პროლეტარებო ყველა ქვეყნისა, შეერთდით!

ლელო

საქართველოს სსრ ფიზიკური კულტურისა და სპორტის სახელმწიფო კომიტეტისა და პროფკავშირთა რესპუბლიკური საბჭოს ორგანო

ЛЕЛО ОРГАН ГОСУДАРСТВЕННОГО КОМИТЕТА ГРУЗИНСКОЙ ССР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ И РЕСПУБЛИКАНСКОГО СОВЕТА ПРОФСОЮЗОВ

25 აგვისტო, სამშაბათი, 1987 წ.
№ 164 (9575) ● ფასი 3 კაპ.

გამოდის 1934 წლის 13 აპრილიდან

საბჭოთა კავშირის თასის გათამაშება წყალში ხტომაში

უხვი მოსავალი

წყალში ხტომაში საქართველოს სპორტსმენებს ასეთი წარმატებისთვის ჯერ არ მიუღწევიათ — სამი დღის განმავლობაში 4 ოქროს მედალი მოიპოვეს: სამი თბილისში, საბჭოთა კავშირის თასის გათამაშებაში, ერთი — საფრანგეთში გამართულ ევროპის ჩემპიონატზე.

პირველი ოქროს მედალი, როგორც ვიუწყებოდით, დიანა მჭედლიძემ (პროფკავშირების სპორტსაზოგადოება) სამმეტრიანი ტრამპლინიდან ხტომაში მიიღო; მეორე დღეს, 10-მეტრიანი კოშკიდან ხტომაში ანა როსტიაშვილი გახდა უძლიერესი; იმავე დღეს გიორგი ჩოგოვაძემ სტრასბურგში გაიმარჯვა; თბილისში, შეჯიბრების დამთავრების დღეს, გიორგი შელიუგოვმა უკრაინელ ვალერი სტაცენკოსთან ერთად ტრამპლინიდან სინქრონულ ხტომებში საბჭოთა კავშირის თასი დაისაკუთრა.

ყველაზე დიდი წარმატება ჩვენმა წყალში მხტომელებმა საკავშირო თასის გათამაშებაში 1979 წელს მოიპოვეს — მაშინ სერგო შალიბაშვილმა და ლიანა ცოტაძემ გვასახელეს. მომდევნო წლებშიც სერგომ გამოიჩინა თავი, 1981-82 წლებში კი უმაღლესი ჯილდოები შესაბამისად ელენე ბილიოვამ და ნანა ქარდავამ დაისაკუთრეს. მერე ერთხანს ჩვენმა სპორტსმენებმა სათასო შეჯიბრებებში მოწინავე პოზიციები დათმეს და მხოლოდ 1985 წელს მოიპოვა დიანა მჭედლიძემ თასი, შარშან კი ერევანში როსტიაშვილმა — ბრინჯაოს მედალი...

თბილისში, ლენინური კომკავშირის სახელობის საწყლოსნო კომპლექსში გამართულ შეჯიბრებაში ტრამპლინიდან ხტომაში 16 სპორტსმენი ქალი ჩაება. წინასწარი შეჯიბრების შემდეგ დიანა მესამე ადგილზე იყო. ნახევარფინალში მან 495,81 ქულა მოაგროვა და ცოტათი გაუსწრო ლიდერს, მოსკოვის ოლქის წარმომადგენელს, საბჭოთა კავშირის ხალხთა VIII სპარტაკიადის ჩემპიონს ტატიანა ალიაბიევას. ფინალური ასპარეზობა დაძაბულად წარიმართა: დიანას პი-

საბჭოთა კავშირის თასის მფლობელები გიორგი შელიუგოვი (მარცხნიდან),
ანა როსტიაშვილი, დიანა მჭედლიძე და ვალერი სტაცენკო.

იხ. მე-2 გვ.

ევროპის ჩემპიონატი საწყლოსნო სახეობებში

გიორგი ჩოგოვაძე შეუდარებელი იყო

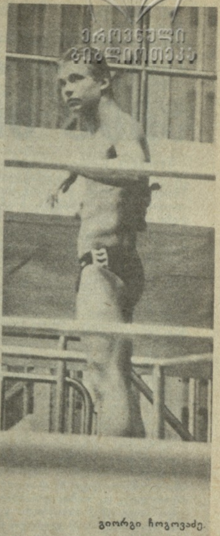
თბილისელი გიორგი ჩოგოვაძე (პროფკავშირების სპორტსაზოგადოება) და ერევნელი არსენ ჯავადიანი ახალგაზრდა წყალში მხტომელები არიან. ჩოგოვაძე 18 წლისაა, ჯავადიანი ორი წლით უფროსი, მაგრამ უკვე კარგა ხანია ერთმანეთში პაექრობენ. საკავშირო ტურნირების დროს ისინი ცდილობენ რაც შეიძლება უკეთ გამოვიდნენ, რათა ქვეყნის ნაკრებ გუნდში მტკიცედ დაიმკვიდრონ ადგილი. აი, საერთაშორისო ტურნირებში კი მოკავშირეები ხდებიან, ვინაიდან აქ, პირველ ყოვლისა, ქვეყნის ინტერესების დაცვა ევალებათ.

სტრასბურგში ევროპის ჩემპიონატზე ისინი თავიდანვე ფავორიტებად ითვლებოდნენ, მაგრამ გერმანიის დემოკრატიული რესპუბლიკის წარმომადგენლის იან ჰემპელის სახით საკმაოდ სოლიდური კონკურენტი ჰყავდათ, ეს საბჭოთა სპორტსმენებმა კარგად იცოდნენ და ყოველმხრივ ცდილობდნენ, არც ერთი ფინალური ნახტომი არ გაეფუჭებინათ, მაქსიმალურად მობილიზებული ყოფილიყვნენ.

გიორგი ჩოგოვაძემ თავიდანვე შექმნა ქულების გარკვეული მარაგი და ამიტომაც უფრო მშვიდად და დაჯერებულად ხტებოდა, ამას კი მძაფრი კონკურენციის პირობებში ერთობ დიდი მნიშვნელობა აქვს. ქულათა სხვაობა ხან იზრდებოდა, ხან მცირდებოდა (ეს ყოველ კონკრეტულ ხტომაზე იყო დამოკიდებული), მაგრამ 20-ზე ნაკლები იგი არ ყოფილა.

ასეთ პირობებში ლიდერის პოზიციის შერყევა ერთობ ძნელი იყო და ჩოგოვაძემაც ქულათა საკმარისი რაოდენობა დააგროვა — 618,47. ფინალისტთა ბოლო ნახტომები მხოლოდ ფორმალურ ხასიათს ატარებდა, ვინაიდან ცხადი იყო, რომ ლიდერს ვეღარავინ დაეწეოდა.

იხ. მე-4 გვ.



გიორგი ჩოგოვაძე.

მაია აზარაშვილი — მოსკოვის ჩემპიონი

ჩვენი ქვეყნის დედაქალაქის ღია ჩემპიონატი ერთგვარი რეპეტიცია იყო საბჭოთა კავშირის მძლეოსანთა ნაკრების წევრებისათვის, რომის მსოფლიო ჩემპიონატის წინ. სასიხარულოა, რომ გამარჯვებულთა შორის არის თბილისელი სპრინტერი მაია აზარაშვილი. მან 200-მეტრიანი დისტანცია 22,4 გაირბინა და მოსკოვის ჩემპიონის ტიტული მოიპოვა.

მემორიალის პრიზიორი

18-23 აგვისტოს ქ. კიროვაკანის სპორტის სასახლის რინგზე მიმდინარეობდა შესანიშნავი ომამდელი საბჭოთა მოკრივის ლევონ თემურიანის X მემორიალი — საკავშირო ტურნირი, რომელშიც მეორე საპატიო საპრიზო ადგილი დაიკავა თბილისელმა სპორტსმენმა, თ. კეკელიძემ (პროფკავშირები, მწვრთნელი ზაურ კოზაევი), რომელმაც 71 კგ წონით კატეგორიაში ფინალამდე დაამარცხა ლენინაკანელი ა. ოვსეფიანი, მასპინძელი გ. აკოფიანი და დუშანბელი ვ. პავლოვი, გადამწყვეტი ბრძოლა კი ერევნელ ნ. მარტიროსიანთან წააგო და მეორე ხარისხის დიპლომი მიიღო.

რეგბი

როგორც იცით, უმაღლესი ლიგის რეგბისტთა საკავშირო ჩემპიონატს 57-57 ქულით ლიდერობდნენ ქუთაისის „მშენებელი“ და მონინოს სსა. 23 აგვისტოს „მშენებელმა“ უმასპინძლა მოსკოვის „სლავას“, რომელიც ლიდერებს 1 ქულით ჩამორჩებოდა. მატჩი ქუთაისელთა გამარჯვებით დასრულდა — 9:3. დაწვრილებით ამ შეხვედრის შესახებ ჩვენი გაზეთის ხვალინდელ ნომერში მოგითხრობთ.

ყველა უძლიერესი

კლასიკური სტილის მოჭიდავეთა მსოფლიო ჩემპიონატმა, რომელიც საფრანგეთის ქალაქ კლერმონ-ფერანში ჩატარდა, სპორტსმენთა სარეკორდო რაოდენობას მოუყარა თავი. ეს ინტერესი ერთმა გარემოებამ განაპირობა: 10 საუკეთესო მოჭიდავე ყოველი წონიდან პერსონალურად არის დაშვებული მომავალ ოლიმპიურ ტურნირში. მათ შორის მოხვდა ჩვენი გუნდის ათივე მონაწილე.

საბჭოთა მოჭიდავეებმა ფაქტიურად წინა ჩემპიონატის წარმატება გაიმეორეს და ხუთი უმაღლესი ჯილდო დაიმსახურეს. უმედლოდ ჩვენს გუნდში ერთი მოჭიდავე თემირჯან კალიმულინი (57 კგ) დარჩა. იგი მერვე ადგილზე გავიდა. ხუთი ჩემპიონის გარდა საბჭოთა ნაკრებს ერთი ვერცხლისა და სამი ბრინჯაოს პრიზიორი ჰყავს. ჩვენი ათლეტების გუნდური გამარჯვებაც (1973 წლიდან მოყოლებული გუნდური პირველობა მათ არ დაუთმიათ) სწორედ ამ ფაქტმა განაპირობა. მეორე ადგილზე ბულგარეთის ნაკრები (ერთი — „ოქრო“, ორი — „ბრინჯაო“) გავიდა, მესამეზე — პოლონეთის გუნდი (ორი ვერცხლის ჯილდო).

ჩემპიონის ტიტული მესამედ მოიპოვა ბაქოელმა ვაგიატდინ ალახვერდიევმა (48 კგ), მეორედ გახდა მსოფლიო ჩემპიონი ყარაგანდელი იგორ როსტოროცკი (130 კგ), პირველად — სართიჭალელი გურამ გედეხაური (100 კგ), ომსკელი ვლადიმერ პოპოვი (82 კგ) და გროზნოელი ასლაუდინ აბაევი (68 კგ). ვერცხლის მედალი შარშანდელმა მსოფლიო ჩემპიონმა მინსკელმა კამანდარ მაჯიდოვმა (62 კგ) მოიპოვა. ბრინჯაოს ჯილდოს კი ომსკელი ალექსანდრე იგნატენკო (52 კგ), ალმაათელი დაულეტ ტურლიხანოვი (74 კგ) და როსტოველი სერგეი ნასევიჩი (82 კგ) დაეუფლნენ. გურამ გედეხაური პროფკავშირების სპორტული საზოგადოების წარმომადგენელია.

დანარჩენ წონებში გაიმარჯვეს კუბელმა პედრო როჩემ (52 კგ), ბულგარელმა ჟივკო ვანგელოვმა (62 კგ), ფინელმა იოუკო სალომიაკიმ (74 კგ), უნგრელმა ტიბორ კომარომიმ (82 კგ) და ფრანგმა პატრიკ მურიემ (57 კგ). სხვათა შორის, მურიე პირველი ფრანგი ათლეტია, რომელიც კლასიკურ ჭიდაობაში მსოფლიო ჩემპიონი გახდა.

სსრ კავშირის თასის გათამაშება და ჩემპიონატი მხატვრულ ტანვარჯიშში

მინსკელი ტანმოვარჯიშის ტრიუმფი

მარინა ლობაჩი.

ალექსანდრე კოტორაშვილის ფოტო.

სპორტის სასახლეში დამთავრდა მხატვრულ ტანვარჯიშში საბჭოთა კავშირის თასის გათამაშება და საკავშირო ჩემპიონატი ცალკეული საგნებით ვარჯიშში. შეჯიბრების ბოლო დღეს ცნობილი გახდა საკავშირო ჩემპიონატის მედლების მფლობელთა ვინაობა, მანამდე კი ჩვენი ქვეყნის თასი დაისაკუთრა 17 წლის მინსკელმა ტანმოვარჯიშემ მარინა ლობაჩმა, რომელმაც 79,7 ქულა მოაგროვა და 55 მეასედით გაუსწრო მოსკოველ ანა კოჩნევას. ეს სხვაობა უძლიერეს სპორტსმენთა ასპარეზობაში უჩვეულოდ დიდია და იმაზე მიგვანიშნებს, რომ მარინა ლობაჩის სახით საბჭოთა მხატვრულ ტანვარჯიშს ახალი ლიდერი გამოუჩნდა. ამ აზრს იზიარებს ბევრი სპეციალისტი.

თასისთვის ბრძოლაში მესამე ადგილი დაისაკუთრა ომსკელმა ტატიანა დრუჩინინამ (79,1 ქულა), მეოთხე — ტაშკენტელმა მარინა ნიკოლაევამ (78,95), მეხუთე ადგილი წილად ხვდა რიაზანელ ლარისა მედვედევას (77,35). უძლიერესთა ექვსეულში შევიდა აგრეთვე გამოცდილი ტაშკენტელი ტანმოვარჯიშე ვენერა ზარიპოვა (77,2).

რაც შეეხება ცალკეული საგნებით ვარჯიშს, ჩვენს ყურადღებას იქცევდა უსაგნოდ ვარჯიში, რადგან სწორედ ამ სახეობაში იბრძოდა ჯილდოსთვის ჩვენი თანამემამულე ირმა ყიფშიძე. შეგახსენებთ, რომ ფინალური შეჯიბრების წინ იგი მეორე ადგილზე იყო ტაშკენტელ ელენა ხოლოდოვას შემდეგ. მართალია, ირმამ ვერ შეძლო მდგომარეობის გამოსწორება და საბოლოოდ ვერცხლის მედალი მიიღო, მაგრამ ეს მისთვის, უდავოდ, მნიშვნელოვანი წარმატებაა.

ბურთით ვარჯიშში ტოლი არ ჰყავდა კიეველ ალექსანდრა ტიმოშენკოს. დანარჩენ ოთხ სახეობაში კი ასპარეზობა ლობაჩისა და დრუჩინინას თავისებურ დუელად იქცა. ორივე ტანმოვარჯიშემ ორ-ორი

იხ. მე-2 გვ.

ეროვნული ბიბლიოთეკა

როგორ ვეგებებით ახალ სასწავლო წელს?

ვინც მოინდომა...

აგვისტო მართლაც ყველაზე ცხელი თვეა სასკოლო ობიექტების მშენებლებისთვის. ეს გასაგებიცაა, რადგან დრო არ ითმენს, მშენებლები გაათკეცებული ენერგიით მუშაობენ. იქ, სადაც საქმე გულთან ახლოს მიაქვთ, მშენებლებს ყველა ეხმარება. ამ დღეებში, მაგალითად, ვის აღარ ნახავთ თბილისის პირველი ექსპერიმენტული სკოლის ეზოში, დერეფნებში, კაბინეტ-ლაბორატორიებში. აქ ნამდვილი საყოველთაო შრომითი სულისკვეთება სუფევს, ყველა ხელებდაკაპიწებული შრომობს.

— დიდი დახმარება გაგვიწიეს შეფებმა და მშობელთა კომიტეტმა, უფროსკლასელებმა. თავად ხედავთ, პედაგოგებიც აქ არიან, — გვითხრა სკოლის დირექტორმა მზია გვილავამ.

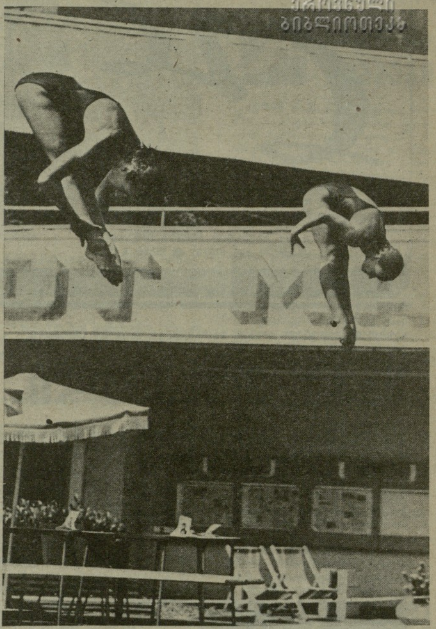
ფიზიკური აღზრდის მასწავლებელი ვახტანგ ფორჩხაძე მღებავებთან ერთად ბოლო სამუშაოებს ამთავრებდა, უკვე მზადაა ორივე სპორტული დარბაზი, ღია სპორტული მოედნები. საჭადრაკო კლუბში მწვრთნელ-მასწავლებელი მზია ლოლიშვილი რემონტის შემდეგ იატაკსა და ფანჯრებს წმენდდა. საქართველოს განათლების სამინისტროს სარემონტო სამმართველომ (უფროსი ზაალ ნაცვალაძე) აქტივის დახმარებით კარგად გაართვა თავი საქმეს და სამუშაოები გრაფიკით დაამთავრა.

თავდადებულად იშრომეს მშენებლებმა დმანისში ახალი საშუალო სკოლის მშენებლობაზე. ეს სკოლა სვანეთიდან ჩამოსახლებული ოჯახების შვილებისთვის აიგო. სკოლას აქვს კარგი სპორტული დარბაზი, ღია მოედნები, იქვეა რაიონის ცენტრალური სტადიონი. საპირველსექტემბროდ მოსწავლეებმა, პედკოლექტივმა, მშობლებმა, საერთოდ, რაიონმა მართლაც ჩინებული საჩუქარი მიიღეს.

შემდეგი ობიექტი, რომელსაც „ლელოს“ ბრიგადა ეწვია, თბილისის №111 პოლიგრაფიული პროფტექნიკური სასწავლებელი იყო. ჩვენ შარშან ვწერდით, რომ ამ სასწავლებლის სპორტული დარბაზი მთლიანად გამოვიდა მწყობრიდან, ჭერიდან ჩამონადენმა წყალმა დაალპო იატაკი, შეიქმნა ბეტონის ჭერის ჩამოქცევის საშიშროება და.... „ლელოს“ კრიტიკული გამოსვლის შემდეგ პირველი მაისის რაიონის სახალხო კონტროლმა დარბაზი დალუქა. გადაწყვეტილება, ცხადია, სწორია, მაგრამ რემონტიც უსაშველოდ გაჭიანურდა. მხოლოდ ახლახან გამოჩენილან აქ მშენებლები. ცხადია, ეს სპორტული დარბაზი პირველი სექტემბრისთვის მოსწავლეებს ვერ მიიღებს. ახალი სასწავლო წლის დაწყებამდე მშენებლებმა შეიძლება იატაკის აყრა მოასწრონ. როდის დამთავრდება ეს რთულზე რთული რემონტი? კონკრეტულ პასუხს ვერავინ იძლევა, ვარაუდით კი ნოემბრისთვის ვარაუდობენ. ვნახოთ.

გაჭიანურდა, უფრო სწორად, ჯერ არც დაწყებულა ამავე სასწავლებლისთვის პროექტით გათვალისწინებული ახალი ღია სპორტული კომპლექსის მშენებლობა.

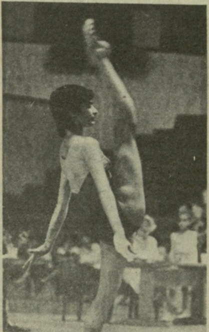
თბილისის 54-ე საშუალო სკოლა. აქ 1200-მდე მოსწავლე სწავლობს და, შეიძლება თამამად ითქვას, სკოლას ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილების ჩასატარებლად მინიმალური პირობებიც არ გააჩნია. პატარა დარბაზი პრობლემას ვერ წყვეტს, ღია სპორტული მოედნები კი სკოლას საერთოდ არა აქვს. პატარა და მოასფალტებულ ეზოში 30-მეტრიანი სარბენი ბილიკი მოუწყვიათ, მაგრამ აქ მეცადინეობის ჩატარება სახიფათოა — სხვადასხვა კომუნიკაციის ჭების გამო. სახტომი ორმო უპატრონოდაა მიტოვებული და საცოდავად გამოიყურება. გამზადებულ ორმოში, ჯერ კიდევ მარტის არდადეგებზე უნდა ჩაეყარათ ქვიშა, მაგრამ ორჯონიკიძის რაიონის ალმასკომის დაპირება დღემდე დაპირებად რჩება. როგორც გვითხრეს მთელ ორჯონიკიძის რაიონში მხოლოდ ამ სკოლაში არ არის მინიმალური პირობებიც კი სასკოლო და კლასგარეშე ფიზკულტურულ-სპორტული მუშაობისთვის, როდემდე გაგრძელდება ასე?



მინსკელი ტანმოვარჯიშის ტრიუმფი

(დასასრული)

ოქროს მედალი მოიპოვა. ლობაჩი უძლიერესი იყო სახტუნაოთი და რგოლით ვარჯიშში, დრუჩინინა კი გურზებითა და ლენტით ასპარეზობაში. ამ ორ ფავორიტს მხოლოდ მოსკოველი ანა კოჩნევა მიუახლოვდა: მან ოთხივე სახეობაში მესამე ადგილი დაიკავა.



ირმა ყიფშიძე.

საკავშირო თასის გათამაშება და ცალკეულ სახეობებში ქვეყნის ჩემპიონატი დამთავრდა. ახლა უძლიერეს ტანმოვარჯიშეებს სეზონის უმნიშვნელოვანესი შეჯიბრება ელით: 13 სექტემბერს ბულგარეთის ქალაქ ვარნაში დაიწყება მსოფლიო ჩემპიონატი.

ცალკეულ სახეობებში საკავშირო ჩემპიონატის ტექნიკური შედეგები. ბურთით: 1. ალექსანდრა ტიმოშენკო (უკრაინა) 39,0; 2. ლარისა მედვედევა (რსფსრ) 38,75; 3. ნატალია ლიუტოვა (რსფსრ) 38,7; უსაგნოდ: 1. ელენა ხოლოდოვა (უზბეკეთი) 19,45; 2. ირმა ყიფშიძე (საქართველო) — 19,35; 3. ალექსანდრა ტიმოშენკო 19,15. სახტუნაოთი: 1. მარინა ლობაჩი (ბელორუსია) 39,9; 2. მარინა ნიკოლაევა (უზბეკეთი) 39,65; 3. ანა კოჩნევა (მოსკოვი) 39,6. რგოლით: 1. მარინა ლობაჩი — 39,825; 2. ტატიანა დრუჩინინა (რსფსრ) 39,775; 3. ანა კოჩნევა 39,7. გურზებით; 1. ტატიანა დრუჩინინა 39,9, 2. მარინა ლობაჩი-39,875; 3. ანა კოჩნევა 39,850. ლენტით: ტატიანა დრუჩინინა 39,95, 2. მარინა ლობაჩი 39,8, 3. ანა კოჩნევა 39,775.

ტელეტაიპი - მკითხველი

მელბურნი. საბჭოთა კავშირის კალათბურთელ ვაჟთა ნაკრებმა აქ ბოლო შეხვედრა ჩაატარა ავსტრალიის ეროვნულ გუნდთან და გაიმარჯვა — 110:108 (46:41, 102:102). წინა დღით კი საბჭოთა სპორტსმენებმა სიდნეიში იმარჯვეს — 103:91 (51:41).

დუისბურგი (გფრ). დამთავრდა მსოფლიო ჩემპიონატი საბაიდარო ნიჩბოსნობასა და კანოეში. საბჭოთა ნაკრებმა ტურნირში ორი ოქროს, ერთი ვერცხლისა და ოთხი ბრინჯაოს მედალი დაისაკუთრა.

ბონი. მოსკოვის „კრილია სოვეტოვმა“ ექვსი შეხვედრა ჩაატარა ჰოკეისტთა აქ დამთავრებულ საერთაშორისო ტურნირში და ექვსივეში გაიმარჯვა. ბოლო ორი მატჩი ჩვენმა გუნდმა პოლონეთის ნაკრებსა (2:1) და ადგილობრივ „აინტრახტს“ (10:1) მოუგო.

ვილნიუსი. ველოსიპედისტთა აქ მიმდინარე საერთაშორისო შეჯიბრებაში ჯგუფური საგზატკეცილო რბოლა 26 წლის ხარკოველმა, მსოფლიოს ორგზის ჩემპიონმა ალექსანდრე ზინოვიევმა მოიგო. 200 კილომეტრზე მან 4:35.22 აჩვენა.

უხვი მოსავალი

(დასასრული)

რველი ნახტომი მსაჯებმა მაღალი ქულით შეაფასეს, მეორე და მესამე ნახტომი კი ტატიანამ შეასრულა უკეთესად. ბოლო ორ ვარჯიშში დიანამ მთელი ძალა გვიჩვენა და გაიმარჯვა. მან მეორედ დაისაკუთრა საბჭოთა კავშირის თასი.

ანა როსტიაშვილი, კოშკიდან ხტომებში, როგორც წინასწარ ისე ნახევარფინალში, მეორე ადგილზე იყო. მას უსწრებდა გამოცდილი ერევნელი მხტომელი მარიეტა აკოფიანი. შეჯიბრება გარდამავალი უპირატესობით წარიმართა. ყველაფერი ბოლო ნახტომმა გადაწყვიტა. ანას უფრო მტკიცე ნერვები აღმოაჩნდა. მისი ბოლო ნახტომი მსაჯებმა 8 ქულით შეაფასეს, აკოფიანისა — 6,6 ქულით, ანა როსტიაშვილმა საბჭოთა კავშირის თასი მოიპოვა.

სინქრონულ ხტომებში გიორგი შელიუგოვი და უკრაინელი ვალერი სტაცენკო ერთად არასოდეს გამოსულან. როგორც შეჯიბრებამ გვიჩვენა, მათი „შეპირაპირება“ იღბლიანი გამოდგა. გიორგიმ და ვალერიმ 45 ქულით (!) გაუსწრეს მეორე ადგილზე გასულ მიხეილ არხიპოვს და ალექსანდრე შუკინს.

დიანა მჭედლიძე და ანა როსტიაშვილი კიდევ ერთხელ დადგნენ კვარცხლბეკზე, თუმცა ამჯერად დაბალ საფეხურზე — სინქრონულ ხტომაში მესამე ადგილი დაიკავეს. ჩვენი წყალშიმხტომელების სიხარული ვერ გაიზიარეს მათმა მწვრთნელებმა ცოლ-ქმარმა ლუდმილა და იური გუტიაკულოვებმა. ისინი საფრანგეთში იმყოფებიან ევროპის ჩემპიონატზე.

შეჯიბრების დამთავრების შემდეგ სპორტსმენებმა მოინახულეს საერთაშორისო კლასის სპორტის ოსტატის, სერგო შალიბაშვილის საფლავი და ყვავილებით შეამკეს იგი.

კვარცხლბეკი

ტრამპლინი. ქალები. 1. დიანა მჭედლიძე (პროფკავშირები) — 305,19, 2. ტატიანა ალიაბიევა (საბჭოთა არმია, მოსკოვის ოლქი) — 297,51, 3. იულია ირაკლიევა (საბჭოთა არმია, მოსკოვი) — 279,39.

ვაჟები. 1. სერგეი ლომანოვსკი (საბჭოთა არმია, მოსკოვი) — 444,66, 2. ვალერი სტაცენკო (საბჭოთა არმია, კიევი) — 412,80, 3. ალექსეი კოვალევი („დინამო“, კიევი) — 408,12.

კოშკი. ქალები. 1. ანა როსტიაშვილი (პროფკავშირები) — 248,25, 2. მარიეტა აკოფიანი (პროფკავშირები, ერევანი) — 247,62, 3. ოლგა ბოლჩკოვა (პროფკავშირები, ბაქო) — 238,98.

ვაჟები. 1. სერგეი ეფრემოვი („დინამო“, სარატოვი) — 420,93, 2. ვალერი სტაცენკო (საბჭოთა არმია, კიევი) — 403,62, 3. ვიაჩესლავ ტრომინი („დინამო“, სარატოვი) — 393,00.

სინქრონული ხტომები. ქალები. 1. ელენა ლებედევა — ნატალია ბლუდოვა (პროფკავშირები, ტაგანროგი) — 310,02, 2. ელმირა ჯაფაროვა—ოლგა ბოლჩკოვა (პროფკავშირები, ბაქო) — 291,24, 3. დიანა მჭედლიძე — ანა როსტიაშვილი — 241,71.

ვაჟები. 1. გიორგი შელიუგოვი (პროფკავშირები) — ვალერი სტაცენკო — 448,86, 2. მიხეილ არხიპოვი („დინამო“, სარატოვი) — ალექსანდრე შუკინი („დინამო“, ლვოვი) — 403,80, 3. მიხეილ მირონჩენკო (პროფკავშირები, ვოლგოგრადი) — ვადიმ კუსტოვი (პროფკავშირები, პენზა) — 401,73.

ინტერვიუ კვარცხლბეკთან

დიანა მჭედლიძე — 17 წლის, ფიზკულტურის ინსტიტუტის პირველი კურსის სტუდენტი.

◎ დიანა, მოსკოვში უფრო გაგიჭირდათ გამარჯვება თუ შინ?

— „საკუთარი კედლები“ ყოველთვის როდი გეხმარება. შენიანები რომ გიყურებენ, უფრო მეტად ღელავ, მაგრამ უკან დასახევი გზაც მოჭრილი გაქვს. დიახ, ჩემგან მხოლოდ გამარჯვებას ელოდნენ.

ანა როსტიაშვილი — 15 წლის, 50-ე საშუალო სკოლის X კლასის მოსწავლე.

◎ ანა, რას ფიქრობდით შეჯიბრების წინ?

— არ მეგონა თუ გავიმარჯვებდი, რადგან შეჯიბრებაში ბევრი ჩემზე გამოცდილი სპორტსმენი მონაწილეობდა. ჩემმა მთავარმა მეტოქემ მარიეტა აკოფიანმა შარშან ხომ ევროპის ჩემპიონატის ვერცხლის მედალი მოიპოვა. მაგრამ თავს იმაში ვარწმუნებდი, რომ თბილისში მე უნდა გამემარჯვა.

გიორგი შელიუგოვი — 19 წლის, ფიზკულტურის ინსტიტუტის მესამე კურსის სტუდენტი.

◎ სინქრონულ ხტომებში სპორტსმენი ზედმიწევნით უნდა იცნობდეს პარტნიორს, როგორ მოახერხეთ ასე მალე „საერთო ენის“ გამონახვა?

— ვალერის და მე ერთნაირი სტილი გვაქვს. პირველივე ვარჯიშზე მივხვდი, რომ ერთად ასპარეზობა არ გაგვიჭირდებოდა. გული მხოლოდ იმაზე მწყდება, რომ ჩვენი ქვეყნის უძლიერესი წყალშიმხტომელები საფრანგეთში იმყოფებოდნენ. აი, მათთან ჭიდილში გამარჯვებას, თუნდაც ღირსეულად დამარცხებას, ჩემთვის მეტი ფასი ექნებოდა.

* * *

სურათზე: ანა როსტიაშვილი და დიანა მჭედლიძე ასპარეზობის დროს.

ჯემალ კასრაძის ფოტოები.

ოსტატობის გამოცდა

თბილისის უნივერსიტეტის მეორე კურსის სტუდენტი, ერთ-ერთი პერსპექტიული წყალბურთელი პაატა ჭიტაძე ორი წლის წინათ ჩვენი ქვეყნის ახალგაზრდულ ნაკრებში მიიწვიეს, რომლის შემადგენლობაში მან ევროპის ახალგაზრდა წყალბურთელთა (1969 წელსა და უფრო გვიან დაბადებულნი) პირველობაზე ათენში ახლახან იასპარეზა. ამ შეჯიბრებაში ჩვენი ქვეყნის ნაკრებმა მეორე ადგილი დაიკავა.

— ახალგაზრდულ გუნდებში ასაკით გათვალისწინებულზე, უმცროსებს იშვიათად უღიმის ბედი. ერთ-ერთი ასეთი გამონაკლისი აღმოვჩნდი მე. 1970 წელს დაბადებულნი გუნდში სულ ოთხნი ვიყავით — გვითხრა პაატამ.

◎ ათენში რომელი ქვეყნის წყალბურთელები გამოდიოდნენ?

— უნგრეთის, იუგოსლავიის, ბულგარეთის, გერმანიის ფედერაციული რესპუბლიკის, ჰოლანდიის, იტალიის, ესპანეთის, საფრანგეთის, საბერძნეთისა და ჩვენი ქვეყნის ნაკრები გუნდები. ბრძოლაში ჩაება თურქეთის ნაკრებიც, მაგრამ გუნდის ერთ-ერთ წყალბურთელს ბოტკინის დაავადება აღმოაჩნდა და ნაკრები ასპარეზობიდან მოხსნეს. აუზში, ცხადია, წყალი გამოცვალეს. ამის გამო შემდეგში გუნდებს ერთ დღეს ორ-ორი შეხვედრის ჩატარება მოუხდათ.

◎ იმ დღეებში ხომ საბერძნეთში არნახული სიცხე იყო. გაზეთები წერდნენ, ახობით ადამიანი სიცხისაგან დაილუპაო...

— მართლაც საშინელი სიცხეები იყო — ჩრდილში 50 გრადუსს აღწევდა, მაგრამ იმ პაპანაქებას ჩვენ ძალიან არ შევუწუხებივართ. სასტუმროში დღე და ღამე კონდიციონერები იყო ჩართული, საასპარეზოდაც კონდიციონერიანი ავტობუსით დავყავდით, აუზში კი...

◎ რამდენადაც ვიცით, ასპარეზობა ღია აუზში ჩატარდა. სიცხემ არ შეაშინა მაყურებელი?

— თქვენ წარმოიდგინეთ, გულშემატკივრები მაინც მოდიოდნენ. ტრიბუნებზე ჩრდილს პოულობდნენ და ბოლომდე უცქერდნენ მატჩებს.

◎ ბარემ აქვე გვითხარით როგორ დაამთავრეთ მეტოქეებთან შეხვედრები?

— ქვეჯგუფში დავამარცხეთ ესპანეთის, საფრანგეთის, ბულგარეთისა და საბერძნეთის გუნდები, იუგოსლავიელებთან კი ფრედ დავამთავრეთ შეხვედრა. იუგოსლავიელებსა და ბერძნებს ერთ დღეს ვეთამაშეთ. იუგოსლავიელებთან ფრედ დამთავრებულმა მატჩმა იმდენი ენერგია წაგვართვა, რომ საღამოს ბერძნებთან პაექრობა გაგვიჭირდა. ბერძნები საკუთარ სარბიელზე გამოდიოდნენ და ეს ბევრს ნიშნავდა. მეოთხე პერიოდში მაინც შევძელით მასპინძელთა წინააღმდეგობის დაძლევა. ფინალში ჩვენ და იუგოსლავიელები გავედით, მეორე ჯგუფიდან კი ფინალში თამაშის უფლება უნგრელებმა და გფრ-ის წარმომადგენლებმა მოიპოვეს. ერთ ჯგუფში გამარჯვებული მეორე ჯგუფში მეორე ადგილზე გასულს უნდა შეხვედროდა. ჩვენ უნგრელები დავამარცხეთ, იუგოსლავიელებმა კი გერმანელები. ოქროს მედლებისთვის იუგოსლავიელებთან ბრძოლაში ჩვენი გუნდის ოთხი წევრი თამაშის ბოლომდე გააძევეს (შეცვლის უფლებით), რამაც ჩვენი ძალები შეასუსტა. ერთი ბურთის სხვაობით დავმარცხდით. საპრიზო ადგილები ასე განაწილდა: იუგოსლავია, საბჭოთა კავშირი, გფრ.

საუბარი ჩაიწერა
ავთანდილ გურასაშვილმა.

სსრ კავშირის ჩემპიონატი

23 და 24 აგვისტოს გაიმართა სსრ კავშირის საფეხბურთო ჩემპიონატის 22-ე ტურის კალენდარული მატჩები უმაღლესი ლიგის გუნდებს შორის:

თბილისის დინამოელები დნეპროპეტროვსკში შეხვდნენ ადგილობრივ „დნეპრს“. თამაში დამთავრდა მასპინძელთა გამარჯვებით—3:0.

დონეცკის „შახტიორმა“ მიიღო ლანჩხუთის „გურია“. გაიმარჯვეს დონეცკელებმა — 2:0.

სხვა მატჩები:

ცსკა — „ნეფთჩი“ 0:0

„დინამო“ მ. — „არარატი“ 5:1

„ქაირათი“ — „სპარტაკი“ მ. 0:0

„ზენიტი“ — „დინამო“ კ. 0:1

„ჟალგირისი“ — „ტორპედო“ 0:1

„დინამო“ მნ. — „მეტალისტი“ 0:0

✻ ✻ ✻

I ლიგა

გასულ შაბათს შედგა I ლიგის ფეხბურთელთა საკავშირო გათამაშების 28-ე ტურის 5 მატჩი: „შინიკი“ (იაროსლავლი) — „დაუგავა“ (რიგა) 0:2, „ფაკელი“ (ვორონეჟი) — „კუზბასი“ (კემეროვო) 1:2, „როტორი“ (ვოლგოგრადი) — „ლოკომოტივი“ (მოსკოვი) 0:0, „კოლოსი“ (ნიკოპოლი) — „გეოლოგი“ (ტიუმენი) 2:1, „მეტალურგი“ (ზაპოროჟიე) — „კრილია სოვეტოვი“ (კუიბიშევი) 1:1.

როგორც ვიტყობინებოდით, სსრ კავშირის ფეხბურთის ფედერაციამ გააუქმა ზაპოროჟიეს „მეტალურგისა“ და რიგის „დაუგავის“ შეხვედრის შედეგი, გადათამაშების თარიღი დადგინდება მოგვიანებით. ძველი შედეგი (4:3 „მეტალურგის“ სასარგებლოდ) ამოღებულია სატურნირო ცხრილიდან.

გათამაშების ცხრილი

მდგომარეობა 25 აგვისტოსთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„ჩერნომ.“	27	18	8	1	49-17	44
„ლოკომოტ.“	27	15	9	3	36-14	39
„დაუგავა“	25	14	8	3	42-19	36
„კოლოსი“	27	14	4	9	40-38	32
„როსტსელ.“	26	11	8	7	35-30	30
„ფახთაქ.“	27	10	8	9	28-27	28
„კუზბასი“	27	9	10	8	25-18	28
„დინ.“ სტ.	26	9	10	7	29-31	28
„პამირი“	27	11	5	11	35-33	27
ასკ „კარპ.“	27	9	9	9	38-29	27
„შინიკი“	26	10	6	10	16-23	26
„გეოლოგი“	27	10	5	12	28-32	25
„მეტალურ.“	26	9	7	10	35-32	25
„დინ.“ ბ.	27	8	8	11	24-25	24
„სპარტაკი“	27	8	8	11	22-27	24
„ზარია“	26	8	8	10	26-38	24
„როტორი“	27	9	4	14	31-40	22
„ტორპ.“ ქ.	27	6	9	12	18-32	21
„კოტაიკი“	27	8	4	15	30-42	20
„კრ. სოვ.“	27	6	8	13	21-33	20
ასკ რ.	26	8	3	15	19-34	19
„ფაკელი“	27	4	9	14	17-30	17

✻ ✻ ✻

საქართველოს პირველობა

20 და 23 აგვისტოს გაიმართა რესპუბლიკის საფეხბურთო ჩემპიონატის 28-ე ტურის მატჩები I ჯგუფის გუნდებს შორის.

„მეტალურგი“ (ზესტაფონი) — „დინამო“ (ზუგდიდი) 2:0, „სალხინო“ (გეგეჭკორი) — „სულორი“ (ვანი) 6:1, „ქართლი“ (გორის რ-ნი) — „ეგრისი“(ცხაკაია) 2:1, „დურუჯი“ (ყვარელი) — „კახეთი“ (თელავი) 0:0, „სპარტაკი“ (ცხინვალი) — „ამირანი“ (ოჩამჩირე) 1:1, „შადრევანი“ (წყალტუბო) — „საპოვნელა“ (თერჯოლა) 1:0, „არმაზი“ (მცხეთა) — „მერცხალი“ (მახარაძე) 0:3, „სქური“ (წალენჯიხა) — „დინამო“ (გაგრა) 6:2 „სამეგრელო“ (ჩხოროწყუ) — „კოლხეთი“ (ხობი) 1:1.

გადამწყვეტი თამაშების წინ

„ტყავის ბურთის“ პრიზზე

„ტყავის ბურთის“ კლუბის პრიზის გათამაშების უფროსი ასაკის ფეხბურთელთა ტურნირი დასასრულს მიუახლოვდა. მეოთხედფინალის საგზური, როგორც ვიცით, ჩვენი რესპუბლიკის ორივე კოლექტივმა მოიპოვა. როგორ დაამთავრეს ამ გუნდებმა ასპარეზობა ქვეჯგუფებში? გეგეჭკორის რაიონის სოფელ დიდი ჭყონის საშუალო სკოლის გუნდმა „იმედმა“ 7 ქულით პირველი ადგილი დაიკავა თავის ქვეჯგუფში — სამი თამაში მოიგო, ერთში დამარცხდა, ერთი ფრედ დაამთავრა, გაიტანა 16 ბურთი, გაუშვა — 8. თბილისის 170-ე საშუალო სკოლის გუნდმა „შატილმა“ სამი შეხვედრა მოიგო, ერთში დამარცხდა, 11 გოლი გაიტანა და 5 საკუთარ კარში გაუშვა. „შატილმა“ ქვეჯგუფში მეორე ადგილი დაიკავა. აქვე უნდა ითქვას, რომ ამ ქვეჯგუფში მონაწილე გუნდები ერთგვარ პრივილეგირებულ მდგომარეობაში აღმოჩნდნენ. იმის გამო, რომ საასპარეზოდ არ ჩამოვიდა ყირგიზეთის გუნდი, მათ მხოლოდ ოთხ-ოთხი შეხვედრა ჩაატარეს. უფრო სწორედ, ყირგიზები ასპარეზობაზე არ დაუშვეს, რადგან კომისიამ გუნდის შემადგენლობაში გადაზრდილი ფეხბურთელები აღმოაჩინა...

რაკი სიტყვა დარღვევებზე ჩამოვარდა, უნდა ითქვას ფერგანიდან მიღებულ ცნობაზეც (აქ საშუალოასაკობრივი ჯგუფის ფინალური ტურნირი მიმდინარეობს): გათამაშებიდან მოიხსნა ლენინაკანის გუნდი. რატომ? ტურნირის ორგანიზატორები დააეჭვა გუნდის წევრების ასაკმა. გამოიყო კომისია, ლენინაკანში ჩავიდა საორგანიზაციო კომიტეტის საგანგებო წარმომადგენელი და აღმოაჩინა, რომ ის ბავშვები, რომლებიც განაცხადის თანახმად ამ დროს ფერგანაში უნდა ყოფილიყვნენ, ლენინაკანში, საკუთარ სახლებში აღმოჩნდნენ. ამ მხილებამ რატომღაც ლენინაკანის დელეგაციის წევრთა უკმაყოფილება გამოიწვია, მათ ერთგვარი საპროტესტო დემონსტრაციაც კი მოაწყვეს. საბოლოოდ, რა თქმა უნდა, „სამართალმა პური ჭამა“ და „ხნიერი“ გუნდი მოიხსნა შეჯიბრებიდან, მაგრამ საგანგაშოა ის ფაქტი, რომ ასეთი კურიოზები ჩვენს ნორჩთა ფეხბურთში ხდება და ამის სათავეები უფრო ღრმად არის საძიებელი.

მაგრამ, მოდით, ისევ თბილისის ტურნირს დავუბრუნდეთ. აქ ჯერჯერობით, უშუალოდ ტურნირის მსვლელობაში, ყველაფერი კრიმინალის გარეშე მიმდინარეობს. გამოიკვეთა ლიდერებიც და აუტსაიდერებიც. არიან გუნდები, რომლებმაც ყველა თამაში მოიგეს (ბელორუსია, რსფსრ-ს მეორე კოლექტივი), და გუნდები, რომლებმაც ყველა შეხვედრა წააგეს (ესტონეთი, ტაჯიკეთი). ტურნირში გამარჯვების დიდი შანსი აქვს ბელორუსიის ქალაქ ბარანოვიჩის გუნდ „ოლიმპიას“, რომელმაც ხუთივე შეხვედრაში გაიმარჯვა. ყველაზე მეტი ბურთი გაიტანა (29) და ყველაზე ნაკლები გაუშვა (1). ბოლო ადგილებზე „პრეტენზიას“ აცხადებენ ტაჯიკეთისა (0 ქულა, 5 გატანილი და 40 გაშვებული ბურთი) და ესტონეთის (0 ქულა, 3 გატანილი და 33 გაშვებული ბურთი) კოლექტივები.

თუმცა, მოვლენებს ნუ გავუსწრებთ, წინ ტურნირის დასკვნითი მატჩებია და ყველაფერი ამ ორსამ დღეში გაირკვევა.

გუშინ გაიმართა მეოთხედფინალური შეხვედრები.

თბილისის „შატილმა“ 2:1 სძლია მოსკოვის ოლქის „ორლიონოკს“ და დღეს, 12 საათზე, გ. დიმიტროვის სახელობის ქარხნის სტადიონზე შეხვდება რსფსრ-ს პირველ გუნდს, ქალაქ სლავიანსკის „პლამიას“, რომელმაც საქართველოს მეორე გუნდს, დიდი ჭყონის „იმედს“ მოუგო ანგარიშით 2:0. „იმედი“ ახლა V-VIII ადგილებისთვის იბრძოლებს. 14 საათზე, გ. დიმიტროვის სახელობის სტადიონზე იგი შეხვდება მოსკოვის ოლქის „ორლიონოკს“.

ტურნირის ერთ-ერთი ლიდერის, მოსკოვის ოლქის „ორლიონოკისა“ (თეთრ მაისურებში) და უზბეკეთის „მეტალისტის“ შეხვედრის მომენტი.

გიორგი ქორქია.

✻ ✻ ✻

II ლიგა

ანგარიში გავუწიოთ მაყურებელს

შაბათს გაიმართა II ლიგის ფეხბურთელთა საკავშირო გათამაშების მორიგი, მე-19 ტურის მატჩები.

თბილისის „შევარდენი“-სპი-ს ფეხბურთელებმა მიიღეს სტეფანაკერტის „ყარაბახი“ და გაიმარჯვეს ანგარიშით 2:0. ბურთები გაიტანეს უგრელიძემ და ებანოიძემ (პენალტი).

რამდენიმე სიტყვა გვინდა ვთქვათ გამარჯვებულთა შესახებ. დიდი ხანი არაა რაც „შევარდენი“-სპი შეიქმნა გ. დიმიტროვის სახელობის თბილისის საავიაციო ქარხნის გუნდისა და საქართველოს პოლიტექნიკური ინსტიტუტის ბაზაზე. კოლექტივი, უდავოდ პერსპექტიულია, მას სათავეში უდგას გამოცდილი მწვრთნელი სპორტის დამსახურებული ოსტატი მურთაზ ხურცილავა, თბილისელი მაყურებელი გარკვეულ ინტერესს იჩენს შევარდნელთა მატჩების მიმართ, ამ კოლექტივიდან არაერთი ფეხბურთელი დაწინაურდა უფრო მაღალ ლიგებში.

„შევარდენი“-სპი საკავშირო შეჯიბრების კალენდარულ მატჩებს ქარხნის სტადიონზე მართავს, ფეხბურთის მოყვარულები ხალისით დადიან ამ მყუდრო სპორტულ ბაზაზე, მაგრამ იშვიათი არაა, როცა ქარხნის სპორტული კლუბის, სტადიონისა და გუნდის ხელმძღვანელები უყურადღებობას იჩენენ მაყურებელთა მიმართ და გაზეთში წინასწარ არ აცხადებენ მატჩების ჩატარების თარიღსა და დაწყების დროს. კერძოდ, ასე მოხდა სწორედ „ყარაბახთან“ შეხვედრის წინ, ფეხბურთის მოყვარულები მთელი დღე რეკავდნენ რედაქციაში და უკმაყოფილებას გამოხატავდნენ იმით, რომ შესაბამისი ინფორმაცია მატჩის შესახებ არ იყო გამოქვეყნებული.

ეს პირველი შემთხვევა არაა, რედაქციის წარმომადგენელი არაერთხელ ესაუბრა მათ, ვისაც გუნდთან უშუალო კავშირი აქვს, რომ გამოსაქვეყნებელი ინფორმაცია დროზე მიაწოდონ გაზეთს, მაგრამ, როგორც ხედავთ, ამან ჯერჯერობით სათანადო შედეგი ვერ გამოიღო. სხვათა შორის, არც დღევანდელი მატჩის თაობაზე გამოგვიგზავნეს სტადიონიდან ოფიციალური განცხადება. ფეხბურთის მოყვარულებს საკუთარი ინიციატივით შევატყობინებთ, რომ „შევარდენი“-სპი-ს საინტერესო მატჩი ზონის ერთ-ერთ ლიდერთან კიროვაბადის „ქიაფაზთან“ დღეს დაიწყება 18 საათსა და 30 წუთზე.

და კიდევ: „ყარაბახთან“ მატჩის წინ გ. დიმიტროვის სახელობის სტადიონის მაყურებლებს არ გააცნეს მონაწილე გუნდების შემადგენლობანი, მსაჯებისა და ინსპექტორის ვინაობა, სტადიონის რადიოქსელმა ინფორმაცია დაიწყო მხოლოდ 30-ე წუთიდან, ელექტროტაბლოზე არ მუშაობდა საათი, სტადიონზე არ იყო სპეციალურად გამოყოფილი მორიგე, რომელმაც მაყურებლებს ფიცრის ფარებით უნდა ამცნოს ის ცვლილებები, რომლებიც გუნდებში ხდება.

ერთი სიტყვით, ოსტატთა კატეგორიის გუნდების საკავშირო ოფიციალურ შეჯიბრებებს ამ სტადიონზე უკეთესი მომსახურება ესაჭიროება.

გასულ ტურში წარმატებას მიაღწია სოხუმის „დინამომაც“, რომელმაც ყაზახის „გოიაზანს“ უმასპინძლა. სოხუმელები ზონის ლიდერთა შორის იმყოფებიან, „გოიაზანი“ კი ერთ-ერთ ბოლო ადგილზეა. მიუხედავად ამისა, სტუმრებმა მედგარი წინააღმდეგობა გაუწიეს „დინამოს“. როგორც აფხაზეთის სპორტსახკომის თავმჯდომარის მოადგილემ **ამირან ზუხბაიამ** სოხუმიდან ტელეფონით შეგვატყობინა დინამოელებს პირველივე წუთებიდან აშკარა უპირატესობა ჰქონდათ, ბურთის გატანის შესაძლებლობა ვერ გამოიყენეს ჯერ ახვლედიანმა, შემდეგ ჭითანავამ, მაგრამ 37-ე წუთზე ქანთარიას მიერ ჩამოწოდებული ბურთი კარგად მიიღო ჩალიგავამ და გახსნა ანგარიში — 1:0.

55-ე წუთზე „გოიაზანის“ კარში 11-მეტრიანი დაინიშნა, რომელიც ზუსტად გამოიყენა გოგოხიამ და სოხუმელებმა გამარჯვებულებმა დატოვეს მინდორი — 2:0. გუნდმა ამ დღეს ასეთი შემადგენლობით ითამაშა: ბენიძე, გოვოხია, თარბა, ხურცილავა (გელენავა), დოჩია, ინალიშვილი (ძალამიძე), კვარაცხელია (ჩიხრაძე), ახვლედიანი, ჭითანავა. ჩალიგავა. ქანთარია.

ახალ წარმატებას მიაღწიეს ზონის ლიდერებმა — სამტრედიელმა ფეხბურთელებმა, რომლებმაც თავიანთ მინდორზე ანგარიშით 2:0 დაამარცხეს ოქტემბერიანის „სპარტაკი“.

ტურის სხვა შეხვედრათა შედეგები: „დილა“ (გორი) — „ქიაფაზი“ (კიროვაბადი) 1:0, „მეტალურგი“ (რუსთავი) — „კოლხოზჩი“ (აშხაბადი) 2:0, „კოლხეთი“ (ფოთი) — „ავტომობილისტი“ (მინგეჩაური) 4:1, „მეშახტე“ (ტყიბული) — „ოლიმპია“ (ლენინაკანი) 3:1, „ლორი“ (კიროვაკანი) — „ვოსხოდი“ (სუმგაითი) 1:0.

გათამაშების ცხრილი

II ლიგა, IX ზონა

მდგომარეობა 25 აგვისტოსთვის

	თ.	მ.	ფ.	წ.	ბ.	ქ.
„ლოკომ.“	19	14	4	1	31-7	32
„დინამო“	17	9	5	3	30-15	23
„შევ.“-სპი	19	9	3	7	35-23	21
„ქიაფაზი“	19	9	3	7	34-24	21
„კოლხეთი“	19	8	4	7	27-26	20
„ვოსხოდი“	19	8	3	8	23-25	19
„ოლიმპია“	18	8	2	8	21-27	18
„ყარაბახი“	19	8	2	9	21-28	18
„მეტალურ.“	19	8	1	10	21-23	17
„ავტომობ.“	19	7	3	9	23-25	17
„სპარტაკი“	18	7	3	8	24-27	17
„მეშახტე“	19	7	3	9	20-26	17
„დილა“	19	6	4	9	18-26	16
„ლორი“	19	7	1	11	15-20	15
„გოიაზანი“	19	6	3	10	16-28	15
„კოლხოზჩი“	19	5	4	10	19-28	14

✻ ✻ ✻

კიშინიოვში, ქალთა საფეხბურთო ტურნირზე

ქალთა ფეხბურთზე წლების განმავლობაში სრულიად საწინააღმდეგო მოსაზრებებს გამოთქვამდნენ სპეციალისტებიც, ექიმებიც, მაყურებლებიც, არიან მომხრეები, არიან კატეგორიული მოწინააღმდეგეებიც, დავობენ, მოჰყავთ თავიანთი არგუმენტები, ამასობაში კი ქალთა ფეხბურთი უკვე რეალობად იქცა, გაიმართა ევროპის ჩემპიონატი, მრავალ ქვეყანაში ეწყობა ეროვნული გათამაშებები, 21 აგვისტოს კი კიშინიოვში დაიწყო ფეხბურთელ ქალთა გუნდების საკავშირო შეჯიბრება, ეს კი ნიშნავს, რომ ჩვენში ქალებს ოფიციალური საგზური მისცეს საფეხბურთო მინდვრებზე საასპარეზოდ.

საინტერესოა სპორტული მედიცინის საკავშირო სამმართველოს უფროსის ა. კობრიანიხის მოსაზრება ქალთა ფეხბურთზე:

— წმინდა სამედიცინო ხასიათის საწინააღმდეგო ჩვენებანი ქალთათვის ფეხბურთის აკრძალვის თაობაზე, არ არსებობს, რაც შეეხება ტრავმატიზმს, იგი არანაკლებ სახიფათოა ბალახის ჰოკეიში, ძიუდოში, თუ გნებავთ, კალათბურთშიც. სხვა საქმეა ის, რომ ქალებს საგანგებო ფიზიკური მომზადება ესაჭიროებათ, სამეცადინოდაც და შეჯიბრებებში მონაწილეობისთვისაც, მათი სამედიცინო კონტროლიც გაცილებით უფრო გულდასმითი და საფუძვლიანი უნდა იყოს. მწვრთნელი, რომელიც ქალებს ამეცადინებს, ზედმიწევნით კარგად უნდა იცნობდეს მათს ორგანიზმს, ინდივიდუალური წესით განსაზღვრავდეს დატვირთვებს, ჩემი აზრით, ქალთა მატჩები უნდა შემოიფარგლოს 30-40 წუთით, შემცირდეს ბურთების ზომა და წონა, ფეხბურთელ ქალებს დასჭირდებათ საგანგებო დამცველი ქუდები თავით თამაშისათვის, ქალთა ფეხბურთში კატეგორიულად უნდა აიკრძალოს უხეშობა.

კიშინიოვის საკავშირო ტურნირზე მონაწილეობენ ფიზკულტურის ინსტიტუტი (მოსკოვი), „ტექსტილშჩიკი“ (რამენსკოე), ფიზკულტურის ინსტიტუტი (მალახოვკა), „ენერგია“ (ჩებოკსარი), „ბულატი“ (ზლატოუსტი), პროფტექნიკური სასწავლებელი-74 (კაგული, მოლდავეთის სსრ), პროფტექნიკური სასწავლებელი-21 (ტირასპოლი, მოლდავეთი) და სამედიცინო სასწავლებელი (თბილისი). ფეხბურთელი ქალები იბრძვიან გაზეთ „კომსომოლსკაია პრავდის“ ყოველკვირეულ დამატება „სობესედნიკის“ პრიზზე.

თბილისელმა ფეხბურთელმა გოგონებმა პირველ მატჩში წარმატებას მიაღწიეს და ანგარიშით 2:0 დაამარცხეს ტირასპოლის გუნდი.

„ტექსტილშჩიკმა“ მოუგო მოსკოვის ფიზკულტურის ინსტიტუტის გუნდს — 7:0, ზლატოუსტის „ბულატისა“ და კაგულის გუნდების შეხვედრა დამთავრდა „ბულატის“ გამარჯვებით — 1:0. ფრედ ითამაშეს მალახოვკისა და ჩებოკსარის გუნდებმა — 0:0.

„სიჭაბუკის თასზე“

ნოვოჩერკასკში დამთავრდა ჭაბუკ ფეხბურთელთა საკავშირო ფინალური გათამაშება „სიჭაბუკის თასზე“ შეჯიბრებაში მონაწილეობდნენ მოსკოვის, უკრაინის, რსფსრ-ის, საქართველოს, აზერბაიჯანისა და ლიტვის გუნდები.

საქართველოს ჭაბუკებმა პირველ მატჩში გამარჯვება მოიპოვეს ლიტველებთან — 2:1, შემდეგ წააგეს აზერბაიჯანისა (0:1) და უკრაინის (0:4) გუნდებთან, IV ტურში დაამარცხეს მოსკოველები 2:1 და დასკვნით ტურში კვლავ წააგეს, ამჯერად რსფსრ-ის გუნდთან — 1:4.

ტურნირი დამთავრდა რსფსრ-ის ჭაბუკ ფეხბურთელთა გამარჯვებით, რომლებმაც 5 მატჩში 7 ქულა დააგროვეს. ამდენივე ქულით მეორე ადგილზე გავიდნენ უკრაინელი ფეხბურთელები, მესამეზე—ლიტველები (5 ქულა), მეოთხეზე — საქართველოს გუნდი (4 ქულა).

გიორგი ჩოგოვაძე შეუდარებელი იყო

დასასრული

ჰემპელმა საბოლოო ჯამში 596,94 ქულა დააგროვა, რაც მხოლოდ ვერცხლის მედლის მიღების უფლებას იძლეოდა. ჯავადიანს კი მესამე შედეგი აღმოაჩნდა — 578,37 ქულა. საბჭოთა დუეტმა ამოცანა ძირითადად შეასრულა, ჩვენი დელეგაციის წარმატებათა საერთო ყულაბაში ერთი ოქროსა და ერთი ბრინჯაოს მედალი შეიტანა.

მოცურავეთა ტურნირის ბოლო ოქროს მედალი საბჭოთა გუნდს ერგო, კომბინირებულ ესტაფეტაში 4X100 მ. იგორ პოლიანსკიმ, დიმიტრი ვოლკოვმა, კონსტანტინე პეტროვმა და გენადი პრიგოდამ მანძილი 3.41,51 გაცურეს და ევროპის ახალი რეკორდი დაამყარეს.

200 მეტრზე კომპლექსურ ცურვაში ვადიმ იაროშჩუკმა ვერცხლის მედალი მოიპოვა, ჩემპიონი კი (ახალი მსოფლიო რეკორდი) ტამაშ დარნი (უნგრეთი) გახდა — 2.00,56.

ჩემპიონატის ბოლო დღეს გაიმარჯვეს, აგრეთვე, ქალებში — 200 მ. ბატერფლაი: კატლეენ ნორდმა (გდრ) — 2.08,85, 200 მ. გულაღმა. კორნულია ზირხიმ (გდრ) — 2.12,23, 50 მ. თავისუფალი სტილით. თამარა კოსტაკემ (რუმინეთი) — 25,50.

მაყურებლები მოუთმენლად ელოდნენ საცურაო მარათონის (1500 მ. თავისუფალი სტილით) სტარტს, რომელშიც მონაწილეობა უნდა მიეღო ვლადიმერ სალნიკოვს (სსრ კავშირი) — მსოფლიოს ერთ-ერთ უძლიერეს მოცურავეს. მაგრამ ამ სახეობაში გერმანელმა მოცურავეებმა იმარჯვეს. ჩემპიონი რაინერ ჰენკელი (გფრ) გახდა — 15.02,23, მეორე ადგილზე უვე დასლერი გავიდა (გდრ) — 15.02,30, მესამეზე — შტეფან პფაიფერი (გფრ) — 15.03,06.

დამთავრდა წყალბურთელთა ტურნირიც, ბოლო მატჩში მძაფრი ბრძოლით აღინიშნა საბჭოთა კავშირისა და იუგოსლავიის გუნდების შეხვედრა, რომელიც ბოლოს და ბოლოს ფრედ — 9:9 დამთავრდა. ეს შედეგი ხელს აძლევდათ საბჭოთა სპორტსმენებს, რომლებმაც 13 ქულა დააგროვეს და ოქროს მედლები მოიპოვეს. მეორე ადგილზე გავიდა იუგოსლავიის (12 ქულა), მესამეზე — იტალიის (11 ქულა) გუნდები.

„სპორტლოტო“

გუშინწინ მოსკოვში შედგა „სპორტლოტოს“ მორიგი, 34-ე ტირაჟები.

„სპორტლოტო 6 45“-იდან: 5 (თავისუფალი ჭიდაობა), 10 (წყალბურთი), 18 (ძძლეოსნობა), 20 (აფროსნობა), 40 (რიკაობა), 43 (ტურიზმი).

„სპორტლოტო 5 36“-იდან: 3 (ბობსლეი), 7 (კლასიკური ჭიდაობა), 9 (საგზატკეცილო ველორბოლა), 13 (სამთოსათხილამურო სპორტი), 21 (მშვილდოსნობა).

ტაი-ცი ციუანი — გზა ჯანმრთელობისაკენ

ჩვენი გაზეთის 11 აპრილის ნომერში დაიბეჭდა ფსიქოლოგიის მეცნიერებათა კანდიდატის ვლადიმირ ელისეევის წერილი „ტაი-ცი ციუანი — გზა ჯანმრთელობისაკენ“. ტაი-ცი ციუანი ვარჯიშის ჩინური მეთოდია, რომელსაც კარგა ხნის ისტორია აქვს და დიდი პოპულარობითაც სარგებლობს ამ ქვეყანაში.

წერილმა მკითხველთა ყურადღება მიიპყრო. ამაში მათი წერილები გვარწმუნებს. ბევრს სურს უფრო დაწვრილებით ვუამბოთ ტაი-ცი ციუანზე, ვაჩვენოთ ცალკეული ილეთები. ზოგი იმასაც გვწერს, დიდი ხანია ავადმყოფობა მაწუხებს და იქნებ ამ ახალმა ვარჯიშმა მიშველოსო.

წინასწარ უნდა გითხრათ, ჩვენი მიზანი მხოლოდ ის იყო, მკითხველისათვის გაგვეცნო ტაი-ცი ციუანი, მკურნალობისა კი რა მოგახსენოთ, არა გვყავს სპეციალისტი, რომელიც მეცნიერულად დაასაბუთებდა, რომ ტაი-ცი ციუანის ამა თუ იმ ვარჯიშით როგორი დაავადების მკურნალობა შეიძლება.

ჩვენ მაინც გავითვალისწინეთ მკითხველთა თხოვნა და დღეს გთავაზობთ ტაი-ცი ციუანის ვარჯიშთა ერთ ნაწილს. გაფრთხილებთ, ტაი-ცი ციუანის მოძრაობები უფრო რთული შესასრულებელია, ვიდრე ეს ნახაზზე ჩანს, ე. ი. უშუალოდ მისი ჩვენებაა საჭირო. ვარჯიშის შესრულებისას ადამიანის სხეული, განსაკუთრებით ფეხები, საკმაოდ დატვირთულია და ამიტომ თითოეული ილეთის გამეორება შეიძლება არა უმეტეს 3-6-ჯერ.

ტაი-ცი ციუანი — ვარჯიში გონებისა და სხეულისათვის

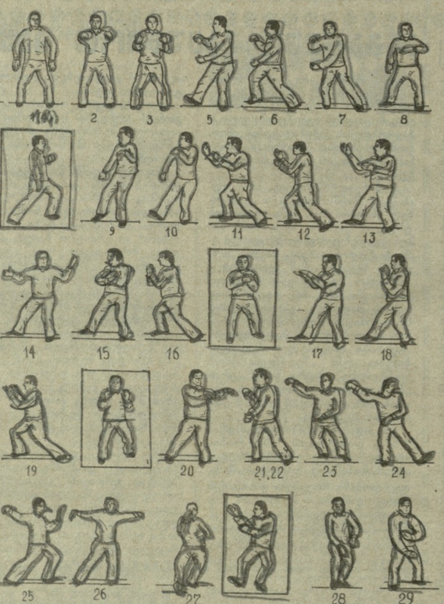
ტაი-ცი ციუანის, როგორც გამაჯანსაღებელი ტანვარჯიშის ძირითადი ვარჯიშის ე. წ. „ფორმა“. ი. ერთგვარად წააგავს ცეკვას ან ერთმანეთში მდორედ გარდამავალ მოძრაობათა მწკრივს, რომლებიც სრულდება შესვენებისა და დაყოვნების გარეშე. მოძრაობების მონახაზი მკაცრად წინასწარაა განსაზღვრული და, ორგანიზმზე ოპტიმალური ზემოქმედების მისაღწევად. ყოველი მათგანი უნდა სრულდებოდეს თავიდან ბოლომდე.

ამჟამად ჩინეთში არსებობს ტაი-ცი ციუანის ხუთი ძირითადი სტილი — ჩუენ, იან, უ, ხაო და სუნ. აგრეთვე მათი უამრავი ნაირსახეობა. მათგან ყველაზე პოპულარულია იან-სტილი, რომელსაც ეწოდა იან ლუჩანის (1799-1872) სახელი, რომელმაც ეს სტილი შეიმუშავა. იან-სტილში არსებობს ფორმის რამდენიმე ნაირსახეობა, რომლებიც განისაზღვრება მასში შემავალ მოძრაობათა რაოდენობით. კანონიკურ ნაირსახეობად ითვლება „გრძელი“ ფორმა, რომელიც შექმნა იან ლუჩანის შვილიშვილმა იან ჩენფუმ (1883-1935) და რომელსაც „ფორმა-88-ს“ უწოდებენ. მის საფუძველზე შექმნილია გამარტივებული ნაირსახეობები — ფორმა „24“, „48“ და „37“. „ფორმა-37“-ში, რომლის შექმნა ჩჟენ მანცინის (1900-1975) დამსახურებაა, სხვებთან შედარებით ყველაზე სრულადაა შენარჩუნებული გრძელი „ფორმა-88“-ს ღირსებები. ჩვენი მკითხველებისათვის წარმოვადგენთ ჩჟენ მანცინის ფორმის პირველ ნაწილს (16 პოზა)** ჩჟენ მანცინი იყო იან ჩენფუს უშუალო მოწაფე. გახდა რა ამ უდიდესი ოსტატის ხელოვნების მემკვიდრე, მან შეიტანა მცირე ცვლილებები მოძრაობის შესრულების ხასიათში და ამ ცვლილებებით ყურადღება გაამახვილა მოძრაობების გამაჯანსაღებელ ზემოქმედებაზე.

ტაი-ცი ციუანის შესრულების დროს საჭიროა თავისუფალი ტანსაცმელი, მსუბუქი ფეხსაცმელი ქუსლის გარეშე და სუფთა ჰაერი. საუკეთესო ადგილია ფიჭვის ტყე, ხოლო საუკეთესო დრო — მზის ამოსვლა ან მზის ჩასვლა. ვარჯიშის დამთავრების შემდეგ არ არის მიზანშეწონილი აბაზანის მიღება ან ქარიან ადგილზე დგომა. ყველაზე მნიშვნელოვანია კეთილგანწყობილი და მშვიდი გონება, დაუძაბავი სხეული, აუჩქარებლობა, შენელებული მოძრაობები, რომლებსაც აქვთ მომრგვალებული და დაუსრულებელი სახე და რომლებიც მიედინებიან დიადი მდინარის მსგავსად.

ფორმის შესრულებისას იფიქრეთ იმ სახეებზე, რომლებსაც თქვენს გონებაში იწვევს მოძრაობის სახელწოდება და მოახდინეთ მათი იმიტირება. ამ სახეთა წყალობით ტაი ცი-ციუანს ხშირად უწოდებენ „გონების ვარჯიშის ფიზიკურ მეთოდს“ ანდა ფსიქიურ ტანვარჯიშს.

მას შემდეგ, რაც თქვენთვის ფორმა იქცევა ერთიან მოძრაობად, შეეცადეთ შეიგრძნოთ ჰაერში ცურვა და ჰაერის წინააღმდეგობა, შეასრულეთ მოძრაობები სულ უფრო და უფრო ნელა. დაუკვირდით ცვლილებებს თქვენს სხეულში, ყოველივე შეასრულეთ რბილად და მომრგვალებულად, თითქოს ობობას ქსელს ეწევით და გეშინიათ მისი გაწყვეტისა. რაც შეიძლება მეტად მოდუნდით, წარმოიდგინეთ, რომ ფეხის ტერფები მძიმდებიან, ხოლო სხეულის ზედა ნაწილი კვამლივით მსუბუქი ხდება. შეერწყოთ სივრცესა და მოძრაობებს. ოდნავ დახუჭეთ თვალები და ნურაფერს შეამჩნევთ გარშემო. მთელი ყურადღება მიმართული უნდა იყოს მოძრაობისაკენ, რომლებიც მდინარის მსგავსად მიედინებიან. თქვენი მგრძნობიარობა იმდენად უნდა გაიზარდოს, რომ თქვენზე დაცემულმა ბუმბულმა მძიმე ტვირთის დაცემის მსგავსად შეგარყიოთ. ხოლო უმთავრესია სრული შინაგანი სიმშვიდე და გონების გაწონასწორებულობა ზაფხულის წყნარი საღამოს მსგავსად. გონება და მოძრაობა ერთიან ჰარმონიაში უნდა შეერწყან ერთმანეთს.



ნახატებზე წარმოდგენილია „ფორმა-37“-ის პირველი ნაწილის მოძრაობათა თანმიმდევრობა. მეტი სიცხადის მიზნით ზოგიერთი პოზა გვერდიდანაა ნაჩვენები (ჩარჩოში). მოძრაობები, რომლებიც მეორდებიან, ნაჩვენებია ერთჯერ და მათი განმეორების ადგილი აღნიშნულია ნომრით ფრჩხილებში გამოსახულების ქვეშ და ვერტიკალური ხაზითა და იმ ნახატის ნომრით, რომელზედაც უნდა ვეძებოთ გამოტოვებული გამოსახულება. ასე მაგალითად, წარმოვიდგინოთ, რომ საწყის მდგომარეობაში სახით ჩრდილოეთისაკენ ვართ მიმართული (1). ეს ნიშნავს, რომ ყველა ნახატზე ფეხის ტერფების აღმნიშვნელი პარალელური ხაზები ორიენტირებულია აღმოსავლეთიდან დასავლეთისაკენ. ეს ხაზები ყოველთვის გატარებულია ქუსლებზე, გარდა ერთი შემთხვევისა, როცა ქუსლი იატაკიდან აწეულია. ამ უკანასკნელ შემთხვევაში ხაზი აღნიშნავს იატაკთან ფეხის წვერის შეხების ადგილს.

1. საწყისი მდგომარეობა (1). „მშვიდი, ვითარცა მთა“. ფეხის ტერფები პარალელურია, მუხლები ოდნავ მოხრილია, ზურგი გამართულია, იდაყვები განზეა მიმართული, ხოლო ხელისგულები — უკან. თვალები სანახევროდ დახუჭულია. ამ მდგომარეობაში უნდა იდგეთ 3-5 წუთს, უნდა დამშვიდდეთ და მოდუნდეთ. იფიქრეთ დათოვლილი მთების სიმშვიდესა და სიდიადეზე.

2. „გაღვიძება“ (1-4). წარმოიდგენთ რა ჰორიზონტიდან ამომავალ მზეს, ასწიეთ ხელები მზის დისკოსავით ნელა (2). მიიტანეთ ხელის მტევნები მხრებთან და წარმოიდგინეთ, რომ თქვენ განგსჭოლავთ მზის შუქისა და სიგრილის ტალღა (3). დაუშვით ხელები და მოდუნდით (4).

3. „დილით ბაღში ჩიტთან თამაში: ჩიტის კუდით დაჭერა“ (5-8). მარჯვენა ტერფი ქუსლზე მოატრიალეთ მარჯვნივ (5) და თითქოს ბუჩქზე მჯდარ პატარა ჩიტს ეპარებითო, სხეულის სიმძიმე მარჯვენა ტერფზე გადაიტანეთ (6), ხელები მზად გქონდეთ. გადადგით ნაბიჯი ჩრდილოეთისაკენ (7), მარცხენა ხელით გამოხატეთ გაფრენილი ჩიტი და დაუშვით მარჯვენა ხელი (8), თითქოს ამ ხელით ჩიტის კუდს შეეხეთ. ამავე დროს სხეულის წონა გადაიტანეთ მარცხენა ფეხზე და მარჯვენა ტერფი ქუსლზე შემოაბრუნეთ 45 გრადუსით.

4. „ჩიტთან თამაში: აფრენა“ (9-11). სხეულის მარჯვნივ ბრუნვასთან ერთად მოაბრუნეთ მარჯვენა ტერფი ფეხის წვერზე (9), დადგით ქუსლზე (10), გადაიტანეთ მასზე სხეულის სიმძიმე და მარჯვენა ხელისგულით გამოხატეთ აფრენილი ჩიტი, რომლისკენაც ხელს იწვდენთ (11). ამავე დროს მარცხენა ტერფი ქუსლზე შემოაბრუნეთ 45 გრადუსით.

5. „ჩიტთან თამაში: დაშვება“ (11-13). მარჯვნივ ჰორიზონტალური გაფრენის შემდეგ (12) ჩიტი დაბლა ეშვება და მიფრინავს მარცხნივ და უკან (აქ უკვე მარცხენა ხელისგულის სახით, 13), რათა ზევით აფრინდეს (14). ფეხის ტერფები არ მოძრაობენ.

6. „ჩიტთან თამაში: გულში ჩაკვრა და გაშვება“ (14-16). მიიტანეთ ხელისგულები მკერდთან, თითქოს ჩიტს გულში იკრავთ (15) და შემდეგ გაუშვით; ამ დროს შემოაბრუნეთ მარცხენა ხელისგული პირუკუ და დააწექით მარჯვენა წინამხარს აღმოსავლეთისაკენ (16). ფეხის ტერფები ადგილზე რჩება.

7. „ჩიტთან თამაში: განზე გახტომა და დამშვიდობება“ (17-19). გაშალეთ ხელები პარალელურად და უკან გადაიზნიქეთ, თითქოს ჩიტისგან განზე გახტომას ლამობთ, ის კი თქვენი სახისკენ მოფრინავს (17). ცდილობთ დაიჭიროთ ჩიტი, ხელები თქვენსკენ მოგაქვთ (18), მაგრამ ის გაფრინდება და თქვენ იზნიქებით წინ, თითქოს ემშვიდობებით მას (19). ფეხის ტერფები ადგილზე რჩება.

8. „დედამიწის შემოტრიალება და ზეცის ბრუნვა წელიწადის დროთა ცვალებადობას იწვევს“ (20-25). გადაიტანეთ წონა უკან (20) და მარჯვენა ტერფის ქუსლზე მარცხნივ მოტრიალებით მოაბრუნეთ სხეული მარცხნივ (21). გადაიტანეთ წონა მარჯვენა ტერფზე, დაიგრიხეთ მარჯვნივ და მიიტანეთ ხელები თქვენთან ახლოს (22, მარცხენა ხელისგული ზევითაა მიმართული, მარჯვენა ხელის თითები კონდაა შეკრული). მარცხენა ტერფის წვერზე მარცხნივ მოტრიალებასთან ერთად სხეული მოატრიალეთ მარცხნივ და გადაიტანეთ მარჯვენა ხელი ჩრდილო-აღმოსავლეთისაკენ (23). მარჯვენა ხელით შემოწერილი ჰორიზონტალური წრე შეესაბამება „დედამიწის შემობრუნებას“. მარცხენა ტერფი გადაიტანეთ დასავლეთისაკენ (24) და მარცხენა ხელის მტევნით მოხაზეთ ვერტიკალური ნახევარწრე, რაც „ზეცის ბრუნვას“ ნიშნავს (25). წელიწადის დროთა მონაცვლეობას სხეულის 180 გრადუსით მობრუნება აღნიშნავს.

9. „ცის დედამიწასთან მიყვანა“ (26-27). მარჯვენა ტერფის წვერზე შემობრუნებასთან ერთად შემოაბრუნეთ სხეული მარჯვნივ, „გაიხსენით“ ცისათვის (26). „გამოწელეთ ზეცის აბრეშუმი“, ახლოს მიიტანეთ ხელები ერთმანეთთან, ერთდროულად მარჯვენა ტერფი შესწიეთ მარცხნივ და შიგნით და დადექით ქუსლზე (27).

10. „მთის დანგრევა“ (28-29). დაუშვით ხელები, მიიტანეთ სხეულთან ახლოს, ამავე დროს მარჯვენა ფეხი მიუახლოვეთ მარცხენას, დადგით წვერზე (28), გადადგით ჩრდილოეთისაკენ და მხრით „დაანგრიეთ მთა“ (29).

ვლადიმირ ელისეევი,
ფსიქოლოგიის მეცნიერებათა კანდიდატი.
იური ყეინაშვილი,
სპეციალურად „ლელოსთვის“.

(დასასრული იქნება)

---

*იხ. „ლელო“ № 71 (9482), 11 აპრილი, 1987 წელი და ჟურნალი „ფიზკულტურა ი სპორტ“, № 5 1987 წ.

** „ფორმა-37“ სრულად წარმოდგენილია წიგნში: (ავტორი გ. ლუვსანი) „აღმოსავლური რეფლექსოთერაპიის“ ტრადიციული და თანამედროვე ასპექტები“. მოსკოვი, გამომცემლობა „ნაუკა“, 1986 წელი.

გიწვევთ პირველი მაისის რაიონის სასკოლათაშორისო საცურაო აუზი

პირველი მაისის რაიონის სასკოლათაშორისო საცურაო აუზი (ლილოს მასივი) აცხადებს 1979-1980 წლებში დაბადებულ ბავშვთა მიღებას ცურვის შემსწავლელ ჯგუფებში.

აუზს აქვს კეთილმოწყობილი გასახდელები, საშხაპეები. მომეცადინეთა განკარგულებაში იქნება აგრეთვე სპორტული დარბაზი.

საბუთები მიიღება 25 აგვისტოდან.

მეცადინეობები დაიწყება 1 სექტემბრიდან.

დაწვრილებითი ცნობებისათვის მიმართეთ აუზის დირექციას. მისამართი ლილოს მასივი, 111 კვარტალი.

რედაქტორი
თ. გაჩეჩილაძე.

ჩვენი მისამართი:
წერილებისთვის — 380096
თბილისი, ლენინის ქ. 14.
დეპეშებისთვის — თბილისი, „ლელო“.

რედაქციის ტელეფონები:
წერილების განყოფილება — 93-97-55,
სამდივნო — 93-97-52,
ინფორმაციის განყოფილება — 93-97-53,
„მერანი“ — 93-97-26, „მართვე“ — 93-97-27.

ჩვენი ინდექსი 66435

საქართველოს კპ ცკ-ის გამომცემლობის შრომის წითელი დროშის ორდენოსანი სტამბა. 380096, თბილისი, ლენინის ქ. 14. იბეჭდება ოფსეტური წესით საგაზეთო კორპუსში: ხოშტარიას, 29.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 უე.07127