



## ВОЗВРАЩЕНИЕ КАСПАРОВА

стр. 86

ТРАНСФОРМАЦИЯ  
АСЕЛЬ АКБАРОВОЙ  
стр. 30

## МАГЖАН АУЭЗОВ: ЖИЗНЬ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО РАБОТА стр. 24

FINTECH TALKS  
стр. 62

ПРАЗДНЫЙ МОЗГ –  
ЛАБОРАТОРИЯ ДЬЯВОЛА  
стр. 76

## Нам сверху видно все

PwC применяет технологии дронов и анализирует данные, помогая клиентам решать бизнес-задачи в самых разных отраслях, таких как строительство, страхование, нефтегазовая промышленность, телекоммуникации и др.

Наша цель – помочь клиентам в принятии правильных решений, сокращении операционных расходов, создании новых источников дохода и снижении рисков.



[www.dronepoweredolutions.com](http://www.dronepoweredolutions.com)



ЖУРНАЛ ОБ ИНТЕРЕСНЫХ  
ЛЮДЯХ И СОБЫТИЯХ



[WWW.AKYLKENES.KZ](http://WWW.AKYLKENES.KZ)

### УЧРЕДИТЕЛЬ

ТОО «Ақыл-кеңес Консалтинг»

### ИЗДАТЕЛЬ

Дауржан Аугамбай

### ВЕРСТКА И ДИЗАЙН

Ксения Грин

Журнал «Akyl-kenes» зарегистрирован в Министерстве информации и коммуникаций Республики Казахстан

Свидетельство о регистрации №16425-Ж от 31 марта 2017 г.

Журнал издается с июня 2017 года.

010000, г. Астана, Коргальжинское шоссе 19Т, БЦ «Коргалжын», офис 8

### Тираж: 2 000 экз.

Отпечатано в типографии «Print House Gerona». г. Алматы, ул. Сатпаева 30 А/3, уг. Набережная Хамита Ергалиева, офис 124, тел.: +7 (727) 250-47-40

© Akyl-kenes, 2017

[www.akylkenes.kz](http://www.akylkenes.kz)

**Заявки на размещение рекламы в журнале просим направлять на [reklama@akylkenes.com](mailto:reklama@akylkenes.com)**

Редакция журнала знакомится с предложениями читателей, не возвращает и не рецензирует не заказанные редакцией материалы и иллюстрации. В случае заинтересованности в материалах, редакция журнала вступит в переписку с автором публикации. Редакция журнала не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Перепечатка и любое использование материалов, опубликованных в журнале «Akyl-kenes», допускается только с письменного согласия учредителя журнала.



The Imperial Tailoring Co.

Императорский Портной

*Мужская одежда ручной работы  
из лучших итальянских  
и английских тканей*

Вы можете назначить встречу с портным в любое удобное для Вас время

г. Алматы, ул. Кабанбай Батыра, 88/1, уг. ул. Уалиханова,

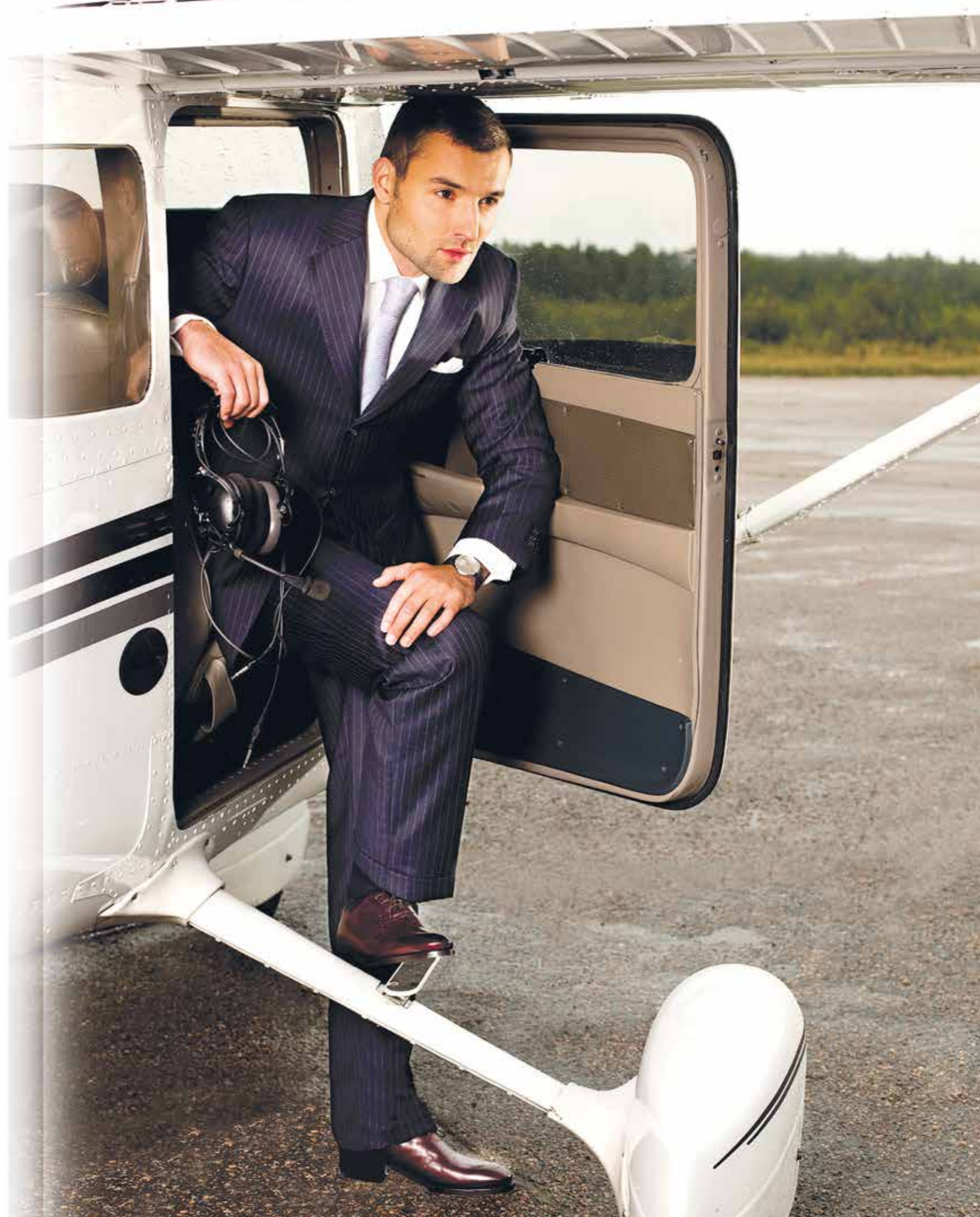
тел.: (727) 2588 220, 2587 617, моб.: +7 777 2218374, e-mail: almaty@mytailor.ru

г. Астана, ул. Достык, 1 ВП-11, тел.: (7172) 326 161, 326 464, моб.: +7 777 2275598, e-mail: astana@mytailor.ru

г. Атырау, ул. Азаттык, 2, гостиница «Хан Тенгри», 2 этаж, офис 203,

тел.: 8 (7122) 321 687, моб.: +7 777 251 79 50, e-mail: atyrau@mytailor.ru

[www.mytailor.ru](http://www.mytailor.ru)



Royal Tulip Almaty offers a range of conference and banqueting facilities, including a ballroom with foyer that can accommodate over 1500 people standing with separate entrance and underground parking.

## EXCELLENT MEETING FACILITIES



Royal Tulip Almaty предлагает широкий выбор площадок для проведения конференций и банкетов, включая балльный зал с фойе, вместимостью более 1500 человек в стиле коктейль, с отдельным входом и подземной парковкой



INTERNATIONAL STANDARDS, LOCAL FLAVOURS  
LOUVRE HOTELS GROUP

REPUBLIC OF KAZAKHSTAN  
050020 ALMATY, M.OSPANOV STR, 401/2

TEL: +7 727 3000 100  
FAX: +7 727 3000 111

CONCIERGE@ROYALTULIPALMATY.COM  
WWW.ROYALTULIPALMATY.COM  
WWW.GRANDBALLROOM.KZ



62



94



76

АВГУСТ – СЕНТЯБРЬ 2017

ЛИЦА

**24 МАГЖАН АУЭЗОВ:**  
ЖИЗНЬ – ЭТО  
НЕ ТОЛЬКО РАБОТА

**30 ТРАНСФОРМАЦИЯ**  
**АСЕЛЬ АКБАРОВОЙ**

**36 АЙДАР НАЙЗАГАРИН:**  
ВСЕ ПРОФЕССИИ НУЖНЫ,  
ВСЕ ПРОФЕССИИ ВАЖНЫ

**44 ЕРЖАН ЕСИМХАНОВ:**  
СПОРТ ПОСЛЕ 30

**50 BE SO GOOD THEY**  
**CANNOT IGNORE YOU**

МЕНЕДЖМЕНТ

**50 ПИТЕР ШТРОМ:**  
С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ  
КОМПАНИЯ:  
УСПЕХ И ПРЕПЯТСТВИЯ

EVENTS

**62 FINTECH**  
**TALKS**

**76 QUANTUM:**  
ПРАЗДНЫЙ МОЗГ –  
ЛАБОРАТОРИЯ  
ДЬЯВОЛА

**84 УГАДАТЬ**  
**ЗА 60 СЕКУНД**

СПОРТ

**94 ФУТЗАЛ:**  
ОНИ ЗАСТАВИЛИ МИР  
УВАЖАТЬ КАЗАХСТАН

**106 АЯУЛЫМ МАШТИЕВА:**  
Я ЗАНОВО ПОЛЮБИЛА  
ПЛАВАНИЕ

**112 ТРИАТЛОННЫЕ**  
**ВЫХОДНЫЕ**

## О ЛЮБВИ К СВОЕМУ ДЕЛУ

У читателя может сложиться впечатление, что все люди, о которых написано в этом журнале, словно сговорились о том, что нужно заниматься делом, которое каждому по душе. Честно говоря, я и сам удивился, когда стал замечать, как мысль о том, что занятие любимым делом повышает мотивацию и снабжает дополнительной энергией, проходит красной нитью с первой страницы журнала до последней.

Институт Адизеса говорит о том, что можно развивать компанию без привлечения венчурного капитала, и известные программисты Арман Сулейменов и Алмас Туюкбаев вторят ему, подтверждая своей историей, которую вы можете прочитать в этом номере.

Я не обошел стороной спортивную тему, продолжив добрую традицию писать о футболе и о других спортсменах. В разговорах со спортсменами невольно затрагивалась тема неудач в спорте. И в этой теме перекликаются истории Дарьи Карпенко, Аяулым Маштиевой, Ержана Есимханова и Досжана Шалхар, в которых повествуется пережитые этими людьми неудачи в спорте, не сбившие их с пути. Кстати, троих из них объединяет любовь к триатлону в той или иной степени.

Вторая половина лета выдалась богатой на различные мероприятия. Чего стоит одновременное проведение трех разных интеллектуальных игр, которые стали досугом для многих людей. Это, несомненно, радует, поскольку люди стали больше обращать внимание повышению уровня своей эрудиции и стали искать возможности, чтобы общаться с людьми, которым нравятся интеллектуальные игры. Воистину, не зря говорят, с кем поведешься, оттого и наберешься.

Также на страницах журнала вы найдете много интересной информации, которая может оказаться полезной.



Хотел бы обратить внимание на статью о финтех-инструментах, которые обсуждались экспертами на мероприятии Fintech Talks. Лично я открыл для себя много нового и, скорее всего, продолжу писать о них в следующих номерах журнала.

Надеюсь, что советы людей, опубликованные в этом номере, помогут читателям сопоставить свои истории успеха с другими. Для себя я сделал один главный вывод, что никогда нельзя сдаваться. Не падайте духом и продолжайте идти даже тогда, когда вы упали и не хочется вставать!

В добрый путь на поиски любимого дела, дорогие друзья!

*Дауржан Агушаев*



**АЙНУР ЕСПЕНОВА**

Сегодня свою историю успеха рассказывает Дарья Карпенко, основатель фитнес-клуба «Leader».

Она известна тем, что является мастером спорта международного класса по вольной борьбе, неоднократно побеждая на чемпионатах Казахстана и Азии. Ее история поучительная и мотивирующая.

Уход из большого спорта по причине травмы, связанные с этим депрессии и излишний вес после родов подтолкнули нашу героиню начать все с чистого листа. Меня с ней познакомил один хороший друг.

Дарья рассказала о планах по открытию собственного зала и связанных с ним хлопотах. Чтобы вникнуть в суть тренировочной программы, которую Дарья самостоятельно разработала, я начала заниматься каждый день.

Для понимания того, что движет девушками, которые начинают тренировки в 5:00 утра, я в течение двух месяцев приходила в зал ровно в это время.



**ДАРЬЯ КАРПЕНКО:  
СКАЗАНО – СДЕЛАНО!**

Часто представляю себе картину, в которой я стою перед своей соперницей. Через мгновение должен начаться поединок. Я остаюсь одна со своими мыслями и страхами, которые нужно гнать прочь. Я живу моментом, от которого всё решится через несколько минут. Решиться должна вся моя дальнейшая судьба: либо я вырываюсь вперед и доказываю себе и всему миру, что я – номер один, либо я – одна из многих, кто пытался, пробовал, но ничего из этого не вышло. Вспоминаю свои бои; слышу свое сердцебиение; вижу только свою соперницу и ощущаю наш первый телесный контакт.

2003 год. Алматы. Помню, как очень долго проигрывала одной спортсменке из Украины, которая приехала выступать за нас. Будучи боевой девушкой по своему характеру, я воспринимала только победу. А вот проигрывать я не привыкла. Другие люди при проигрыше особо не закичиваются, а я на месяц могла уйти в депрессию. В зале не было свободных мест, у нас с той девушкой из Украины был решающий момент, от которого многое зависело.

В самые последние секунды, на последнем дыхании, собравшись с силами, я выполнила бросок на пять баллов. Это было моим прорывом!

В 18 лет я впервые поняла, что значит быть чемпионкой, впервые ощутив вкус победы, став номером один. В ту минуту я испытывала такие чувства, которые невозможно описать. Я чувствовала себя лидером, лучшим вариантом себя. Я думала о том, что хочу завоевать весь мир, что было сродни мощнейшему толчку двигаться вперед.

Моё знакомство с вольной борьбой началось благодаря моему задиристому характеру. Мое поведение в школе было плохим, ведь я могла себе позволить драться, пользуясь своей силой и ловкостью. Учителя закрывали на это глаза, поскольку я была смышленной и хорошо училась. Учитель физкультуры меня заметил и стал волноваться, что я пойду не по той дороге. Тогда он мне предложил серьезно заняться спортом. На первом занятии я здорово получила, что меня сильно возмутило! И тогда я решила для себя, что останусь в спорте. Я пообещала себе, что докажу себе, что я смогу быть лучшей как в спорте, так и в учебе. С этого момента моя жизнь приобрела новый смысл. Я поступила в школу-интернат, научилась распределять силы и время, что отразилось на изменении моего отношения к людям. Спорт научил меня порядку, дисциплине, чистоте и помощи окружающим.

В 2010 году, через семь лет после получения звания абсолютной чемпионки Казахстана по вольной борьбе, мне пришлось оставить спорт. Передо мной встал выбор: мое здоровье или инвалидность на всю жизнь. Я получила травму шеи, из-за чего у меня отказали рука и нога.

Впоследствии у меня продолжали неметь руки и ноги. Врачи поставили меня перед выбором: либо я остаюсь в профессиональном спорте, но становлюсь калекой, либо я ухожу из спорта, но зато сохраняю здоровье. Это повергло меня в большой стресс, поскольку уход из спорта стал для меня большой жизненной потерей. Я думала, что сделаю перерыв и вернусь в спорт. Хорошенько все обдумав, я сделала выбор в пользу здоровья. Посудите сами, будучи спортсменкой, я объездила весь мир, приобрела много друзей. И в один миг я всего этого лишюсь. Мой боевой и неугомонный характер не позволил мне сидеть на одном месте. В итоге я пошла работать в фитнес-клуб.

**НАШЕ ТЕЛО ЯВЛЯЕТСЯ БЛАГОДАТНОЙ ПОЧВОЙ ДЛЯ СТРЕССОВ И НЕГАТИВА. СТОИТ С КЕМ-НИБУДЬ ПОРУГАТЬСЯ, КАК НЕГАТИВ НАЧИНАЕТ НАКАПЛИВАТЬСЯ В НАШЕМ ТЕЛЕ, ПОТИХОНЬКУ СЪЕДАЯ НАС ИЗНУТРИ.**

Сначала мне было тяжело, ведь я привыкла к тому, что меня узнавали, как спортсменку. А тут пришлось практически все начинать с нуля. Я закончила медицинские курсы, чтобы знать строение человека и работу мышц. Я до конца не понимала, зачем проходить обучение и сдавать экзамены. В итоге я дважды проваливала экзамены. Это грозило мне тем, что я могла остаться на второй год. Вы думаете абсолютной чемпионке было приятно такое слышать? Мое возмущение вкупе с присутствующим мне спортивным азартом заставило меня выучить всю теорию и успешно сдать экзамены.

Вести фитнес мне понравилось с первых же тренировок. Я хорошо ладила с клиентами, у меня не было проблем, не было замечаний: первая приходила, и последняя уходила, была лучшим сотрудником и меня всегда хвалили. Больше всего нравилось понимание того, что я даю людям вторую жизнь. Первую жизнь нам дает мама, возвращая с пеленок, а вторую – дает тренер, когда люди приходят с депрессией после работы на тренировки. Мне нравилось с ними разговаривать, влиять на их прогресс в физическом развитии. Наше тело является благодатной почвой для стрессов и негатива. Стоит с кем-нибудь поругаться, как негатив начинает накапливаться в нашем теле, потихоньку съедая нас изнутри. А так быть не должно, нужно ухаживать за своим «садом», оставлять и сеять только хорошее.

Проработав один год тренером, я вышла замуж, позже выйдя в декретный отпуск. Находясь в декрете, меня не покидала мысль об открытии своего дела. Во время первой беременности я стала весить 107 кг, поскольку я не то что бы ела, а ела как ненормальная! В этот момент врачи говорили, что можно было бы себя сдерживать, но мне это казалось невозможным. Я могла в 5:00 утра приготовить бешбармак, поесть и снова лечь спать. Будучи в положении, мой вес особо не ощущался, но после родов я даже не могла руку в куртку просунуть. Представьте весь масштаб бедствия? Я была всегда стройной, а тут налицо обратная картина. Чтобы снять стресс и прийти в форму, я начала усиленно тренироваться. Я выстроила для себя план индивидуальных занятий, включила кардио-тренировки и силовые упражнения. Особое внимание я уделила режиму питания.

После каждой тренировки надевала куртку и смотрела пролазит в нее моя рука или нет. При этом с эмоциональной точки зрения было очень тяжело сдерживать себя что-нибудь съесть или выпить кофе. В течение двух-трех месяцев я привела себя в порядок, сбросив вес с 107 до 70 кг. Я часто слышу, что после родов девушкам рекомендуется хорошо питаться и ни в коем случае не худеть, чтобы кормить ребенка. На самом деле, женщинам просто необходимо правильное питание. Пройдя через депрессии, слезы и прочие сложности, добившись нужного результата, я четко поняла, что настало время открывать собственный зал. Будучи фитнес-инструктором, мне нравилось работать с людьми, которые нуждаются в психологической поддержке и физической подготовке. К людям с избыточным весом нужен особый подход, поскольку такие люди являются очень замкнутыми.

**КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА  
ХОРОШО СЕБЯ ЗНАЕТ И ЧУВСТВУЕТ.  
У КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА  
ЕСТЬ СВОИ БИОРИТМЫ  
И СЛАБОСТИ, КОТОРЫЕ ПОРОЙ  
ЕГО ОДОЛЕВАЮТ.**

Как спортсменка я знаю, как правильно согнать вес, и что для этого не нужны никакие диеты. Для того, чтобы кормить ребенка мне важно было сохранить молоко. Поэтому я налегала на мясо, чтобы молоко было жирным, ела творог, при этом исключив из своего рациона всё сладкое. Я установила себе пятиразовое питание, а воду пила ровно столько, сколько хотелось.

В мою программу тренировок, которую я сама разработала, входили силовые упражнения, а также часовые кардиоупражнения. Их я выполняла каждое утро три раза в неделю.

Каждая женщина хорошо себя знает и чувствует. У каждого человека есть свои биоритмы и слабости, которые порой его одолевают. Меня никто не может полностью знать и понимать. Женщина должна саму себя знать. Несмотря на то, что я сама себе тренер, меня иногда посещали мысли заменить силовые упражнения бегом. Начиналась борьба с самой собой, приводились аргументы и прорабатывались убеждения. Свой день я начинаю в 3:50 утра, а тренировки – с 5:00 утра. В этом плане женщинам тяжелее, потому что на их плечи возложена ответственность за домашнее хозяйство и забота о детях и муже. Самое главное, делать все вовремя, чтобы дела не накапливались.

Когда я только начала воплощать свою идею в жизнь, у меня не было ни денег, ни спортивного инвентаря, ни компаньонов, ни заемных средств. Я знала каким должен быть мой зал и я берегла каждую копейку, чтобы все вышло так, как я задумала. Поскольку спортивное оборудование и некоторые материалы в Алматы стоят очень дорого, мне пришлось все это заказывать на китайских заводах, куда я сама выезжала. После того, как я открыла первый зал, мы решили открыть второй зал в другой части города. База клиентов будет единой для обоих залов, чтобы посетителям было удобно придти на тренировки. Теперь мы всерьез задумываемся об открытии зала в Астане.

Отличие нашего зала от других залов заключается в том, что мы подстраиваемся под любую женщину.



В некоторых случаях занимаемся индивидуально, принимая во внимание различные типы телосложения у женщин.

Например, у меня была клиентка весом в 136 кг, которая после тренировок сбросила 66 кг. У нее сразу наладилась личная жизнь, она вышла замуж и теперь ждет ребенка. Я считаю, что дала ей вторую жизнь. Сколько девушек мы выдали замуж и потом отправляли в декретный, со счета можно сбиться!

Помимо женщин, я также работаю с детьми. У нас занимаются дети, болеющие сахарным диабетом. На тренировки приходили люди с раковыми заболеваниями. У нас занималась девушка с опухолью в голове. Согласовав тренировки с ее лечением, которое ей прописали в Корее, мы добились исчезновения опухоли. Для детей, страдающих онкологическими заболеваниями, мы проводим специальные занятия в бассейне и даем художественные занятия. Люди, посещающие наш зал, имеют разный уровень подготовки, для которых требуется дифференцированный подход. Но для всех людей обязательной является кардио-нагрузка.

## ЧЕСТНО ГОВОРЯ, Я ДО СИХ ПОР НЕ МОГУ ПОНЯТЬ, ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ! НО Я ОЧЕНЬ ИХ ЛЮБЛЮ!

Людам, которые у нас занимаются, не должно быть скучно, для чего мы исключаем однообразие. Чтобы разнообразить тренировки у нас есть танцы, мы играем в регби и баскетбол, а некоторые женщины с удовольствием занимаются боксом. Это необходимо для того, чтобы освободиться от негативных эмоций.

Возвращаясь к теме ранних пташек, хочу заметить, что они представлены, в основном, людьми с большим весом. От других посетителей они отличаются тем, что им для разминки требуется полчаса. Человеку, который весит 130 кг, сложно сразу включиться в тренировочный процесс.

Ему надо разогреться, раскататься, его надо мотивировать, объяснять каждое упражнение и разговаривать с ним. Для таких людей очень тяжело поменять привычный образ жизни, когда они могли сколько угодно спать и есть. В течение 21 дня люди перестраиваются. Привыкнув к новому режиму, люди начинают получать наслаждение и уже не пропускают занятия.

Сегодня я живу своей работой, достижениями и результатами девушек. Если говорить откровенно, то моя цель заключается в приведении этих людей в порядок. Работать с женщинами очень непросто. Для каждой женщины нужен свой подход: кому-то кнут, а кому-то пряник. Несмотря на то, что в зале работают другие тренеры, на всех занятиях я стараюсь присутствовать лично. В любой момент девушкам могут потребоваться мои советы и помощь.

Сейчас мой зал посещает порядка 250 человек, каждому из которых я должна уделить внимание и интересоваться состоянием их дел. Поэтому я знаю каждого человека и его жизнь, чтобы правильно направить человека и помочь ему справиться со своей проблемой.

Я хочу показать людям то, что они могут улучшить себя. Люди начинают понимать, что они приходят на занятия не для того, чтобы просто похудеть, а чтобы научиться побеждать себя, улучшать свои показатели и увеличивать нагрузку. Когда человек достигает лучшего результата, чем он показал вчера, я сильно радуюсь за него. Раньше я занималась с мужчинами и с ними мне было легко, а сейчас моя аудитория – это женщины. Решающую роль в выборе целевой аудитории сыграло мое замужество. Честно говоря, я до сих пор не могу понять, чего хотят женщины! Но я очень их люблю!

### МОЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС:

*Может быть из-за того, что я спортсменка, я никогда не сомневаюсь. Советую никогда не сомневаться. Если что-то начинаете с нуля, то идите до конца, как бы ни было сложно. На примере своего зала могу сказать, что в нем я тщательно продумывала расположение тренажеров, выбор покрытия и рисунков на стене. Я уверена, что каждый человек может осуществить свою мечту и добиться поставленной цели. Все на самом деле просто. Если вы любите дело, которым вы занимаетесь, то вы обречены на успех. Главное, никогда не ленитесь и не придумывайте себе оправданий. Ну еще, конечно, возьмите на вооружение дисциплину.*



## АССОЦИАЦИЯ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ «FIRST BUSINESS COMMUNITY»

**First Business Community** – ассоциация юридических лиц, миссией которой является создание нетворкинг-площадки №1 в Евразии. Одной из главных задач ассоциации является перманентное развитие предпринимательства посредством качественного нетворкинга и регулярного повышения его уровня.

### ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ АССОЦИАЦИИ:

**ТЕМАТИЧЕСКИЕ БИЗНЕС-ЗАВТРАКИ;  
ВСТРЕЧИ С УСПЕШНЫМИ БИЗНЕСМЕНАМИ;  
СЕМИНАРЫ И МАСТЕР-КЛАССЫ;  
ТИМБИЛДИНГИ;**

**БРЕЙНСТОРМИНГ СЕССИИ;  
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ АКЦИИ;  
БИЗНЕС-ТУРЫ И ПОСЕЩЕНИЯ МЕЖДУНАРОДНЫХ ВЫСТАВОК;  
БИЗНЕС-КОНФЕРЕНЦИИ;**

### В РАМКАХ FBC ДЕЙСТВУЮТ СЛЕДУЮЩИЕ НАПРАВЛЕНИЯ:

**FBC.success:** обучающие мероприятия для предпринимателей

«Комплект успешного предпринимателя»;

**FBC.insights:** опыт, фишки, инсайты крупнейших компаний по отдельным направлениям (стратегия, корпоративная культура, управление командой, цели, исследования, рекрутинг и др.);

**FBC.master mind:** группа бизнесменов с оборотом от 100 млн. тенге в год.

Минимальное количество 10 сотрудников. Для взаимоподдержки, обмена опытом, контактами и связями, выстраивание сильнейшего нетворкинга;

**FBC.women:** женский клуб предпринимателей FBC.women;

**FBC.generation:** комитет молодых предпринимателей;

**FBC.charity:** благотворительный комитет;

**FBC.activity:** комитет выездных командных мероприятий;

**FBC.knowledge:** клуб развития личностных навыков;

**FBC.media:** видео-канал и аудио-подкасты с рекомендациями успешных бизнесменов;

**FBC.group:** группа в Фейсбуке объединяющая в себя более 4500 предпринимателей и первых руководителей.

**FBC.global:** комитет по организации участия и посещения международных выставок, обмен опытом с Ассоциациями других стран, организация выставок франшиз совместно с Ассоциациями других стран, инвестиционных площадок и др., с помощью которых к компании можно будет привлечь внимание деловых партнеров, клиентов.



## ДИАЛОГ С КЛИЕНТОМ: ПЕРВЫЕ ШАГИ

В продолжение статьи, которая была опубликована в предыдущем номере, **Александр Савельев**, ведущий тренер по продажам, владелец компании Rich Brothers, эксперт по подбору персонала, рассказывает о том, как правильно построить диалог с потенциальным клиентом.

Жизнь бурлит, а время не стоит на месте. Мы всегда хотим получить быстрый результат, когда, сломя голову несемся на очередную встречу или делаем холодные звонки. Так проходит день, другой и вот уже месяц пролетел. Мы даже успели получить какой-то результат, но, чаще всего, бывает так, что полученный результат не устраивает нас, либо он вовсе отсутствует.

Всякий раз приходится заставлять себя вставать рано утром, выпивать чашечку крепкого кофе в надежде на то, что этот волшебный напиток придаст нам бодрости на весь день, заодно вернув желание и возможность получать кайф от работы. Жизнь наполнена волнением и беспокойством по поводу успешности очередной продажи во время очередного звонка. Постепенно мы теряем драйв и азарт от работы, ранее приносившей море удовольствия. Почему?

Все меньше и меньше времени мы уделяем самонастройке на рабочий лад, игнорируя процесс подготовки к возможному контакту с клиентом и боясь потратить на это время. В итоге мы теряем свою эффективность.

Нам приходится слышать отказы, возражения и аргументы о выгоде работы с другими людьми. Все это демотивирует.



## МЕНЯЙТЕ ВЗГЛЯД. ВЫХОДИТЕ ИЗ РОЛИ ПРОДАВЦА. СМОТРИТЕ НА ВАШ БИЗНЕС, НА САМОГО СЕБЯ И СВОЙ ПРОДУКТ СО СТОРОНЫ.

Рынок продолжает диктовать нам условия, конкуренты дают более низкие цены, а клиенты вынуждают нас идти на поводу у этой череды событий. Мы начинаем давать скидки, сокращать маржу продукта, а иногда даже ухудшать сервис и качество.

Почему так происходит? Давайте попробуем взглянуть на эту ситуацию под другим углом.

### ПОВЫШАЕМ ЦЕННОСТЬ СЕБЯ И СВОЕГО ПРОДУКТА

Посмотрите на свою компанию глазами клиента. Представьте себе, что вы больше не являетесь сотрудником этого офиса, не отпускаете товар со склада, не формируете счет на оплату, не ищите клиентов и не переживаете по поводу исполнения плана продаж. Вы – есть ваш клиент. В вашей голове остались знания о качестве вашей продукции, вы знаете с каким трепетом и душевной теплотой оказывается эта услуга, но мысленно вы больше не сотрудник этой компании.

Прямо сейчас закройте глаза и представьте это. Подумайте о том, что есть хорошего в этом замечательном парне, который сейчас пытается выполнить план продаж. Что хорошего есть в том продукте, который он предлагает? Вы купили бы его себе или своим родным? Порекомендовали бы эту компанию своему другу или коллеге?

Выпишите, пожалуйста, 15 причин, по которым вы сами стали бы клиентом компании, порекомендовав ее своим родным и близким.

Задумались? Обычно это задание является самым сложным для выполнения из всех заданий, которые мы даем на наших семинарах.

Часто бывает так, что руководитель какой-нибудь крупной компании, осмелившийся пройти обучение вместе со своим отделом продаж, испытывает сильнейший ступор и недоумение, когда не может ответить на вопрос «Почему я куплю у себя?» хотя бы 15 раз. Лицо его становится каменным, а глаза – стеклянными. Мы называем это перезагрузкой операционной системы.

В чем же заключается сложность выполнения этого задания?

Основной преградой является наш замыленный взгляд с позиции сотрудника компании, который, в принципе, не в состоянии ощутить того, что может испытывать ваш клиент, так как именно в тот момент мы находимся по разные стороны баррикад.

Меняйте взгляд. Выходите из роли продавца. Смотрите на ваш бизнес, на самого себя и свой продукт со стороны. Вы откроете для себя невероятные вещи. Вы очень ярко сможете почувствовать все свои преимущества, одновременно увидев все слабые места вашего бизнеса и обозначив для себя зоны роста.

### ЛОГИКА ПОКУПАТЕЛЯ

Почему так важно начать именно с этого? Дело в том, что все мы люди. У всех нас присутствуют одинаковые особенности и свойства нашего разума. Будь то клиент, либо продавец, сотрудник крупной финансовой корпорации или крупный инвестор, кредитный менеджер либо заемщик средств – в моменте принятия решения у всех происходит один и тот же процесс в голове.

Мы сравниваем. Каждый раз, когда перед нами стоит какой-либо выбор, мы начинаем взвешивать и прикидывать у себя в уме все «за» и «против».

Практически всегда на чаше весов оказываются две неоспоримые истины. Это сравнение происходит с ценой, которая установлена у вас в прайсе и ценностью, которую может получить и которую видит для себя покупатель. Цель покупателя заключается в получении большей ценности за меньшие деньги. Цель продавца – продать подороже и убедить, что его продукт принесет покупателю самую высокую пользу.

Покупатель может сравнивать вас с конкурентами и с вашим же товаром, но в другой ценовой категории. В любом случае, сравнение было, есть и будет всегда. Так устроен человек.

Нашей задачей, в данном случае, будет суметь утяжелить чашу весов с ценностями и придать ей большую значимость. Мы должны дать клиенту возможность осознать, что ценность нашей услуги намного превышает ее стоимость.

## ЦЕЛЬ ПРОДАВЦА – ПРОДАТЬ ПОДРОЖЕ И УБЕДИТЬ, ЧТО ЕГО ПРОДУКТ ПРИНЕСЕТ ПОКУПАТЕЛЮ САМУЮ ВЫСОКУЮ ПОЛЬЗУ

Но как это сделать, если вы сами не верите в свою компанию, продукт или в самого себя?

Ответ – никак. Прежде чем пытаться убеждать клиента, убедите, пожалуйста, себя, почему ваш товар или услуга являются самыми лучшими в мире. Вот для чего было необходимо предыдущее задание. Убедите себя, положив весомый груз в чашу под названием «ценю свой продукт».

### НАШИ ЭМОЦИИ И ОКРУЖАЮЩИЙ НАС МИР

Как вы думаете, в каком эмоциональном состоянии проживает большинство людей нашей планеты? Ведь это очень важно в процессе нашей жизнедеятельности, так как мы каждый день сталкиваемся с людьми и живем с ними в одном социуме. Согласно исследованиям американских психологов, в настоящее время лишь менее 20% населения мира живет в высоком эмоциональном состоянии. Это люди, которые испытывают удовлетворение от своей собственной жизни, любят окружающих и стараются принести пользу миру. 80% людей по-прежнему находятся в состоянии низкочастотных эмоциональных вибраций, что, в свою очередь, является причиной грусти, апатии, агрессии, обид, жадности, а иногда даже презрения. Это отправная точка, от которой нам нужно оттолкнуться. Это тот факт, с которым мы будем сталкиваться каждый день.

Самое удивительное, согласно исследованиям тех же американских ученых-психологов, эмоциональный фон в разных странах может сильно отличаться. Так, например, в США

низкочастотный и высокочастотный эмоциональный фон разделен практически 50 на 50. Это означает, что там уже почти половина страны проживает в комфортном для нее эмоциональном состоянии. Я, конечно, сам по образованию не психолог и не ученый, но ввиду своей профессии мне очень часто и много приходится изучать эту тему, чтобы понимать, как мыслит и функционирует человек в момент принятия тех или иных решений.

## МЫ ВЫЯСНИЛИ, ЧТО РЕШЕНИЯ ПРИНИМАЮТСЯ НА УРОВНЕ ЭМОЦИЙ. СЛЕДОВАТЕЛЬНО, ЧТОБЫ РЕШЕНИЕ БЫЛО ПОЛОЖИТЕЛЬНЫМ, А ПОКУПАТЕЛЬ РЕШИЛСЯ КУПИТЬ, ВЫ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ ВЫЗЫВАТЬ У НИХ ЭТИ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ.

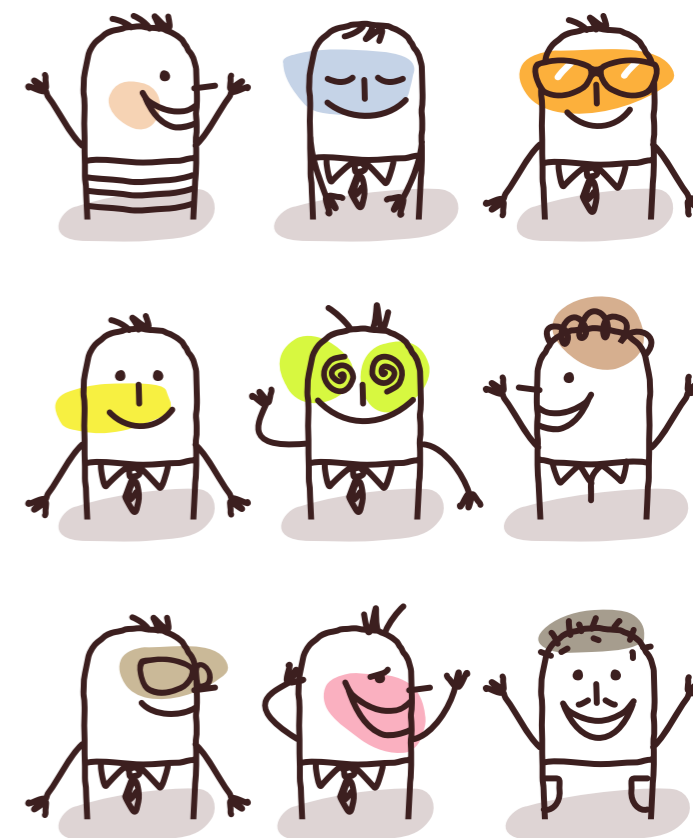
Даже не имея специального образования, путешествуя по разным городам и странам, с легкостью определяю общую эмоциональную атмосферу в том или ином регионе.

Зачем обращать на это внимание? Логичный вопрос. Продажи состоят из эмоций и 93% информации человек получает через эмоциональные каналы, и лишь 7% – через логические. Так устроен наш мозг, и с этим ничего не поделаешь. Мы определили эмоциональное состояние, в котором находится большинство людей. Мы выяснили, что их решения принимаются на уровне эмоций. Следовательно, чтобы решение было положительным, а покупатель решился купить, вы должны уметь вызывать у них эти положительные эмоции.

Что для этого нужно? Нам осталось определить в каком эмоциональном состоянии находимся мы сами. Это очень важно! Ведь если мы сами пребываем в плохом настроении, испытываем злость или обиду, то как мы можем вызвать положительные эмоции у других? Верно, никак!

Понаблюдайте за собой, что сейчас происходит в вашем теле. В каком настроении вы находитесь? Какой будет ваша реакция, если представить перед собой клиента?

Все, что нужно нам для начала – просто определить свое настроение и эмоциональное состояние, в котором проходит большая часть нашей жизни. Не нужно пытаться что-то мгновенно менять, для начала просто определите свое привычное состояние.



## ЗАПИСКА №2

Все персонажи данной истории являются плодом воображения автора. Любые совпадения имен, ситуаций и диалогов случайны.



**АКИҚАТ РАС**

\*\*\*

Малик был на грани паники. Уже третья по счету встреча завершилась шаблонными фразами: «подумаем», «свяжемся» и «надо обсудить внутри компании». Малик был оптимистом, но не был идиотом. После такой реакции шансы протолкнуть продукт стремились к нулю.

Из четырех перспективных покупателей, на которых он ставил изначально, оставался лишь один. Поражение было неминуемо. Поражение, которое поставит крест на его продвижении по службе.

Мысль об этом была невыносима. Ведь всего пять дней назад на отчетной встрече он гордо прогнозировал грандиозные продажи по данному продукту. Он был настолько в себе уверен, что взял на себя ответственность за внедрение.

У него были причины для по добной уверенности. Продукт действительно был уникальным и полезным. Заказчики должны были выстроиться за ним в очередь уже после прочтения рекламных брошюр. Да и сам он тоже неплохо потрудился над домашним заданием, переверсив горы материалов, подключив маркетологов и до автоматизма отработав свое выступление.

Но жизнь имеет свойство рушить любые планы. Идеальная презентация, над которой он корпел целый месяц, трижды закончилась полным фиаско. Колоссальная аналитическая работа, пятьдесят шесть слайдов с превосходной графикой – все впустую.

На завтра у него была назначена последняя встреча. Последний шанс спасти свою репутацию. Пришла пора плюнуть на гордость и просить о помощи.

\*\*\*

– Арман, есть минутка?

Голова Малика торчала в проеме двери и выражала комичное раскаяние. Арман оторвался от монитора и жестом руки указал на кресло.

– Заходи.

Малик телепортировался в кресло и сразу же затараторил:

– Слушай, я помню, что не показал тебе презентацию и вообще вел себя как полный... Просто хотел сделать все сам.

Но один не вывожу. Цейтнот. Завтра последний шанс продать.

Арман приложил палец к губам и покачал головой. Малик осекся.

– Я все понимаю. Не продолжай. Слайды принес?

– Да, конечно. Вот. – Малик протянул флэшку.

Арман погрузил презентацию и начал ее просматривать. Малик молчал и волновался. Прошло несколько минут. Малик едва сдерживал себя от того, чтобы не броситься пояснять каждый слайд. Наконец Арман удовлетворенно откинулся в кресле и с улыбкой посмотрел на Малика.

– Отличная работа. Видно, что ты потратил много времени на этот шедевр.

– Этот шедевр мне стоил трех заказчиков. Так что можешь не щадить мои чувства.

– Никакой иронии. Работа действительно хорошая. Продукт раскрыт во всей красе. Факты убедительны. Расчеты верны.

– Но... – Малик вопросительно наклонил голову.

– Но мне кажется ты обращаешь не к тому мозгу.

– В смысле?!

– В смысле, что вся твоя презентация сделана с учетом того, что ее будут слушать логичные и рациональные люди. Они взвешают все за и против и примут продуманное и единственно верное решение.

– Ээ... И что в этом плохого? – Малик был искренне озадачен.

Арман вздохнул.

– Ничего плохого в этом нет. Но ты слишком много ждешь от своей аудитории. Быть рациональным и логичным – весьма утомительное занятие.

Чтобы постоянно все обдумывать и взвешивать требуется затрачивать много ментальной энергии. Поэтому мать-природа по своей мудрости дала нам два разных мозга.

– А, вот это уже интересно, – недоверчиво усмехнулся Малик.

– Лови, – Арман неожиданно бросил Малику свою ручку. Малик схватил ее на лету.

– Сейчас ты не обдумывал стоит ли тебе ловить ручку. Ты ее просто поймал. Рефлекторно. Если бы ты начал анализировать стоит ли тебе ее ловить, то не успел бы и рукой шевельнуть.

– И к чему эта сцена из восточного боевика?

– Рациональное мышление требует времени. Оно полезно, когда решаешь математические задачи. Но когда в джунглях шевелились кусты, наши предки мгновенно взбирались на деревья, а не обдумывали – что же это могло быть? Тигр или заяц? Те, кто чрезмерно глумал в такие моменты, не оставили потомства.

– Арман, я просил тебя помочь, а не обсуждать опасную жизнь наших предков миллион лет назад.

– В том-то и дело, что с тех пор ничего не изменилось. У нас по-прежнему два мозга. Один мозг принимает мгновенные решения на основе имеющейся информации. Примитивный, рефлекторный и, самое главное, быстрый мозг. Он достался нам в наследство от приматов. А второй мозг отвечает за долгий процесс рационального обдумывания. Это уже гостояние homo sapiens.

– И что? Я же не с приматами иду общаться, а с современными людьми.

– Это да. Но тут есть фишка. Чтобы пробиться во второй, аналитический

мозг, информация сначала должна пройти через примитивный мозг. А он устроен весьма просто. Опасность – бежать. Скука – спать. Поэтому бесполезная для выживания или попросту скучная информация, не пройдет во второй мозг. Какой смысл тратить ментальные ресурсы на тоскливые... Сколько там у тебя? Пятьдесят шесть слайдов. Я не удивлен, что твои заказчики решили не вдаваться в детали. Они отшили тебя еще на уровне примитивного мозга.

Малик задумался. Арман не стал его дергать. Раз информация прошла в рациональный мозг, надо дать ей время. Он быстро сделал пару щелчков на мониторе и вернулся к первым слайдам презентации. Наконец Малик прервал молчание:

– И что ты предлагаешь?

– Предлагаю все это перетасовать. Вот смотри. Первые пятнадцать слайдов ты расписываешь все прелести нашего продукта.

Но ни на одном слайде я не вижу ответа на вопрос: «Почему он нужен ПРЯМО СЕЙЧАС?». Да, это интересное решение. Да, новый инновационный подход. Но почему бы им не купить его через год? Через десять?

Арман сделал паузу.

– Одним словом, предложение симпатичное, но не критичное. А значит может подождать. Не удивлюсь, если где-то в районе восьмого или десятого слайда люди уже начали заглядывать в свои смартфоны. Угадал?

Малик скорчил гримасу будто попал на прием к стоматологу. Арман постучал пальцем по монитору.

– Чтобы это не повторилось, тебе придется резать по живому. Оставь десять слайдов из пятидесяти шести.

Но на них должен быть четкий посыл: «Вам это необходимо уже сегодня». У тебя есть эта информация. Но ты ее упрятал в самый конец презентации. В то место, где тебя вежливо дослушали, но уже ничего не воспринимали.

Малик устало потер лоб.

– Десять слайдов. Тебе легко говорить. Знаешь сколько ночей я это собирал?

Арман молчал. Малик тряхнул головой.

– Ладно... По-своему я уже пробовал. Попробуем поговорить с другим мозгом. Только вот как? Думаешь, если я просто переставлю слайды местами, меня начнут слушать?

Арман покачал головой.

– Нет, не будут. Тут нужно знать еще одну особенность примитивного мозга. Он видит движущиеся предметы. Тигра – как опасность, зайца – как обед. И при этом он игнорирует статичные камни и деревья. Значит ты должен им рассказать динамичную историю, а не просто показывать статичные слайды.

Арман наклонился вперед.

– Расскажи им о катастрофах, которые происходили из-за отсутствия твоего продукта. О том, как появилась идея создать первый прототип.

О том, как внедрение продукта привело к успеху. В голове твоей аудитории должен идти блокбастер, а не выставка натюрмортов.

Малик задумался. Потом улыбнулся. Бессчётные часы подготовки начали давать свои всходы. Он уже практически видел фильм, о котором говорил Арман.

– Мне кажется, это будет, интересное кино.

Малик встал и молча протянул руку Арману. Он уже не сомневался, что завтра его ждет успех.

# Global Oil&Gas

25-я Казахстанская  
международная выставка и  
конференция “Нефть и Газ”

4-6 октября 2017  
Атакент, Алматы, Казахстан

ПРОМОКОД:  
OIL17MAKYL



\*для бесплатного  
посещения выставки

подробная информация:  
[www.kioge.kz](http://www.kioge.kz)

# ЖИЗНЬ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО РАБОТА

Так совпало, что в этом году исполняется 15 лет тому, как я получил диплом КазГУ.

Вспоминая свою учебу в университете, нельзя не выделить некоторых преподавателей, одним из которых является **Магжан Ауэзов**, Председатель правления АО «ForteBank».

Каждый раз общаясь с ним, я всегда узнаю что-то новое и интересное.

Слушая его лекции в далеком 2000-м году, я не предполагал, что спустя много лет в своих беседах мы будем сравнивать поколение того времени с нынешним.

Безусловно, наши беседы не ограничиваются только воспоминаниями о КазГУ.

В своем интервью финансист рассказывает о новых трендах в банковском секторе, о современной молодежи и делится своими ақыл-кеңесами.



**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**

*Магжан Муратович, у Вас за плечами большой опыт работы в крупных финансовых институтах. В свое время Вы занимались преподавательской деятельностью. Что значит быть преподавателем? Что давало Вам преподавание студентам?*

Совершенно верно, с 1998 года, в течение семи лет, я работал старшим преподавателем на кафедре «Мировая экономика» в КазГУ.

Мне довелось преподавать три дисциплины ярким и талантливым ребятам, многие из которых сегодня успешно работают в гос-секторе и в частных компаниях. Преподавание дало мне уникальный, полезный и интересный опыт. Для любого преподавателя работа со студенческой аудиторией, которая хорошо подготовлена и интересуется его предметом, является эмоционально насыщенной.

Каждая лекция, каждое занятие требует от преподавателя серьезной подготовки. За время занятия необходимо донести до студентов весь материал и ответить на все вопросы. Преподавательская деятельность развивает навыки четко и доступно формулировать мысли, отвечать на неожиданные вопросы и работать с аудиториями, где не согласны с твоей точкой зрения, или где представлен широкий спектр мнений и взглядов. Преимущество студентов заключается в том, что, обладая свободным мышлением, они готовы подвергать сомнению слова преподавателя. Это очень хорошо, в таком диалоге студенты лучше усваивают учебный материал.

В последние годы мне доводилось часто читать лекции в Назарбаев Университете и КИМЭП в качестве приглашенного лектора. На мой взгляд, сегодняшняя студенческая аудитория изменилась. Это связано с тем, что в эти два университета сложно поступить. Те ребята, которые там учатся, хорошо подготовлены и имеют некий профессиональный подход. К университетам такого уровня я бы также отнес Нархоз – один из самых сильных и передовых ВУЗов в стране. Когда я работал в КазГУ, финансовая и экономическая структуры только начинали развиваться. В тот период перед финансовой системой стояли большие задачи, а доступ к информации был намного ограниченнее, чем сейчас. Сейчас студенты черпают много информации из интернета. Когда я прихожу на лекцию, мне задают целенаправленные и профессиональные вопросы.

**Вы затронули разницу студенческих поколений, в части разности получаемых знаний и объема доступа к информации. Будучи студентами конца 90-х, мы задавали совсем другие вопросы. Мы были другими. Что Вы видели в студентах выпуска 1998-2002 г.г., поскольку мы не были осведомлены о событиях в мире так, как осведомлены сегодняшние студенты. По сравнению с представителями нынешнего студенчества, мы реже ездили по миру и меньше читали книг, которых у нас просто не было. Что Вы видели в нас, в студентах, закончивших университет 15 лет назад?**

Доступ к информации изменился принципиально. Произошла смена поколений, которая продолжается и по сей день. Сегодня доступ к информации не просто расширяется, сама информация становится все более разнообразной. Мне кажется, что одним из принципиальных аспектов, который изменился с периода, когда мы с Вами обучались в университете, является умение сегодняшних студентов хорошо ориентироваться в огромном информационном шуме, находить и перерабатывать в нем нужную информацию.

Что касается нашего поколения, которое поступало в ВУЗы в 90-е годы, то для нас гораздо важнее были уже накопленные фундаментальные знания и минимальный инструментарий, которыми мы должны были обладать. Когда мы учились в школе, то мы заучивали теоремы.

**ПРОИЗОШЛА СМЕНА ПОКОЛЕНИЙ,  
КОТОРАЯ ПРОДОЛЖАЕТСЯ И ПО СЕЙ ДЕНЬ.  
СЕГОДНЯ ДОСТУП К ИНФОРМАЦИИ НЕ ПРОСТО  
РАСШИРЯЕТСЯ, САМА ИНФОРМАЦИЯ СТАНОВИТСЯ  
ВСЕ БОЛЕЕ РАЗНООБРАЗНОЙ.**



## СЛЕДУЕТ НЕ ЗАБЫВАТЬ, ЧТО ПОКОЛЕНИЕ, ВЗРОСЛЕНИЕ КОТОРОГО ПРИШЛОСЬ НА СЛОЖНЫЙ ТРАНЗИТНЫЙ ПЕРИОД, КОГДА НАША СТРАНА ОЧЕНЬ СИЛЬНО МЕНЯЛАСЬ, ЯВЛЯЕТСЯ БОЛЕЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВЫМ

Сейчас для тех, кто учится в школе или собирается поступать в университет, гораздо более важным является умение ориентироваться в огромном потоке информации.

Следует не забывать, что поколение, взросление которого пришлось на сложный транзитный период, когда наша страна очень сильно менялась, является более стрессоустойчивым. Представители того поколения, прошедшие взлеты и падения, умеют быстро ориентироваться в меняющейся ситуации. Нестабильность порождает пассионарность, более высокий порог стрессоустойчивости и готовность понимать, что все, в конечном итоге, зависит только от тебя самого. Как говорится, что посеешь, то и пожнешь.

Наверное, излишним будет напомнить, что в то сложное время государство не могло себе позволить больших расходов на социальные нужды, трудоустройство и образование. Становление же следующего поколения произошло в более благоприятное время, когда выросла цена на нефть, что позволило стране встать в один ряд со странами с более высоким уровнем дохода. В свою очередь, эти факторы повлекли за собой такие положительные моменты, как доступность учебы за границей, свободу перемещения, доступ к новым технологиям

и знаниям и привлечение иностранных преподавателей. Данный период выдвигал уже другие требования к конкурентоспособности, для чего требовались уже совсем другие навыки.

**Поскольку Вы затронули вопрос конкуренции, давайте поговорим о новых трендах. Мы наблюдаем как постепенно оцифровывается банковская отрасль. Меняются ли молодые специалисты вместе с этим трендом?**

Мы говорим о поколении, которое выросло в цифровом окружении и комфортно себя чувствует со всем, что связано с понятием digital. Если раньше основной уклон шел в сторону экономических и юридических специальностей, то сейчас большое количество молодых людей выбирает сферу IT. Но я все же не стал бы называть этот тренд ключевым, гарантирующим монополию на конкурентное преимущество специалистов. Умение ладить с IT-технологиями относится к тому навыку, который сегодня нужен практически каждому. У каждого времени свои новшества, которые нужно знать. Когда-то надо было уметь пользоваться счетами, потом калькулятором, потом бухгалтерским калькулятором, далее необходимо было быть экспертом в Excel и т.д.

Так что диджитализация является следующей ожидаемой ступенью, на которую мы должны ступить.

**Вы больше относите себя к человеку процесса или Вы больше ориентируетесь на результат?**

Для меня очень важен результат, которого сложно достигнуть, не фокусируясь на процессах. К сожалению, все руководители должны быть ориентированы на результат. По-другому просто не бывает, за исключением каких-то специфичных организаций. Что касается частных и коммерческих структур, то результат всегда очень важен. Речь не идет о каком-то определенном показателе. Я имею в виду набор факторов, которые в своей совокупности позволяют достигнуть больших стратегических задач. Возьмем, например, прибыль. Если бизнес будет ориентирован только на межквартальную прибыль, то он никогда не будет достигать более крупных и важных стратегических целей. В этом случае не будут вкладываться достаточные средства в развитие какого-либо направления, требующего внимания уже сегодня. Поэтому прибыль, безусловно, является важным компонентом, но далеко не единственным.

**Вы упомянули, что современные руководители не имеют много свободного времени. Тем не менее, как Вы проводите свое свободное время, которого, скорее всего, у Вас не так уж и много.**

В этом году, я считаю, нам исключительно повезло с изобилием культурных мероприятий, проводимыми в рамках международной выставки Ехро-2017. Буквально недавно я сходил на потрясающий концерт в оперном театре, где выступали молодые оперные певцы со всего мира. Три часа концерта пролетели в мгновение ока. Мне очень нравится классическая музыка. Я с удовольствием хожу в театры оперы и балета.

Концерты с участием международных и казахстанских звезд в рамках выставки – отличный подарок для нас. Хотелось бы отметить, что в сравнении с ценами на билеты на аналогичные концерты за рубежом, наши цены являются достаточно приемлемыми.

Я с удовольствием слежу за спортивными событиями. Мне несколько раз довелось быть на чемпионатах по большому теннису. У нас имеются замечательные корты, и к нам приезжают известные игроки с высокими рейтингами. Учитывая, что теннис традиционно относится к виду спорта с узкой аудиторией, он все же день ото дня становится все более популярным в нашей стране. Я вижу, что все больше молодежи и детей приходит смотреть теннисные матчи и интересуется ими, что действительно очень радует. Я молчу про такие вещи как футбол, потому что этот вид спорта по определению является очень зрелищным и интересным. Любой вид спорта, в который вовлекается молодежь, уже является полезным.

**Будучи человеком с солидным управленческим опытом, каких принципов управления Вы придерживаетесь в своей работе?**

Мне очень сложно выделить какой-то определенный принцип. Когда говорят о японском, американском или еще каком-либо стиле управления, следует помнить, что любой такой стиль неразрывно связан с культурой страны происхождения и является уникальным и неповторимым. Всегда есть хорошие практики, которым можно научиться, или которые могут быть перенесены в другую среду, но сложно сказать, что какой-то определенный стиль является единственным и правильным. Вообще, с практической точки зрения работа руководителя – не очень завидная по ряду причин.

Во-первых, это вопрос ответственности перед клиентами, акционерами, Советом директоров, персоналом и обществом.

Здесь также присутствует и эмоциональный аспект. Во-вторых, работа руководителя требует большого планирования. Есть вопросы, на решение которых требуется гораздо больше времени, чем оно имеется в распоряжении. Поэтому, любая незначительная задача требует планирования, что также ограничивает руководителя, который сильно привязан к графику. В-третьих, в любой организации работают достаточно умные, сильные и профессиональные люди, у которых есть ответы на все основные вопросы, связанные с деятельностью организации.

Другое дело, что не всегда хватает времени и возможности всех выслушать. А ведь потом еще надо инкорпорировать все полученные предложения в единое целое. Последнее, я считаю одним из самых важных навыков, которым должен обладать руководитель. Руководитель рано или поздно приходит к пониманию этого.

Я считаю, что руководитель прежде чем говорить, должен очень внимательно выслушать. Если руководитель принял решение, он должен его выполнить. Поэтому, отвечая на Ваш вопрос, могу сказать, что нет абсолютного универсального рецепта. Важным является наличие здравого смысла в менеджменте, который позволяет решать поставленные задачи.

У нас в банке есть разные клубы по интересам. В холле банка можно посетить картинную галерею. Экспозиции меняются каждые два месяца, мы с удовольствием знакомимся и общаемся с художниками.

В Астане богатая культурная жизнь. Если следить за всеми культурными событиями города, то можно бесконечно обогащать себя. И необязательно, чтобы это был какой-то дорогостоящий концерт. Например, несколько месяцев назад я попал на концерт музыки танго, который проводился в стенах КазГЮУ.

Три музыканта держали аудиторию в таком восторге, что сложно описать словами. Я призываю всех пользоваться возможностями, которые дает нам культурная жизнь столицы. Могу смело заявить, что она тянет на уровень крупного европейского города. Я знаю, что Вы являетесь большим фанатом футбола, поэтому закончу свой ответ темой о футболе. Мне очень нравится алматинский клуб «Кайрат». Когда я работал в Голландии, то ходил на матчи «Аякса». Я с большим интересом болею за казахстанские клубы. Зарубежные, более профессиональные клубы, я не совсем связываю с собой, а просто слежу за их красивой игрой.

**Каким личным ақыл-кеңесом Вы можете поделиться с читателями журнала?**

Я советую не бояться неудач. Нельзя обманываться победами, которые периодически происходят в жизни. Очень важно всегда работать над собой, пробуя новые вещи. В современном стремительно меняющемся мире формула победы, которая недавно считалась успешной, теряет свою актуальность через короткий промежуток времени. Победа и успех не должны быть абсолютно материальными. Это может быть победа над собой, достижение какого-то результата в спорте, в изучении языка, или прочтение определенного количества интересных книг и, в конце концов, общение с интересными людьми. Но активные люди, работающие в профессиональной сфере, зачастую связывают свои результаты с работой. На самом деле, наша жизнь намного богаче, ярче и шире. Она позволяет нам развиваться во всех направлениях. Не игнорируйте другие аспекты жизни в пользу одной лишь работы. Работа является важной составляющей нашей жизни, но далеко не единственной.

**Благодарю Вас за уделенное время и интересную беседу.**



*Элитный дом*  
ЭЛИТНАЯ ЖИЗНЬ



+7 701 755 4223 +7 701 920 6380

VIPPROPERTY.KZ

ГОРОД ШЫМКЕНТ 2017Г.



## ТРАНСФОРМАЦИЯ АСЕЛЬ АКБАРОВОЙ

**Асель Акбарова**, известная телеведущая и актриса, которую я знаю несколько лет, интересная и многогранная личность.

В ее истории меня больше всего подкупило ее умение воплощать свои мечты в реальность.

Девушка, которую сотни тысяч казахстанцев видели на своих экранах в качестве актрисы и ведущей программы «Біздің үй», а также вечерних новостей на телеканале «Хабар», сегодня заново открывает себя.

В ее книге жизни много ярких и грустных историй, которыми она поделилась во время одной из субботних встреч.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**

### МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ И НЕ СБЫВАЮТСЯ

Начнем с того, что я с самого детства всегда мечтала быть телеведущей. Будучи маленькой девочкой, я не пропускала новости. В то время ведущих можно было посчитать по пальцам, поэтому их всех знали в лицо. Я смотрела на них и по-детски мечтала оказаться на их месте. Когда человек взрослеет, он разучивается мечтать. У взрослого человека в голове не остается места для мечтаний, поскольку в его голове появляются разные мысли и барьеры, мешающие ему если не генерировать мечты, то воплощать их в жизнь.

В детстве же мы просто мечтаем и безусловно верим. Когда я была маленькой меня мама брила налысо, чтобы мой волос был гуще. Представьте себе картину, эта лысая девочка покрывает голову полотенцем, которое, якобы, заменяет парик с шикарными волосами, и стоит у зеркала, читая разные тексты. Так она изображала из себя ведущую

новостей и над ней все смеялись. Тогда все надо мной смеялись. А я думала: «Смейтесь, смейтесь, вот вырасту и стану телеведущей! Буду читать новости, и вы будете видеть меня по телевизору». Помимо этого, я много о чем мечтала, но это было основной мечтой.

Еще я любила петь и танцевать. У меня были тетрадки, куда я записывала слова разных песен, которые распевала днями напролет. Качество слуха и голоса меня абсолютно меня не волновало. Просто мне это доставляло удовольствие.

Что касается танцев, я все-таки поступила в хореографическое училище, где отучилась пять лет вместо восьми. По состоянию здоровья мне пришлось его бросить. Позже я подумывала поступить в театральное училище, но мама мне строго-настрого запретила это делать.

В то время стране нужны были юристы и экономисты, что и определило выбор моего будущего альма-матера.

Несмотря на то, что я отучилась на юриста, я не видела себя им и ни дня не проработала по специальности. Мне немного не хватило до красного диплома, что для девушки с тремя детьми было хорошим результатом.

За время своего обучения в университете я родила всех своих троих детей. Правда, приходилось однажды брать академический отпуск, за что все меня называли «вечно беременной». Самое интересное, за четыре года в университете никто ни разу не видел моих детей. Когда на церемонии вручения диплома они увидели моих детей, преподаватели сказали: «Теперь мы верим, что у тебя есть дети. А то всегда в положении, а детей не показываешь». В 17 лет я вышла замуж, а в 18 – родила свою первую дочь.

После окончания университета мы с семьей переезжаем из Алматы в Шымкент. Мой муж был против того, чтобы я работала. Сейчас ситуация изменилась, но раньше в этой семье было принято, чтобы женщины не работали. Занимаясь домашними делами, смотря телевизор, я в душе лелеяла свою детскую мечту, которая постепенно давала о себе знать. На тот момент мой старший брат Азимхан уже работал ведущим. Каждый раз, когда он приезжал к нам в гости, я спрашивала у него о том, получится ли у меня тоже быть ведущей. В то время у большинства людей было стереотипное мышление, связанное с тем, что девушкам на телевидение сложно попасть, и что нужны связи. Меня, конечно, этот ответ совершенно не удовлетворил.

По прошествии определенного периода я уже совершенно не могла сидеть дома, что было замечено моим свекром, который слыл мудрым человеком и хорошим психологом. Долгое время работая в правоохранительных органах, он научился распознавать поведение, интонацию и взгляды людей.

Заметив, что у меня на кухне гремит посуду, он понял мое внутреннее состояние и не стал доводить дело до пожара. В итоге, мне было позволено работать в ЮКГУ им. М.Ауэзова, где я в течение двух лет преподавала разные дисциплины будущим юристам.

Кстати, когда я закончила университет, я ходила с обесцвеченными волосами и носила яркие линзы. В таком виде я пришла в университет на свою первую лекцию, где в большой аудитории меня ждали мои будущие студенты, преимущественно парни. При виде меня у них создалось впечатление, что со мной можно заигрывать, делать комплименты, шутить и не учиться. Буквально через десять минут после нашего знакомства, их задор и предвкушение халявной учебы на моем предмете, улетучились. За моей внешностью скрывался строгий преподаватель, любящий порядок и дисциплину.

Мне нравилась преподавательская деятельность, и у меня были хорошие взаимоотношения со студентами. Но этого было недостаточно. А также я работала, поскольку мне нужно было отвлекаться от рутинных домашних забот. Представьте себе большой дом, в котором никогда не заканчиваются дела и не прекращается поток гостей. Вспоминая те дни, мне кажется, что это была не я.

На самом деле, мне, девушке, выросшей в Алматы, было очень сложно приспособиться к шымкентским реалиям. Мой муж мне всегда говорил: «Аселечка, когда приходят гости, улыбайся, чего бы тебе это не стоило. Это золотое правило для всех келинок». Не могу сказать, что мне это удавалось на пять с плюсом, но все же я старалась, как могла. Спать ложилась я очень поздно. Перед сном хотелось всегда что-то почитать, но книги для меня были отличным снотворным. Стоило мне открыть «Анну Каренину», как перечитывая одну и ту же страницу по десять раз, я засыпала.





**ТЯЖЕЛОЕ ИСПЫТАНИЕ В ЖИЗНИ**

Человек никогда не знает, что его ждет в жизни. Вроде у тебя есть семейное счастье, хороший дом, рядом муж, дети и родные. К тому времени мои детские мечты пребывали в спящем режиме, в формате «будет-будет, нет-нет». Ничего не предвещало беды. Так получилось, что мой муж сильно заболел и в течение двух лет боролся со своей болезнью. Несмотря на лечение и попытки вылечить, в июле 2005 года его не стало.

Я была раздавлена и находилась в полной растерянности. Меня поймет тот, кто пережил такое. В течение недели я не выходила из комнаты, из которой доносились рыдания и призывы к нему, чтобы он вернулся. Все в комнате стояло на своих местах, но его не было. Спустя некоторое время я собралась с мыслями и решила переехать в другой город, чтобы начать жизнь с нового листа. Даже в родном городе Алматы все напоминало о нем. Я не собиралась заново выходить замуж, а думала лишь о том, что несмотря на эту жизненную трагедию, мне надо продолжать жить.

**КАЖДУЮ СЕКУНДУ ЧЕЛОВЕК  
НАХОДИТСЯ ПЕРЕД ВЫБОРОМ.  
МОЯ ЖИЗНЬ МОГЛА ПОЙТИ  
ПО АБСОЛЮТНО ДРУГОМУ СЦЕНАРИЮ.**

Не хотелось бы говорить, что не было бы счастья, да несчастье помогло. Просто я восприняла эту жизненную ситуацию как факт.

**НАЧАЛО НОВОЙ ЖИЗНИ**

Весной 2006 года я переезжаю в Астану, чтобы воплотить свою мечту в реальность. У меня не было уверенности, что я попаду на телевидение, но у меня было желание. Главное, в жизни не упустить какие-то звоночки, подсказки и прочие знаки судьбы.

Каждую секунду человек находится перед выбором. Моя жизнь могла пойти по абсолютно другому сценарию.

Я могла работать юристом, став госслужащим, могла выйти во второй раз замуж и сидеть дома. Я верю в то, что чему быть, того не миновать.

Прибыв в Астану, я с помощью своих друзей разослала свое резюме по разным компаниям. В один прекрасный день я узнала, что телеканал «Астана» ищет ведущих. Пока я ждала ответы от своих потенциальных работодателей, я решила сходить на собеседование. Первое собеседование проводил Тимур Асылханов, который на тот момент работал и.о. главного редактора, если я не ошибаюсь. Прослушав меня, мне предложили пройти стажировку, во время которой я многому училась и наблюдала за всем, что происходит на канале. Находясь в студии, я испытывала счастье и это было действительно интересно!

Через некоторое время меня берут на работу в качестве ведущей. Я писала тексты, выезжала на съемки, писала стэндапы, готовила материалы, а иногда даже монтировала сюжеты. Так я получала бесценный опыт. Новая работа помогала мне отвлекаться, но я еще долгое время проливала слезу по своему любимому мужу.

Когда меня приняли на работу, я снова ощутила вкус жизни. Это был тот момент, когда мои мечты начинали сбываться. Остальное было в моих руках: надо было отдаваться работе, много работать и многому учиться. Что я в принципе, и делала все то время, пока работала на телевидении. Поэтому я не считаю себя случайным человеком в этой отрасли.

Единственное, я часто думаю над одним случаем. Недавно моя свекровь делая дома ремонт, нашла коробку с моими старыми документами и бумагами. В коробке, помимо всего прочего, я нашла листок бумаги, на котором было написано: «Я хочу жить в Астане; хочу, чтобы у меня была квартира, машина и я хочу стать известной телеведущей». Что это? Видимо, оплакивая смерть мужа, в порыве эмоций я написала тогда эти слова,

а они сработали спустя некоторое время. Может это случайность, а может это был залп во Вселенную. Сейчас уже нельзя сказать точно. Но факт остается фактом.

**МОЯ ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ЧЕРТА**

Мне иногда говорят, что я сильная и холодная женщина, некая железная леди. Ничего подобного. Просто в последнее время я редко плачу. Я могу расплакаться от какого-то неожиданного случая, за просмотром какого-нибудь фильма, если какой-нибудь эпизод в нем находит отголоски в моей душе. Я не отношу себя к девушкам, у которых глаза на мокром месте. Зато я стала замечать за собой одну нехорошую черту. Я совершенно не умею расслабляться. Чтобы понять причину, мне надо хорошенько покопаться в себе или позволить специалистам это сделать. Но я безумно мечтаю о том, чтобы научиться расслабляться. Разумеется, без каких-либо специальных средств (смеется).

Сейчас я учусь делать первые шаги, чтобы научиться расслабляться и радоваться тому, что я жива-здоровая, что у меня есть время заниматься своими делами, и что у меня есть дела, на которые я могу тратить свое время. Когда я просыпаюсь, я выхожу на балкон и здороваюсь с Солнцем. Со стороны кому-то может показаться это странным, но благо меня не видят соседи. Для меня же главное – это настроить себя на позитив, зарядиться энергией, и когда это происходит в таком ключе, то новый день так и будет проходить. Это часть моей личной трансформации, когда я учусь контролировать свое сознание и мышление. Возможно, я сейчас себя к чему-то готовлю. Ведь не зря говорят, что удача улыбается подготовленным. Я иногда задумываюсь, почему я раньше об этом не думала? Но все в этой жизни приходит вовремя и в свое время.



**ПОСЛЕДНИЕ НОВОСТИ**

Недавно я ушла с телеканала «Хабар» и это произошло не просто так. Когда человек доходит до какого-то рубежа, и он принимает решение что-то изменить в своей жизни, то это произойдет независимо ни от чего. В последние годы я вела ток-шоу «Біздің үй», получив очень хороший опыт. Я столкнулась с таким количеством и разнообразием людей, ситуаций и историй, которые все невозможно даже перечислить. Когда к тебе приходят позитивные люди и делятся хорошей и приятной информацией, это хорошо, а бывает наоборот. И я это все пропускаю через себя.

В этой программе было много случаев, когда в процессе беседы поневоле примеряешь на себя судьбу другого человека,ходишь в его положение, что очень сильно потом расстраивает.

**ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ**

Мне хотелось бы заняться рисованием. Во время рисования человек погружается в себя и ведет глубокий внутренний монолог.



Если даже нет никакого разговора, то он остается наедине с самим собой, визуализируя свои мысли. В этом процессе идет зарядка своей энергии.

Остальными планами я пока не хочу делиться. Я хотела стать телеведущей – я ею стала, я хотела стать актрисой – я стала. Актерская деятельность началась с сериалов «Перекресток в Астане» и «Зауал», я снималась в полнометражных фильмах «Гламур для дур», «Все из-за мужиков», а также в новогоднем мюзикле «Навстречу мечте», в котором снимались олимпийские чемпионы. Теперь мне нужно обнулиться, все расчитать и что-то построить заново.

**ПОЗВОЛЯЙТЕ ДРУГИМ ЛЮДЯМ БЫТЬ ДРУГИМИ, ВЕДЬ ИМ НЕОБЯЗАТЕЛЬНО БЫТЬ ПОХОЖИМИ НА ВАС, ЧТОБЫ ОНИ ДЕЛАЛИ ТО, ЧТО ВАМ НРАВИТСЯ**



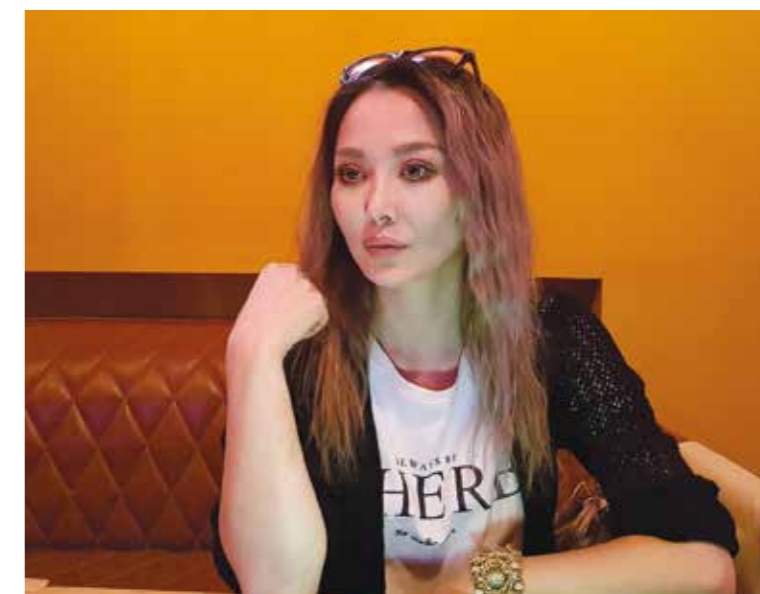
Я буду параллельно заниматься тем, чем сейчас занимаюсь. Мне понравилось добиваться целей. Я хочу снова повторить новое достижение цели, ибо в этом и заключается жизнь.

**МОЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС**

Проснувшись утром, признавайтесь себе в любви, начните день с позитива и улыбки. Если нет настроения или повода, то просто начните смеяться, даже если это будет неестественно и по-актерски. Затем, представив себя со стороны, вы в буквальном смысле начнете смеяться над собой и над тем, что вы делаете. Это зарядит вас положительными эмоциями, и задаст хороший тон новому дню. Если по утрам есть время, можно включить музыку и потанцевать. Это разгоняет кровь и поднимает настроение. Если у человека не порядок в голове, то он никому не поможет и не принесет пользу. Человек с плохим настроением будет излучать негатив в течение всего дня на всех членов семьи, от чего всем будет плохо. Поэтому, как бы ни было трудно и невесело, поднимайте себе настроение, заряжая себя позитивом.

Позволяйте другим людям быть другими, ведь им необязательно быть похожими на вас, чтобы они делали то, что вам нравится. Если вы позволяете другим людям быть такими, какие они есть, то у вас есть все шансы стать счастливым. Надо понимать, что у каждого человека есть свой характер, предпочтения и интересы. Это надо принять и уважать. Каждый из нас выбирает свой путь. Если вы видите в другом человеке черты, которые вам не нравятся, то вспомните, что он же не родился для того, чтобы доставлять вам радость, соответствуя вашим требованиям. Человек не является каким-то бесплатным приложением к вам. Живите своей жизнью, и будет проще.

Старайтесь думать только о хорошем. Если происходят, как вы думаете, негативные события, то это не есть самый худший вариант для вас. Возможно, благодаря им у вас откроются новые возможности. Главное, их не пропустить. Не жалейте о том, что вам не хватило удачи, мудрости, знаний или опыта. Всему свое время. Прошедшее не вернуть, а голову забивать лишним шумом совершенно ни к чему.





## ВСЕ ПРОФЕССИИ НУЖНЫ, ВСЕ ПРОФЕССИИ ВАЖНЫ

Этого человека я знаю с первого класса.

Помимо того, что я учился с ним в одном классе, позже я с ним учился в одной группе в университете.

Почему я решил написать об **Айдаре Найзагарине**?

Дело в том, что, поступив на экономический факультет, он не стал делать карьеру экономиста.

Уже на первом курсе он увидел в себе меломана, хотя все его называли «диджеем».

Наши однокурсники помнят, как перед выходными он раздавал нам флаеры, приглашая на свои вечеринки, где он играл пластинки, которые он в 1998 году выписывал из Лондона.

Спустя 15 лет со дня окончания КазГУ интересно вспомнить университетские дни, заодно, обсудив причины, по которым человек испытывает нелюбовь к изначально выбранной профессии, со временем выбирая ту, что по душе.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**

**Что происходило в 1998 году, когда ты увлекся музыкой?**

На самом деле, я изначально хотел поступить на факультет журналистики. Тогда родители отговорили меня, аргументируя тем, что на тот момент данная профессия была не в почете, а журналисты мало зарабатывали. Выбор пал на специальность «международные экономические отношения». Вынужденно поступив на экономический факультет, мне, тем не менее, хотелось двигаться в другом направлении.

Как у многих это бывает, со школы начал увлекаться музыкой, проводил школьные дискотеки. Со временем, это переросло в нечто большее. Как раз в тот период только-только зарождалась наша клубная сцена, свидетелями становления которой нам удалось стать. Появился интернет, с помощью которого можно было узнавать о новинках и трендах зарубежной клубной индустрии, скачивать новую музыку.

Мои родители дали мне возможность заниматься новоявленным хобби, сразу после окончания школы подарив мне профессиональные диджейские проигрыватели «Technics». Таких в городе насчитывалось всего несколько комплектов. Так что изначально удовольствие играть на винилах было не из дешевых.

Потом все шло параллельно: учеба в университете и организация первых вечеринок в клубах и на открытом воздухе. Начиная с середины 90-х открывались и закрывались клубы, сменялись поколения клубберов, а мы с друзьями продолжали активно участвовать в ночной жизни города, продвигать электронную музыку в массы. В то время я успел поработать по специальности, при этом, продолжая писать статьи для сайтов и журналов. Я писал о музыке и клубной культуре, и мне это нравилось.



Первые свои вечеринки мы проводили в ночном клубе «Motor», сейчас его мало кто вспомнит, но тогда он был одним из тех самых андерграундных мест (бывшая овощная база), где можно было услышать качественную электронную музыку. Были и такие клубы, как My Town, Tranzit, Cream, ну и небезызвестный Da Freak (царство ему небесное). Были и одни из первых мероприятий на открытом воздухе, организованные с другими диджеями и единомышленниками. Я могу долго рассказывать об этом периоде жизни, но это будет интересно только части аудитории журнала.

**Где сейчас тот DJ, которого я помню с университета?**

Я не считаю себя диджеем в прямом смысле этого слова. Я – скорее меломан, который иногда играет свою музыку. Для меня диджеями были те, кто регулярно играли в клубах, а я нигде не был резидентом. В то время я представлял себя по имени Айдар, хотя некоторые организаторы вечеринок в своих флаерах анонсировали меня как DJ Aidar.

В университетский период я вел передачу на радио. В течение шести лет я выходил в эфире передачи «Chill Out» на радио «31». После этого еще шесть лет вел передачу «12 дюймов» на «Energy FM». В общей сложности, на радио я проработал около 12 лет, если не учитывать мой первый опыт в виде трехмесячного эфира программы «City Nights», которая выходила на радио «City 104 FM». На ней мы просто ставили музыку, говорили всякую ерунду, без всякой подготовки выходя в эфир.

Мы считали, что для того, чтобы открыть передачу достаточно иметь много хорошей музыки, но это естественно оказалось не совсем так. Для того, чтобы быть ведущим на радио нужно иметь поставленную речь, хорошую эрудицию и тщательно готовиться к передачам. Если сейчас прослушать то, что тогда творилось в эфире, то у слушателей это вызвало бы, как минимум, недоумение, а у меня – стыд. На дворе был 1999 год, а нам было всего 18 лет.



**Каким теперь стал Айгар спустя годы?**

Много чего изменилось. Если вкратце, то я постепенно отошел от клубной культуры и околomuзыкальной тусовки, к тому же сейчас настали не самые лучшие её времена: нормальные клубы отсутствуют, а востребованы, в основном, диджеи, играющие коммерческую музыку. Если взглянуть назад, то наш край не избалован привозами интересных музыкальных проектов, исключение лишь составляет нынешний год проведения EXPO.

Раньше я старался сам ездить туда, где происходило самое интересное. В середине 2000-х мне удалось прокатиться по всем крупнейшим европейским музыкальным фестивалям и переслушать своих любимых артистов и диджеев. Это неповторимый и бесценный опыт оказаться на мероприятии в качестве журналиста (с фотоаппаратом и специальным пропуском) среди десятков тысяч молодых и не очень людей, разделяющих твои музыкальные пристрастия. Со временем желание веселиться в толпе ушло, а меня потянуло к более камерной обстановке. Да и музыкальная сцена кардинально изменилась, возобладали направления и тенденции, которые мне

не совсем по душе. Возможно, я рассуждаю, как старый ворчун, но прежние тусовки были намного интереснее, как в музыкальном, так и в эмоциональном плане. В этом виноваты музыкальные лейблы-гиганты, которые осознали, что на электронной музыке можно заработать кучу денег, практически ничего не вкладывая, в сравнении с рок или поп-музыкой. Когда этот продукт в виде музыкального направления EDM (electronic dance music) пошел в массы, я потерял ко всему происходящему интерес.

Мне требовалось направить свою энергию в какое-то русло, так я ударился в outdoor. Под этим словом я подразумеваю активный отдых на открытом воздухе – треккинг, охоты, рыбалка и прочий рекреационный туризм. К тому же надо было как-то снимать стресс после работы.

**Оттуда и появилась любовь к фотографии?**

Когда я начал чаще выезжать на природу пришлось совершенно по другому взглянуть на край в котором мы живем. Ту красоту, что открывалась перед моими глазами трудно описать словами, легче сделать это с помощью фотографии.



По началу я делал снимки на камеру сотового телефона и GoPro, но, к сожалению, они достаточно примитивные и имеют ограничения. В какой-то момент, я понял, что мне нужна более качественная техника. До определенных пор меня отпугивали размеры профессиональных зеркальных камер, их габариты и вес. В прошлом году один хороший знакомый фотограф подсказал, что компания «Sony» начала выпускать компактные камеры, не уступающие профессиональным по качеству и не дорогие по цене. После ее приобретения пришлось приступить к изучению предмета фотографии. Существует множество жанров, но мне больше всего нравится фотографировать природу и ночное небо. Не скажу, что достиг в этом больших высот, считаю, что по прежнему нахожусь в любительской лиге, но могу с уверенностью сказать, что базовые знания я освоил.



**Наверное, появились планы организовать свою выставку?**

Никакую выставку я пока не планирую, не тот уровень. Я снимаю в свое удовольствие. В основном, сделанные снимки выкладываю в инстаграм и использую для продвижения своего нового бизнеса – экотуризма, ориентированного на иностранцев и наших соотечественников, которые любят нашу природу.



**Получается, твоя основная деятельность сосредоточена на организации туров для иностранцев?**

Не совсем. Опыт проведения всевозможных вечеринок, а так же образование в сфере маркетинга позволили мне в 2005 году уйти в сферу организации ивентов. Я сосредоточился на организации презентаций, PR-акций, конференций, форумов, рекламных и спортивных мероприятий. В этом сегменте мы работаем достаточно давно. Когда я говорю мы, то подразумеваю своего партнера Жанну Ахметову и компанию Bohemia Entertainment. Я занимаюсь этим последние 12 лет, но в прошлом году мы решили открыть новое направление, ориентированное на въездной туризм, напрямую связанное с моим увлечением «аутдором».

**Вспоминаю, как на первом курсе, во время перемены, ты подходишь ко мне со словами: «Послушай этот трек. Это композиция «The Night». Тогда же я впервые услышал хит группы «Moloko» под названием «Sing it back», который до сих пор многие помнят. Как ты нашел эти треки?**

Тогда всё было гораздо проще: что-то черпал из эфиров программы «Пятница» на радио «31», которую вел Нариман Исенов, какие-то пластинки привозили родные и друзья из-за границы, что-то вычитывал в журналах, которые выписывал из Англии. Поиск информации в то время и сейчас – это разные вещи. В конце 90-х соотношение качественной и не очень музыки было примерно одинаковым: 40% составлял неплохой материал, а 60% – музыка уровня ниже среднего. Тогда было легче отбирать музыку, а для музыкантов, в свою очередь, были другие требования.

Прежние диджеи и продюсеры, которые создавали музыку, профессионально подходили к процессу написания.

Чтобы выпустить композицию на музыкальном лейбле необходимо было сделать качественный продукт, иначе он не увидел бы свет. В итоге, до нас доходил уже отфильтрованный саунд. Остальное оседало на полках звукозаписывающих компаний и в головах, отслушавших все это людей.

С появлением интернета все сильно изменилось – для музыкантов и продюсеров стало легче заявить о себе, доставить свой продукт до конечного потребителя, раскрутиться без значительных затрат. Написание музыки теперь не требует дорогостоящей аппаратуры, достаточно установить музыкальный софт на свой компьютер, приобрести миди-клавиатуру и студийные мониторы, и ты уже имеешь возможность конкурировать с большинством продюсеров электронной музыки. Самый яркий тому пример – дебютный альбом группы «Daft Punk» – Homework, который они написали буквально у себя дома. При этом стало гораздо сложнее отбирать хорошую музыку, поскольку её объем увеличился в разы, а качество – нет. Теперь диджеи проводят дни и ночи, отслушивая тонны музыки, от которой уши в трубочку сворачиваются, и в этом тяжелом труде не помогают никакие чарты и хитрости.

**Почему ты перестал играть на винилах?**

Когда у меня родился ребенок, то встала дилемма: либо памперсы покупать, либо – виниловые пластинки. Выбор очевиден. От винила я окончательно отошел в 2006 году. Часть пластинок я продал, раздал, а часть – потерял. Но у меня есть несколько любимых винилов, которые я храню до сих пор. Среди них я бы отметил пластинку «Music sounds better with you» от проекта «Star Dust», за которым стоят те же ребята из Daft Punk. Кстати, в августе вышла первая пластинка с моим треком на английском лейбле «Uber», который выпускает музыку в стиле lounge и new disco.



У нас с другом есть музыкальный проект «The Wawawiwawas», в рамках которого мы экспериментируем с электронным и инструментальным звучанием. За последние восемь лет у нас скопилось огромное количество музыкального материала в абсолютно разных направлениях, это – house, break beat, new disco, lounge, drum&bass и пр. Часть из этого материала мы смогли выпустить на разных музыкальных лейблах, кое-что даже попало в чарты крупнейших музыкальных магазинов, таких как beatport и junop. К сожалению, этому увлечению удается уделять недостаточно времени, поэтому моя карьера музыкального продюсера находится в вялотекущем состоянии.

**Возвратимся к теме внутреннего туризма. Насколько ты им увлечен?**

Несмотря на то, что я увлекался туризмом последние 6-8 лет, достаточно серьезно начал уделять ему внимание последние два года. Я хочу получить второе образование в сфере туризма, чтобы заниматься им на системной основе. Ведь, туризм тоже меняется.



Если раньше это был классический туризм, каким мы привыкли его видеть, в формате совковых турагентств с их пакетами и авиакассами, то сейчас все уходит в онлайн. Люди реже покупают туры, не идут в агентства, чтобы не переплачивать им, и сами формируют свои поездки.



Что касается развития его в Казахстане, то считаю, что надо брать пример с наших соседей, кыргызов и узбеков, которые, несмотря на свою закрытость, давно обошли нас в развитии своего въездного туризма. Все говорят и знают, что у нас тоже имеется огромный потенциал, но мы избалованные высокими ценами на нефть, в этом направлении до сих пор ничего не предпринимали. Для достижения желаемых результатов мы еще не обладаем должной инфраструктурой: едешь на Кольсай, но там пока нет нормальных гостиниц. До последнего времени не было и нормальных дорог. Сразу вспоминается трасса Алматы-Астана. Многие люди хотят приехать к нам, но в интернете нет удобной и исчерпывающей информации о наших местах и интересных направлениях.

В отрасли очень много проблем, о которых можно много и долго говорить. Я только начинаю изучать эту сферу, пытаюсь понять ее изнутри, иногда работая гидом в рамках организованных нами туров. Это так же подтолкнуло меня к улучшению своего знания казахского языка, ведь за пределами города – это основной язык общения, да и по определению я его должен знать. Жалею, что раньше не выучил родной язык, поскольку тогда у меня не было сферы его применения. Считаю, что никогда не поздно получать знания.

**Каким будет твой ақыл-кеңес?**

Я всегда советую жить по принципу «здесь и сейчас», проживать текущий момент по полной, смаковать его, не надеясь и откладывая на завтра. В жизни слишком много хороших вещей, чтобы заикливаться на плохом. Считаю, что для того, чтобы полноценно ею наслаждаться, необходимо заниматься любимым делом, нужно найти себя в чем-то, что приносит истинное удовлетворение.



**Я СЧИТАЮ, ЧТО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПОЛНОЦЕННО НАСЛАЖДАТЬСЯ ТЕКУЩИМ МОМЕНТОМ, НУЖНО ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБИМЫМ ДЕЛОМ**



## СПОРТ ПОСЛЕ 30: КАК ПРИЙТИ В НЕГО, ОСТАВШИСЬ В НЕМ ВСЕРЬЕЗ И НАДОЛГО



**Ержан Есимханов,**  
Партнер юридической фирмы GRATA International,  
Пловец-марафонец, трехкратный обладатель  
титула «Океантан»

со здоровьем и, как закономерный конец этой невеселой истории – инфаркт после сорока. Большинство моих знакомых с хорошей работой и карьерой закончили примерно так.

Нет, я, конечно, предпринимал попытки исправить положение. Но если посвящать два-три вечера в неделю тренажерному залу или футболу, как это делает подавляющее большинство казахстанских офисных работников, и при этом кардинально не менять образ жизни, то толку не будет.

Одним словом, к тридцати стало ясно, что мне надо что-то менять, и на это впервые в жизни появилось время. Однако если ты неопытный человек в спорте и начинаешь поздно, то у тебя есть шанс допустить на своем пути множество ошибок. Хочу поделиться с вами теми ошибками, которые я допустил.

### СПОРТ ПОСЛЕ 30 – ПРОБЛЕМА ВЫБОРА

Есть целый ряд ошибок, которые могут совершить поздно начинающие любители. Основываясь на собственном опыте, могу перечислить самые очевидные, но при этом, самые опасные.

#### **Мы выбираем красивые, динамичные, но специализированные виды спорта**

Я всю жизнь мечтал заниматься единоборствами. Поэтому первый вид спорта, который я выбрал, и которым занимался больше трех лет, был рукопашный бой.

Параллельно с ним я активно работал с тяжестями, превращая лишний вес в мышечную массу. И то, и другое было ошибкой. Если вы любитель, и выбираете первый вид спорта в жизни для того, чтобы заниматься им серьезно (а по-другому и заниматься не стоит) – задумайтесь, насколько специализированным является ваш вид спорта. Иными словами, важен ранний старт в нем, если вы хотите достичь хорошего результата.

Современный спорт – явление очень специализированное. Для того, чтобы быть успешным в гимнастике и горных лыжах, нужно начать заниматься в пять-шесть лет. В плавании, соответственно, в восемь-десять. В боксе и единоборствах – в двенадцать. Начиная в таком раннем возрасте, уже к двадцати годам спортсмен даже физически очень отличается от своего сверстника, который не занимается спортом, или занимается другим видом спорта. У пловца длиннее руки и шире грудная клетка, у боксера быстрее реакция и лучше моторность, у горнолыжника сильные мышцы ног и хороший баланс. Если любитель может всерьез начать заниматься спортом в тридцать и в сорок, то профессионал в этом возрасте уже закончит карьеру.

Почему это важно? Потому что, выбирая такой вид спорта, любитель обречен на то, чтобы до конца жизни плестись в хвосте у профессионалов.

Я это хорошо понял в единоборствах. Мы проводили в спаррингах по 10-12 раундов в неделю. В своем весе я работал с ребятами 20-22 лет, которые были мастерами спорта. Шансов против них у меня не было. Я мог проявить бойцовский дух и дотянуть спарринг до конца, но то, что для меня было битвой не на жизнь, а на смерть, для них было детской забавой. Мне не хватало реакции, скорости, моторности – всего того, что эти ребята приобрели в подростковом возрасте.

Можно было стучать по груше в углу, но это был бы самообман, а не спорт. Поэтому выбирать нужно такой вид спорта, в котором вы сможете конкурировать с профессионалами. Скорость вы уже не сможете разработать (хотя есть и исключения), а вот выносливость – вполне возможно. Вы можете уступать в технике, но опережать в физической силе.

Именно поэтому у любителей так популярны бег, плавание, велосипед и триатлон. При наличии упорства, выносливости и силы воли эти виды спорта позволяют даже любителям добиваться хороших результатов.

#### **Мы хотим получить быстрый результат, а получаем травмы**

В офисной жизни мы привыкли «закрывать проекты». Есть проект, есть начало, есть deadline, и есть быстрый результат. В спорте так не бывает. Спорт – сам по себе проект. У него нет дедлайнов.

Это занятие на всю жизнь. Это нужно понимать, а задачи в спорте нужно формулировать правильно. Не «похудеть», а изменить образ жизни. Не «красивое тело», а гармоничное и здоровое тело. Ваше «похудеть» как пришло, так и уйдет. А вот если вы перестроите свой образ жизни раз и навсегда, то ваша физическая форма навсегда останется с вами.

Начинающие спортсмены всегда хотят видеть быстрые результаты, для чего сразу берут на себя большие нагрузки, и потому часто травмируются.

**НАЧИНАЮЩИЕ СПОРТСМЕНЫ ВСЕГДА  
ХОТЯТ ВИДЕТЬ БЫСТРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ,  
ДЛЯ ЧЕГО СРАЗУ БЕРУТ НА СЕБЯ  
БОЛЬШИЕ НАГРУЗКИ, И ПОТОМУ  
ЧАСТО ТРАВМИРУЮТСЯ**

Первую травму при работе с тяжестями я получил через два месяца после начала занятий. Имея большую массу тела, я начал работать с большими весами. Мои мышцы быстро адаптировались, а вот суставы, хрящи, сухожилия так быстро адаптироваться к большим нагрузкам не смогли. И буквально через два месяца при работе со штангой весом более 100 кг я сильно повредил запястье, и вынужден был на месяц прервать тренировки.

Поэтому лучше все делать медленно, но верно. Поговорку «тише едешь – дальше будешь» придумали про спорт для любителей.

#### **Мы занимаемся без тренера**

Занятия без тренера является поголовной болезнью большинства казахстанских спортсменов-любителей. Или нам денег жалко, или, что более вероятно, мы просто не хотим показывать свою слабость незнакомому человеку. Ведь по жизни мы люди успешные, у нас идет карьера, растет бизнес, а тут приходишь к тренеру – и ты снова полный лузер и неуч, как много-много лет назад. Да, это болезненно для психики. А еще болезненно получать поучения от людей, которые намного младше тебя.

Тренеры тут тоже виноваты, конечно. Очень мало таких, которые могут работать с любителями с нуля. Мало таких, которые не тычут носом в ошибки, а остаются вежливыми и корректными. Тренеру важно не бросать любителей под танки, давая им запредельные нагрузки, к которым они не готовы.

Вот поэтому у нас появилось колоссальное количество спортсменов-недоучек. Особенно это заметно на горнолыжных склонах. Многие получают один-два урока и бросаются на склон самостоятельно. При этом они калечатся, калеча других. Тренер на первом этапе подготовки нужен обязательно. Даже если вам кажется, что не нужен – вы ошибаетесь.

Уже после своего первого старта в плавании на открытой воде я пришел к тренеру, чтобы он поправил мне технику гребка. И вот результат – буквально через месяц занятий количество гребков в моей ежедневной дистанции в 4 км кролем сократилось на 25%! Иными словами, я ту же дистанцию стал преодолевать за меньшее количество гребков, то есть каждый гребок стал на четверть эффективнее. На дальних дистанциях, которые мне потом пришлось преодолеть, это стало незаменимым подспорьем.

### **КАЖДЫЙ УСПЕШНЫЙ СПОРТСМЕН КОГДА-НИБУДЬ ДА ПАДАЛ, ПРИХОДИЛ ПОСЛЕДНИМ ИЛИ СНИМАЛСЯ С ДИСТАНЦИИ. КАЖДЫЙ БЕЗ ИСКЛЮЧЕНИЯ.**

#### **Мы забываем о необходимости соревноваться**

Есть такие писатели, которые пишут «в стол», то есть пишут, никому не показывая свои произведения. Есть такие спортсмены-любители, которые, условно говоря, работают «в стол», годами выполняя одни и те же упражнения, не пытаясь соревноваться.

Возможно, и те, и другие просто боятся показать остальным плохой результат своих усилий. И это очень большая ошибка. Если вы всерьез начали заниматься спортом, то вы обязательно должны соревноваться. Соревнования – это прогресс, это возможность проверить себя, сравнить свои результаты с результатами других участников. Соревнования являются ключевым фактором для любого развития в спорте. Вы можете показать плохие результаты, не добежать, не доплыть, прийти последним, сняться с дистанции или получить дисквалификацию. Все это возможно.



Но все это было и у тех, кто сейчас в казахстанском спорте является примером для подражания. Каждый успешный спортсмен когда-нибудь да падал, приходил последним или снимался с дистанции. Каждый без исключения. Настоящего спортсмена отличает умение вставать после неудач и продолжать работу. Соревнования остаются единственным и верным способом узнать, настоящий вы спортсмен, или нет. И самое главное, спортсмены, которые работают «в стол», бросают занятия чаще, чем те, которые соревнуются. Потому что у них нет мотивации продолжать.

#### **ПРОБА ПЕРА**

В плавание я попал случайно. Пошел с детьми в бассейн, попробовал проплыть, и получилось всего 150 м. Меня это сильно расстроило. Я как раз переживал начало застоя в единоборствах, о которых говорилось выше. Я не знал, куда дальше развиваться. Поэтому я пошел на плавание снова. Было это в мае прошлого года. На следующей тренировке проплыл 300 м. Через неделю – 500 м, а через две – 1 км. Я начал плавать каждый день. Через месяц зарегистрировался на свой первый старт, на заплыв «Volga Swim» на 3 км через р. Волга в Нижнем Новгороде.

К этому заплыву в общей сложности я готовился около двух месяцев, отчаянно переживая и беспокоясь, что не доплыву. Сам заплыв занял всего 54 минуты. Тот заплыв я вообще не помню, до того сильно переполнял меня адреналин. Помню старт, холодную воду и финиш. Пятьдесят четыре минуты просто исчезли из жизни. Но мне очень понравилось. Чувствовались здоровая спортивная атмосфера и хорошее отношение к новичкам, а ощущение победы над собой – это самое приятное ощущение в жизни.

Следующий старт, на который я зарегистрировался после Волги, состоял из 5 км на одном из этапов любительского чемпионата мира по плаванию «Oceanman» на острове Табарка в Испании. Oceanman – это серия заплывов, которая проводится каждый год по всему миру.

В соревнованиях могут принять участие все желающие, но есть и официальная квалификация, и призовые места. Дистанции «Oceanman» варьируются от очень простых (1 км, 1 морская миля) до очень сложных (10 км, 14 км). Регистрируясь на пятерку, я и думать не мог, что не пройдет и года, как я проплыву кролем максимальную дистанцию «Oceanman» в 14 км на открытой воде в Италии.



«Oceanman» является аналогом Ironman, только в плавании. Я хорошо знаком со многими казахстанскими триатлетами, с которыми мы иногда вместе тренируемся.

К своей подготовке я подошел очень ответственно, сменив режим питания и сна. Начал тренироваться каждый день. Занимался с тренером, советовался со специалистами и прочитал массу литературы. В итоге я уверенно финишировал с хорошим результатом. Именно тогда, в октябре 2016 года, у меня возникла довольно сумасшедшая идея, от которой меня отговаривали все, включая моего личного тренера.

Дело в том, что спустя неполных пять месяцев после того, как я впервые начал заниматься плаванием, я решил проплыть полную дистанцию «Oceanman» в 10 км, в испанском городе Бенидорм, на финале чемпионата мира.

Идея, чтобы вы понимали, была абсолютно сумасшедшей. К десятке обычно готовятся года три. Чтобы было понятнее, 10 км кролем приравниваются к марафонской дистанции в беге. Мой тренер, мастер спорта по плаванию, сказал мне, что с такой подготовкой, как у меня, я снимусь со старта, перегорю и брошу спорт.

Он говорил, что даже он сам такую дистанцию с его подготовкой не потянет. А я разозлился и зарегистрировался, поскольку понял, что это мой единственный путь в высшую лигу. Единственный вариант, при котором я не буду топтаться на месте еще год. Тогда я понимал, что, если не решиться на эту дистанцию, то я никогда на нее не решусь.

Оставшийся до старта месяц я тренировался каждый день. Я, по сути, жил в бассейне. 16 октября 2016 года я сделал свой первый «Oceanman», проплыв дистанцию в 10 км за неполные четыре часа. Это была самая тяжелая дистанция в моей жизни.



## 24 ИЮНЯ, УЖЕ В ИТАЛИИ, Я ПРОПЛЫЛ В ОЗЕРЕ ОРТА МАКСИМАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ В 14 КМ ЗА ПЯТЬ ЧАСОВ, ОФОРМИВ СВОЙ ХЕТ-ТРИК В «ОСЕАНМАН»

7 мая текущего года в Испании я снова проплыл 10 км, почти на сорок минут улучшив свой личный предыдущий результат. Хорошей скорости очень помогло то, что температура воды во время заплыва была не выше 18°C, и надо было либо плыть быстро, либо замерзнуть и идти на дно. А 24 июня, уже в Италии, я проплыл в озере Орта максимальную дистанцию в 14 км за пять часов, оформив свой хет-трик в «Oceanman».

### ПЛАВАНИЕ И ЕГО ПРЕИМУЩЕСТВА

Вид спорта, которым я занимаюсь, принято называть марафонским плаванием. Он также называется плаванием на дальние дистанции (long-distance swimming) и плаванием на открытой воде (open water swimming).

От плавания в бассейне он отличается тем же, чем марафонская дистанция на пересеченной местности отличается от ходьбы по беговой дорожке в зале. Совпадает только технический арсенал, все остальное в виде атмосферы, подготовки и задач, очень сильно отличается.

Плавание считается технически очень сложным видом спорта, и с технической точки зрения я до сих пор плаваю довольно средне. Но марафонское плавание хорошо тем, что, помимо техники, в нем большое значение имеют выносливость, сила воли и выдержка. И если вернуться к вопросу о специализированных видах спорта, то в бассейне против пловца, который занимается с детства, я шансов бы не имел. У такого пловца все элементы гребка – пронос руки, вход в воду, разворот плеча, вдох – отработаны до идеала, и гораздо эффективнее моих.

Но на открытой воде вмешиваются другие факторы в виде расстояния, усталости, течения и высоты волн, раздражающей соленой воды, солнца, обезвоживания, необходимости ориентироваться и держать направление. И даже хороший пловец, если он не привык к открытой воде, будет испытывать в ней массу трудностей, которых нет в бассейне. Это вид спорта, в котором опыт, сила воли и выдержка ничуть не менее важны, чем технический арсенал. В этом виде спорта можно конкурировать с опытными пловцами, даже начав довольно поздно.

Другая причина, по которой я увлекся именно марафонским плаванием, заключается в том, что этот вид спорта абсолютно безграничен для развития. Вода составляет 70% поверхности земли. Заплывы проводятся везде, от Африки до Антарктиды. Пределов развитию нет. На одном из стартов я познакомился с испанским спортсменом, который проплыл 81 км в соленой воде без остановки и без гидрокостюма.

Известны примеры, когда человек плыл 60 дней подряд, каждый день по двенадцать часов. Только на покорение семи крупнейших проливов мира, так называемый Ocean's Seven Swim, можно потратить всю свою жизнь. Пока только шесть человек за всю мировую историю справились с этой задачей.

Плавание покорно всем возрастам. В тот день, когда я плыл 14 км в Италии, 68-летняя англичанка за восемнадцать часов переплыла Ла-Манш. А легендарный пловец Стивен Рэдмонд, первый человек в мировой истории, который завершил Ocean's Seven Swim, начал, как и я, плавать только после тридцати, до плавания занимаясь регби. Как он сам говорит о себе: «Мне почти сорок семь лет, у меня проблемы с коленями, и я почти глухой. Я не являюсь примером для подражания». И это сильнейший пловец на открытой воде на планете, который переплывал Ла-Манш, Гибралтар, пролив Кука и Северный пролив. Когда читаешь о таких людях, то понимаешь, как мало ты еще сделал в этом виде спорта. И что в этом спорте возможно все. Абсолютно все.

### МОЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС

По сути, первая часть моей статьи является сплошным ақыл-кеңесом. Сейчас я готовлюсь к следующему вызову. С 7 по 12 сентября я сделаю попытку переплыть Гибралтарский пролив, соединяющий Атлантический Океан и Средиземное море, Европу и Африку. Зарегистрировался на 16 км. Если заплыв будет успешным, то в следующем году я постараюсь пересечь отметку в 20 км. Моей самой большой и амбициозной целью на ближайшие несколько лет является заплыв через Ла-Манш. Я точно знаю одно – в этом спорте я всерьез и надолго. Я нашел свой вид спорта. Всем читателям журнала от души желаю найти свою спортивную отдушину, и достичь в ней всех возможных вершин.



## BE SO GOOD THEY CANNOT IGNORE YOU

Для меня мир IT, как, наверное, для многих людей, является обособленным и особенным. Ежедневно мы пользуемся приложениями, программами, видя только удобный интерфейс.

Все, конечно, понимают, что любое, даже самое простое приложение состоит из алгоритмов и основ программирования. Недавно я узнал, что в Казахстане живут люди, которые не только создают приложения, но и обучают этому других.

**Арман Сулейменов и Алмас Туякбаев**, основатели известной казахстанской IT-компании, рассказывают о том, как они пришли в мир программирования, который побудил их не только создать свою компанию, но и лабораторию, в которой на сегодняшний день обучаются сотни молодых программистов.

### ДАУРЖАН АУГАМБАЙ

*Что кроется за названиями N17R и Zero to One Labs?*

**Арман:** Чтобы было понятно, скажу, что у нас есть две отдельные компании. Первая компания являет собой студию мобильных приложений «Zero To One Labs» в которой работает 23 человека. В портфолио находится порядка 30 разработанных приложений. Zero To One Labs буквально переводится как «лаборатория от нуля к единице». Эта компания занимается подготовкой коммерческих продуктов для своих заказчиков.



Арман Сулейменов



Алмас Туякбаев

В основе названия лежат бинарные числа. Вдохновением для этого названия стали лекции Питера Тила, известного американского предпринимателя и инвестора, который вел курс в Стэнфордском университете по стартапам весной 2012 года. Один из студентов по имени Блейк Мастерс выложил все его конспекты в сеть. В лекции говорилось, что путь от нуля к единице является инновацией, созданием чего-то нового из ничего и преобразованием единицы из нуля. Глобализацию назвали переходом от единицы к бесконечности, то есть распространением идей в разных точках мира.

Вторая компания представляет наши некоммерческие инициативы под брендом nFactorial Incubator. nFactorial означает экспоненциальный рост. Если посчитать все буквы, то между двумя словами находится 17 букв. Отсюда и название N17R.com.

Есть такой подход в программировании, используемый для экономии объемов памяти. Такие длинные слова, как «internationalization» писали I8N, чтобы экономить и не прописывать все слово. И мы использовали этот подход.

Данная компания проводит трехмесячную интенсивную программу по подготовке высококлассных мобильных разработчиков, которая проводится третий год подряд. Каждый год мы собираем анкеты порядка 800 желающих обучиться, из которых отбирается 130 человек.

Люди, чьи анкеты были одобрены, бесплатно обучаются у нас в течение лета. Преподавателями для слушателей являются 16 наших же сотрудников, которые вносят свою лепту в развитие нового поколения казахстанских разработчиков мобильных приложений.

**Алмас Туякбаев** закончил бакалавриат КБТУ по специальности «Информационные системы», там же получил магистратуру. В 2010 году по программе «Болашак» обучался в университете Карнеги-Мэллон (США) по специальности «Человеко-компьютерное взаимодействие».

**Арман Сулейменов** в 2010 году закончил по программе «Болашак» бакалавриат в Университете Пердью (США). В 2012 году закончил магистратуру по специальности «Computer Science» в Принстонском университете.

**Кто эти 23 человека?**

**Алмас:** Компанию «Zero To One Labs» мы основали с Арманом в мае 2015 года. 19 человек из 23 являются выпускниками нашей образовательной программы сезона 2015-2016 года.

Поскольку у нас не было инвестиций на привлечение кадров, мы сами создавали эти кадры для себя, что заменило нам венчурный капитал. Большинство сотрудников являются выпускниками нашей же программы.

**Как зародилась идея основать компанию?**

**Арман:** Мы создали компанию через полтора года после знакомства. На тот момент Алмас работал преподавателем в Международном университете информационных технологий, а я – в инвестиционной компании «Green Apple». В июне 2014 года я оттуда ушел, когда и возникло желание вернуться к экспериментам. В течение года до основания компании мы проводили эксперименты, создав несколько мобильных приложений. Мы изучали формат, который бы подходил для нас.

**Алмас:** Первые экспериментальные приложения были некоммерческими. Нам нужна была проба пера. Первое приложение «Being Beethoven» мы запустили в сентябре 2014 года. Смысл приложения заключался в исследовании привычек и жизненных рутин известных мастеров своего дела с добавлением их в свой режим. Приложение позволяло узнать режимы дня известных людей. Например, японский писатель Харуки Мураками встает в 6:00 утра, с 7:00 до 11:00 пишет, с 12:00 до 13:00 бежит 10 км, с 13:00 до 14:00 плавает 1,5 км, после 17:00 гуляет с женой, а в 21:30 ложится спать.

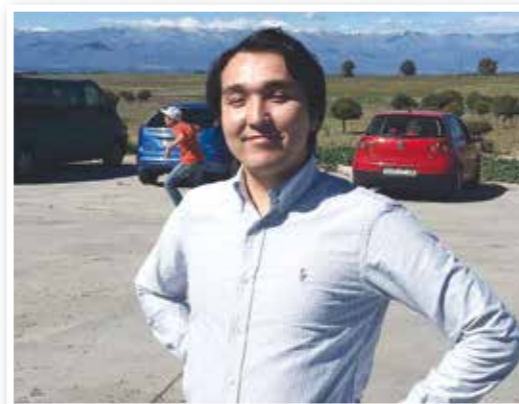
Конечно, мы не делали прямую привязку ко времени. Главное, пользователю надо было выполнять хотя бы часть элементов из графиков известных личностей, не при-

вязываясь к точному времени их реализации. Если начинать дела с утра, то можно многое успеть в течение дня. Определенная работа, в виду ритуала встроенная в график, стимулирует работу мозга и приводит его работу в определенное русло.

Многие артисты, писатели, художники и программисты, на самом деле, являются ритуализированными людьми, что позволяет им эффективно работать. Как известно, в Японии люди специально пораньше приходят на работу, выполняют определенную рутинную офисную работу, чтобы подготовить себя к рабочему дню.

**Арман:** Второе приложение мы назвали «Persimmon» (название фрукта, хурма – англ.), что в японской символике является символом трансформации из горького в сладкое. Приложение чем-то было похоже на первое, позволяя любому человеку прописать семь своих целей в семи сферах своей жизни: финансы, карьера, любовь-отношения, семья-друзья, здоровье, духовность и образование. Для работы с приложением нужно было каждое утро визуализировать поставленную цель, а в конце дня записывать то, что было сделано для ее достижения. После того, как эти приложения были запущены их скачали порядка 10 000 человек. В начале они были бесплатными, а сейчас они стоят символические 99 центов.

Поскольку мобильными разработками мы тогда не занимались, эти эксперименты помогли нам войти на рынок без особых расходов. Эти два приложения доказали нам, что мы умеем что-то создавать. Далее возник вопрос: «Как без денег запустить не два приложения, а много?» Тогда и возникла идея запустить образовательную программу, что и было сделано 3 мая 2015 году. Мы собрали 352 анкеты людей, желающих обучаться в нашей 8-недельной школе мобильных разработок. После изучения анкет мы отобрали 45 человек.



**Алмас:** В течение восьми недель наши ученики разработали 39 приложений. Тогда мы поняли, что, обучая других и не привлекая внешнее финансирование, можно создавать много продуктов за короткий период времени. Позже лучших ребят мы пригласили работать к себе в компанию. Благо, в январе 2015 года мы выиграли 20 000 долларов США на одном конкурсе, организованным Кенесом Ракишевым и Вячеславом Кимом. Эти деньги были положены на депозит, став основой для будущего фонда оплаты труда сотрудников. Из этих денег мы выплачивали зарплату людям, которых пригласили в компанию. На этом этапе компания начала полноценно работать. У нас остались стремления экспериментировать. Определенная часть проектов провалилась с коммерческой точки зрения, что покрывалось за счет более успешных коммерческих заказов.

**Первые шаги компании**

**Арман:** Как я говорил ранее, первым проектом лаборатории была программа обучения. Если оглянуться на два года назад, то видно, что многие вещи, которые мы изначально задумывали, выходили по-другому. Многие гипотезы не сбавывали, и мы искали новые, чтобы прийти к конкретным результатам. С каждым годом менялось видение бизнеса.

**ЕСЛИ НАЧИНАТЬ ДЕЛА С УТРА, ТО МОЖНО МНОГОЕ УСПЕТЬ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ. ОПРЕДЕЛЕННАЯ РАБОТА, В ВИДУ РИТУАЛА ВСТРОЕННАЯ В ГРАФИК, СТИМУЛИРУЕТ РАБОТУ МОЗГА И ПРИВОДИТ ЕГО РАБОТУ В ОПРЕДЕЛЕННОЕ РУСЛО.**

**Алмас:** Сейчас компания движется в трех направлениях. Первым является комплексная подготовка кадров не только для себя, но и для рынка. Вторым является перенаправление некоторой части людей из N17R в сервисную часть бизнеса, в которой мы разрабатываем продукты для клиентов. Это некий IT-аутсорсинг, который зарабатывает, выполняя заказы клиентов. Третьим – является студия разработок, которая генерирует собственные идеи и тренды. В нее вкладываются заработанные средства для разработки новых приложений и программного обеспечения. Эти три направления взаимосвязаны.

**Арман:** Мы работаем с полупрофессионалами и доводим их до уровня профессионалов. Все они имеют базовые навыки программирования и идеи в виде проектов. Во время отбора слушателей для обучения в nFactorial мы смотрим на 20 вопросов, которые позволяют понять опыт программирования и достижения людей.

**Описание образовательного процесса**

**Арман:** Первый месяц 16 менторов обучают слушателей разработкам под iPhone или Android. 60% людей обучается программированию в Android, а 40% – в iPhone IOS. В течение месяца они создают порядка 15 маленьких приложений, которые никуда не выпускаются.

Это нужно лишь для тренировок. Оставшиеся два месяца каждый участник создает свое мобильное приложение. Поскольку в нашем портфолио уже находится порядка 250 запущенных приложений, у нас имеется понимание и опыт, позволяющие отделять зерна от плевел. Поэтому на этом этапе мы подсказываем слушателям выбрать подходящий проект, даже если он идет в разрез с их первоначальными идеями.



**Алмас:** Из этих 250 приложений, 30 принадлежит нам, а остальные – нашим студентам, которые вольны делать с ними что угодно. Мы не входим в долю их проектов. Нашей целью является воспитание хороших кадров для рынка, чтобы они смогли найти хорошую работу и приносить пользу для общества, чем сидеть без работы.

Некоторые наши участники, являющиеся студентами 1-3 курсов, после обучения возвращаются в свои университеты. Например, из числа наших учеников есть три человека, которые уехали на стажировку в Google и на обучение в магистратуре.

#### Хобби и свободное время

**Алмас:** По вечерам я читаю интересные книги и статьи. Выходные дни стараюсь проводить с семьей и с друзьями. В большинство выходных до какого-то периода мы работали

над текущими проектами. У нас нет графика с девяти до шести. Наш режим можно прописать так: работа, работа, работа, немного отдыха и снова работа. Мне нравится играть в футбол. Если смотреть матчи, то обязательно посмотрю матчи «Челси».

**Арман:** Раньше я бы ответил, что у меня бег по утрам, медитация и упражнения для развития мозга и внимания. Раньше я писал одну эссе в день. Я вел более монашеский образ

**ЛОВЛЮ СЕБЯ НА МЫСЛИ, ЧТО В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ Я СТАЛ МЕНЬШЕ ЧИТАТЬ, ХОТЯ ЛЮБЛЮ ЭТО ДЕЛАТЬ. ЧТЕНИЕ КНИГ ЗАМЕНЯЮ БЛОГАМИ ПРОСМОТРОМ ЛЕКЦИЙ НА ИНТЕРЕСУЮЩИЕ МЕНЯ ТЕМЫ В YOUTUBE.**

жизни, пока в компании не прибавилось людей. Сейчас в привычке осталось делать пять упражнений в день на Lumosity.com, своеобразном тренажерном зале для развития ментальных способностей. Свободного времени у меня практически нет. Нам надо сохранять взятый марафонский темп. Но в один день в неделю мы стараемся полностью отключиться от работы, что не совсем получается. В выходные я встречаюсь с людьми, с которыми не получилось встретиться в течение недели. Ловлю себя на мысли, что в последнее время я стал меньше читать, хотя люблю это делать. Чтение книг заменяю блогами, просмотром лекций на интересные меня темы в youtube.

Например, меня сейчас интересуют криптовалюты. Люблю смотреть ТВ-шоу «Планета приложений», в котором разработчики выступают перед инвесторами, рассказывая о своих разработках.

Любил следить за футболом. В детстве каждый понедельник покупал толстушку «Спорт-экспресс» и еженедельник «Футбол». Все матчи чемпионатов мира 1998 года и Европы 2000 года я записал на видеокассету, записывая их результаты. Сейчас я просто просматриваю наиболее интересные видеозаписи матчей. С 1998 года я болею за московский «Спартак». Я с удовольствием вспоминаю дни, когда играли Дмитрий Аленичев, Андрей Тихонов, Егор Титов и другие легенды. Это мое детское пристрастие, хотя никакой связи у меня нет ни с Москвой, ни с Россией.

#### Что используется при разработке приложений?

**Арман:** Мы не изобретали ничего нового. Вся основная работа была проделана Apple. С 2008 года они открыли для сторонних разработчиков свои разработки и библиотеку с инструкциями. Много людей до нас посвятили годы своей жизни для разработки шаблонов и инструментов, используя которые мы можем писать свои приложения.

Например, на конференции разработчиков WWDC специалисты делятся обновлениями и новыми функциями. Со стороны все кажется сложным, но если придерживаться определенных правил и лучших практик, то все это можно вывести в одну определенную структуру или понятный алгоритм. Даже дети, знающие язык Scratch, могут писать простейшие программы и создавать игры.

Чтобы писать приложения для iPhone нужно знать язык Swift, до которого был язык Objective C. Это очень сильный язык, в котором есть элементы функционального программирования. Обязательно нужно владеть Mac, который является неким закрытым садом со своей экосистемой. Своего рода тюрьма с мороженым.

Разработки для Android требуют программирование на языках Java и Kotlin, считающийся эклипсом этого года. Kotlin – это остров возле Питера. Этот язык программирования разработали российские программисты. Google выбрал его в качестве стандарта для программирования для Android.

Кроме того, мы пишем на языке React Native, который позволяет создавать приложения для двух платформ одновременно. Преимущество этого языка заключается в том, что он упрощает задачу и снижает расходы на разработку. Поэтому мы разрабатываем продукты на этом языке.

#### Выбор будущей профессии

**Арман:** Свой настоящий интерес к компьютеру я проявил в возрасте 15 лет, когда мой дядя впервые познакомил меня с интернетом. Один из первых сайтов, который я увидел, был сайт о футболе. Я начал следить за «Спартаком» и за «Сельтой», поскольку тогда я следил за клубами, в которых играли российские игроки.

Позже с помощью самоучителя по созданию веб-страниц Энди Шафрана я начал создавать первые сайты. В школьные годы я создал большое количество сайтов, четыре из которых были очень популярны. Сегодня эти сайты можно увидеть на кладбище мертвых сайтов и заодно увидеть какими были сайты в 2003 году. Первый сайт был в виде энциклопедии Брюса Ли, ставший энциклопедией №1 в рунете. Вторым сайтом был образовательный ресурс «К знаниям вместе», на котором я публиковал свои рефераты, сочинения, биографии химиков и физиков, а также домашние задания. Я все выкладывал туда, чтобы мои одноклассники не беспокоили меня, спрашивая, что задано на дом. В то время интернет был очень медленный, а из 30 человек в классе им пользовалось всего лишь пятеро.

Так что своим сайтом ни себе, ни классу я особо не помог. Но было приятно, когда мне писали школьники из Украины, Беларуси и других стран. Третий сайт назывался «Подготовка к ЕНТ», ставший очень популярный среди тех, кто сдавал этот экзамен. Четвертый популярный сайт был посвящен тому, как создавать сайты.

Суммарно все четыре сайта собирали 300 000 посещений в месяц. Размещение рекламы от Google приносило мне порядка 100 долларов США в месяц. Когда я решил обналчить их в 2015 году, спустя 10 лет, то у меня накопилось около 4 000 долларов США, не смотря на то, что с 2007 года я перестал следить за ними и не продлевал хостинг.

В университетские годы я занимался спортивным программированием, на котором решал математические задачи на время. Формат заключался в том, что давался один компьютер на троих человек, которые за пять часов должны были решить десять задач. Мы дважды выходили в финал чемпионатов мира по программированию, которые проходили в Стокгольме в 2009 году и в Орландо в 2011 году.

#### Ваши ақыл-кеңесы

**Алмас:** Надо иметь хакерский дух, учитывая, что все знания сейчас находятся у нас в кармане. Надо просто создать привычку находить вопросы на ответы в течение пяти минут. В IT-сфере сейчас очень много конкуренции. Надо пытаться делать все здесь и сейчас. Если у тебя есть компьютер и доступ к интернету, то можно самостоятельно изучать много вещей, которые пригодятся в жизни, включая языки программирования. Для тех, кому они интересны, двери нашей компании всегда открыты.

**Арман:** Умные люди должны производить продукты для мира, что является лучшим



способом проверить себя. Это лучше, чем учебники и теория. Лучшие программисты не читали ни одной книги. Они создавали и отправляли в мир пробную уродливую версию своего детища, которое некоторое время жило своей жизнью. Потом люди давали обратную связь, а программисты улучшали свой продукт. Создание чего-то нового является лучшим способом чему-то научиться.

Второй совет принадлежит известному станд-ап комику Стиву Мартину, звучащий как: «Be so good they cannot ignore you». Будьте таким крутым, чтобы никто не смог вас проигнорировать. Это удивительный и универсальный совет, отвечающий практически на все жизненные вопросы: «Как поступить в университет?», «Как сделать классный продукт?», «Как понравиться девушке?» и т.д. На все возникающие вопросы можно ответить одним ответом.

Третье, не ищите долго свое идеальное состояние. Самый лучший способ быть полезным для общества заключается в совпадении трех составляющих: а) вам нравится то, чем вы занимаетесь; б) вы в этом сильны; в) в вашем продукте нуждается рынок. Если все эти составляющие совпадут и будут работать, то вы обречены на успех.

И это касается всех сфер жизни.



ЖУРНАЛ ОБ ИНТЕРЕСНЫХ ЛЮДЯХ И СОБЫТИЯХ

**АКЫЛ-КЕНЕС – НОВЫЙ ЖУРНАЛ, РАСКАЗЫВАЮЩИЙ ОБ ЯРКИХ И ИНТЕРЕСНЫХ ЛИЧНОСТЯХ И СОБЫТИЯХ. В НЕМ ПУБЛИКУЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА ТЕМУ МЕНЕДЖМЕНТА, СПОРТА И ПОСЛЕДНИХ ТРЕНДОВ.**

[www.akylkenes.kz](http://www.akylkenes.kz)  
 AKYLKENES\_MAGAZINE 

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ  
 В ПЕЧАТНОМ ВИДЕ И ОНЛАЙН

# С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ КОМПАНИЯ: УСПЕХ И ПРЕПЯТСТВИЯ



**Питер Штром,**  
Вице-президент  
по операционной деятельности  
Института Адизеса в мире

Что предшествует созданию семьи и рождению ребенка? Эйфория, страсть, любовь и романтика. Точно также рождению компании предшествуют сумасшедшая увлеченность идеей, задор и энтузиазм ее учредителя. Возникает такое чувство, будто он погружен в некий магический транс. Он настолько воодушевлен и глубоко верен своей идее, что на все 100% уверен в преодолении всех трудностей, которые могут возникнуть на его пути. Это стадия «ухаживания».

В чем заключается смысл существования компании? Когда речь идет о фанатичной приверженности основателя, то важно определить, что стоит у ее истоков.

В прошлом номере мы обещали рассказать об этапе младенчества, о котором будет рассказано в этой статье. Как уже оговаривалось ранее, согласно методологии Адизеса, компания, как и человек, продукт, рынок, общество и даже страна, имеет свой жизненный цикл. Она рождается, растет, развивается, стареет и умирает. Каждый этап сопровождается глубокими изменениями, кризисами и проблемами. Для того, чтобы лучше понять происходящие изменения, а также сделать эти изменения максимально продуктивными и эффективными не только в настоящем времени, но и в перспективе, рассмотрим поведение организации на каждом отрезке ее жизни.

Стремление заработать много денег? Если в этом заключается весь замысел, то такой мотивации будет недостаточно для того, чтобы компания смогла справиться с проблемами на своем пути, добиться признания и стать лидером в своей отрасли.

Смысл любого начинания должен заключаться в том, чтобы удовлетворить потребности рынка. Если главная цель руководителя состоит лишь в получении прибыли, то вскоре такой бизнес «сдуется», как лопнувший воздушный шар.

**«У истоков каждого успешного предприятия стоит однажды принятое смелое решение».**

**Питер Друкер**

Поговорим о рождении компании. Когда организация появляется на свет? В момент, когда эмоциональная преданность основателя прошла проверку, и он

берет на себя всевозможные риски. «Чем выше риск, тем сильнее должна быть преданность. Если решимость создателей не соответствует сложности задачи, то организация рождается мертвой», – утверждает доктор Ицхак Адизес.

Когда идея выходит за пределы мечты и начинает воплощаться в реальность, тогда наступает стадия «младенчества». Она характеризуется тем, что основатель готовит учредительные документы, набирает штат сотрудников, арендует помещение, подписывает договоры с поставщиками и т.д. Теперь место вчерашних грез занимают реальные действия. Главные вопросы, которые стоят на повестке дня – «Что уже сделано?» и «Есть ли какой-то результат?». Руководитель снимает розовые очки, когда сталкивается с первыми трудностями.

То и дело возникают разговоры о сбыте и увеличении продаж. Новорожденная компания не скованна правилами и процедурами. Описание управленческой системы занимает не более, чем пару строчек на клочке бумаги. Бюджета порой и вовсе нет. Но это не мешает собственнику компании с раннего утра и до полуночи быть погруженным в работу. Как и его подчиненным, которые также не сидят сложа руки. Частенько случается так, что они, как и учредитель, корпят над работой по выходным. Одним словом, компания работает в условиях жуткого цейтнота.

Малое количество внутренних норм делает организацию легко уязвимой. Отсутствие опыта повышает вероятность возникновения ошибок. Один кризис порождает другой. Основатель то и делает, что занимается «тушением пожаров». Если при этом он не сохраняет свою преданность, то компания умирает.

Начинается прием новых сотрудников на работу. Компания-младенец так быстро развивается, что ей катастрофически не хватает рабочих рук. Именно поэтому сотрудников принимают на работу абсолютно бессистемно, т.е. в моменты возникновения острой необходимости.

О тщательном отборе кадров и качественной оценке их профессиональных навыков зачастую речь не идет. Обычно руководитель принимает решение о принятии на работу на интуитивном уровне, основываясь на первом впечатлении о человеке.

Отношения между людьми в организации не имеют никакого оттенка формальности. Каждый называет друг друга по имени. О понятии «совещание» сотрудникам вообще невдомек. По большей части оно проходит во время кофе-брейков или обеда. Сформированной управленческой структуры тоже нет. Принцип, которому следует новорожденная компания, можно назвать – «все делают все».

«Приверженность основателей к продуктам, которые, по их убеждению, должен иметь рынок, а не к продуктам, которые рынок хочет иметь, и их относительно невысокая приверженность идее получения прибыли могут позднее превратиться в патологическую проблему их компании», – убежден Ицхак Адизес.

Несмотря на то, что «больной» вопрос организации-младенца заключается в объеме продаж, компания на этапе «младенчества» в действительности ориентирована не на сбыт, а на продукт.

Она всеми возможными способами его совершенствует, устраняет технические изъяны, расширяет функциональные возможности, налаживает выпуск, тем самым повышая эффективность производства.

Такое поведение является совершенно нормальным, поскольку, прежде чем массово продавать продукцию, нужно максимально ее улучшить. Однако слабый сбыт может превратиться в патологическую проблему, если компания будет и дальше продолжать фокусироваться на совершенствовании. Ведь ее рост зависит от притока денежных средств, а их недостаток приводит компанию к банкротству.

И тут возникает проблема финансирования. Нет такого стартапа, который бы не испытывал дефицита бюджета. Компания на этапе «младенчества», как и любой новорожденный, требует непрерывной заботы родителя и хорошего питания. Другими словами, требуется достаточное количество оборотных средств.

Одной из распространенных ошибок предпринимателей является нереалистичный взгляд на потребность в денежных ресурсах. Иначе говоря, слепая вера в успех полностью затмевает их разум.

**«ЧЕМ ВЫШЕ РИСК, ТЕМ СИЛЬНЕЕ ДОЛЖНА БЫТЬ ПРЕДАННОСТЬ. ЕСЛИ РЕШИМОСТЬ СОЗДАТЕЛЕЙ НЕ СООТВЕТСТВУЕТ СЛОЖНОСТИ ЗАДАЧИ, ТО ОРГАНИЗАЦИЯ РОЖДАЕТСЯ МЕРТВОЙ», – УТВЕРЖДАЕТ ДОКТОР ИЦХАК АДIZES.**

## ОДНОЙ ИЗ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ОШИБОК ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ ЯВЛЯЕТСЯ НЕРЕАЛИСТИЧНЫЙ ВЗГЛЯД НА ПОТРЕБНОСТЬ В ДЕНЕЖНЫХ РЕСУРСАХ

Самое действенное лекарство от этой болезни – это максимально приближенный к действительности бизнес-план (на этапе «ухаживания»), а также постоянный контроль движения денежных средств.

Еще одними типичными ошибками компаний являются существенное снижение цен на товары или услуги, взятие краткосрочных кредитов, а также привлечение венчурного финансирования. Снижая цену и увеличивая объем реализуемой продукции, компания может не покрывать издержки на ее производство. Таким образом, она будет работать себе в убыток. Краткосрочные ссуды на текущие потребности способны принести доход только в долгосрочной перспективе. Венчурные фонды или отдельные капиталисты, в свою очередь, ожидают выжать из компании максимум прибыли, поэтому предприниматели рискуют остаться у разбитого корыта.

На начальном этапе у руля компании стоит один человек. Работа компании полностью централизована. Абсолютно все решения выносит ее глава, что нередко напоминает сольное выступление на сцене театра. Все полномочия сконцентрированы в одних руках, и эти руки совсем не спешат ими делиться. Такое поведение типично для новорожденных компаний.

Их руководители ведут себя подобно матери, которая противится доверить заботу о своем грудном ребенке постороннему человеку.

Еще одна причина, по которой в организациях на этапах роста сохраняется авторитарный стиль управления, заключается в том, что они живут одним днем – от кризиса к кризису. А в условиях, когда от быстрой смены решений зависит выживаемость компании, основатели предпочитают жестко контролировать ситуацию, не намереваясь делегировать свои полномочия.

Такой подход считается нормальным на стадии «младенчества». Но в случае, если организация перейдет на следующий этап жизненного цикла, а положение вещей не изменится, тогда такая ситуация может превратиться в аномальную и даже патологическую проблему. По мере развития компании должен меняться и стиль управления лидера. Если этого не происходит, то, как ни парадоксально звучит, сам родитель-основатель становится угрозой для жизни своего творения.

За счет чего компания легко минует этап «младенчества» и перескакивает на следующую ступень в развитии? За счет баланса роста и притока денежных средств. Товары или услуги правильно позиционируются на рынке.

Организация завоевывает лояльность клиентов. Количество продаж растет как снежный ком. Сроки поставок соблюдаются. Ребенок наконец-то прочно стоит на ногах. Наступает долгожданная стабильность.

Но если предприятие не растет, с каждым днем становясь все менее ликвидным, то тогда стадия «младенчества» затягивается на неопределенный срок. Учредитель работает на износ и при этом не видит никаких результатов, кроме того, что компания с каждым днем теряет все больше денег. Это начинает ему надоедать, а его одолевает скука. Затем появляется раздражение и, наконец, отвращение. Он теряет контроль и над собой, и над своим детищем. Организацию одолевает кризис. Она медленно умирает.

Как видим, выбор, по какому пути будет двигаться компания – типичному (преодолевая все невзгоды) или оптимальному (предвидев и избежав многих проблем) – есть выбор самого основателя. Именно руководитель играет решающую роль в обеспечении жизнеспособности организации.

Успех компании зиждется на его драйве, воодушевленности, выдержке, терпении, умении принимать мудрые решения, формировать команду единомышленников, а самое главное – на желании меняться.

**Все это помогает компании не оказаться на свалке истории и двигаться в направлении успеха.**

## АҚЫЛ-КЕҢЕСЫ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ

**КОНОСУКЕ МАЦУСИТА, японский бизнесмен, основатель брендов Panasonic, National, Technics:**

«Предположение о том, что мир развивается вечно, – вот то, что делает возможным сильный менеджмент. Весной распускаются новые листочки, а осенью они увядают и опадают. Такова природа постоянной циклической смены сезонов. В человеческом обществе тоже есть циклы и проявляются они в действиях организаций и людей. Хотя могут быть отклонения и сбои, в целом все вещи соответствуют принципу постоянного развития.»



**КАРЛО АНЧЕЛОТТИ, тренер футбольного клуба «Бавария»:**

«Иногда от отношений люди просто устают, и настает время двигаться дальше. Не надо держать это в себе слишком долго, у всего в жизни есть свой цикл. Ключ к успеху в том, чтобы быть максимально продуктивным по ходу каждого из циклов.»

«Переход от статуса члена команды к статусу ее лидера не такой простой, как кажется. Нужно понимать, что вы будете отбрасывать незримую тень на большинство аспектов жизни своих подчиненных, не важно, насколько несущественными вы считаете свои слова и поступки.»

Если вы хотите видеть свою организацию сильной и растущей, лучше считать, что мир не деградирует, а непрерывно развивается.»

«Согласитесь с тем, что обществу всегда виднее. Если вы готовы принять это, вас ждет успех. Может настать время, когда вы поверите, что у вас есть отличная идея, и вы будете трудиться над ней изо всех сил, но общество не захочет признать ваши усилия. Если вы соблазнитесь в такие времена мыслью о том, что общество заблуждается, вы утратите возможность для своего дальнейшего личностного роста. Испокон веков общество безусловно право, и эту истину важно хранить в сердце.»



Отнеситесь серьезно к этой зоне ответственности; заботьтесь о людях и не злоупотребляйте своей властью.»

«Когда приходите на новую работу, медовый месяц длится очень долго. – учитывайте это. Не забывайте об уважении, ибо это валюта, которая будет актуальной каждый день, и ее котировки могут расти и падать, напрямую завися от вашего поведения и принимаемых вами решений.»

«Говорить власть имущим правду должно считаться приемлемым поведением. Лидеры должны пользоваться этим для своего же блага. Это не то, что «было бы неплохо иметь», это необходимая составляющая.»



## FINTECH TALKS

Утро 12 августа, выдавшись прохладным и пасмурным, как никогда располагало к тому, чтобы совместить приятное с полезным. Незадолго до мероприятия Fintech Talks я встретился с профессиональными программистами, подтолкнувшие меня начать изучать новшества, которые предлагает наше время. Инновации, накрывающие IT-сферу, не обошли стороной и финансовую. Она тоже переживает качественные изменения в части улучшения сервиса, постепенно уходя в режим онлайн. Приятное заключалось в том, что на этом ивенте можно было встретить друзей и знакомых, которых давно не видел, а полезное – в расширении кругозора и получении новой информации. В это утро собрались люди, которые были рады в неформальной обстановке поделиться новой информацией и рассказать о новых возможностях и трендах в сфере digital.

### ДАУРЖАН АУГАМБАЙ

Мы сами не замечаем, как новые технологии и диджитализация постепенно входят во все сферы нашей жизни. Если несколько лет назад люди скептически относились к банковским услугам, предлагаемым в режиме онлайн, то сегодня такие услуги стали требованием клиентов. Fintech Talks, прошедший в стенах ForteBank позволил познакомиться со спикерами, обсудить новинки, появившиеся на цифровом рынке.

Данная статья предлагает вкратце ознакомиться с наиболее интересными материалами этого ивента. После небольшого вступления, сделанного **Магжаном Ауэзовым**, Председателем правления ForteBank, **Рустам Набиров**, модератор ивента, заступил на свой пост.



Магжан Ауэзов



Рустам Набиров

### АСКАР МАЙЛЮБАЕВ, Руководитель Digital office ForteBank



Сегодня никого не удивишь тем, что электронные деньги стали удобным средством платежа. Став предметом эмиссии и погашения, которые осуществляют банки, электронные деньги используются в онлайн-микрокредитовании, при оплате товаров и услуг и хранятся в онлайн-кошельках. Сервисы e-commerce повсеместно встраиваются на сайты, в интернет-магазины и мобильные приложения.

### РУСЛАН ОМАРОВ, Генеральный директор, Первое кредитное бюро



Сегодняшняя кредитная экосистема состоит из коммерческих банков, госхолдингов, ипотечных, лизинговых компаний, коллекторских агентств и заемщиков. Бюро взаимодействует со всеми участниками рынка, на котором оно занимает долю в 98,4% по получению информации из кредитных отчетов. Обширная карта продуктов бюро включает в себя аналитические материалы; инструменты, применяемые против мошенников; CRM; клиентские решения; «облачные» услуги; и инструменты по управлению рисками. Бюро представило первый в Казахстане поведенческий скоринг по технологии машинного обучения, который прогнозирует вероятность выхода заемщика в зону дефолта в течение последующего года с использованием нейронных сетей. Биометрическая база данных позволяет минимизировать кредитные и мошеннические риски, а также способствует оптимизации процессов.

Наиболее интересным и важным вопросом является идентификация клиентов финансовых институтов, которая может дать импульс дальнейшему развитию цифровых финансовых услуг. Это позволит расширить доступ к государственным услугам онлайн для всех граждан страны, которые, в свою очередь, смогут обеспечить безопасность своих персональных данных. Бизнес сможет снизить уровень мошенничества и прочих деловых рисков, связанных с недобросовестными клиентами.

Сдерживающим фактором здесь является отсутствие Единой национальной идентификационной системы. В заключение было предложено внедрение интернет-паспорта, который станет решением для создания цифрового хранилища персональных данных с набором биометрических параметров по каждому человеку.

### РАШИД ДЮСЕМБАЕВ, Директор по развитию бизнеса, Prodengi.kz



Прайс-агрегатор финансовых услуг запустили финтех-проект в 2009 году. Этот проект представлял собой простой сайт о банковских продуктах. За восемь лет проект развился до такого уровня, что его посещает более 400 000 человек в месяц. Финансовый портал позволяет пользователям быстро и легко сравнивать финансовые продукты, получать от них заявки, консультировать и сопровождать их до заключения сделки.

Одним из перспективных направлений компании является использование накопленных данных по кредитным запросам сотен тысяч казахстанцев.





**ТИМУР БАИРОВ,**  
член Наблюдательного совета  
*Bridge Group*



Озвучены три главные противостояния в XXI веке: работники vs автоматизация; традиционные финансовые системы vs криптовалюты; корпорации vs стартапы.

Сегодня небольшие молодые компании способны за короткий промежуток времени создать не менее глобальный продукт, чем огромная опытная корпорация. Корпоративный бизнес до сих пор остается достаточно закрытым. Для эффективного внедрения любой технологии стартапу требуется знать бизнес-модель и производство изнутри. Не каждое предприятие соглашается пустить к себе совершенно незнакомого человека. Поэтому стартапы идут в сторону открытых рынков, где им будут рады понимающие их потребители.

Выход из ситуации заключается в том, что корпорации имеют задачу, на решение которой они привлекают команду людей. После набора определенного числа команд среди них объявляется конкурс, по итогам которого отбирается лучшая команда. Данная команда развивается, со временем генерирует стартап,



**АНДРЕЙ ПУШМИН,**  
Управляющий директор,  
*Card Processing Company*



в качестве решения для поставленной задачи, получая за это долю в этом же стартапе. В итоге развивается стартап, который выходит на внешние рынки, как полноценный проект.

На сегодняшний день выпущено 17 млн. карт, из которых используется лишь 9 млн. 82% оборота по картам приходится на выдачу наличных, а 85% оборота ритейла – на оплату наличными.

Первые два показателя вроде являют собой положительную картину, а вторые два – отображают реальную картину. Отследить реальные траты населения при таком объеме наличных платежей, да еще и сопоставить эти траты с конкретным покупателем не получается.

Ритейлеры хотят знать своих покупателей, знать их текущие и будущие предпочтения. Успешные ритейлеры знают своих покупателей и их предпочтения, имеют прямой выход на них, своевременно и оперативно удовлетворяя их потребности, а также оказывая дополнительный сервис в виде скидочек и отсрочек.



В результате формируется система лояльности по отношению к клиентам в виде скидочек и бонусов. Этими же инструментами пользуется весь рынок, предлагая свои программы лояльности. Но проблема в том, что каждый игрок на рынке видит только свои историю продаж, а потребности людей меняются постоянно.

Решение видится в современных коалиционных клубах, которые предлагают не только начисление бонусов у различных партнеров, но еще и предоставлять облачные сервисы по обработке и хранению всех видов наличных и безналичных расчетов клиента. Более того, эти клубы позволяют иметь единый счет клиента, предлагая индивидуальную систему поощрения от Партнеров программы (через систему повышения-понижения статусов, элементы геймификации). Соответственно, это стимулирует продажи определенных категорий товаров. Программы лояльности также не стоят на месте, в будущем нацеливаясь на технологию распознавания лиц в отдельных торговых центрах и «умных» городах. Таким образом, компания сможет быстро и по ситуации отправлять клиенту персональные и выгодные предложения.

**КАНАТ ХАЛИЛОВ,**  
консультант, *Creditinfo Decision Analytics*



Самый последний спикер рассказал о проблеме цифрового следа, что логически подводит к тому, что любые данные, которые человек оставляет в сети, могут быть использованы как во благо, так и во вред человеку. Информация о пользователе во время пребывания в цифровом пространстве может быть общедоступной (соцсети) и конфиденциальной (транзакции).



## ОДНИМ ИЗ ПЕРСПЕКТИВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ КОМПАНИИ ЯВЛЯЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАКОПЛЕННЫХ ДАННЫХ ПО КРЕДИТНЫМ ЗАПРОСАМ СОТЕН ТЫСЯЧ КАЗАХСТАНЦЕВ

Положительной стороной цифрового следа являются принятие решения о кредитовании (скоринг), кросс-продажи, взыскание задолженности, персонализация услуг в целом и сбор информации при найме человека на работу. Например, это помогает при разностороннем анализе потенциального заемщика, обеспеченного дополнительными данными в сети. В результате наблюдается снижение просрочки на 50% и ручной обработки заявок на 30%.

Помимо цифрового следа применяются психометрия, являющегося одним из методов психологической оценки личности, как с помощью цифрового следа, так и с помощью специальных онлайн-тестов. Онлайн-тесты позволяют оценивать кредитные риски потенциальных и действующих заемщиков. Психометрия позволяет увеличить охват рынка, так как может применяться к любым заемщикам, независимо от достаточности кредитной истории.



Быстро пролетело лето. Любители игры «Что?Где?Когда?» проводили лето, завершив сезонную серию игр интересной финальной баталией. В преддверии предстоящего осеннего сезона мы расскажем об этой игре для тех, кто не смог посмотреть игру. Уникальность летнего финала заключалась в том, что команда Шухрата Адилова имела возможность защитить титул летних чемпионов.

Его команде противостояла команда Абдугани Байдильдаева, которая показала в этом сезоне характер, победив в дуэли, в которой впервые в истории астанинских игр сражались четыре команды.

Помимо краткого экскурса по финалу летней серии игр, хочу поделиться фрагментами моих бесед с учредителем компании «1show.kz», **Азаматом Имашевым** и Хранителем традиций, **Артуром Ваграмяном**.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**



Многие зрители и знатоки интеллектуальной игры знают бессменного ведущего игры, Дмитрия Колодкина, как персонажа по имени Ковальски в радиопрограмме «Лига джентльменов». Поскольку место проведения игр часто менялось, то и ведущему приходилось вещать с разных «трибун». Если сейчас мы слышим его голос из-за ширмы, находящейся в непосредственной близости от игрового стола, то раньше его вообще не было видно. Но неизменным оставался его стиль ведения игры. Во время финала его неожиданно пригласили выйти к публике и сесть за стол. Вместо него на место ведущего сел хранитель традиций, Артур Ваграмян. Ведущему было предложено ответить на единственный вопрос, который шел под грифом «Бумеранг». Вопрос отличался оригинальностью и был задан в стихотворной форме, на что господин ведущий дал правильный ответ, за что вполне заслуженно получил приз.

**БЕСЕДА С АЗАМАТОМ ИМАШЕВЫМ**

Беседа с одним из учредителей компании «1show.kz», которая проводит игру «Что?Где?Когда?» раскрыла некоторые нюансы, о которых знают не все знатоки и зрители этой игры.

**Азамат, Вы были одним из первых, кто был вовлечен в игру. Правда, не все знают, как Вы стали частью этой игры и какой случай привел Вас к ней.**

Наша первая игра в «Что?Где?Когда?» явилась знаковым событием в современном досуге. Как людям творческим, нам шоуменам, быстро наскучили народные забавы в виде игр «мафия», «крокодил». Даже петь в караоке со временем надоело. Однажды наш друг, Иван Эрнст, приехав после Московского форума шоуменов СНГ, предлагает организовать пробные игры клуба исключительно в развлекательных целях. Развлечься действительно удалось, игра имела азартный характер, был выдержан строгий дресс-код. Даже тем, кто приехал в джинсах, пришлось переодеваться на месте. Настолько был серьезен наш подход к первой игре. В тот вечер каждый из шоуменов ощутил на себе нешуточный уровень волнения и интеллектуального шока. Не так страшно быть в жизни умным, как строить из себя умного человека. В итоге проиграли обе команды, даже не по причине низкой эрудированности, а из-за настоящего волнения, которое охватило игроков. Как выяснилось в будущем, пройти через этот эмоциональный порог предстояло еще очень многим в нашем городе.

**Как сформировалась Ваша первая команда?**

Моя команда сформировалась уже на вечер, причем не методом стратегического отбора и анализа, а волей случая. Организаторы игры, представители интеллектуального клуба, против которого мы и выступали в тот вечер разделили 12 шоуменов по хаотичному признаку. В результате, когда утром я увидел анонс вечернего поединка, я заодно и познакомился со своим умным составом. Уже и не вспомню сейчас с кем довелось играть, но помню, что мы все были серьезны, сосредоточены и постоянно кричали: «Версии! Версии!», как принято делать на играх.

**Как проходила первая игра?**

После общей фотосессии и взаимных аплодисментов мы выстроились вокруг игрового стола. После мы услышали тревожный звуковой фон и томный голос ведущего. Конечно от всего помпезного ритуала и атмосферы серьезной игры, которая утяжеляла воздух в зале, было и забавно, и тревожно одновременно. Никто ведь из шоуменов не ожидал что организаторы настолько сильно адаптируют нашу игру к оригинальной версии, но в итоге псевдо-знатоки, собравшиеся за столом, и зрители были максимально погружены в обстановку настоящей игры.

Даже резиденты сайтов популярных фототчетов с недоумением реагировали на наши почти сектантские ритуалы. Они-то и подумали, что мы уже давно играем и у нас давно сложились свои протокол поведения и этикет. В общем, атмосфера за столом оказалась неопишуемой. Одно дело, когда ты стоишь за спинами сидящих за столом знатоков и фонтанируешь версиями, и другое – когда ты затылком чувствуешь чье-то сверление взглядом. От этого становится не по себе. Именно поэтому многие даже опытные игроки иногда допускают ошибки.



**ОДНО ДЕЛО, КОГДА ТЫ СТОИШЬ ЗА СПИНАМИ СИДЯЩИХ ЗА СТОЛОМ ЗНАТОКОВ И ФОНТАНИРУЕШЬ ВЕРСИЯМИ, И ДРУГОЕ – КОГДА ТЫ ЗАТЫЛКОМ ЧУВСТВУЕШЬ ЧЬЕ-ТО СВЕРЛЕНИЕ ВЗГЛЯДОМ**

**Худший результат в истории игр**

Худший результат состоялся в одной из официальных игр в таблице турнира. Мы сыграли с нулевым результатом. Наш расслабленный настрой в надежде на легкую прогулку вышел нам боком. Мы ведь привыкли играть по принципу конкурса «разминка» в КВН. Там, самой смешной версией является шутка, пришедшая на ум в первые десять секунд раздумий. Но, разминаясь на КВН, принято спокойно дышать, легко улыбаться и просто выдавать варианты. В «Что? Где? Когда?» этот номер не прошел. Мы сдали первый вопрос, после проиграли второй, после неправильного ответа на третий вопрос мы все еще утешали себя, дескать, проиграли битву, но еще не проиграли войну. Однако собраться в единый коллективный разум после такого неудачного начала оказалось безнадежным занятием.

Словом, как побитые собаки, мы встали из-за стола, и потом долго не выходили из курилки. В таких случаях тяжело избежать самоедства, но спас опять-таки оптимистичный принцип КВН, основанный на самокритике и юморе. Лучшим результатом можно назвать игру в 5:6, когда выиграть клуб нам не удалось, но подавать надежды мы уже начали. Конечно, впоследствии выяснилось, что это был не самый сложный уровень игровых вопросов.

**Бытует мнение, что команды формируют свой внутренний рейтинг соперников. Кого Вы считаете наиболее сильным противником?**

Мы никогда не занимались мониторингом соперников, хотя прекрасно знали кто крут и опасен. Знали сильные стороны оппонентов, их зоны уязвимости и подходы. Но наша команда следовала заповеди: мы играем для удовольствия. Ведь даже когда мы проигрывали, а это случалось довольно часто, мы все равно становились умнее и опытнее. Мы всегда играли с сильными командами, и теперь, когда мы уже давно превратились в зрителей игры, мы начинаем понимать, что против ныне выступающих команд мы бы, наверное, шансов не имели. Мы потеряли форму, забросили тренировки, а запал остался на уровне куража. Так сейчас уже не играют, но мы бы конечно все равно сели за стол! Жажда адреналина, появившаяся с первой игры, не отпустит уже никогда!

**Есть ли у Вас на памяти какой-нибудь курьез, произошедший во время игр?**

У нас нередко случались спонтанные замены игроков. Мы ведь шоумены и бываем заняты заказами и выступлениями. Так, на одну из игр мы пригласили нашего известного и уважаемого телеведущего и продюсера, Евгения Перверзева. Бросив свои важные дела на «7 канале», он не пропустил ни одной репетиции, вел тренировки и даже, по-моему, купил смокинг.

Евгений всегда отвечал на большинство вопросов, стоя за столом, «брал» почти все вопросы на тренировках. Но, как и случается, мы «посыпались» за столом. Тогда на один из вопросов, мы попросили помощь знатоков, на что из 25 участников, единогласно предлагавших один ответ, только одна робкая версия была альтернативной. Как капитану, мне пришлось выбирать из двух предложенных, и я принял решение ставить на зего и взял противоположную от большинства версию. Тогда моя команда, не скрывая своих эмоций, возмутилась моим выбором. Все, кроме Евгения. Он разделял мои авантюрные взгляды, и мы не прогадали! Это была, пожалуй, единственная ситуация, которая вывела нас из обычного равновесия, позволив вылетать на «встречку» и рисковать. Это были незабываемые ощущения, которые мы с Евгением тогда и разделили!

**Каким будет Ваш ақыл-кеңес для наших читателей и знатоков?**

Мой совет кроется в ответе на предыдущий вопрос: «Рискуйте, друзья! Не бойтесь экспериментов!». Ведь даже участие в играх нашего клуба для многих все еще остается серьезным и подчас рискованным шагом! А сколько еще интересных вызовов нам приготовила жизнь?

К примеру, участие в игре «Что? Где? Когда?» стало лично для меня новым трамплином в неизведанное и манящее. После игр мне многое стало интересным то, что раньше никогда не влекло. Я начал понимать, как много вокруг нас интересных людей, полезных свершений и новых горизонтов. Всё это благодаря тому, что в один момент, из эксперимента с простым участием, игра стала для меня обязательным еженедельным занятием. Эксперимент участия в игре стал в моей жизни важным выводом – впереди вся огромная жизнь, которую действительно можно назвать игрой!



**Финал летней серии игр**

Право сесть первыми за стол определил волчок, хотя капитанам команд был предложен вопрос, быстрый ответ на который и определял жребий. Абдугани Байдильдаев предоставил это право волчку, который в благодарность посадил его команду первой за стол.

Команда Байдильдаева отличается своей собранностью, старательностью и особой серьезностью, с которой они подходят к игре. Если сравнивать с футболом, то в игре не наблюдалось ярких вратарских сейвов и голов на последних секундах. Эта команда провела свою ровно и без особых эмоций. Благодаря сильной позиции некоторых игроков и хладнокровию, которое проявляла команда, они закончили игру со счетом 6:3 в свою пользу. Перед выходом к столу оппонентов данный счет казался достаточно комфортным и многообещающим.

Команде Шухрата Адилова нужно было сыграть лучше, или в случае четырех неправильных ответов, что автоматически делало их проигравшими, уповать на решающий раунд. Напомню, что годом ранее эта команда



была победителем летней серии, что давало возможность защитить свой титул. К сожалению, им это не удалось, поскольку они проиграли со счетом 4:6.

Несмотря на то, что команда была настроена на победу, знатоки теряли очки. Возможно, команде нужно было готовиться, но тем не менее, на вопросы игроки отвечали достаточно интересно и уверенно.

В итоге, команда Байдильдаева стала победителем летней серии интеллектуальных игр 2017 года. Впереди нас ждет осенняя серия, которая вновь соберет знатоков за игровым столом, чтобы определить сильнейшую команду.

**БЕСЕДА С ХРАНИТЕЛЕМ ТРАДИЦИЙ**

Когда я впервые пришел на игру «Что? Где? Когда?» я заметил г-на Ваграмяна, который выделялся на фоне остальных знатоков и зрителей. Меня представили его как Хранителя традиций, но тогда я не понял в чем заключается его роль и как он попал на игру. В дальнейшем, уже часто играя в эту игру, я все еще не находил ответов на свои вопросы. Наконец, ответы на эти вопросы получены в беседе с человеком, который стал своего рода визитной карточкой игры. Думаю, что это будет интересно для всех резидентов интеллектуального клуба.



**Г-н Ваграмян, как Хранитель традиций, Вы поддерживаете игру, не пропуская ни одного дня, когда собираются знатоки. Поскольку Вы стали неким символом игры, расскажите, пожалуйста, какое значение в Вашей жизни занимает эта игра?**

В первую очередь, хотелось бы отметить, что я очень рад, что оправдал ожидания игроков и зрителей. Я постараюсь и впредь оправдывать их. Любовь к этой игре у меня началась с хобби, которое стало частью моей жизни, без которой я уже не могу назвать свою жизнь полноценной. В свое время эта игра помогла пережить сложные времена. В период, когда Армения одной из первой из постсоветских стран заявила о своей независимости, она оказалась в тяжелой экономической ситуации. После распада Армения оказалась отрезанной от всего мира в экономическом плане. Вдобавок ко всему страна пережила войну в Нагорном Карабахе и сильное землетрясение. Многие люди не выдерживали и покидали страну. Нас было несколько друзей, которые каждый вечер собирались дома возле печки-буржуйки, где мы грелись, выпивали немного вина, жарили картошку, коротая время за разговорами и игрой в карты.

Однажды во время одной из таких посиделок один из друзей вдруг задал нам вопрос, над которым мы думали достаточно долго. В следующий раз, когда мы снова собрались, он задал очередной вопрос. Постепенно это превратилось в традицию, а число людей, собирающихся за вечерними беседами, стало увеличиваться. Тот парень, который задавал нам вопросы, неожиданно для себя получил общественную нагрузку, поскольку теперь каждый раз мы ждали от него все больше новых и интересных вопросов. С учетом того, что в то время у нас не было компьютеров, интернета и обширного доступа к новой информации, наш источник вопросов тратил

много времени и сил, чтобы искать новые вопросы. Он начал проводить время за чтением книг, выискивая новую информацию, из которой он формировал вопросы для нас. Его вопросы, которые он задавал нам каждый вечер, стали ярким и светлым моментом, который скрашивал наши серые, кризисные будни. Было действительно вкусно, почему я говорю вкусно, потому что в то тяжелое время его инициатива оказалась тем светлым моментом, который скрашивал наши серые будни. Мы с нетерпением ждали следующего дня, что помогло нам пережить тяжелые времена.

Со временем, когда экономическая ситуация в стране начала улучшаться, у нас образовался свой интеллектуальный клуб. Мы приятно и с пользой проводили время, а те, кто собирался во время вечерних разговоров у печки, образовали его костяк клуба, который дальше развивался и существует и по сей день. Поэтому данная игра является очень важной для меня.

**ВО ВСЕМ МИРЕ, У ЛЮДЕЙ, НАЧИНАЯ С МАЛОИМУЩИХ И ВОРОВ, ЗАКАНЧИВАЯ КОРОЛЯМИ И ВОЕНАЧАЛЬНИКАМИ, ФИЗИЧЕСКАЯ СИЛА НИКОГДА НЕ ИМЕЛА ПРЕИМУЩЕСТВА НАД УМСТВЕННОЙ**



**Как Вы оказались участником астанинских игр?**

Три года назад, зимой я прилетел в Астану по своим делам. Было до того холодно, что, когда я вышел из самолета, мне, как непривыкшему к холоду человеку, захотелось улететь обратно. В первое время, поскольку я никого в городе не знал, мне было очень тяжело и одиноко.

Первые игры «Что?Где?Когда?» проводились в ресторане «Портофино», где моя жена работала администратором. Иногда я заезжал за ней, чтобы забрать ее домой. Как-то раз я случайно заглянул в зал и увидел, что там проводится любимая моя игра. Это стало глотком свежего воздуха для меня. Я зашел в зал и со стороны наблюдал за играми. По сравнению с сегодняшними играми, первые игры были слабее в части уровня сложности вопросов. Тогда я про себя отвечал на 80% вопросов, которые задавались знатокам. В конце одной из игр я познакомился с ведущим и спросил у него насчет возможности предложить свои вопросы для последующих игр. Не хочу казаться хвастливым, но тогда мне казалось, что я смогу задать такие вопросы, которые сделают игру интереснее. Дмитрий Колодкин дал мне свой email, куда я позже скинул свои вопросы. Я стал регулярно приходить на игры. Когда задавались мои вопросы, и знатоки просили помощь зала, я подсказывал с ответами. Впоследствии, мне предложили стать Хранителем традиций. Так я появился на этой игре.

**Как в Армении играют в «Что?Где?Когда?»**

В свое время, когда у нас еще не было телевизионной версии, мы начинали играть в эту игру. Тот ведущий, который сейчас является ведущим игры в Ереване, создавал передачу с нуля. Когда он узнал, что в нашем городке тоже есть своя команда знатоков,

он пригласил нас играть. Это было в начале 90-х. Сегодня в Армении есть формат игры, абсолютно идентичный оригинальной версии. Единственное различие заключается в том, что символом игры вместо хрустальной совы у нас является мраморный орел.

**Самый любимый вопрос, который Вы задавали в рамках астанинских игр.**

Я много вопросов задавал, но вопрос про пиковую даму, который не взяли на одной игре, является одним из моих самых любимых.

«Перед вами картина французского художника Жюль-Жозеф Люфера (1836-1911) под названием «Клеменс Изаура» Андре Гретри, французский оперный композитор XVIII века написал оперу «Ричард Львиное сердце», где это дама являлась внебрачной дочкой английского крестоносца короля Ричарда, а ария, посвященная ей, называется «Ария Лоретты».

Эту арию написал известный русский композитор. Вспомните его и через минуту скажите где мы можем встретиться с этой дамой?

Ответ: П.И. Чайковский написал оперу «Пиковая дама», которую мы можем встретить в колоде карт».



**Есть ли у Вас профессиональная интуиция, благодаря которой Вы можете определить какая из двух команд, играющих в один вечер, выиграет?**

Предчувствия того, кто выиграет у меня нет, но есть предчувствие какая команда больше зажжет за игровым столом. Я примерно могу предположить харизма, энтузиазм и настрой какой команды будет ярче, и какая команда сможет не просто сыграть, а показать шоу.



**ВО ВСЕМ МИРЕ, У ЛЮДЕЙ,  
НАЧИНАЯ С МАЛОИМУЩИХ И ВОРОВ,  
ЗАКАНЧИВАЯ КОРОЛЯМИ  
И ВОЕНАЧАЛЬНИКАМИ,  
ФИЗИЧЕСКАЯ СИЛА НИКОГДА  
НЕ ИМЕЛА ПРЕИМУЩЕСТВА  
НАД УМСТВЕННОЙ**

**Каким будет Ваш ақыл-кеңес?**

Во всем мире, у людей, начиная с малоимущих и воров, заканчивая королями и военачальниками, физическая сила никогда не имела преимущества над умственной. Физическая сила нужна для здоровья, а для того, чтобы сохранить его, нужен ум. Сегодня мы находимся в огромном потоке информации. Людям необходимо держать мозг в форме,

чтобы ориентироваться в этом потоке. Советую постоянно заниматься умственными упражнениями и держать мозг в тонусе. А напоследок, я хотел бы задать читателям журнала вопрос: «Представьте себе черный ящик. Содержимое черного ящика является ответом на армянскую загадку. То, что лежит в черном ящике это шампур из мяса, а мясо из металла. Что находится в черном ящике?»



СЕРИЯ ИГР ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО КЛУБА



ЧТО? ГДЕ? КОГДА?

г. Астана

Каждую среду

+7 771 020 0118



ЧТО\_ГДЕ\_КОГДА\_АСТАНА  
AKYLKENES\_MAGAZINE

# ПРАЗДНЫЙ МОЗГ – ЛАБОРАТОРИЯ ДЬЯВОЛА



Интеллектуальная игра «Quantum», популярная в южной столице, каждую неделю собирает людей, которым интересны общение и умный досуг. Я бы назвал формат данной игры достаточно располагающим и комфортным. Все, начиная с дружественного отношения команд друг к другу, соответствующей

атмосферой в игровом зале, заряженными на игру участниками, и заканчивая харизматичным ведущим, заставляет всецело погрузиться в игру.

Я полагаю, что название игры взято из квантовой физики, которая определяет, что некоторые физические величины могут принимать только определенные значения.

Поскольку правила игры гласят о том, что на задаваемый вопрос нужно дать один и максимально точный ответ, я полагаю, что не ошибся в своем предположении.

Если я ошибся, прошу физиков и организаторов игры меня поправить.

После игры, когда были выявлены победители и гости разошлись, я побеседовал с организатором игры, **Карлыгаш Исабековой** и ведущим игры, **Евгением Жумановым**.

Всем, кто любит интеллектуальные игры, предлагаю получше ознакомиться с этой игрой и узнать некоторые, невидимые, закулисные моменты игры, о которых рассказали мои собеседники.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**



**Сколько усилий было приложено организаторами, чтобы Евгений согласился стать постоянным ведущим этой игры?**

**Евгений:** Собственно, раздумывать было не о чем. Не то, чтобы я согласился или отказался. Я просто не раздумывал ни секунды. Я бесконечно благодарен Карлыгаш за то, что она пригласила меня. Я без лишних разговоров с удовольствием дал утвердительный ответ. В процессе принятия решения для меня ключевым было сочетание слов «интеллектуальная» и «игра».

Меня заинтересовал формат игры. Поэтому, когда Карлыгаш мне позвонила, а мы слава Богу много лет дружим, общаемся и знаем друг друга очень хорошо, я согласился стать ведущим этой игры.

**Карлыгаш:** Евгения никогда нельзя встретить на всевозможных свадьбах в качестве тамады. Он выбирает такой формат, где комфортно, прежде всего, ему, а не гостям. Тогда он владеет аудиторией и чувствует ту отдачу от людей, которая ему нужна для того, чтобы на высоком уровне провести мероприятие. Я не сомневалась, что он согласится, так как видела только Евгения Женю ведущим этой игры. Кстати, **Замира Садакина** тоже приложила тут руку.

**Евгений:** Да, ей тоже большое спасибо! Замира – наша общая хорошая знакомая. Мы с ней сотрудничали на проекте «Быстро и вкусно», который мы поочередно вели с Карлыгаш.



**ПРОЕКТ «QUANTUM» – ЯВЛЯЕТСЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО КАЗАХСТАНСКИМ ПРОДУКТОМ, РАБОТАЮЩИМ БЕЗ КАКОЙ-ЛИБО ФРАНШИЗЫ**

**Какова предыстория этой игры?**

**Как давно она существует?**

**Карлыгаш:** Игра началась задолго до моего прихода. **Асхат Утегулов** является автором формата этой игры. Чуть позже он пригласил меня, чтобы усилить организационную компоненту. В итоге, я сама увлеклась интеллектуальными играми. Правда, я немного сомневалась: нужно было решать либо я игрок, либо организатор.

В итоге, мы с Асхатом стали со-партнерами игры. Я присоединилась к проекту в конце прошлого года, когда было отыграно восемь игр. Проект «Quantum» – является исключительно казахстанским продуктом, работающим без какой-либо франшизы. Игра состоялась благодаря великолепной задумке Асхата и нашей технической команде, которые разработали программное обеспечение специально для этой игры.

**Евгений:** Меня очень привлекает то, что данная игра является полностью авторской.

**Карлыгаш:** Мы не стали изобретать велосипед. Мы все равно ориентируемся на ставшую очень популярной игру «Что? Где? Когда?», считающейся родоначальником всех интеллектуальных игр. Когда эта игра появилась, она полюбилась многими и в дальнейшем начали появляться различные производные от этой игры.



Сейчас во всем мире придумываются различные интеллектуальные игры, но, как показывает практика, создателями этих игр, в основном, являются выходцы из постсоветского пространства, которых еще называют «детьми Ворошилова».

Лично я начинала с игры «Угадай за 60 секунд». Именно, благодаря этой игре я вникла в суть интеллектуальных игр и вошла в азарт. Но все же отличие между нашими играми есть. Оно заключается в техническом плане и в аудитории. У каждой игры свой формат и свои поклонники. Бесспорно, общим знаменателем для всех игр подобного формата является минута, данная на размышление игрокам.

**Как формируются вопросы?**

**Карлыгаш:** Есть много людей, которые специально придумывают вопросы. Все вопросы аккумулируются в огромной базе данных, наработанной годами. мире есть авторы, которые работают в формате создания вопросов. В этой базе данных собраны вопросы из разных интеллектуальных игр, как «Что?Где?Когда?», «Брейн ринг» и т.д. Поэтому мы тоже пользуемся этой базой, как и представители других игр, немного видоизменяя или адаптируя их. В наших играх задаются свои, авторские вопросы.

**ОЧЕНЬ ВАЖНО СОПРОВОЖДАТЬ ВОПРОС СОПУТСТВУЮЩЕЙ ИНФОРМАЦИЕЙ, ЧТОБЫ ИГРАЮЩИМ БЫЛО ИНТЕРЕСНО**

**Евгений:** Я вот сейчас пытаюсь дебютировать в роли автора вопросов. Я уже успел отправить несколько вопросов, один из которых даже был принят на вооружение.

**Есть ли риск, что некоторые дотошные игроки, зная о существовании этой базы данных вопросов в открытом доступе, будут приходить подготовленными?**

**Евгений:** Эта база настолько большая, что ее просто физически невозможно охватить. Это даже не госэкзамен, состоявший всего из 15-20 билетов, которые и то было невозможно все выучить. Зайдя в эту базу, в ней можно просто потеряться. Некоторые игры доказали, что дотошные или профессиональные игроки не всегда выигрывают.

Например, в нашей игре участвуют такие профессиональные знатоки из «Что?Где?Когда?», как Игорь Пятов из команды «Они видели Ленина», а также Анвар Мухаметкалиев и Валерий Володин из команды «Хлеб и розы».

Так вот, на одной из наших последних игр команда Игоря Пятова была третьей, несмотря на свой опыт и профессионализм.

**Сколько времени занимает подготовка к игре?**

**Карлыгаш:** Продолжая мысль Евгения, хотела бы отметить, что те профессиональные игроки, играющие в «Что?Где?Когда?», входят в рейтинг 50 лучших игроков. Поэтому мы всегда должны учитывать интересы тех, кто играет с ними. Для продвинутых игроков мы готовим более сложные вопросы.

**Евгений:** К формированию нашей вопросной базы я присоединился относительно недавно. До этого я выполнял исключительно функцию ведущего. Мое время подготовки к игре зависело от того, когда эти вопросы для вечерней игры будут сформированы и высланы мне на электронный адрес. Все зависит от того как ребята подготовят вопросы. Бывало, что вопросы я получал за день до игры, а бывало, что получал их на утро перед игрой. После получения вопросов я тут же начинаю подготовку, стараюсь найти к каждому вопросу пролог и эпилог. Очень важно сопровождать вопрос сопутствующей информацией, чтобы играющим было интересно. Простое зачитывание вопросов и ответов рассматриваю, как минимум, неуважение по отношению к резидентам нашей игры.

**Карлыгаш:** Я не буду скрывать от Евгения, что для нас очень важно то, что он делает то, что ему нравится. Порой он залетает на игру с горящими глазами и говорит: «Я столько интересного могу рассказать по поводу сегодняшних вопросов, но это может превратиться в лекцию». И его горящие глаза дорогого стоят. Евгений через сердце пропускает всю информацию, он понимает, о чем говорит и плюс ко всему может дать массу занимательной и полезной информации.

**Евгений:** Как только заканчивается игра, я уже скучаю по ней. Я всю неделю жду пятницу, чтобы вечером стремглав бежать на нашу игру.

**Какие были интересные случаи или казусы?**

**Карлыгаш:** Ой, этих казусов у нас было предостаточно. Люди порой думают, что играть легко и просто. Они считают, что, услышав вопрос, можно легко дать ответ. Но на самом деле в игре, в ее организации имеется очень много нюансов. Если мы хотим делать интеллектуальные игры для людей, которых мы уважаем, то мы должны очень серьезно подходить к подготовке, поскольку всегда может возникнуть спорные моменты во время игр. Каждый игрок считает себя интеллектуалом и имеет свое мнение и ответ на вопросы. Вся соль лежит в ответах.





Естественно, возникают спорные моменты и даже бывало, что команда уходила с игры, будучи несогласной с правильными ответами. Нам приходилось спорить и доказывать. Если мы видим, что какие-то вопросы неправильно составлены в силу человеческого фактора, то мы всегда признаем свои ошибки и извиняемся перед игроками. Мы всегда стараемся восстановить справедливость. Мы хотим, чтобы люди играли не ради призовых мест, а ради удовольствия. Все знатоки, которые пришли ни игру после работы, отключаются на время игры от всех своих проблем, полностью сконцентрировавшись на игре. Иногда мы добавляем несколько вопросов, ответы на которые могут оказаться смешными и необычными, чтобы слышался смех в зале.

**Помимо игры «Quantum Premium» у Вас есть «Quantum Neo». Это какие-то две разные лиги?**

**Карлыгаш:** У нас имеются игроки с разным уровнем подготовки. Premium – игра для тех, кто заточен на высокий уровень и в ком сидит спортивный интерес.

Neo – это игра для новичков, которые хотят попробовать себя в интеллектуальных играх. В этой лиге и вопросы полегче и ниже возрастной порог игроков. Можно сказать, что Premium и Neo представляют собой профессиональную и любительскую лигу в футболе.



**Где проводятся ваши игры?**

**Карлыгаш:** В летнее время Quantum Premium мы проводим в «Паладиум», а Quantum Neo – в «АртХаус». Во время осенне-зимнего периода мы играем в «Гоголе». Кстати, «Гоголь» – это первое заведение, которое согласилось с нами сотрудничать. Там мы начали свой яркий старт.

**Каким будет дальнейшее развитие игры?**

**Карлыгаш:** К подготовке каждой игры мы подходим основательно: от ведущего, который готовится к игре, детально изучая вопросы, заканчивая техническим оснащением.



Мы пользуемся дорогим программным обеспечением, которое не каждый организатор подобных игр может себе позволить. Мы заранее продумываем свои дальнейшие шаги, и сейчас потихоньку готовимся к финальным играм, которые будут проводиться в конце года.

Могу сказать, все, кто вовлечен в организацию этой игры, относятся к ней как к хобби, как к отдушине. Но несмотря на это, мы профессионально и ответственно относимся к игре, продолжая совершенствовать ее техническую сторону.

Мы планируем внедрить новшество, которое на ближайших играх будет опробовано.

Постоянно получая отзывы и предложения от наших игроков, мы стараемся учитывать их в дальнейших играх.

Как говорится, театр начинается с вешалки, а у нас игра начинается с первой ступеньки, по которой человек поднимается к нам, которого мы ждем как члена семьи, которого ждут с теплотой. Люди, которые однажды приходят к нам, остаются с нами надолго.





**Каким будет финал игры?**

**Карлыгаш:** В течение года мы сохраняем результаты лучших игроков, из которых будут формироваться сильнейшие команды. Имена победителей финала будут наноситься на кубок. Планируется участие 15 лучших команд в финале этого года. Вообще, идея будь-то финала или еженедельных игр, заключается в том, чтобы в рамках Quantum сформировать площадку для людей, которые, помимо игр, будут общаться друг с другом, заводить полезные деловые знакомства.

**Евгений:** Если взглянуть на портрет человека, играющего в нашу игру, то это преимуще-

ственно состоявшийся и самодостаточный человек, обладающий высоким интеллектом и хорошим чувством юмора. В Quantum Neo играет молодежь, предпочитающая утонченный вид досуга, дающий пищу для ума. Основной проблемой всех интеллектуальных игр является сомнение и неуверенность людей, которые хотят играть, но боятся пробовать. Самое сложное, это убедить человека начать играть. Зато, если они попробуют, то в дальнейшем они хорошо втягиваются в игру и раскрываются.

В конце концов, наша игра не настолько строгая и аскетичная.



**Каким будет ваш ақыл-кеңес?**

**Карлыгаш:** Я живу по принципу движения вперед, несмотря ни на что, прощения своих и чужих ошибок и наполненностью добром. Вроде, все просто и понятно, но для истинного осознания и следования им нужны опыт и время.

**Евгений:** Озвучу прописные истины. Мозг хоть и не мышцы, но все же поддается тренировке. Я советую побольше читать, слушать и узнавать интересное и красивое, что имеется вокруг нас.

Необходимо постоянно тренировать нейронные связи, которые потихоньку отмирают, если их не тренировать. Как известно, нейроны пробивают новые пути к старой информации. Праздный мозг – лаборатория дьявола.

**ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМОЙ ВСЕХ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ИГР ЯВЛЯЕТСЯ СОМНЕНИЕ И НЕУВЕРЕННОСТЬ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ ХОТЯТ ИГРАТЬ, НО БОЯТСЯ ПРОБОВАТЬ**

# УГАДАТЬ ЗА 60 СЕКУНД

В марте 2016 года, благодаря международной команде «АСР GAME», на рынке появилась новая интеллектуальная игра «Угадать за 60 секунд», ставшей альтернативным видом досуга для людей. Эта игра сегодня известна очень многим жителям Алматы и Астаны.



Сегодня в эту игру играют известные бизнесмены, успешные и состоявшиеся люди, которые ценят свое время и хотят проводить его с пользой. За полтора года у проекта появилось множество новых друзей, замечательных партнеров.

В конце 2016 года юные интеллектуалы получили возможность участвовать в играх детского формата в рамках проекта «АСР GAME Kids». По воскресеньям дети с удовольствием играют в «Читай. Слушай. Смотри.» и «Угадать за 60 секунд». По инициативе организаторов в каждой игре принимают участие воспитанники детских домов.

Интеллектуальные игры перекочевали из телестудий в прекрасные рестораны. Знатоки – люди, накопленные знания которых

## ЗА ПОЛТОРА ГОДА ПОЯВИЛИСЬ НЕ ПРОСТО ПОКЛОННИКИ ИГРЫ, А САМЫЕ НАСТОЯЩИЕ СПЛОЧЕННЫЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМАНДЫ ИГРОКОВ

столь обширны, что у них есть потребность ими делиться, применять в деле, соревноваться с другими и получить не только замечательные призы, но и самое главное – живое, человеческое общение, которого так в наше время не хватает.

На играх не используется никакая техника, вопросы записываются под диктовку, ответ обдумывается одну минуту, во время которой

можно узнать необычные грани участников команды, понять свои слабые места и порой всем вместе просто посмеяться над собой, не найдя ответа на, казалось бы, очевидный вопрос. За полтора года появились не просто поклонники игры, а самые настоящие сплоченные и профессиональные команды игроков.

Казахстанская команда принимала участие на играх в Москве, заняв там первое место! Официальным представителем в Казахстане – является **Татьяна Будаева**, партнером проекта – **Зульфия Хайбуллина**, партнером проекта в Астане – **Камилла Сафинова**.

Лучшие рестораны Алматы и Астаны предоставляют свои площадки для игр, а лучшие ведущие Казахстана по четвергам задают каверзные вопросы участникам. Дружная команда АСР GAME Kazakhstan проделала отличную работу по популяризации интеллектуального отдыха.



## КАСПАРОВ И ВРЕМЯ

Все мы помним великие возвращения в боксе, когда на ринг снова поднимались уже немолодые, потерявшие скорость и ударную мощь, но в глазах своих поклонников все еще непревзойденные Мохамед Али, Джордж Формен, Лэрри Холмс или Майк Тайсон... Так же мы хорошо помним, чем все это заканчивалось. Уложив на настил пару-тройку «мешков», они выходили на бой с молодыми претендентами, – и все тут же становилось на свои места. Не так давно легендарный игрок, Гарри Каспаров, 12 лет назад ушедший из шахмат, решил повторить этот трюк, но и он оказался невластен над Временем.

**ЕВГЕНИЙ АТАРОВ**



Тогда, в 2005 году уход Каспарова почти всеми воспринимался как трагедия. В свои 42 года он по-прежнему оставался первым номером мирового рейтинга, но носил в душе массу обид. Была обида на Владимира Крамника, который без всякого отбора получил права на матч за корону-2000, так и не дал ему реванша. На Всемирную федерацию, запутавшую его в паутине интриг, и несколько раз откладывавшую его матчи с чемпионами FIDE. Да, на весь шахматный мир, который не поддерживал амбиций Великого и Ужасного.

Выиграв чемпионат России и очередной супертурнир в Линаресе, Гарри откровенно «хлопнул дверью». Какое-то время любители шахмат думали, что все это не всерьез, что он передумает и вернется. Но чем больше проходило времени, тем очевидней становилось: Каспаров уже никогда больше не сядет за доску. По-настоящему.

Лекции, сеансы – не в счет.

Что ж, в шахматах случалось и не такое. Бобби Фишер вообще ушел в расцвете сил, не сыграв ни одной партии в ранге чемпиона мира. Со временем боль утраты прошла, а у людей появились новые герои. Вот только едва стало известно, что в августе этого года Каспаров собирается сыграть в американском Сент-Луисе в быстрые и блиц, переполюшился весь мир!

Ажиотаж был вполне сравним с «возвращением» Фишера, который в 1992 году сыграл «матч-реванш века» против своего исторического соперника, Бориса Спасского, после чего окончательно исчез с небосклона. В отличие от гениального Бобби, считавшего что за 20 лет в шахматах ничего не изменилось, Каспаров осознавал, на какой шаг он идет. Отсутствие постоянной работы, наигрыша и, что, по словам Гарри, гораздо важнее, утеря «шахматного мышления», которое позволяло ему достигать Эвереста концентрации

во время партии, давало его соперникам слишком большую фору. Плюс возраст внесил свою лепту в эту ситуацию: в апреле Каспарову исполнилось 54, а большинству его соперников не было еще и тридцати.

Несмотря на это, тысячи любителей и профессионалов, которые не раз убеждались в гениальности Каспарова-шахматиста, продолжали верить, что чудо возможно.

Увы. Реальность оказалась слишком сурова. Мы увидели заметно погрузневшего, немолодого, отвыкшего от сверхнапряжения борьбы и часто не способного совладать со своими эмоциями человека. Каспаров не только не творил за шахматной доской, он даже не играл. Он мучился. Не в последнюю очередь от чувства собственного бессилия.

Нет ничего хуже, когда ты четко знаешь, что надо сделать, но не находишь способа – как. Воспитанный суровым Ботвинником, Гарри всегда слишком критически относился к каждому своему ходу, каждому решению. Но то, что несло огромную пользу в пору его расцвета, буквально скручивало ему руки теперь. Кажется, чемпион слишком серьезно воспринимал происходящее с ним, несмотря на всю «несерьезность» формата.

Право, смотреть на тень великого шахматиста в Сент-Луисе было больно. Каспаров, в свое время на две головы превосходивший всех в дебюте, теперь через силу вспоминал теорию, не уравнивая порой белыми. Время от времени терял концентрацию и «засыпал», не в силах вспомнить, над чем думал.

Случались и явные нелады со счетом вариантов – в Сент-Луисе не было ни одной партии, в которой он хоть что-нибудь не зевнул.

Надо сказать, что за те 12 лет, которые прошли с ухода Каспарова, шахматы заметно изменились. Сузились дебютный горизонт и дорожка почти единственных ходов с обеих сторон, явно возросла плотность борьбы и «цена» каждого хода. С тотальным засилием компьютеров некогда творческая игра стала куда более сухой и прагматичной.

Сказать, что Каспаров пришел к турниру с пустыми руками, было бы неправдой. Ему удалось блеснуть даже несколькими новинками. Вот только проку от них не было никакого, когда раз за разом он давал противникам огромный гандикап по времени, выбиваясь из сил к решающему отрезку партии. Шквальный огонь его орудий не достигал целей. Перестала действовать на соперников и магия его имени. В былые времена уже сам факт встречи с Каспаровым часто заставлял их принять поражение еще до пуска часов, после чего они обыгрывали сами себя. А в Сент-Луисе минимум половина участников воспринимала Гарри скорее, как ветерана, которого желательно бы обыграть.

К этому Каспаров морально точно не был готов, демонстрируя явное раздражение от признаков «неуважения». Или, может, за 12 лет мы просто отвыкли от его живой мимики, экспансивной жестикуляции, которой он награждал каждую метаморфозу на шахматной доске: хватался за голову, откидывался на спинку стула, разводил руками, строил рожи и выкатывал глаза.

Тем более, поводов для этого было более чем достаточно. Если почитать выступления экс-чемпиона мира сразу после турнира, невольно может сложиться впечатление, что он мог бы легко сокрушить соперников, захоти он этого по-настоящему. Удели подготовке не пару недель, а несколько месяцев, набрав за это время соответствующую форму. Но именно это как раз-таки и отличает профессионала от любителя, а Каспаров причисляет себя исключительно к последним. Раз за разом он повторяет: вы хотели увидеть меня в игре – вы увидели. И не собирается менять свою жизнь ради того, чтобы вернуться. Ему просто не нужно это. Тем же, кто соскучился по «настоящему Каспарову», могут обратиться к кадрам кинохроники или к его партиям, благо которые за 12 лет, прошедших с его ухода из шахмат, не утратили ни своей яркости, ни привлекательности.

Что же мы имеем в сухом остатке? Какое значение для шахмат имело возвращение Каспарова? Почти никакого. Это был не более чем ностальгический эксперимент, который никак не повлияет на вектор их развития или, как считают некоторые профи, умирания. Ну а для самого Гарри? Вопрос! С одной стороны, он холодно смотрит на свои возможности, но, что бы он ни говорил сейчас, а восьмое место при десяти участниках сродни пощечине великому спортсмену. Почти как падение Усейна Болта на последней в его жизни 100-метровке во главе некогда «золотой» команды Ямайки. Сможет ли он с этим жить или у любителей шахмат появится еще один шанс увидеть его за шахматной доской?

**«Я СТАРАЛСЯ ИГРАТЬ ИНТЕРЕСНО. ХОТЕЛОСЬ ПОСМОТРЕТЬ, ГДЕ ГРАНИЦА ДОПУСТИМОГО РИСКА. ШАХМАТЫ ЗА ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ УШЛИ ДАЛЕКО ВПЕРЕД, ОНИ СТАЛИ ГОРАЗДО ЖЕСТЧЕ», – ПОДЕЛИЛСЯ МНЕНИЕМ КАСПАРОВ ПОСЛЕ ТУРНИРА.**

**16 МАРТА**  
**MARCH 16**  
**2018**



**VII ЕЖЕГОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ**

**«КАЗНЕФТЕГАЗСЕРВИС – 2018: НЕФТЕГАЗОВОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО И ИНЖИНИРИНГ»**

**УЧАСТИЕ ДЛЯ ЧЛЕНОВ СОЮЗА НЕФТЕСЕРВИСНЫХ КОМПАНИЙ КАЗАХСТАНА - БЕСПЛАТНОЕ**

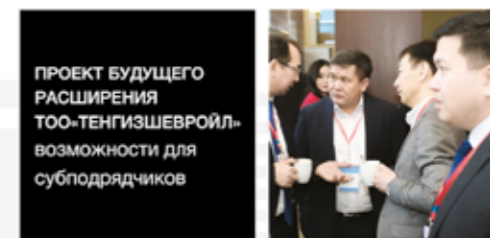
- ПРОЕКТ БУДУЩЕГО РАСШИРЕНИЯ ТОО «ТЕНГИЗШЕВРОЙЛ», возможности для субподрядчиков
- ПРОЕКТ РАСШИРЕНИЯ КАРАЧАГАНАКСКОГО МЕСТОРОЖДЕНИЯ, Karachaganak Petroleum Operating B.V.
- РАСШИРЕНИЕ КАШАГАНА, ПРОЕКТ ЦК-01 North Caspian Operating Company
- РЕАЛИЗАЦИЯ МОРСКИХ НЕФТЕГАЗОВЫХ ПРОЕКТОВ (Хазар, Каламкас-море, Жамбыл, Сатпаяев)

**VII ANNUAL**

**KAZNEFTEGAZSERVICE – 2018 CONFERENCE: OILFIELD CONSTRUCTION & ENGINEERING**

**THE PARTICIPATION FOR MEMBERS OF THE ASSOCIATION OF OIL SERVICE COMPANIES OF KAZAKHSTAN IS FREE OF CHARGE**

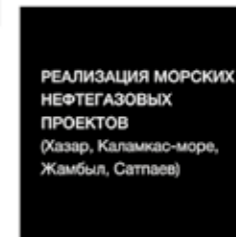
- Future Growth Project, Tengizchevroil LLP, subcontracting opportunities
- Karachaganak Expansion Project, Karachaganak Petroleum Operating B.V.
- Kashagan expansion, CC-01 project, North Caspian Operating Company
- Offshore oil&gas projects (Khazar, Kalamkas-Sea, Zhambyl, Satpayev)



РАСШИРЕНИЕ КАШАГАНА North Caspian Operating Company



ПРОЕКТ РАСШИРЕНИЯ КАРАЧАГАНАКСКОГО МЕСТОРОЖДЕНИЯ, Karachaganak Petroleum Operating B.V.



РЕАЛИЗАЦИЯ МОРСКИХ НЕФТЕГАЗОВЫХ ПРОЕКТОВ (Хазар, Каламкас-море, Жамбыл, Сатпаяев)

**Renaissance Hotel Atyrau**

Тел./Tel.: +7 (7172) 66 56 34

E-mail: [conference@kazservice.kz](mailto:conference@kazservice.kz) | [www.kazneftegazservice.com](http://www.kazneftegazservice.com)

GENERAL PARTNER

**FIRCROFT**

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР

# СПОРТ КОРОЛЕЙ И КОРОЛЬ СПОРТА

ДАУРЖАН АУГАМБАЙ

Конное поло считается одним из наиболее зрелищных и благородных видов спорта в мире. Название «поло» происходит от индийского слова «pulu», которое означает «древесина», из которой раньше делались мячи. Именно в Индии, в середине XIX века, этот спорт приобрел современные формы, когда скучающие офицеры Британской империи подглядели эту игру у местного населения. В последующем в среде английских офицеров поло распространилось, в первую очередь, как боевое искусство, поскольку позволяло поддерживать боевую и физическую форму в мирное время.

Чуть позже в эту игру стали играть английские аристократы и члены королевской семьи. В первой половине XX века игра была включена в Олимпийские игры, набирая популярность среди людей. Несмотря на постепенное развитие игры, поло не стало игрой масс. Не зря Уинстон Черчилль называл поло пропуском в большой мир влиятельных и богатых людей. Среди англичан бытует мнение, что с Ее Величеством гораздо проще познакомиться на трибунах стадиона, где проходит матч по конному поло, чем на приеме в Букингемском дворце.

Сегодня конное поло является благородным и дорогим видом спорта, наряду с гольфом, теннисом и парусными регатами. Человеку, решившему заняться этим спортом, нужно будет раскошелиться, не говоря уже о личном обмундировании и содержании конюшни, необходимо иметь несколько лошадей, поскольку не каждый скакун может выдержать нагруз-

ку в течение двух таймов (чакеров). Однако именно в конном поло, как нельзя кстати, раскрываются преимущества казахской степной лошади, обладающей неизмеримо более высокой выносливостью. Если для любой лошади культурных пород даже один чакер является серьезной нагрузкой, то наши аборигенные лошади легко выдерживают по три-четыре чакера. Отсюда можно сделать вывод, что наши лошади существенно снижают необходимость иметь по несколько лошадей, что сыграло на пользу популяризации поло.

Также эта игра не терпит дилетантства и слабости. Обычно в этой игре преуспевают те, для кого она стала образом жизни с юных лет. Но наслаждаться и заниматься этим спортом можно любому человеку вне зависимости от его уровня физической подготовки, пола и возраста.

Поло может заменить людям фитнес, ведь он требует от всадника определенной сноровки. Помимо умения держаться в седле, нужно управлять лошадью, держа повод одной рукой, забивать клюшкой мяч в ворота соперника.



Помимо личных тренировок, необходимо вырабатывать спортивные навыки у лошади, от которой требуется быстро разогнаться, тормозить, совершать стремительные рывки и резко разворачиваться в зависимости от положения мяча, который может оказаться где угодно. Более того, лошадь должна быть волевой, но послушной; иметь устойчивую психику и выносливость. Лошадь должна чувствовать не только всадника, но и саму игру.

Существует такое понятие, как «понигол», означающее гол, забитый копытом лошади, а не клюшкой. Только по-настоящему талантливая и умная лошадь может забивать такие голы, вызывая огромный восторг у зрителей.

23 июля 2017 года в рамках празднования Дня Независимости Аргентины я имел честь присутствовать на товарищеском матче по конному поло между командами Аргентины и Ка-



захстана по приглашению **Асламбека Мешкова**, Руководителя Федерации конного поло Карагандинской области, который делится своим экспертным мнением о прошедшем матче.

**Идея организовать матч принадлежит...**

... Посольству Аргентины в Казахстане. Этот Матч был приурочен ко Дню Независимости Аргентины и её участию в международной выставке «ЭКСПО-2017».

Аргентинцы предложили организовать товарищеский матч, поскольку конное поло, как и танго, является их национальным брендом. В отличие от других стран, конное поло обрело максимальную популярность именно в Аргентине. Если во многих странах этот вид спорта относится к категории элитного, то в Аргентине он является по-настоящему народным.

Наша федерация с радостью согласилась поддержать их идею, предоставив хороших лошадей аргентинским игрокам. Матч был проведен в развлекательном комплексе «Акбозат».



**Составы команд и результат матча**

Команду Аргентины представляла Академия Поло Буэнос-Айреса «Polo Match» в составе Фернандо Швайцера, Пабло Кардарелли и Карлоса Освальдо.

Команда Казахстана была представлена Федерацией конного поло Карагандинской области в лице Руслана Мешкова, Александра Петрова, Арслана Кабжанова и Ерлана Канапина.





Матч закончился со счетом 5:3 в пользу аргентинцев. У аргентинцев три гола забил Фернандо Швайцер, два гола – Карлос Освальдо. В нашей команде по одному голу забили Александр Петров, Арслан Кабжанов и Ерлан Канапин.

**Успехи казахстанского конного поло**

В Казахстане подобные товарищеские матчи не проводились, это первый. В феврале-марте 2017 года наша федерация совместно с республиканской проводили турнир с участием поло клубов Мюнхена, Цюриха и Буэнос-Айреса. Этот турнир проходил в поло-центре «Акбулак», в Алматинской области. Кроме того, республиканская

федерация проводила в течение последних двух лет провела несколько внутренних турниров. Наши команды участвуют и на международных соревнованиях. В мае 2017 года наши ребята блестяще выступили в Мюнхене, заняв первое место, что для игроков с опытом игры не более двух лет является в высшей степени высоким результатом!

Недавно ко мне приезжал мой друг и партнер из Германии, Эдгар Шумахер. В одном из красивейших мест Карагандинской области мы провели мастер-класс по конному поло сельским ребятам. Также мы организовали показательный товарищеский матч.

Радует сердце, когда видишь талантливую молодёжь на селе, которая впервые играет в поло и в первый раз держит в руках клюшки. Они сыграли так, словно занимались конным поло несколько месяцев. После этой поездки я убедился в том, что молодёжи интересен этот вид спорта. В моих планах популяризация этого спорта в сельской местности.

На мой взгляд, это в большой степени будет способствовать развитию досуга в молодёжной среде, что, безусловно, нивелиру-

**ЭТА ИГРА НЕ ТЕРПИТ ДИЛЕТАНТСТВА И СЛАБОСТИ. ОБЫЧНО В ЭТОЙ ИГРЕ ПРЕУСПЕВАЮТ ТЕ, ДЛЯ КОГО ОНА СТАЛА ОБРАЗОМ ЖИЗНИ С ЮНЫХ ЛЕТ.**

ет проблему оттока молодёжи из сельской местности, и позволит сохранить для фермерских хозяйств ценные молодые кадры.

Ну и надо постепенно выводить конное поло из элитарной ниши, делая ее популярной и народной игрой. Посмотрите, как это дело обстоит в Аргентине: там каждая ферма имеет свою поло-команду.



Конное поло считается единственным командным видом конного спорта, кроме кокпара, но при этом предъявляет гораздо меньше требований к физической подготовке и полу игрока, что, несомненно, делает этот спорт более доступным для широкого круга людей.

**Ақыл-кеңес опытного всадника**

Я советую в своей жизни и деятельности всегда стремиться к высшим идеалам. Помните, берегите и развивайте всё то, что даровал нам Всевышний – наше Отечество, нашу Землю и наших детей. В этой связи, считаю, что нашей главной бедой является поклонение всему заграничному. Чаще вспоминайте слова из замечательной песни Вахтанга Кикабидзе: «Наверно земли есть и краше и теплей! Наверно есть, но мне других не надо».

Наш народ имеет вековые традиции коневодства, которые нельзя утрачивать, ведь вся жизнь нашего народа издревле была связана с лошадьми: наши предки вырастали в седле и проводили в нём всю жизнь. В крови наших людей живёт любовь к лошади и к конным видам спорта, которую нужно хранить.



Поэтому по возможности, старайтесь находить время для того, чтобы проводить время с лошадьми и ездить верхом. Лошадь исцеляет тело и душу, а также является энергетическим проводником между нами и землей. Только верхом на лошади человек по-настоящему может испытать чувство полета, не отрываясь от земли.



## ОНИ ЗАСТАВИЛИ МИР УВАЖАТЬ КАЗАХСТАН

В данной статье, являющейся продолжением серии статей о футболистах сборной Казахстана по фutsal, будет рассказано о **Серике Жаманкулове** и **Даурене Нургожине**, которые дебютировали на Чемпионате Европы, проходившего в 2016 году. Оба футболиста являются бронзовыми призерами Чемпионата Европы и входили в состав национальной сборной, впервые в своей истории вышедшей из группы. Стоит отметить, что **Серик Жаманкулов** забил во всех пяти матчах европейского чемпионата командам России, Хорватии (два мяча), Италии, Испании и Сербии. Забив в итоге шесть голов, он стал одним из лучших снайперов турнира. На сегодняшний день футболисты защищают цвета алматинского «Кайрата», готовясь к новому сезону, который обещает быть насыщенным и нелегким.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**

Редакция журнала благодарит **Думана Балыкбаева**, пресс-атташе Ассоциации фutsal Казахстана, за предоставленные фотографии



**Серик Жаманкулов**,  
игрок сборной  
Казахстана и  
АФК «Кайрат»

**Даурен Нургожин**,  
игрок сборной  
Казахстана и  
АФК «Кайрат»

*Все болельщики очень сильно переживают за вас и за нашу сборную. Поделитесь с ними эмоциями, которые вы испытываете, выходя на поле во время крупных международных турниров?*

**Серик Жаманкулов:**

Приятно слышать, когда за нас болеют, переживают и с уважением относятся как к личностям, признавая наши достижения и труд. Выходя на поле, я стараюсь максимально сосредоточиться на игре. Бывало, что родственники обижались, когда не смотрел в сторону болельщиков, которые поддерживали нас во время игры. В первое время чувствовалось сильное волнение в преддверии международных матчей. Но выходя на поле я свое волнение пересиливал. Несмотря на то, что у меня суровое лицо, внутри я достаточно спокоен и уверен. Перед выходом на поле начинает вырабатываться адреналин, а далее я уже играю достаточно уверенно и спокойно. Еще чувствуется большая ответственность в играх за свою страну и клуб. Играя против сильных соперников чувство ответственности просто зашкаливает. Получив опыт побед на престижных турнирах, я приобрел психологический иммунитет против сильного волнения и страха перед именитыми соперниками.



**Даурен Нургожин:**

Нам всегда приятно чувствовать поддержку болельщиков. Перед выходом на поле практически всегда присутствует небольшое волнение. Я полностью настраиваюсь на предстоящий матч, всецело думая о сопернике. Как только я оказываюсь на стадионе и выхожу на разминку, все волнение сразу пропадает, и я пребываю в ожидании свистка судьи, сигнализирующего о начале матча. Например, перед матчами со сборными Испании и Аргентины, меня переполняли эмоции и желание победить соперников. Главное, суметь направить эти чувства в правильное русло. Во время ответственных матчей стараюсь играть с горячим сердцем и холодной головой.

**Случай или обстоятельства, которые привели в футбол**

**Серик Жаманкулов:**

Когда я учился во втором классе мои друзья предложили мне записаться на футбол. Это было зимой и было скользко, когда мы шли в спортшколу. Я до того торопился, что шел по гололеду не слишком осторожно. Я упал и сильно ударился головой об лед, так и не дойдя до тренировки. Два года спустя мой родной старший брат, Ахат Жаманкулов, становится тренером, у которого я и начал заниматься футболом.





Он и привил во мне любовь к футболу, когда с малого возраста потихоньку учил меня владеть мячом. Он часто брал меня на тренировки, за которыми я наблюдал, сидя в коляске. Пока он тренировался за мной приглядывал его тренер. Он никогда не выделял меня, как своего братишку, и заставлял меня тренироваться наравне со всеми. Даже сейчас в тяжелые жизненные моменты он оказывает мне психологическую и братскую поддержку.

**Даурен Нургожин:**

Двери в мир футбола мне открыл мой родной старший брат, когда мне было семь лет. В школе он посещал футбольный факультатив, а я всегда следовал за ним и повторял все, что он делал. Так, потихоньку я начал заниматься футболом. Начал играть за школьную команду, потом за клуб «Шахтер». С 14 до 25 лет я играл за «Тулпар», в котором я научился мастерству футзала. Считаю, что нашему поколению повезло с такими тренерами, как Амиржан Муканов и Владимир Кравченко.

**В январе 2018 года будет проводиться Чемпионат Европы. Как Вы настраиваете себя на повторение очередного успеха? После ярких выступлений на последних чемпионатах весь мир ожидает от нашей сборной большего?**

**Серик Жаманкулов:**

До Чемпионата Европы осталось совсем мало времени. У нас сейчас проходят предсезонные сборы. Главное, пройти сборы без травм и хорошо подготовиться к новому сезону. Уже думаю о Чемпионате Европы, но помимо этого есть еще Чемпионат Казахстана, Кубок Казахстана, основной и элитный раунды в рамках клубных турниров. Во время сборов мы уделяем особое внимание своему питанию, усиленно тренируемся, сосредоточившись на предстоящие соревнования. После прошедших чемпионатов на нас уже смотрят по-другому. Тренерские штабы соперников



изучают нашу командную тактику и индивидуальные способности каждого игрока. Но мы тоже не стоим на месте, а наш главный тренер знает, как улучшить нашу игру. Уверен, что ближе к турнирам он поставит перед нами четкие задачи и настроит нас на победу.

**Даурен Нургожин:**

Да, впереди Чемпионат Европы. Надеюсь, мы все подойдем к нему в оптимальной форме. Если честно, то никакого давления не испытываю. Да, мы действующие бронзовые призеры, но мы остаемся скромной командой. Я не считаю нас фаворитами предстоящего турнира. Сейчас во всем мире уровень футзала очень вырос и легких матчей практически не бывает.



А фаворитами на предстоящем турнире я по-прежнему считаю сборные Испании, России и Италии. Наше дело продолжать усердно работать и постараться еще раз завоевать медали на этом престижном турнире.

**Свой гол я праздную...**

**Серик Жаманкулов:**

Когда я забиваю гол, я зажимаюсь. У меня не получается расслабиться и отпраздновать гол, как следует. Почему-то я стесняюсь это делать. Но я запомнил один свой гол, когда лежа забил вратарю сборной Италии и счет стал 2:0 в нашу пользу. После гола я побежал и встал в центр поля. Когда мы друг друга поздравляли, у меня по всему телу забегали мурашки, а в голову ударила ударная доза адреналина. Это был единственный гол, когда я сильно разволновался. Надеюсь, что в будущем я смогу более открыто праздновать свои голы.



**Даурен Нургожин:**

Каких-то особых фишек в праздновании своих голов у меня нет. Я и забиваю-то не особо много. Никогда не думал о том, как буду праздновать, если забью гол. Главное, принести пользу команде, не обязательно при этом забивая. Помню свой гол, забитый в ворота сборной Испании на Чемпионате мира в Колумбии. После него я забил еще один гол, но уже в свои ворота. Тут уже было мало приятных ощущений.



Я расстроился, но нужно было играть дальше и забыть об этом моменте. Да, счет мог быть другим. Но это футбол. В нем может случиться все что угодно. Автогол получился из-за того, что мы с Игитой хотели прервать передачу. Я не дотянулся и срезал мяч в ворота, когда он их уже успел покинуть.

**Курьезный случай, который произошел на крупных турнирах**

**Даурен Нургожин:**

Как-то мы ездили в Китай для участия в товарищеском матче с китайской сборной. Перед самой игрой нам сообщили о переносе матча на пять часов. Мы с Чингизом Есенамановым жили в одном номере и решили плотно поесть перед игрой.

Только мы успели поесть, как нам сообщают, что матч состоится через час. Мы быстро собрались и поехали на игру. Тогда мы очень сильно переживали, как будем играть с набитыми желудками. Приехали на стадион, а там даже ворот нет на поле. Мы прождали еще один час, но ворота так и не были установлены. Нам пришлось уехать обратно. А поели мы все-таки не зря.

**За кого из зарубежных национальных сборных Вы болеете?**

**Серик Жаманкулов:**

С детства болею за сборную Германии. Если на чемпионатах мира или Европы играют сборные постсоветского пространства, то болею за них. А так, конечно, мне сильно импонирует немецкая команда. Что касается зарубежных клубов, то я не ярый болельщик какого-то отдельного клуба. Но мне нравятся клубы «Бавария» и «Арсенал». Я больше болею за красивый и профессиональный футбол.

**Даурен Нургожин:**

Не хочу лукавить, но за национальные сборные других стран я не болею. А так я болею за испанский клуб «Атлетико». Мне нравится их командный дух и стиль игры. Не люблю, когда в каком-нибудь клубе играют одни звезды.

**В свободное время я...**

**Серик Жаманкулов:**

Свободное время я стараюсь проводить с семьей. Стараюсь находить время, чтобы навещать своих родных и близких. Конечно, не всегда получается это делать. Мы часто ходим в кинотеатры, ужинаем и выезжаем на природу.

**Даурен Нургожин:**

Если честно, то свободного времени у меня не так уж и много. Но когда нам предоставляют время для отдыха, я провожу его дома или хожу в баню, чтобы восстановиться после тренировок. В Алматы я живу один и часто вечерами хожу к Чингизу Есенаманову в гости, чтобы поиграть с его детьми.

**В своей жизни я бы изменил...**

**Серик Жаманкулов:**

Своей жизнью я очень доволен. Со мной рядом мои родные и семья. Все живы-здоровы. У меня мудрая супруга и умные дети. В спортивной жизни все идет хорошо. Я ничего не хотел бы менять в своей жизни. Безусловно, имеются моменты, которые можно улучшить, но это придет со временем.

**Даурен Нургожин:**

Я все оставил бы как есть. Если что-то произошло, то так должно было быть. Я хотел бы более серьезнее относиться к травмам.

**Мысли, которыми можно поделиться...**

**Серик Жаманкулов:**

В рамках клубных соревнований мы с командой «Кайрат» поехали на сборы в Бразилию. Там я увидел, что футзал и большой футбол развивается одновременно. В определенный период жизни каждый игрок начинает выбирать где у него лучше получается играть: в большом футболе или в футзале. Далее, они работают над совершенствованием своих навыков. Мне очень хотелось бы, чтобы наш детский футзал развивался, а по всей стране открывались детские футзальные школы.



Если прививать детям профессиональные навыки с детства, то в будущем они смогут усилить конкуренцию на внутренних чемпионатах в обоих видах футбола. Соответственно, это положительно отразится на международных выступлениях на клубном и национальном уровнях.

**Мой номер на футболке...**

**Серик Жаманкулов:**

Играю под номером «5». У меня нет особого предпочтения. Мне нравится цифра «5», поскольку когда-то под этим номером играл Зинедин Зидан. Вообще, я в разное время играл под разными номерами.



В детстве любил играть под номером «4», поскольку он принадлежал Рональду Куману. А так мне просто нравится «пятерка».

**Даурен Нургожин:**

Я раньше играл всегда под номером «5», но в «Кайрате» этот номер был уже занят. Со временем мне было безразлично под каким номером играть. Единственное, я не люблю цифры «6» и «13», а остальные цифры все одинаковые для меня. В сборной я играю под номером «18», но поскольку на чемпионатах мира разрешены номера от 1 до 14, я играю под номером «4». А так, в остальное время я играю под номером «18».



**СЕЙЧАС ВО ВСЕМ МИРЕ УРОВЕНЬ ФУТЗАЛА ОЧЕНЬ ВЫРОС И ЛЁГКИХ МАТЧЕЙ ПРАКТИЧЕСКИ НЕ БЫВАЕТ**

**Наш футбольный ақыл-кеңес...**

**Серик Жаманкулов и Даурен Нургожин:**

Увлекайтесь любимым делом и занимайтесь любимым видом спорта. Как бы ни хватало времени, старайтесь заниматься спортом. Любите футбол и не бойтесь красиво мечтать. Мечты имеют обыкновение сбываться!



## MMA WORLD CHAMPIONSHIPS

6 – 7 октября 2017 года в Астане состоится V Чемпионат мира по MMA по версии Всемирной ассоциации MMA (WMMAA). В этом крупнейшем мировом спортивном событии примет участие более 100 бойцов из 30 стран, которые будут соревноваться за титулы чемпиона мира в восьми различных категориях. Впервые на ринг Чемпионата мира выйдут любители-женщины в двух весовых категориях.

Серик Сапиев, казахстанский боксёр, олимпийский чемпион 2012 года, обладатель Кубка Вэла Баркера, чемпион мира 2005 и 2007 г.г., Посол Доброй воли ЮНЕСКО по спорту;

Абдулманап Нурмагомедов, легендарный российский тренер, воспитавший более 25 чемпионов мира по различным видам единоборств, мастер спорта СССР по вольной борьбе, Заслуженный тренер России, старший тренер сборной команды Республики Дагестан по боевому самбо;

Данияр Елеусинов, казахстанский боксёр, олимпийский чемпион 2016 года, чемпион мира среди любителей 2013 года, двукратный чемпион Азиатских игр 2010 и 2014 г.г.;

MMA (Mixed Martial Arts, смешанные единоборства) является одним из самых быстрорастущих видов спорта в мире. Смешанные единоборства динамично развиваются в Китае, Индии и других азиатских странах. В Казахстане смешанные боевые искусства пользуются большой популярностью, которая растёт с каждым годом. Перспективы этого вида спорта огромные.

Сегодня сборная Казахстана по MMA считается одним из лидеров в мировых любительских смешанных единоборствах. Больших спортивных успехов достигли такие казахстанские бойцы, восходящие звезды MMA, как:

Шавкат Рахмонов, чемпион мира и Азии по MMA (WMMAA), двукратный серебряный призер чемпионатов мира, выступающий в одном из ведущих мировых профессиональных MMA-промоушенов «MI Global»;

Мурад Абдурахманов, чемпион мира по MMA (WMMAA), бронзовый призер чемпионата мира;

Сергей Морозов, двукратный серебряный призер чемпионата Азии и чемпионата мира по MMA, выступающий в «MI Global»;

Даурен Ермеков, чемпион Азии, двукратный серебряный призер чемпионата мира по MMA, выступающий в одном из ведущих промоушенов Евразии «FightNights Global».

О месте проведения и о дополнительной информации по турниру можно узнавать на сайте:

[www.wmmaa.org](http://www.wmmaa.org).





**ЕРЛАН МАНТАЕВ,**  
ВЕДУЩИЙ РУБРИКИ

## МИФЫ О ПИТАНИИ

Продолжая делиться спортивными ақыл-кеңесами, в этом номере журнала поговорим о том, как правильно заряжать тело, которое можно сравнить с батарейкой сотового телефона. Правильное питание, на самом деле, играет большую роль в зарядке нашего организма, который зависит от качества потребляемых продуктов. Заодно рассмотрим несколько мифов о питании, которым люди привыкли верить.

### МИФ №1: СОЛЬ – БЕЛАЯ СМЕРТЬ

Раньше мы слышали о том, что постоянное, даже умеренное употребление соли негативно влияет на давление, вызывает сердечно-сосудистые заболевания и ведет к смертности. Последние исследования показали отсутствие такой связи между потреблением соли и ухудшением здоровья. В долгосрочном исследовании приняли участие порядка 3 600 человек, которые были поделены на группы с низким и высоким потреблением соли. В группе, которая сидела на диете с низким содержанием соли, умерло 50 человек, а группа, рацион которой предусматривал высокое потребление соли, потеряла 10 человек.



Последние исследования называют сахар и все продукты, которые его содержат, «белой смертью». В эту пищевую категорию входят все сладкие напитки, включая соки, газировки и мучные изделия. Отныне я особо не ограничиваю себя в употреблении соли, хотя стараюсь употреблять ее в меру, при этом сведя к минимуму употребление сладкого.

### МИФ №2: ЯИЧНЫЙ ЖЕЛТОК СОДЕРЖИТ МНОГО ХОЛЕСТЕРИНА



Считалось, что яичный желток, который мы съедаем за завтраком или употребляем в другой форме, увеличивает содержание холестерина в крови человека. Последние исследования подтверждают мнение ученых о том, что связи между потреблением холестерина в употребляемой пище и увеличением его уровня в крови не имеется.

Следовательно, нет рисков возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Стоит отметить, что данное исследование изучало исключительно потребление яичных желтков. На уровень холестерина в организме больше влияют высокое потребление быстрых углеводов, стресс, неподвижный образ жизни и неблагоприятная окружающая среда.

Поэтому я никогда не отделяю желток и ем много яиц, не боюсь жирного мяса, рыбу и с удовольствием потребляю полезные жиры растительного происхождения, содержащиеся в орехах, оливковом и кокосовом маслах, пасте из семян кунжута, льна, конопли и других семян.

### МИФ №3: ЧАСТЫЙ ПРИЕМ ПИЩИ УСКОРЯЕТ МЕТАБОЛИЗМ

Люди верили, что если часто принимать пищу, то у них ускорится метаболизм и будет снижаться вес. Последние исследования показали отсутствие такой связи. Более того, основываясь на этих исследованиях, можно сказать, что переменное голодание (от 16 до 48 часов) способствует снижению жировой массы при сохранении ее мышечной эквивалента. При этом наблюдается улучшение различных маркеров здоровья в виде уровня сахара, давления и различных гормонов. После десятичасового голодания начинается сжигание жиров из внутренних резервов. Самый пик сжигания жиров происходит в промежутке с 12 до 16 часов голодания, после чего эффективность этой процедуры падает.

Эффективность повышается также при тренировках на голодный желудок в период голодания. Во время приема пищи, который длится с 4 до 10 часов надо съесть свою суточную норму калорий в рамках сбалансированного рациона по белкам, углеводам и жирам. Учитывая, что в итоге человек съедает свою норму, это сложно назвать голоданием.





## MMA WORLD CHAMPIONSHIPS

6 – 7 октября 2017 года в Астане состоится V Чемпионат мира по MMA по версии Всемирной ассоциации MMA (WMMAA). В этом крупнейшем мировом спортивном событии примет участие более 100 бойцов из 30 стран, которые будут соревноваться за титулы чемпиона мира в восьми различных категориях. Впервые на ринг Чемпионата мира выйдут любители-женщины в двух весовых категориях.

Серик Сапиев, казахстанский боксёр, олимпийский чемпион 2012 года, обладатель Кубка Вэла Баркера, чемпион мира 2005 и 2007 г.г., Посол Доброй воли ЮНЕСКО по спорту;

Абдулманап Нурмагомедов, легендарный российский тренер, воспитавший более 25 чемпионов мира по различным видам единоборств, мастер спорта СССР по вольной борьбе, Заслуженный тренер России, старший тренер сборной команды Республики Дагестан по боевому самбо;

Данияр Елеусинов, казахстанский боксёр, олимпийский чемпион 2016 года, чемпион мира среди любителей 2013 года, двукратный чемпион Азиатских игр 2010 и 2014 г.г.;

MMA (Mixed Martial Arts, смешанные единоборства) является одним из самых быстрорастущих видов спорта в мире. Смешанные единоборства динамично развиваются в Китае, Индии и других азиатских странах. В Казахстане смешанные боевые искусства пользуются большой популярностью, которая растёт с каждым годом. Перспективы этого вида спорта огромные.

Сегодня сборная Казахстана по MMA считается одним из лидеров в мировых любительских смешанных единоборствах. Больших спортивных успехов достигли такие казахстанские бойцы, восходящие звезды MMA, как:

Шавкат Рахмонов, чемпион мира и Азии по MMA (WMMAA), двукратный серебряный призер чемпионатов мира, выступающий в одном из ведущих мировых профессиональных MMA-промоушенов «MI Global»;

Мурад Абдурахманов, чемпион мира по MMA (WMMAA), бронзовый призер чемпионата мира;

Сергей Морозов, двукратный серебряный призер чемпионата Азии и чемпионата мира по MMA, выступающий в «MI Global»;

Даурен Ермеков, чемпион Азии, двукратный серебряный призер чемпионата мира по MMA, выступающий в одном из ведущих промоушенов Евразии «FightNights Global».

О месте проведения и о дополнительной информации по турниру можно узнавать на сайте:

[www.wmmaa.org](http://www.wmmaa.org).





**ЕРЛАН МАНТАЕВ,**  
ВЕДУЩИЙ РУБРИКИ

## МИФЫ О ПИТАНИИ

Продолжая делиться спортивными ақыл-кеңесами, в этом номере журнала поговорим о том, как правильно заряжать тело, которое можно сравнить с батарейкой сотового телефона. Правильное питание, на самом деле, играет большую роль в зарядке нашего организма, который зависит от качества потребляемых продуктов. Заодно рассмотрим несколько мифов о питании, которым люди привыкли верить.

### МИФ №1: СОЛЬ – БЕЛАЯ СМЕРТЬ

Раньше мы слышали о том, что постоянное, даже умеренное употребление соли негативно влияет на давление, вызывает сердечно-сосудистые заболевания и ведет к смертности. Последние исследования показали отсутствие такой связи между потреблением соли и ухудшением здоровья. В долгосрочном исследовании приняли участие порядка 3 600 человек, которые были поделены на группы с низким и высоким потреблением соли. В группе, которая сидела на диете с низким содержанием соли, умерло 50 человек, а группа, рацион которой предусматривал высокое потребление соли, потеряла 10 человек.



Последние исследования называют сахар и все продукты, которые его содержат, «белой смертью». В эту пищевую категорию входят все сладкие напитки, включая соки, газировки и мучные изделия. Отныне я особо не ограничиваю себя в употреблении соли, хотя стараюсь употреблять ее в меру, при этом сведя к минимуму употребление сладкого.

### МИФ №2: ЯИЧНЫЙ ЖЕЛТОК СОДЕРЖИТ МНОГО ХОЛЕСТЕРИНА



Считалось, что яичный желток, который мы съедаем за завтраком или употребляем в другой форме, увеличивает содержание холестерина в крови человека. Последние исследования подтверждают мнение ученых о том, что связи между потреблением холестерина в употребляемой пище и увеличением его уровня в крови не имеется.

Следовательно, нет рисков возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Стоит отметить, что данное исследование изучало исключительно потребление яичных желтков. На уровень холестерина в организме больше влияют высокое потребление быстрых углеводов, стресс, неподвижный образ жизни и неблагоприятная окружающая среда.

Поэтому я никогда не отделяю желток и ем много яиц, не боюсь жирного мяса, рыбу и с удовольствием потребляю полезные жиры растительного происхождения, содержащиеся в орехах, оливковом и кокосовом маслах, пасте из семян кунжута, льна, конопли и других семян.

### МИФ №3: ЧАСТЫЙ ПРИЕМ ПИЩИ УСКОРЯЕТ МЕТАБОЛИЗМ

Люди верили, что если часто принимать пищу, то у них ускорится метаболизм и будет снижаться вес. Последние исследования показали отсутствие такой связи. Более того, основываясь на этих исследованиях, можно сказать, что переменное голодание (от 16 до 48 часов) способствует снижению жировой массы при сохранении ее мышечной эквивалента. При этом наблюдается улучшение различных маркеров здоровья в виде уровня сахара, давления и различных гормонов. После десятичасового голодания начинается сжигание жиров из внутренних резервов. Самый пик сжигания жиров происходит в промежутке с 12 до 16 часов голодания, после чего эффективность этой процедуры падает.

Эффективность повышается также при тренировках на голодный желудок в период голодания. Во время приема пищи, который длится с 4 до 10 часов надо съесть свою суточную норму калорий в рамках сбалансированного рациона по белкам, углеводам и жирам. Учитывая, что в итоге человек съедает свою норму, это сложно назвать голоданием.



Такое голодание я бы скорее назвал постом или временным перерывом в приеме пищи. Советую ознакомиться с более подробной информацией о переменном голодании на сайте [www.leangains.com](http://www.leangains.com) или почитать об ее пользе в интернете.

В течение последних трех лет я стараюсь через каждые сутки делать перерыв по приему пищи на 16 часов подряд, включая время сна с употреблением воды. После позднего ужина я иду спать, а после пробуждения я пью воду, пропускаю завтрак и тренируюсь. После тренировок я полноценно обедаю и ужинаю. В течение этих трех лет показатели подкожного и висцерального жиров и мышечной массы находятся в норме и отличаются стабильностью. Кто не верит, тем я могу показать фото своего последнего анализа состава тела. Более того у меня хорошие анализы крови, а показатели силы и выносливости растут на тренировках. Что касается внешнего вида, то за это время тело не потеряло свою рельефность.

#### МИФ №4: ЗАВТРАК – САМЫЙ ВАЖНЫЙ ПРИЕМ ПИЩИ

Человек сам волен выбирать себе окно между питанием и голоданием. Принцип достаточно простой. Можно завтракать, но тогда придется пропустить ужин.

Или наоборот. Например, мне легче отказаться от завтрака, чем от ужина.

Возможно, что для кого-то частый прием пищи и небольшими порциями помогает контролировать аппетит, но, на самом деле, прямого или особенного эффекта от этого нет. Может, некоторым людям чувство постоянной сытости помогает чисто психологически,

## ЧЕЛОВЕК САМ ВОЛЕН ВЫБИРАТЬ СЕБЕ ОКНО МЕЖДУ ПИТАНИЕМ И ГОЛОДАНИЕМ

но при неправильном рационе это может даже навредить организму за счет частых скачков уровня сахара. Вот почему мне нравится сравнивать организм человека с батареей мобильного телефона. Батарея будет эффективно работать и прослужит дольше, если ее полностью разряжать и затем заряжать.



#### Простой сет упражнений:

В ТЕЧЕНИЕ 20 МИНУТ ВЫПОЛНИТЬ МАКСИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО ПОДХОДОВ. КАЖДЫЙ ПОДХОД ВКЛЮЧАЕТ:  
**5 ПОДТЯГИВАНИЙ**  
**10 ОТЖИМАНИЙ**  
**15 ПРИСЕДАНИЙ**

*Мой рекорд пока 23 подхода.*

*Некоторые монстры делают по 30 раз,*

*а новички - 7. Сколько раундов сделаешь ты?*

**Напиши мне: @erlanman**



**GOLDEN EAGLE**  
CROSSFIT



**UPGRADE YOUR  
BODY AND MIND!**

**СОВЕРШЕНСТВУЙ  
СЕБЯ!**

[WWW.GECF.KZ](http://WWW.GECF.KZ)



В последнее время я часто встречаю людей, которые разносторонне развиты в спортивном плане. Причем люди, которые в начале своего спортивного пути были сфокусированы на одном виде спорта, в будущем меняют свое предпочтение. Мне всегда было интересно поговорить с человеком, который увлекается плаванием, и **Аяулым Маштиева**, кандидат в мастера спорта и член юниорской сборной по синхронному плаванию, двукратная чемпионка Казахстана в командных выступлениях, многократный победитель и призер первенств Казахстана, любезно согласилась побеседовать. В сезон проведения различных марафонов, велопробегов и соревнований по триатлону наш разговор можно назвать актуальным. Как позже выяснилось, я первый, кто сравнил ее улыбку с улыбкой Киры Найтли.

**ДАУРЖАН АУГАМБАЙ**

## Я ЗАНОВО ПОЛЮБИЛА ПЛАВАНИЕ

### ДОРОГА К СПОРТУ

Когда я училась в школе, к нам пришли представители одного алматинского спортивного интерната, который находится по Байзакова-Шевченко. Они набирали детей на секцию синхронного плавания. Мне было восемь лет, и я не знала про этот вид спорта. Тем не менее, я записалась на секцию. Дома я рассказала об этом маме, спросив ее разрешения. Она дала добро, объяснив, как добираться до тренировок. Всех нас, новичков, которые пришли на первое занятие, проверили на растяжку, попросив также показать, как мы подтягиваемся и отжимаемся.

Я начала ходить на тренировки, которые мне начинают нравиться. Мы смотрели на девушек постарше, любясь их танцами на воде. Начались сложные и изматывающие тренировки. Я часто вспоминаю свои первые соревнования, на которых я заняла третье место. Занять призовое место на чемпионате Казахстана считалось хорошим достижением. Меня переполняла радость, а в школе мной гордились. Позже начались групповые выступления, считающиеся более серьезными. В нашей группе танцевало по шесть человек. Первое групповое выступление проходило под песню Натальи Королевой «Маленькая страна».

У меня сохранилась видеозапись с нашим выступлением. Тогда мы были такими смешными, маленькими и кривыми. Тем не менее, мы заняли третье место в абсолютном зачете.

### РОСТ СПОРТИВНОГО ПРОФЕССИОНАЛИЗМА

В нашем виде спорта все очень строго. Тренеры были очень требовательными. Мы много работали, а когда нас растягивали, мы плакали. На нас вставали двумя ногами, а на колени садились девушки постарше и тяжелее весом. После каждой такой растяжки у нас болели колени и все тело. Но поскольку я сама пришла на секцию, и никто меня не заставлял туда ходить, я терпела и продолжала тренировки. Я думала так: «Я сама сюда пришла, и я не слабая, я выдержу». Со временем характер стал жестче, а дисциплинированность стала частью характера. Но все же в моей жизни был один момент, когда нужно было выбирать либо учебу, либо спорт. Было очень сложно совмещать эти две вещи. Ведь после тренировок по вечерам приходилось заниматься учебой. Я приходила вечером домой с дрожью в ногах от усталости, а все

мысли были лишь о том, чтобы поесть и уснуть. Каждая тренировка длилась по четыре часа: два часа мы проводили в бассейне и два часа вне воды. Вечерами я брала учебники, ложилась, делая вид, что читаю, а сама засыпала. Я не скажу, что я училась на «отлично». Я старалась учиться на «хорошо», но и тройки у меня были. Просто я не всегда успевала делать домашние задания и готовиться к следующим урокам. После девятого класса я решила, что брошу спорт и продолжу учиться, выбрав себе профессию. Так что Вы видите, что спортивные достижения требуют определенных жертв.

### ПЕРЕЛОМНЫЕ МОМЕНТЫ В ЖИЗНИ

На соревнованиях по синхронному плаванию ездили одни и те же девушки. Причем ездили девушки постарше, выступавшие дуэтом. Если перечислить поименно, то это Алия Каримова, Галина Шатная, Айнур Керей, Арна Токтаган и Анна Кулькина. Например, Алия была звездой, чемпионкой Азии, и мы ею восхищались. Когда я видела ее по телевизору, я с гордостью говорила домашним, что занимаюсь с ней в одном бассейне.





В какой-то период времени мы перестали ездить на соревнования, поскольку на них стали ездить только дуэтом. Прекратилась финансовая поддержка, и наш вид спорта переживал тяжелые времена. Тут я решаю продолжить учебу, поступаю в колледж на специальность «Авиационные перевозки». Год спустя мне позвонила мой тренер, которая всегда верила в меня. Она сообщила мне о том, что в Китае планируется проведение водных спортивных мероприятий в виде шоу, без элементов соревнований. Это предложе-



ние сулило также неплохой дополнительный ежемесячный заработок. Я на полгода беру академический отпуск и уезжаю с тренером и командой. Это было сложно для меня, поскольку я на год выпала из тренировочного процесса и поездка в Китай была первой в моей жизни зарубежной поездкой без родителей. Если в синхронном плавании пропустить три месяца тренировок, то догнать команду практически невозможно. Поэтому спортсменкам нельзя болеть и иметь уважительные причины, чтобы пропускать занятия.



Тем не менее, я вернулась к тренировкам, которые фокусировались больше на красоте исполнения элементов. После этого мы стали подписывать другие контракты, которые приносили нам хорошие деньги. Поскольку мне приходилось совмещать работу и учебу, я делала перерывы и сдавала отработки в колледже. Так продолжалось до 24 лет, когда мама мне в один прекрасный день сказала о необходимости бросить такую работу и выйти замуж. Я вняла ее просьбе и вот уже почти шесть лет работаю инструктором водных программ в World Class.

### ПУТЬ В WORLD CLASS

В этот спортивный клуб я попала благодаря моей подруге Марии Асановой, с которой мы раньше вместе тренировались. Она всегда отличалась дружелюбием и добротой. Мы с ней сблизились во время поездок, когда она мне стала как старшая сестра. Если я люблю потанцевать и нарушать какие-нибудь правила, то, она наоборот всегда их соблюдала. Она-то мне и рассказала о строящемся клубе в Алматы, предложив в будущем поработать в нем.



Пока строилось здание будущего спортивного клуба, она обучалась в Москве после прохождения долгого кастинга. Когда я заканчиваю свои зарубежные поездки, она приглашает меня посмотреть место, где она работает. Я приезжаю с красивым загаром, еду к Марии, которая проводит мне экскурсию по World Class. Показав мне бассейн, она знакомит меня с супервайзером водных программ, Жанной Шаяхметовой, которая приглашает меня пройти стажировку. Я согласилась работать в этом большом и уютном спортивном клубе с различными интересными программами. Как сейчас помню, я попросила начать работу после своего дня рождения, чтобы лучше подготовиться к своим обязанностям. В итоге, место моей работы стало моим вторым домом, где я провожу очень много времени.

### ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

После профессионального спорта мне не хотелось себя сильно нагружать. Чтобы поддерживать форму я начала бегать. Подруга моей мамы, Любовь Асанова, которая

является профессиональной марафонисткой, как-то предложила мне поучаствовать в марафонском забеге. Я согласилась пробежать полумарафонскую дистанцию в 21 км. После этого забега я поняла, что для того, чтобы правильно пробежать такую дистанцию, необходимо тренироваться. По началу я думала, что раз я являюсь профессиональным спортсменом, то я смогу запросто пробежать эту дистанцию.



Но, когда меня начали обгонять мои клиенты, с которыми мы занимаемся в спортзале, мне стало стыдно. В результате тренировок я полюбила бег. Начала участвовать во всех забегах. Потихоньку начала кататься на шоссейном велосипеде и увлеклась триатлоном.

### ТРИАТЛОН

Сейчас более двух месяцев я серьезно занимаюсь триатлоном. У меня уже есть неплохие результаты. В заплыве на 1 км я заняла первое место в своей категории, а в абсолютном зачете – третье место. Я очень долго готовилась к триатлону. Это очень дорогой вид спорта, который требует хорошее снаряжение, велосипед, различные гаджеты и специальную форму. Я не говорю про дорогие слоты для участия на международных и локальных соревнованиях, велочемодан и прочие косвенные расходы, связанные с этим видом спорта. В будущем планирую преодолеть «железную» дистанцию. Для этого нужно правильно и эффективно тренироваться, чтобы все делать по уму и избежать травм. Многие люди неправильно тренируются, нагружают себя, получают травмы и в итоге врачи запрещают им заниматься бегом.

Все же у меня все еще есть страх на велоэтапе. Мне не хватает сил держать темп при подъемах в горы. А еще я пару раз падала с велосипеда. Два года назад меня пригласили на спринт по триатлону.



Тогда я не совсем понимала его суть. В то время триатлон не был развит и популярен в Казахстане. Несмотря на маленькую дистанцию мне было достаточно сложно, поскольку на тот момент времени я плохо каталась на велосипеде и была не в форме. Несмотря на это я согласилась на супер-спринт, состоящий из заплыва на 350 м, велодистанции на 20 км и бега на 5 км. Казалось бы, легкая дистанция. Проплыла я без проблем, но на выходе из воды у меня закружилась голова из-за холода.

Выбежав из воды, я села на велосипед МТБ, хотя все катились на шоссейных велосипедах. Натянув поверх купальника кофту, я покатила на велосипеде, чувствуя холод. Во время езды я какое-то время не смотрела вперед и когда я подняла глаза, то увидела, что съезжаю с дороги. Наехав на бордюр, я слетаю с велосипеда и скатываюсь в арык. Я сильно ударила тазом и головой, хотя я была в шлеме. Выбралась вся грязная и в царапинах, а сама думаю: «Мало тебе! Думала, что триатлон – это легко!». Вокруг меня сбегались люди, даже вызвали скорую помощь, но я решила ехать дальше.

Вот так с болью в ногах, истекая кровью и в грязной форме я докатилась до велофиниша, после которого надо было еще пробежать 5 км. На финише я зареклась даже думать о триатлоне. Но как говорится: «Никогда не зарекайся».

### ХОББИ

Я заново полюбила плавать. После профессионального спорта мне вообще не хотелось плавать. Не хочу и все. Я могу выполнить элементы синхронного плавания, но плавание казалось мне долгим и скучным занятием. Сколько ни работала, я не плавала. Но начав заниматься триатлоном, я вновь полюбила плавание. Преимущество занятий с тренером заключается в том, что он правильно дает задания, распределяет нагрузку и силы, следя за прогрессом.



Видя улучшения в результатах, я получаю новую порцию адреналина. Я плаваю либо на дистанцию, либо на время. Например, 4 км я в последний раз проплыла за 1 час и 8 минут. 21 км я пробегаю за 1 час 54 минуты.

Я очень люблю заниматься с детьми. Всегда приятно видеть успехи своих маленьких учеников, которые они показывают на соревнованиях. Я испытываю большую радость, когда дети побеждают.

А еще я очень люблю бодиджем, современные танцы из программы Les Mills. Это танцы, похожие на стиль хип-хоп, в котором имеется длинная связка движений. До работы за границей, я занималась корейскими танцами. Танцевала с веерами в широких платьях.

Именно танцую современные корейские танцы, я многому научилась и раскрылась в танцевальном плане. Я обожаю ходить в горы, просто находиться там, дышать свежим воздухом или просто подняться по лестнице на плотину. Я люблю кататься на сноуборде, но у меня не получается. Бывает, что я больно падаю и огорчаюсь, но все равно люблю сноуборд.

### ЗАВЕТНОЕ ЖЕЛАНИЕ

В следующем году я хотела бы преодолеть половину айронмэна. В принципе, дистанция не сложная. Если разобрать айронмэн на части, то он несложен, но в совокупности – он нелегкий. Я хочу полностью укомплектоваться для соревнований. Я даже удивляюсь самой себе. Как девушка, я долж-

на думать о модных туфлях, сумочках или платьях, но я думаю об апгрейде триатлоновского снаряжения.

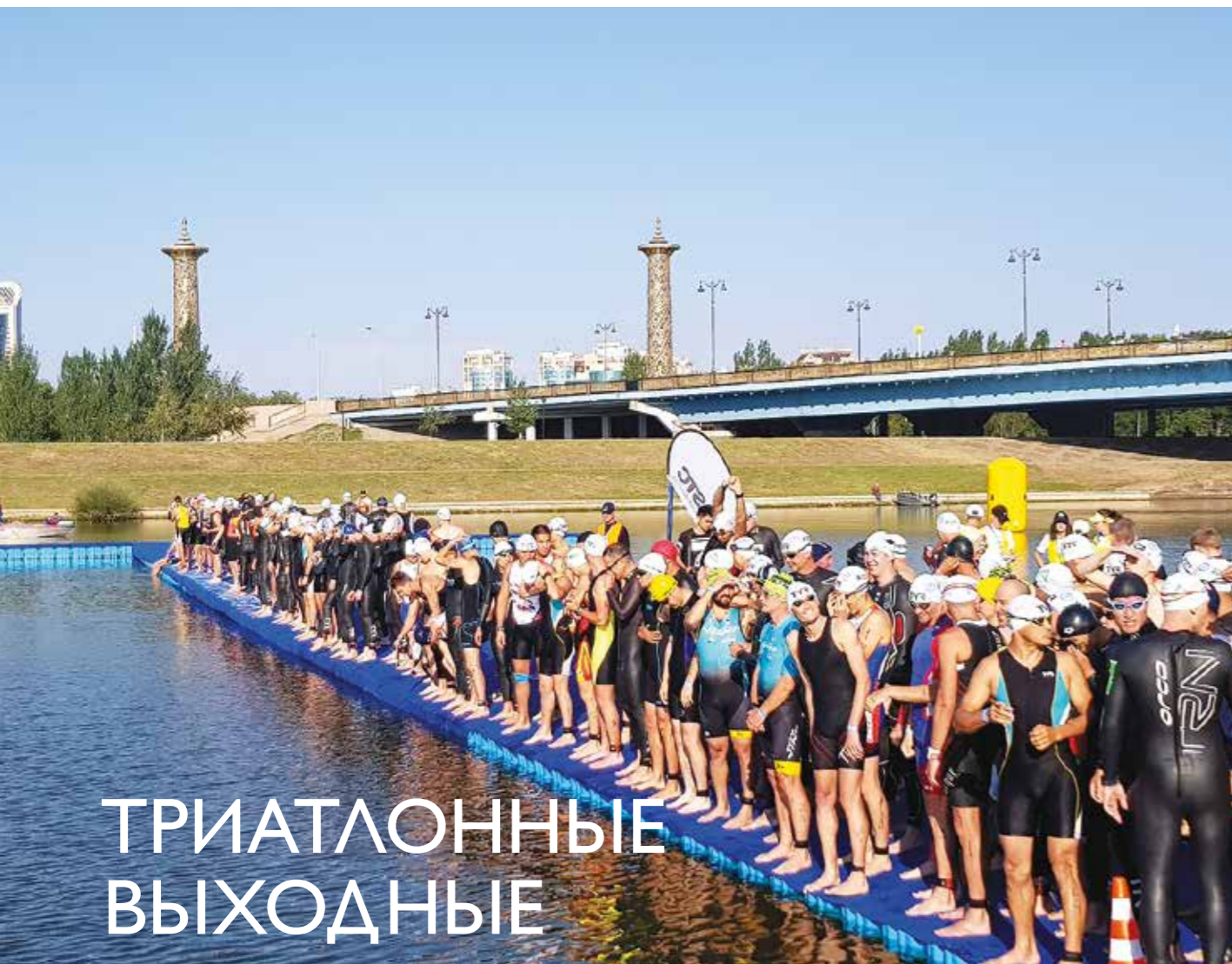
### СПОРТИВНЫЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС

Советую поставить четкую цель и идти к ней несмотря ни на что. Возьмем, к примеру, бег. Если сложно бегать, то советую присоединиться к беговым группам, в которых работают профессиональные тренеры. Тренеры подскажут как правильно бегать и дышать. В этих группах занимаются другие люди, а в составе веселой и позитивной компании всем бегаются легче. Надо победить самого себя, свою лень.

Победив самого себя, человек получает новую порцию мотивации, которая продолжает двигать его вперед. Однажды, выйдя с работы, мне было лень идти на беговые тренировки. У меня разболелась голова, появились мысли: «А может не идти?». Началась внутренняя борьба с самой собой. Стоило мне прийти и начать бегать, как и головная боль прошла, и настроение улучшилось. В итоге я была довольна собой, а наутро побаловала себя сладким. Обычно я отказываю себе в сладком, но после хорошей работы над собой я разрешаю себе вкусно покушать.

Когда человек чего-то сильно хочет, то он этого обязательно добьется. Возможно, человек должен через что-то пройти, может он еще к чему-то не готов, поэтому пробуйте, если не сейчас, то позже. И главное, любите себя, но оставайтесь объективными и самокритичными по отношению к себе.





## ТРИАТЛОННЫЕ ВЫХОДНЫЕ

29-30 июля выдалась насыщенными для любителей триатлона.

В эти дни, выпавшие на выходные дни в рамках Astana Asian Cup, прошло сразу несколько стартов. Это событие стало самым масштабным мероприятием по триатлону за последние 15 лет. В день старта триатлеты и любители триатлона получили значимую новость о том, что в 2018 году в Астане будет проводиться Ironman 70.3, о чем рассказал **Карим Масимов**, Глава Казахской Федерации триатлона.

В первый день соревнований, 29 июля, в столичном триатлон-парке собрались триатлеты всего мира для участия на Кубке Азии «ASTANA ASIAN CUP 2017».

Лучшими на дистанции спринт оказались венгерские спортсмены, занявшие по два призовых места в каждой категории. Австралиец Марсель Валкингтон не удивил победой, но зато порадовал болельщиков красивой гонкой.



ПО ИТОГАМ СОРЕВНОВАНИЙ БЫЛИ ВЫЯВЛЕНЫ  
СЛЕДУЮЩИЕ ПОБЕДИТЕЛИ:

**ЖЕНЩИНЫ:**

**1 место** – Жанет Брэгмайер (Венгрия)  
(плавание – 0:10:12, транзитная зона – 0:00:33,  
вело- 0:33:00, транзитная зона 2 – 0:00:23,  
бег – 0:20:27. Итоговое время – 1:04:33)

**2 место** – Доротея Петров (Венгрия)  
(плавание – 0:10:39, транзитная зона – 0:00:31,  
вело- 0:34:36, транзитная зона 2 – 0:00:30,  
бег – 0:21:06. Итоговое время – 1:07:20)

**3 место** – Анна Абдулова (Украина)  
(плавание – 0:11:00, транзитная зона – 0:00:36,  
вело – 0:35:49, транзитная зона 2 – 0:00:29,  
бег – 0:20:12. Итоговое время – 1:08:05)

**МУЖЧИНЫ:**

**1 место** - Марсель Валкингтон (Австралия)  
(плавание - 0:09:31, транзитная зона - 0:00:29,  
вело- 0:29:06, транзитная зона 2 - 0:00:21,  
бег - 0:16:19. Итоговое время - 0:55:43)

**2 место** - Герго Шоош (Венгрия)  
(плавание - 0:09:35, транзитная зона - 0:00:28,  
вело - 0:29:05, транзитная зона 2 - 0:00:26,  
бег - 0:16:25. Итоговое время - 0:55:57)

**3 место** - Лазло Тарнай (Венгрия)  
(плавание - 0:09:43, транзитная зона - 0:00:27,  
вело - 0:29:54, транзитная зона 2 - 0:00:21,  
бег - 0:16:17. Итоговое время - 0:56:39)

В тот же день были подведены итоги среди участников Central Asia Championships. Первой среди женщин стала Валерия Уварова из Кыргызстана. Серебро забрала казахстанская спортсменка Анастасия Автушко, а бронзовая медаль досталась представительнице Ирана – Шокай Танар.

Среди мужчин все три призовых места оказались завоеванными казахстанскими спортсменами: золото у Семена Пивоварова, серебро у Дарына Конысбаева и бронза – у Александра Автушко.





В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАТЕГОРИИ ПОБЕДИТЕЛЯМИ  
СТАЛИ СЛЕДУЮЩИЕ СПОРТСМЕНЫ:

**1 МЕСТО:**  
**ИВАН ТУТУКИН**  
(Россия)

**2 МЕСТО:**  
**МАКСИМ КРЯТ**  
(Казахстан)

**3 МЕСТО:**  
**ВИКТОР ЗЕМЦЕВ**  
(Украина)

На следующий день, 30 июля, на Открытом Чемпионате Казахстана по триатлону собралось более двухсот участников, среди которых 155 спортсменов участвовало в индивидуальном зачете и 16 команд.

Средняя дистанция, которую еще часто называют «полужелезной» состояла из следующих этапов: 1,9 км-плавание, 90 км- вело и 21 км – бег. Ее одолели практически все участники.

Одним из участников в любительской категории «Age Group» стал **Александр Винокуров**, Генеральный менеджер профессиональной команды «Астана» и олимпийский чемпион. В соревнованиях также приняли участие Сергей Яковлев, спортивный директор велокоманды «Астана»;



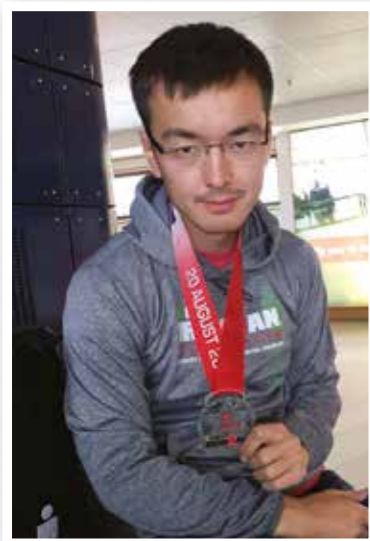
Асан Базаев, известный казахстанский велогонщик в составе велокоманды «Астана»; Болат Жамишев, Председатель Правления Банка развития Казахстана; Айдын Рахимбаев, Вице-президент Казахской Федерации триатлона, глава холдинга «VI Group» Ironman; Чынгыз Алканов, Президент Федерации триатлона Кыргызской Республики, Ironman;

Среди мужчин, в любительской категории «Age Group» первое место занял Максим Лещина, второе место занял Сергей Яковлев, тройку призеров замкнул Александр Требунский.

В женской категории победителем стала Нагима Керимбаева, серебро досталось спортсменке из Кыргызстана, Юлии Фернас, а бронза – Мадине Умбетовой.



По мнению Ки Вук Йонга, координатора развития спорта Азиатской конфедерации триатлона, который выполнял функции технического делегата соревнований, в следующем году Астана готова к проведению Ironman.



## «АЙРОНМЭН ГОЛОВНОГО МОЗГА»

Так получается, что в последнее время людей, реализовавших свою мечту пробежать всю дистанцию Ironman, становится все больше. Я знаю немало людей, который либо готовятся к этому забегу, либо выполнили половину норматива. Akyi-kenes с удовольствием рассказывает о **Досжане Шалхар**, человеке, который впервые пробежал всю «железную» дистанцию. 20 августа он принял участие в Копенгагенском забеге, подтвердив свой статус «железного человека».

### ЗАПЛЫВ НА 4 КМ, ВЕЛОГОНКА НА 180 КМ И ПРОБЕЖКА НА 42 КМ. ЗАЧЕМ? ПОЧЕМУ?

Большинство атлетов приходит в триатлон из одной из трех спортивных дисциплин, из которой он состоит. Я заинтересовался любительским триатлоном после того, как пробежал алматинский марафон в 2014 году. Интерес был столько не в занятии спортом, сколько в проверке своих предельных возможностей. Полную марафонскую дистанцию бежать заново не хотелось, потому новым вызовом для меня стала половина дистанции Ironman: 2 км плавание, 90 км велогонка, 21 км бег. Эту дистанцию я преодолел три года назад в Турции, а готовился к ней полгода. В начале тренировок я максимум мог проплыть 200 м. Я толком-то и плавать не умел, да и велосипеда у меня не было.

### В ПЕРВЫЙ РАЗ, КАК В ПЕРВЫЙ КЛАСС...

Все лето я провел в тренировках. Кстати, плавать научился без тренера по книге Терри Лафлина «Полное погружение». Насколько я понял, большинство местных тренеров

заточено лишь на плавании. Они не учат тому, как беречь силы для следующих этапов на дистанции. Все же, техника плавания в триатлоне немного отличается.

На дворе стоял октябрь 2014 года, когда в Турции я преодолел свою первую дистанцию. Сейчас половину Ironman я воспринимаю в качестве очередной сложной тренировки выходного дня. Но тогда я испытывал страх и драйв, заправленные хорошей дозой адреналина. На то соревнование было зарегистрировано девять человек из Казахстана, семь из которых приняли участие.

Реальность оказалась суровее, чем мое представление о ней. Во-первых, это был мой первый заплыв в открытой воде. Я не рассчитал то, что вода будет мутной и соленой, а волны будут толкать меня из стороны в сторону. Во-вторых, нужно было плыть по определенному маршруту, периодически ориентируясь по буйкам. В общем, я потратил 50 минут своего времени и все силы на этот заплыв. На велозэтапе меня ожидали новые сюрпризы. Вместо заявленного уклона в 280 м, нам предстояло ехать в гору 700 м.

Я все лето катался по степи, и ехать по такой местности мне было непросто. На велосипедный отрезок я потратил 3 часа 15 минут. На беговой этап сил не осталось совсем. Несколько раз меня посещали мысли о том, чтобы сойти с дистанции, но ради своих болельщиков в лице дочери и супруги я добежал до конца. В итоге, на все ушло 6 часов 50 минут. Показатель не такой, чтобы им хвастаться, но зато я сумел преодолеть всю дистанцию.

### ЛЮБИМАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ТРИАТЛОНА

Мне нравятся все три дисциплины по отдельности. Правда, бывают дни с плохими биоритмами, когда не бежится и трудно плывется. Что касается соревнований, то я люблю велозэтап, так как скорость вызывает особые ощущения. Поэтому я берегу силы во время плавания и велогонки, чтобы хорошо пробежать. Беговой этап является сложным для меня.

### СТРАТЕГИЯ ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАНИЯМ

Готовиться к соревнованиям лучше всего с тренером. Все-таки, в каждой из трех дисциплин имеется очень много нюансов и деталей, которые надо принимать во внимание. На тренировки я трачу от 13 до 19 часов в неделю. Самые длительные тренировки проходят на выходных. Во время подготовки надо следить за диетой. Не скажу, что я на все 100% соблюдаю правила по диете, но я не курю и не употребляю алкоголь. В триатлоне сон является очень важным компонентом восстановительного процесса. Баня и массаж также помогают прийти в себя после таких нагрузок.

### ВОТ КАКОЙ ТЫ, КОПЕНГАГЕН!

Поездка на соревнования в другую страну всегда сопровождается суетой и стрессом. Ведь еще необходимо собрать экипировку на три дисциплины.



Обычно я ничего не забываю, а во время поездки в Копенгаген я обнаружил, что не захватил подходящие запасные камеры для колес высокого профиля, которые я позаимствовал у своего друга. На этом, как будет известно позже, я и прокололся во время старта. Любой триатлонист подтвердит, что категорически запрещается экспериментировать в день старта. В итоге, аккурат ко времени старта, я нашёл одну камеру для колеса.

### НА СТАРТ! ВНИМАНИЕ! МАРШ!

Проснулся я в 4.30 утра и плотно позавтракал. В 5:30 я был в транзитной зоне, время нахождения в которой пролетает быстро из-за накопленного стресса и берущегося невеселье откуда адреналина. В 7:00 стартовали профессионалы, после которые каждые шесть секунд стартовали любители в группе по шесть человек. Моя очередь подошла в 7:20. Заплыв прошел довольно комфортно, я закончил его за 1 час 35 минут, на 15 минут позже запланированного времени.



В конце первого круга велогонки пошел сильный ливень, а на втором круге я поймал хорошую кочку, из-за чего у меня спустило колесо. Потратив 10 минут на замену камеры, я поехал дальше. Мысль о том, что у меня больше нет запасной камеры не давала мне разогнаться на всю мощность. Мои мысли материализовались как никогда быстро. Через 2 км я наехал на острый камень, и на этот раз прокололось уже переднее колесо. Я запаниковал. Замелькала предательская мысль о сходе с дистанции. Я спрашивал запасную камеру у каждого, кто проезжал мимо, и с каждым проезжающим моя надежда, что мне помогут, угасала. И тут случилось чудо. Остановился датчанин, который не только поделился камерой, но и помог мне ее быстро заменить и накачать!

Как говорится, беда не приходит одна. Не доехав 300 м до технической зоны, у меня заклинил переключатель скорости и слетела цепь.

Если честно, в тот момент я был в 80%-ной готовности сдать. Мне подумалось, что мне просто не суждено стать «железным» человеком. Конечно, я исправил цепь, но в общей сложности я потерял около 50 минут.

После пережитого стресса я думал, что беговой этап будет сложным с первых секунд. Но, на удивление, мои ноги были легкими, и я побежал в хорошем темпе. Я много раз слышал, что во время бегового этапа приходит стена, после которой бег проходит через силу и боль. Но из-за того, что я осознавал свое положение после потерянного времени на велогонке, к счастью, всю дистанцию я пробежал без эксцессов за 4 часа 35 минут.

Ironman является большой проверкой для человека в физическом и психологическом плане. За 100 м до финиша с обеих сторон дороги выстраивается толпа болельщиков, которые заряжают, подбадривают и поздравляют спортсменов. Пересекая финишную прямую, я внутренне прокричал: «Я Ironman!». Повторю ли я снова это? Да!

Я пробежал всю дистанцию за 13 часов 33 минуты, в которых сидят потерянные минуты в велопробеге. И это дает мне дополнительную мотивацию.

### МОЙ ТРИАТЛОННЫЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС

Если есть желание заниматься триатлоном, то нужно иметь высокий уровень мотивации. Ничего не дает мотивацию, как предстоящие соревнования. Будь то марафон, спринт или вся дистанция Ironman, нужно просто зарегистрироваться, начать тренировки, а дальше все пойдет своим путем.

Ironman это не сам старт, а подготовка к нему, в которую входят дисциплина, правильное питание, правильный подход к тренировкам, и т.д. В день старта спортсмен получает ровно столько, на сколько он наработал.



### ЖУРНАЛ ОБ ИНТЕРЕСНЫХ ЛЮДЯХ И СОБЫТИЯХ

**Ақыл-кеңес** является новым журналом об интересных людях, с которыми мы сталкиваемся, и о событиях, которые происходят в нашей жизни. Во времена, когда профессионализм и знания каждого человека становятся краеугольным камнем в сложной и хрупкой системе любой организации, мы становимся свидетелями интересных событий, происходящих в нашей жизни.

В наше время необходимо постоянно совершенствоваться, быть в форме и быть в курсе всего происходящего. На страницах журнала профессионалы из разных отраслей поделятся своими советами и жизненным опытом. Читателям журнала будет интересно узнать о том, как разные люди, которых мы знаем лично или заочно, достигают своих целей и реализовывают свои мечты, не распыляясь на их второстепенные и побочные компоненты.

Хороший и вовремя данный совет является хорошим помощником, сэкономит время и поможет избежать ошибок. Совет – это всегда альтернатива. Как говорили казахи: «Кез келген кеңес ақыл болмайды, себебі ақыл деген жан-жақты таразыланған, талданған дұрыс шешім». То есть в этом контексте слово «совет» включает в себя два слова «ақыл» и «кеңес», которые содержатся в названии журнала.

**АҚЫЛ** – это взвешенное со всех сторон, обдуманное решение, а **КЕҢЕС** – это своего рода диалог, беседа, предоставление полезной и необходимой информации, которая позволит другому человеку сделать вывод и поможет ему прийти к верному решению. У казахов хороший совет издревле всегда почитался и ценился, поэтому мы работаем с профессионалами своего дела, которые всегда придерживаются принципа «век живи – век учись».

# Kcell contract



## КCELL ДҮКЕНДЕРІНДЕ ҒАНА

СМАРТФОНДАРДЫҢ  
МОЛ ТАҢДАУЫ



ШИРОКИЙ ВЫБОР  
СМАРТФОНОВ

БӨЛІП ТӨЛЕУДІҢ  
ТИІМДІ ТАЛАПТАРЫ



ВЫГОДНЫЕ УСЛОВИЯ  
РАССРОЧКИ

ҚЫЗМЕТТЕР  
ТОПТАМАСЫН ТАҢДАУ



ПАКЕТ УСЛУГ  
НА ВЫБОР

## ТОЛЬКО В МАГАЗИНАХ КCELL

[kcell.kz/contract](http://kcell.kz/contract)

Мемлекеттік лицензия КР КСМ (01.05.1998) және РМ ДСХХ000770, ағартысқа, КР КСМ Берген  
Қосардастығына лицензия МТК № ДСХХ000770 (01.05.1998). Ресурстарына ақпарат МТК РМ