს ათავისუფლებს სიბინძურისგან და ტემპერატურის რეგულატორადაც ევლინება. როდესაც ჩვენი სხეული ხურდება, მოქმედებაში ერთვება საოფლე ჯირკვლები. ოფლის გამოყოფა სისხლს აცივებს, ოფლი კანს უახლოვდება, და აბრკოლებს სხეულის გადახურებას. ამ დროს, კანის ზედაპირზე გამოსული ჭუჭყი, მტვერში აზელილი ოფლს აძლევს უსიამოვნო სუნს.

ცეკვა, სიარული, ველოსიპედით მგზავრობა, ყოველგვარი საქმიანობა, რომელსაც გაოფლიანება ახლავს თან, აუმჯობესებს გულის მოქმედებას და საერთოდ, ჯანმრთელობას. მძიმე შრომას ჯერ ზიანი არავისთვის მოუტანია.

მე რომ ამერიკის შეერთებული შტატების პრეზიდენტი ვიყო, ისეთ კანონს გამოვცემდი მათთვის, ვინც ზის და ბანქოს თამაშობს, რომ იმდენივე ხნის განმავლობაში დატვირთულიყვნენ ფიზიკურად. ეს ეხება ტელევიზიასაც. ტელევიზორთან გატარებული ყოველი საათი უნდა ანაზღაურდეს იმავე დროის სწრაფი სიარულით. თქვენ უნდა ეწეოდეთ აქტიურ ცხოვრებას, დე, თქვენი ჰობი იყოს ცურვა, ჩოგბურთი, გოლფი, მოგზაურობა.

არ უნდა ატაროთ სხეულის შემზღუდავი ტანსაცმელი. საუბარია მოჭერილ ქამრებზე, საყელოებზე, ვიწრო ფეხსაცმელზე. მოჭერილი ფეხსაცმელი მეტად სახიფათოა, ვინაიდან ფეხები კარგად უნდა მარაგდებოდეს სისხლით. თითოეულ ტერფში 26 ძვალია, იმაზე მეტი, ვიდრე სხეულის ნებისმიერ ნაწილში. როდესაც საჭირო რაოდენობის სისხლი ვერ აღწევს ტერფებამდე, მომწამლავი ნივთიერებები გროვდება ფეხის უჯრედოვან ნაწილებში, მოურგებელი ფეხსაცმელი დეფორმაციათა მიზეზია, რაც იწვევს სისხლის ცუდ მიმოქცევას და არასწორ სიარულს. ფეხშიშველი სიარული იდეალურია! ყველა შემთხვევა უნდა გამოვიყენოთ, რათა გავიხადოთ ფეხზე და ფეხშიშველებმა ვიაროთ ბალახზე, მიწაზე, ან სულაც იატაკზე. ასე სიარული სისხლის მიმოქცევას აუმჯობესებს და გულს ამაგრებს.

გულმა ისევე უნდა მიაწოდოს სისხლი ფეხებსა და ტერფებს, როგორც ხელებს, ადამიანთა უმეტესობას კიდურებში არა აქვს საკმარისად რითმული მიმოქცევა, ამიტომაც ბევრი უჩივის ტერფების სიცივეს, დაღლილობას, შეშუპებას. არსებობს ეგრეთ წოდებული ცივი და ცხელი მეთოდი, რომლებიც თავიდან აგვაცილებს ამას. აიღეთ ორი ტაშტი. ერთი გაავსეთ ცხელი წყლით, მეორე — ცივით. ორი წუთი ფეხები ჩაყავით ცხელ წყალში, ხელები კი — ცივში. ორი წუთის შემდეგ, შეცვალეთ ტაშტები, ეს გაიმეორეთ ხუთჯერ, შემდეგ აიღეთ ხაოიანი პირსახოცი და გაიმშრალეთ ხელ-ფეხი, შემდეგ ენერგიულად დაიზილეთ გავარდისფერებამდე.

შექსპირმა თქვა: „გონება ამდიდრებს სხეულს“. ჭკუა ეხმარება სხეულს, ისევე, როგორც სხეული გონებას. აიღეთ, მაგალითად, საკვები, რომელიც მჭიდროდ არის დაკავშირებული ჯანმრთელობასთან. სისხლის ნაკადს თავისი ძლიერი გამანაწილებელი სისტემით მიაქვს პროდუქტები, რომლებიც სხეულს ყოველ ნაწილს ფუნქციონირებისთვის აწვდიან ენერგიას. ის, რაც ჩვენ დღეს შევჭამეთ, ხვალ მოხვდება სისხლში და დარჩება მასში 24 საათის განმავლობაში. თუ ჩვენ ბუნების მიერ შექმნილ საკვებს ვღებულობთ, ის სრულად დააკმაყოფილებს ჩვენს მოთხოვნილებებს და ქიმიურ ბალანსს, ის ჩვენ შეგვქმნის ჯანსაღ სხეულს, ცოცხალ და აქტიურ გონებას.

რამდენიმე თაობით ადრე კვების ძირითადი ელემენტები — პროტეინები, ცხიმები და ნახშირწყლები — იყო სხეულის პირველადი სამშენებლო და სითბური მასალა. მოგვიანებით, კვების მეცნიერებამ აღმოაჩინა, რომ ბუნებაც გააწვდის სხვადასხვა მარეგულირებელ ნივთიერებას — მინერალებს, ვიტამინებს და ელემენტებს, რომლებიც თნაირად საჭიროა ჯანმრთელობისთვის და სხეულის ჰარმონიისთვისაც.

ფულით შეიძლება შეიძინო ლოგინი — მაგრამ არა ძილი; წიგნი — მაგრამ არა ცოდნა; საჭმელი — მაგრამ არა მადა; სამკაული — მაგრამ არა სილამაზე: სახლი — მაგრამ არა ოჯახური სიმყუდროვე; წამალი — მაგრამ არა ჯანმრთელობა; ფუფუნების საგნები — მაგრამ არა კულტურა; სხვადასხვა გასართობი — მაგრამ არა ბედნიერება; რელიგია — მაგრამ არა შვება.

პირველყოფილი ქალი და მამაკაცი უთენია დგებოდნენ და მთელ დღეს ფიზიკურ შრომაში ატარებდნენ. შუადღისას ისინი ერთად დნენ, შემდეგ იძინებდნენ (ბავშვებით). ერთი საათის შემდეგ, ზებულნი დგებოდნენ და მზის ჩასვლამდე შრომობდნენ, მზის ჩასვლისთანავე კი იძინებდნენ. ამგვარად, პირველყოფილი ადამიანი 12 საათს ფხიზლობდა და შრომობდა. უნებრივი მოთხოვნილება ძლიერი, სიცოცხლისუნარიანი გულისათვის. ძილი საჭმელზე უფრო აუცილებელია. შეიძლება დიდხანს იშიმშილო რაიმე გართულების გარეშე, მაგრამ არავის შეუძლია უძილოდ ყოფნა რამდენიმე დღის მეტი. ძნელად თუ ვინმე გაუძლებს ერთი კვირის უძილობას.

ინგლისის ისტორიაში ცნობილია შემთხვევა, როდესაც ბოროტმოქმედებს სიკვდილს უსჯიდნენ უძილობით. წამების ეს მეთოდი გამოყენებული იყო ჩინეთშიც. ისინი, ვისაც ამ საშინელ განაჩენს გამოუტანდნენ, მანიაკის ბოდვებში ლევდნენ სულს. ეს ფაქტები კიდევ ერთხელ მეტყველებს ძილის მნიშვნელობასა და აუცილებლობაზე.

რამდენი უნდა გვეძინოს? ამ კითხვაზე ყველა ცხოვრებისეული ვითარებისთვის ერთნაირი პასუხის გაცემა შეუძლებელია. ეს მკაცრად ინდივიდუალურია. ზოგს მეტი სძინავს, ზოგს ცოტა. ძლიერი ორგანიზმისა და ძლიერი ცხოვრებისეული მარაგით აღჭურვილი ადამიანები ნაკლებ ძილს საჭიროებენ, ვიდრე სუსტები, ძლიერი ფუნქციონალური სისტემის მქონე ადამიანებს ერთ დღეში დახარჯული ენერგიის სწრაფად აღდგენის უნარი აქვთ. სხვა სიტყვებით,— ძლიერი ადამიანი სწრაფად ისვენებს.

უმეტესობისთვის აუცილებელია 7-დან 8 საათამდე ძილი. ზოგს მეტი სჭირდება, განსაკუთრებით ქალებსა და ბავშვებს (9-10 საათი, ზოგჯერ მეტიც).

მოკლედ, მე ვიტყოდი, რომ 8 საათი სრულიად საკმარისია ნორმალური გულისთვის, თანაც 1-2 საათი დღის ძილს უნდა დავუთმოთ. ერთი საათი დღისით წაძინება ღამის სამი საათის ძილის ტოლფასია.

უნდა გვეძინოს თავით ჩრდილოეთისაკენ, რათა პირდაპირ კონტაქტში ვიყოთ დედამიწის ვიბრაციასთან. უმჯობესია გვეძინოს აივანზე, ან ჯვარედინი განიავების მქონე ოთახში. როდესაც ამინდი გიწყობთ ხელს, შიშველი დაწექით, ან ფართო ღამის პერანგით. იძინეთ უბალიშოდ, თუ ეს არ შეგიძლიათ, მაშინ ბრტყელი, მსუბუქი ბალიში აიღეთ, ისეთი, თავი მაღლაზე რომ არ გქონდეთ და გულს არ მოუხდეს სისხლის ზემოთ აქაჩვა სიმძიმის ძალის საწინააღმდეგოდ.

კარგად რომ გამოიძინოთ, თქვენ უნდა მბრძანებლობდეთ თქვენს ზარმაც სხეულზე, რომელიც ცდილობს დაიძინოს რომელიმე ძველი მეთოდით, მოკრუნჩხულ პოზაში ან ძალზე რბილ ლეიბზე ან ნებისმიერი საშუალებით, რომელიც სისხლის მიმოქცევას უშლის ხელს. ეს სრულფასოვანი ძილი არ არის.

უნდა გვეძინოს მაგარ ლეიბზე, ან რბილი ლეიბის ქვეშ ფიცარი უნდა დაიდოთ. ეს კუნთებს მოდუნების საშუალებას არ აძლევს და შინაგანი ორგანოებიდან ხსნის წნევას.

ლექციების ჩასატარებლად მოგზაურობისას ხშირად იძულებული გავხდებოდი, ლეიბი იატაკზე გამეშალა, რომ მყარ საწოლზე დამეძინა. მგონია, რომ ბევრი ძვირადღირებული სასტუმრო ფულს ყრის მხოლოდ ვესტიბიულის მდიდრულად მოწყობაში, კარგი ლოგინით კი არ უზრუნველყოფს ადამიანს. ბევრ სახლში მინახავს აგრეთვე ძველი გახვრეტილი ლეიბები. მაშინ, როდესაც გარაჟში ახალთახალი ავტომანქანები იდგათ.

ჩემს სახლში, უდაბნოში, ახლახან დავდგი ახალი ტახტი. ეს არის ოთხ ბორბლებიან ფეხზე შემდგარი სწორი ფიცარი მაგარი ლეიბით. თქვენ რამდენიმე ღამე მოგიხდებათ შეეჩვიოთ ამგვარ საწოლზე ძილს, სამაგიეროდ, თქვენი სხეული დიდად მადლიერი დაგრჩებათ.

მთელ ქვეყანაზე მიმოგზაურია მატარებლით, თვითმფრინავით, გემით, ავტობუსითა და ავტომანქანით და ყურებში ყოველთვის ვიდებდი რბილ საცობებს, რათა გავმიჯნოდი ზედმეტ ხმაურს, ვთვლი, რომ ადამიანის სრულ სიწყნარეში უნდა ეძინოს. მაშინაც კი, როდესაც ხმაურში ვიძინებთ, მის მიერ გამოწვეული ვიბრაცია უარყოფითად მოქმედებს ნერვულ სისტემაზე, გულზე, სისხლის მიმოქცევაზე. ამას გარდა, ვთვლი, რომ უნდა გვეძინოს მარტო. ერთ ლოგინში ორის წოლა არაჯანსაღია, იმიტომ, რომ ძილის დროს ორგანიზმი ტოქსიკურ ნივთიერებებს გამოყოფს, რომელიც შეიძლება შთანთქას მეორე ორგანიზმმა. ამას გარდა, ერთის ღრმა სუნთქვა, ხვრინვა ან მოუსვენრობა ხელს უშლის მეორეს, მეცნიერულად დამტკიცებულია, რომ ადამიანი უკეთესად ისვენებს, ძალ-ღონეს აღიდგენს ღამის განმავლობაში, თუ ცალკე სძინავს. ცოლ-ქმარს დილით დასვენებულს ეღვიძება, თუ მათ ღამე ერთად გაატარეს, ოღონდ ცალ-ცალკე საწოლში. თუ იმის საშუალება არ არის, რომ დაიდგას ორი ცალკე საწოლი, უმჯობესია, შეიძინოთ ორსაწოლიანი ფართო საძინებელი.

თუ გსურთ, გქონდეთ ჯანმრთელი გული და ნერვული სიტემა, ეცადეთ, დღისით ცოტა წაიძინოთ. ეს იმის ტოლფასია, რომ თქვენ ერთ დღეში ორი დღე „გამოჰკრათ“, ვინაიდან, დღისით ძილის შედეგად თქვენ აღიდგენთ ნერვულ ენერგიას და ღვიძებით ისევე დასვენებული. როგორც დილით.

თარგმნა ლიანა სარალიძემ.

გაჭირვება ჩამორჩენის მიზეზად არ უნდა იქცეს

(დასასრული)

რეგიონებში დანერგვა. მაინც როგორია პერსპექტივა?

გ. ბოხტოლანაშვილი: როგორც კი რესპუბლიკა მოიპოვებს სრულ დამოუკიდებლობას, ალბათ, განვითარების მეტი პერსპექტივა ექნებათ ჩვენს სახეობებსაც. მანამდე კი, ვიდრე საქართველო მსოფლიოს თავისუფალ ერთა ოჯახის წევრი გახდება, ყოველგვარ გასაჭირს უნდა გავუძლოთ და არ დავუშვათ სპორტული მაჩვენებლების დაქვეითება. ვცდილობთ უფრო მჭიდრო კავშირი დავამყაროთ უცხო ქვეყნებთან (მათში ყოფილ საბჭოთა რესპუბლიკებსაც ვგულისხმობთ). დასამალი როდია, რომ ახლა ჩვენი ფედერაციის უპირველესი ამოცანაა, მივაღწიოთ აღიარებას საერთაშორისო ფედერაციის მხრიდან.

● **საკავშირო სპორტიდან გამოყოფამ რა დადებითი როლი შეასრულა?**

თ. იმნაიშვილი: მორალურად დიდი! რწმენა მოგვეცა, რომ კეთილი მიზნისთვის შეიძლება ბრძოლა. მაღალი რანგის სპორტსმენები, რომლებიც მონაწილეობდნენ ოფიციალურ საერთაშორისო შეჯიბრებებში — მსოფლიოსა და ევროპის პირველობებში, ოლიმპიადებში, მხოლოდ წმინდა სპორტული თვალსაზრისით დაზარალდნენ, რადგან სპორტის მამოძრავებელი ძალა გამარჯვებები, უმაღლესი ხარისხის ჯილდოებია, მაგრამ ჩვენ ყველამ ერთსულოვნად დავუჭირეთ მხარი რესპუბლიკის სპორტის მაშინდელი დეპარტამენტის გადაწყვეტილებას — არ გამოვიდეთ საბჭოთა კავშირის ნაკრები გუნდების შემადგენლობაში. ფარ-ხმალი კი არ დაგვიყრია — ახლა სასტენდო მსროლელები ვემზადებით საქართველოს ჩემპიონატისთვის. იგი მალე გაიმართება (თბილისში), მერე, აგვისტოში, საქართველოს ნაკრები მონაწილეობას მიიღებს რუსეთის ღია ჩემპიონატში მოსკოვში; შემდგომ, აგვისტოს დამლევს, ტყვიისა და სასტენდო სროლის გაერთიანებული გუნდი მიემგზავრება საერთაშორისო ტურნირზე სირიის რესპუბლიკაში. ბოლოს კი — საქართველოს სპორტული თამაშები გველის.

● **რაკი სპორტული თამაშები ახსენეთ, ვთქვათ ისიც, რომ სროლის ყველა სახეობაში რეგიონალური და ფინალური ასპარეზობების გაძღოლა თქვენს ფედერაციას დაევალა. როგორ მუშაობთ ამ მიმართებით?**

გ. ბოხტოლანაშვილი: სამწუხაროდ, ისევ და ისევ იმ მიზეზთა გამო, რაც ზემოთ ითქვა, ვერ ვატარებთ რეგიონალურ შეჯიბრებებს. ეროვნული ოლიმპიური კომიტეტი დავითანხმეთ, ჩავატაროთ მხოლოდ ფინალური ტურნირი სამივე სახეობაში სრული ოლიმპიური პროგრამით. ტყვიის სროლაში ეს არის თერთმეტი ოლიმპიური დისციპლინა, სასტენდო სროლაში — სასანგრო და მრგვალ სტენდზე შეჯიბრებები, მშვილდოსნობაში — „ფიტას დიდი წრე".

● **თამაშების ფინალში ვინ იასპარეზებენ: ტურნირები პირად-გუნდური იქნება თუ მხოლოდ პირადი?**

გ. ბოხტოლანაშვილი: თამაშებში მონაწილეობას მიიღებს ყველა ის

რეგიონი, სადაც განვითარებულია ეს სახეობები. ტყვიის სროლაში — აფხაზეთი, აჭარა, თბილისი, ქუთაისი, ფოთი. ვეცდებით, შეჯიბრებაზე დავუშვათ საქართველოს ნაკრების ყველა ის კანდიდატი, რომლებიც გუნდებში ვერ მოხვდებიან, სხვებიც — ვისაც საპრიზო ადგილისთვის ბრძოლის უნარი შესწევს.

თ. იმნაიშვილი: რაც შეეხება სასტენდო სროლას, იგი დანერგილია თბილისში, ოზურგეთში, ზუგდიდსა და ქუთაისში. აჭარაში, სამწუხაროდ, ჩაკვდა ეს სახეობა. აფხაზეთში დიდი ხანია დაიკარგა ტრადიცია სასროლეთის ზღვისგან წალეკვის გამო. თამაშებში მოვიწვევთ საზღვარგარეთელ სპორტსმენებსაც, მათ შორის სირიის მესტენდურეებსა და ტყვიის მსროლელებს, სასტენდო სროლაში კვიპროსის რესპუბლიკის სპორტსმენებიც გამოვლენ — მათთან ტრადიციული მეგობრობა გვაკავშირებს. კვიპროსელებთან ერთობლივი სპორტული აღჭურვილობის საწარმოს გახსნასაც ვაპირებთ. ჩვენმა ფედერაციამ მჭიდრო კავშირი დაამყარა სირიის არა მარტო სასროლო სახეობათა ფედერაციასთან, არამედ ამ რესპუბლიკის სპორტის გენერალურ ფედერაციასთანაც (ასე ეწოდება იქ სპორტის ხელმძღვანელ ორგანოს). ამას წინათ მე და ჩვენი ფედერაციის ვიცე-პრეზიდენტი ბატონი თამაზ ლეკიშვილი მოსალაპარაკებლად გახლდით იქ — შევთანხმდით გუნდების გაცვლის თაობაზე, ჩვენი სპეციალისტების სირიაში სამუშაოდ გაგზავნაზე.

ლ. მჟავანაძე: რაც შეეხება მშვილდოსნობას, სპორტულ თამაშებში გამოვლენ თბილისის, აჭარისა და ქუთაისის გუნდები. ასე რომ, საპრიზო ადგილები ყველას განაღდებული ექნება. „ცეცხლის ხაზზე" იხილავთ ყველა უძლიერესს — ნასარიძეს, ქვრივიშვილს, თოფურიას, გათიკაევს... თამაშებამდე მშვილდოსნები თურქეთის საერთაშორისო ტურნირში გამოვლენ. იქ მშვილდოსანთა ევროპის თასის გათამაშების ერთ-ერთი ეტაპიცაა და ჩვენებს საკმაოდ ძლიერ მეტოქეებთან ექნებათ საქმე.

● **სად ჩატარდება ასპარეზობები თამაშების პროგრამით?**

თ. იმნაიშვილი: დედაქალაქი უმასპინძლებს სასტენდო სროლას, ტყვიის სროლა და მშვილდოსნობა სოხუმში გაიმართება.

● **პრობლემებზე რას გვეტყოდით?**

— პრობლემები უამრავია. მაგრამ საერთო ძალისხმევით, ფედერაციის პრეზიდენტის, საქართველოს თავდაცვის სამთავრობო კომისიის თავმჯდომარის ბატონ თენგიზ კიტოვანის, სპორტისა და ტურიზმის მინისტრის ბატონ კახი ასათიანის მხარდაჭერით ყველაფერს მოვაგვარებთ.

ესაუბრა **ოთარ ბელაშვილი.**

1991 წელი, 8 ნოემბერი, ლას-ვეგასი

მას შემდეგ, რაც კრივში მსოფლიო ჩემპიონატების მოწყობა ხელთ იგდო სამმა საერთაშორისო ორგანიზაციამ, კაცი ვერ გაარკვევს ხეირიანად, ვინ არის ჩემპიონი და ვინ რომელი ნომერი პრეტენდენტი. მოკრივეთა მსოფლიო საბჭო, მაგალითად, ისევე, როგორც მოკრივეთა საერთაშორისო ფედერაცია, ევანდერ ჰოლიფილდს მსოფლიო ჩემპიონად მიიჩნევენ, მაგრამ საბჭო პირველ ნომერ პრეტენდენტად მაიკ ტაისონს ასახელებს, ფედერაცია კი მას მხოლოდ მეხუთე ნომერს მიაკუთვნებს. უფრო შორს მიდის მოკრივეთა მსოფლიო ორგანიზაცია, რომლის რეიტინგით ტაისონი პირველი ნომერი პრეტენდენტია, ჰოლიფილდი კი, მსოფლიო ჩემპიონობას ვინ ჩივის, პრეტენდენტთა პირველ ხუთეულშიც არ ხვდება. ასეთ ქაოსში მენეჯერებს საოცარი ლავირება უხდებათ ყოველი მატჩის მოწყობის წინ.

როგორც ცნობილია, მაიკ ტაისონი და მისი მენეჯერი დონ კინგი კატეგორიულად უარყოფდნენ ჰოლიფილდის მენეჯერის დან დუვას მიერ შემოთავაზებულ პირობებს უმთავრესად ჰონორარის საკითხში შეუთანხმებლობის გამო. ექსჩემპიონის ბანაკს ორი დღის წინ 15 მილიონი დოლარი ეცოტავებოდა. რა მოხდა მერე, ამ ორ დღეში ძნელი სათქმელია, მაგრამ ფრანს პრესის სააგენტოს ცნობით ბოლოს და ბოლოს გაფორმდა კონტრაქტი, რომლის თანახმად მატჩი მსოფლიოს პირველობაზე მძიმე წონაში ევანდერ ჰოლიფილდსა და მაიკ ტაისონს შორის გაიმართება წლეულს, 8 ნოემბერს ლას-ვეგასში.

მიმომხილველები ათას ვერსიას გვთავაზობენ ამ „სწრაფი ხელშეკრულების" ირგვლივ. ყველაზე უფრო რეალურია, ალბათ, ვერსია დონ კინგისა და მაიკ ტაისონის შეშფოთების შესახებ, რომ შესაძლებელია მსოფლიო ჩემპიონს ბანაკი გაჯიუტდეს და სრულებით არ ისურვოს ტაისონთან შეხვედრა. ფულისა და ხელსაყრელი კონტრაქტების შოვნა ამ უკანასკნელს არც ამ შემთხვევაში გაუჭირდება, მაგრამ ტაისონი, პირველ ყოვლისა, სპორტსმენია და დაკარგული ტიტულის დაბრუნებაზე ოცნებობს.

აცრემლებული ნაიჯელ მენსელი

საფრანგეთში, „მანი-კურსზე", გაიმართა მსოფლიოს 42-ე ჩემპიონატის მე-7 ეტაპი „ფორმულა 1" კლასის ავტომობილებით რბოლაში. გათამაშდა საფრანგეთის 77-ე „გრან პრი" (1914-1991).

„პოლ რიკარის" ფრიად სახიფათო ავტოდრომიდან ასპარეზობამ გადაინაცვლა სრულიად ახალ „მანი-კურსზე", რომლის სიგრძეა 4271 მეტრი. ავტომრბოლებმა აქ უნდა გაიარონ 72 წრე, ე. ი. დაფარონ 307,512 კმ სიგრძის მანძილი.

საფრანგეთის „გრან პრის" სხვადასხვა დროს ფლობდნენ პიტერ კოლინზი, მაიკ ჰოუთორნი, ჯეკ ბრებემი, ჯანკარლო ბაგეტი, დენ გარნი, ჯიმ კლარკი, ჯეკი იქსი, ჯეკი სტიუარტი, რონი პეტერსონი, მარიო ანდრეტი, ჟან-პიერ ჟაბუი, ალან ჯონსი, რენე არნუ, ნელსონ პიკე და ნაიჯელ მენსელი.

ბოლო 10 წლის მანძილზე ყველაზე მეტი გამარჯვება საფრანგეთში მოიპოვა ალენ პროსტმა — 5 (1981, 83, 88, 89, 90 წ.წ.), „რენოს", „მაკლარენის" და „ფერარის" ფირმის ავტომობილებით.

კანადასა და მექსიკაში მოპოვებული ქულები საშუალებას აძლევს ედი ჯორდანის გუნდს არ გაიაროს წინასაკვალიფიკაციო რბოლები გერმანიის „გრან პრის" გათამაშებაში.

„პორშემ" შეწყვიტა ასპარეზობა და შეუდგა ძრავების სტენდზე ტესტირებას. „ფუტუერქი" კი განაგრძობს შეჯიბრებაში მონაწილეობას „ფორდ კოსუორტის" ძრავებით აღჭურვილი ავტომობილებით.

პარასკევს პირველ ოფიციალურ საწვრთნელ რბოლებში აირტონ სენამ (ბრაზილია, „მაკლარენ-ჰონდა") ყველაზე სწრაფად — საათში 200,839 კილომეტრი სიჩქარით, გაიარა ერთი წრე.

შაბათს მეტოქის შედეგი გააუმჯობესა რიკარდო პატრეზემ (იტალია, „უილიამს-რენო") და ზედიზედ მესამე საკვალიფიკაციო რბოლა მოიგო წლევანდელ სეზონში, საერთოდ კი — მეექვსე. „უილიამსისთვის" ეს იყო 34-ე გამარჯვება საწვრთნელ რბოლებში.

მწვანე შუქზე რიკარდო პატრეზემ წამით დაასწრო აირტონ სენას, მაგრამ უცებ ძრავა ჩაუქრა და იტალიელ პილოტს მაშინვე აუარეს გვერდი ორივე მხრიდან გერჰარდ ბერგერმა (ავსტრია, „მაკლარენ-ჰონდა"), აირტონ სენამ, ალენ პროსტმა (საფრანგეთი, „ფერარი") და ნაიჯელ მენსელმა (ინგლისი, „უილიამს რენო").

ყოფილი თანაგუნდელები დაწინაურდნენ და დიდხანს ლიდერობდნენ, მაგრამ ერთ-ერთ მოსახვევთან ნაიჯელ მენსელმა გაუსწრო ალენ პროსტს და წინ გავიდა.

მათ ასეთივე თანმიმდევრობით გადაკვეთეს ფინიშის ხაზი.

ნაიჯელ მენსელმა, როგორც იქნა, მოიპოვა გამარჯვება, რომელიც მას ძალზე სჭირდებოდა, რათა ინგლისის საუკეთესო ავტომრბოლი გამხდარიყო. ინგლისელი პილოტისთვის ეს იყო მე-17 „გრან პრი", პირველი წლევანდელ სეზონში და მესამე საფრანგეთში (1986, 87, 91 წ.წ.), მე-14 გამარჯვება „უილიამსის" საჭესთან; ინგლისური გუნდისთვის კი — 46-ე „გრან პრი".

მოპოვებული გამარჯვებების რაოდენობით მან გაუსწრო თანამემამულეს, სტირლინგ მოსს და ახლა რეიტინგით მე-8 ადგილზეა ნელსონ პიკეს (ბრაზილია, „ბენეტონ-ფორდი") შემდეგ, რომელმაც, როგორც ცნობილია, 23 ეტაპი მოიგო.

საპატიო კვარცხლბეკზე ასულ ინგლისელ პილოტს ცრემლები მოადგა თვალებზე, როცა მის პატივსაცემად დიდი ბრიტანეთის ჰიმნს უკრავდნენ.

გამარჯვებულ სამეულს პრიზები თვით საფრანგეთის პრეზიდენტმა ფრანსუა მიტერანმა გადასცა.

ეტაპის ტექნიკური შედეგები:
1. ნაიჯელ მენსელი — 1 საათი, 38 წუთი და 00,056 წამი; 2 ალენ პროსტი — ჩამორჩა 5,003 წამით; 3. აირტონ სენა — 34,934 წამით; 4. ჟან ალეზი (საფრანგეთი, „ფერარი") — 35,920 წამი; 5. რიკარდო პატრეზე — ჩამორჩა 1 წრით; 6. ანდრეა დე ჩეზარისი (იტალია, „ჯორდან-ფორდი") — ჩამორჩა 1 წრით.

წარუმატებლობის მიუხედავად, ჩემპიონატის ერთპიროვნული ლიდერი მაინც აირტონ სენაა. მას 49 ქულა აქვს. ნაიჯელ მენსელმა 23 ქულით მეორე ადგილზე გადაინაცვლა. მას ერთი ქულით ჩამორჩება თანაგუნდელი რიკარდო პატრეზე. 17 ქულა აქვს ალენ პროსტს, 16 — ნელსონ პიკეს, 10 ქულით მეექვსე ადგილზეა გერჰარდ ბერგერი, 9 ქულა აქვს სტეფანო მოდენას (იტალია, „ტაირელ-ჰონდა"), 8 — ჟან ალეზის, 7 — ანდრეა დე ჩეზარისს. 5 ქულით მეათე ადგილზეა რობერტო მორენო (ბრაზილია, „ბენეტონ-ფორდი").

7 ეტაპის შემდეგ კონსტრუქტორთა პირველობაზე ასეთი მდგომარეობაა: 1. „მაკლარენი" — 58 ქულა; 2. „უილიამსი" — 45; 3. „ფერარი" — 25; 4. „ბენეტონი" — 24; 5. „ტაირელი" —11; 6. „ჯორდანი" — 9; 7. „დალარა" — 5; 8-9. „ლოტუსი", „მინარდი" — 3-3 ქულა; 10. „ლოლა" — 2.

მსოფლიო ჩემპიონატის პირველი ნახევარი ხვალ დასრულდება, განახლებულ „სილვერსტოუნზე", ინგლისის „გრან პრის" 41-ე გათამაშებით (1950-1991 წწ.)

დავით ჩუბინიძე

მინუს სორენსენი

„ტურ დე ფრანსის" მეექვსე ეტაპის (არასი-ჰავრი, 259 კილომეტრი) სტარტზე არ გამოსულა რბოლის ლიდერი, დანიელი როლფ სორენსენი, რომელმაც წინა დღეს ფინიშამდე 4 კილომეტრით ადრე უხერხულად დაცემის შედეგად ლავიწი გაიტეხა და ამჟამად ოპერაციისათვის ემზადება. სორენსენის მარცხის შემდეგ საფიქრებელი იყო, ლიდერობას ხელთ იგდებდა ამერიკელი გრეგ ლემონდი, რომელიც სულ რაღაც 9 მეასედი წამით ჩამორჩებოდა დანიელ ველოსიპედისტს, მაგრამ ასე როდი „ინება" კომპიუტერმა. მან სორენსენი ლიდერად დატოვა მეხუთე ეტაპის შემდეგაც.

არასი-ჰავრის დისტანციაზე არაფერი განსაკუთრებული არ მომხდარა, ფინიშის ხაზი სხვებზე ადრე გადაკვეთა ფრანგმა ტიერი მარიმ — 6:38.27. მეორე ადგილი, ისევე, როგორც წინა ეტაპზე, გერმანელ რემიგ შტუმპფს ხვდა — 6:40.21. ასეთივე დრო ჰქონდა ჯგუფს, რომელშიც კიდევ 29 ველოსიპედისტი იყო.

ექვსი ეტაპის შემდეგ ლიდერი გახდა ტიერი მარი — 26:18.31. მას 1,04 წუთით ჩამორჩება ირლანდიელი შონ კელი. ამერიკელი გრეგ ლემონდი და ტაშკენტელი ჯომოლიდინ აბდუჟაპაროვი მესამე ადგილს იყოფენ. ლიდერს ისინი 1,07 წუთით ჩამორჩებიან.

„სპორტპროგნოზი"

გაერთიანება „სოიუზსპორტლოტომ" შეაჯამა „სპორტპროგნოზის" 1991 წლის 27-ე ტირაჟის შედეგები.

ტირაჟში დაშვებულია 1.679.918 ვარიანტი. 13 შედეგის გამოცნობისთვის (1.642) მოგება 25 მანეთია, თორმეტისთვის (19.486) — 4, თერთმეტისთვის (92.135) —3.

საქართველოში: დაშვებულია 66.531 ვარიანტი. 13—47, 12—641, 11—2.998.

27-ე ტირაჟის მოგებები გაიცემა 1991 წლის 27 ივლისიდან 27 აგვისტოს ჩათვლით.

„სპორტლოტო"

გაერთიანება „სოიუზსპორტლოტომ" შეაჯამა „სპორტლოტოს" 1991 წლის 27-ე ტირაჟების შედეგები.

„სპორტლოტო 6 45": ტირაჟში დაშვებულია 1.082.081 ვარიანტი. 6 ნომერი არავის გამოუცვნია და ამ ჯგუფის მოსაგები ფონდი 27.052 მანეთი დაემატება 28-ე ტირაჟის პირველი ჯგუფის მოსაგებ ფონდს. 5 ნომრის გამოცნობისთვის (25) მოგება 2.762 მანეთია, ოთხისთვის (1.744) — 100.

საქართველოში: დაშვებულია 16.051 ვარიანტი. 6—0, 5—0, 4—31.

„სპორტლოტო 5 36": ტირაჟში დაშვებულია 9.839.130 ვარიანტი. 5 ნომრის გამოცნობისთვის (13) მოგება 35.484 მანეთია, ოთხისთვის (3.080) — 243, სამისთვის (109.594) —10.

საქართველოში: დაშვებულია 206.473 ვარიანტი. 5—0, 4—83, 3—2.394.

27-ე და 18-27 ტირაჟებში მონაწილე 10-ტირაჟიანი ბილეთების მოგებები გაიცემა 1991 წლის 27 ივლისიდან 27 აგვისტოს ჩათვლით.

რედაქტორი
თენგიზ გაჩეჩილაძე

საქართველოს სპორტისა და ტურიზმის სამინისტროს მშენებლობისა და ნაგებობათა სამმართველო თანაგრძნობას უცხადებს იმედო ჩინჩალაძეს დედის
შურა ლურსმანაშვილ-ჩინჩალაძის
გარდაცვალების გამო.

„ლელოს" დღევანდელ ნომერზე მორიგეობდა ი. ჩახვაშვილი, კორექტორები: მ. ძუძამიძე და ც. ჩიტიშვილი.

ჩვენი მისამართი:
წერილებისათვის — 380096
თბილისი, მ. კოსტავას, 14.
ტელეგრამებისათვის — თბილისი, „ლელო"

რედაქციის ტელეფონები:
წერილების განყოფილება — 98-97-55
ხაზინდარი — 98-97-58
ინფორმაციის განყოფილება — 98-97-54
„მერანი" — 98-97-20, „[illegible]" — 98-97-27

ინდექსი
INDEX
ИНДЕКС
68435

რედაქცია გულდასმით ეცნობა მკითხველთა წერილებს, მაგრამ ყოველ მათგანზე გამოხმაურებისა და პასუხების გაცემის საშუალება არ გაგვაჩნია. შემოსული მასალები არ რეცენზირდება და ავტორებს არ უბრუნდებათ.
საქართველოს ჟურნალ-გაზეთების გამომცემლობა „სამშობლოს" სტამბა. 380096, თბილისი, მ. კოსტავას, 14. იბეჭდება ოფსეტური წესით, საგაზეთო ქაღალდზე, [illegible], 29.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20.