



**ДЭВИД ХАГГЕРТИ,
ПРЕЗИДЕНТ ІТФ:
УСПЕХИ
КАЗАХСТАНСКОГО
ТЕННИСА**

**ВЫЗОВ БЕГОВОМУ
СООБЩЕСТВУ**

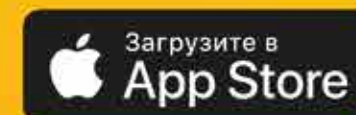
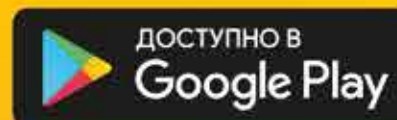
**ЯПОНСКИЕ
БАЛЕРИНЫ
В КАЗАХСТАНЕ**

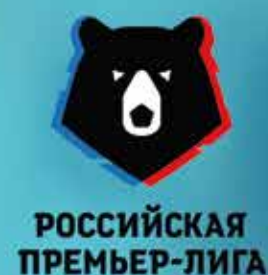
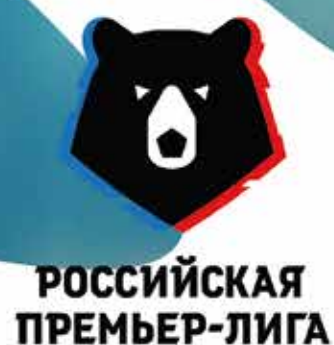
**BILLIE JEAN
KING CUP 2022**





BeeTV
Free





ВЫСШАЯ ЛИГА
ПАРИ-МАТЧ

Сканируйте QR-код и
узнайте расписание
ближайших матчей





The Imperial Tailoring Co.

Императорский Портной

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОШИВ МУЖСКОЙ ДЕЛОВОЙ ОДЕЖДЫ
КОСТЮМЫ, РУБАШКИ, СМОКИНГИ,
ФРАКИ И ПАЛЬТО – НА ЛЮБОЙ ВКУС,
В ЕДИНСТВЕННОМ ЭКЗЕМПЛЯРЕ НА ЗАКАЗ

Г.АЛМАТЫ, УЛ. КАБАНБАЙ БАТЫРА 88,
УГ. УЛ. ВАЛИХАНОВА,
ТЕЛ.: +7 (727) 258 82 20,
ФАКС 258 76 17,
МОБ.: + 7 777 2218374,
E-MAIL: ALMATY@MYTAILOR.RU

Г. НУР-СУЛТАН, УЛ. ДОСТЫК 1, ВП-11,
ТЕЛ.: +7 (7172) 524 292, 524 472,
МОБ.: + 7 777 2275598,
E-MAIL: ASTANA@MYTAILOR.RU

WWW.MYTAILOR.KZ

Г. АТЫРАУ, МОБ.: +7 777 0770400; Г. ШЫМКЕНТ, МОБ.: + 7 777 0770400; Г. АҚТАУ, МОБ.: +7 777 8701326;
Г. АҚТОБЕ, МОБ.: +7 777 8701325; Г. КАРАҒАНДА, МОБ.: +7 777 8701325



28-я Казахстанская международная выставка "Нефть и Газ"

28-30 сентября 2022
Атакент, Алматы, Казахстан

подробная информация:
www.kioge.kz

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР
Выставки и Конференции



ЖУРНАЛ ОБ ИНТЕРЕСНЫХ
ЛЮДЯХ И СОБЫТИЯХ



www.akylkenes.kz
www.akylkenes.media

Фото на обложке: Андрей Ударцев

УЧРЕДИТЕЛЬ

ТОО «Ақыл-кеңес Консалтинг»

ИЗДАТЕЛЬ

Дауржан Аугамбай

ВЕРСТКА И ДИЗАЙН

Надежда Сарина

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. Нур-Султан, Коргалжинское шоссе 19Т,
БЦ «Коргалжын», офис 202

Тираж: 500 экз. (на время пандемии)

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, 2017-2022

www.akylkenes.kz

Заявки на размещение рекламы в журнале
просим направлять на daurzhan@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.

МАРТ – АПРЕЛЬ, 2022

ЛИЦА

- 12** УДАЧА, МИР И ГАРМОНИЯ
- 16** **ДЭВИД ХАГГЕРТИ:**
РОЛЬ ITF
В РАЗВИТИИ ТЕННИСА
- 22** **ASTANA OPERA**
БАЛЕТ, ОБЪЕДИНЯЮЩИЙ МИР
- 36** **АНДРЕЙ УДАРЦЕВ:**
ПОЙМАТЬ МОМЕНТ

КЕЙСЫ

- 42** АХ, ВОТ БЫ ПРОСТО
ШВЕДОМ СТАТЬ...

О, СПОРТ, ТЫ МИР!

- 48** МАТЧ С ВИКИНГАМИ
- 54** ИСТОРИЧЕСКИЙ
ВЫХОД В ФИНАЛ
- 64** ИТОГИ АЛМАТИНСКОГО
ПОЛУМАРАФОНА
- 68** КЕТОДИЕТНЫЙ
ЭКСПЕРИМЕНТ



Внимательный читатель давно заметил, что в журнале начала превалировать теннисная тема. Так вышло, что график теннисных соревнований с участием мужской и женской сборных Казахстана является достаточно плотным. Уходящий весенний период не стал исключением. В этом номере мы расскажем об историческом достижении женской сборной Казахстана, которая успешно квалифицировалась в финальную стадию престижного Кубка Билли Джин Кинг после победы над сборной Германии. Осенью этого года наша женская команда, вошедшая по итогам турнира в десятку сильнейших команд мира, приложит все усилия, чтобы упрочить свои позиции.

Кстати, предстоящая осень также обещает быть богатой на спортивные события. Уже можно сообщить о выступлении казахстанской мужской сборной по теннису, которая выступит в финальном отрезке Кубка Дэвиса. Любители тенниса уже высоко оценили постоянное освещение нашим журналом всех международных и локальных турниров, которые проводит Федерация тенниса Казахстана. Соревнования, которые состоятся грядущей осенью, не станут исключением. Пока идет пауза в футболе, к которому журнал Akyl-kenes не равнодушен, мы освещаем яркие теннисные события.

В этом номере вновь затрагивается тема, связанная с Японией. Если ранее, в дополнение к интервью г-на Тацухико Касаи, экс-посла Японии в Казахстане, мы писали о цветении сакуры, об японской игре Го и об Олимпийских играх в Токио, то сейчас вы познакомитесь с японскими артистками балета, которые живут и работают в Казахстане.



Они интересно рассказывают о балете, об его отличиях в Казахстане и Японии, а также о схожести между казахами и японцами. А благодаря приему, который был организован послом Японии в Казахстане в честь дня рождения императора Японии, появилась статья о празднике, который широко отмечается в Стране восходящего солнца.

Являясь постоянным медиа-партнером Алматы марафона, пользуясь случаем, приглашаю всех принять участие в предстоящем полумарафонском забеге, который будет проводиться в столице нашей страны 19 июня 2022 года. Таких спортивных праздников в Казахстане становится все больше, что не может не радовать. Пока вы будете читать этот номер журнала, мы будем готовить интересные статьи для следующего, юбилейного тридцатого номера, который выпадет на пятилетие со дня создания журнала.

Дауржан Аурманбаев

УДАЧА, МИР И ГАРМОНИЯ

17 марта 2022 года Посольство Японии в Республике Казахстан организовало прием в честь дня рождения Его Высочества Императора Японии Нарухито (天皇誕生日, *Тэнно тандзеби*).

Этот государственный праздник определяется по дню рождения правящего императора Страны восходящего солнца. Согласно традиции, в этот день все желающие могут посетить императорский дворец, где проходит публичная церемония, и поздравить императора. Под несмолкаемые крики приветствия, на фоне многочисленных японских флагов Император произносит слова благодарности народу, свои пожелания и слова благословения.

Джун Ямада, посол Японии в Республике Казахстан, рассказал об Императоре Нарухито и вкратце поделился информацией об особенностях этого праздника, связанного с празднованием дня рождения Императора. Япония является страной с одним из старейших институтов монархии, где праздники, связанные с императорским домом, являются одними из главных в стране. Сегодня по Конституции Японии император является «символом государства и единства нации».

Фото: istock, font83

Нарухито, старший сын предыдущего императора Японии Акихито, родился 23 февраля 1960 года в Токио. Он взошел на престол 1 мая 2019 года после того, как предыдущий император Акихито, отрекся от престола. Он стал сто двадцать шестым правящим императором Японии. Девиз правления Нарухито – Рэйва (令和), иероглифы которого означают удачу, мир и гармонию. Наименование впервые было выбрано из стихотворения антологии японской поэзии «Манъёсю», которое описывает цветение абрикосовых деревьев в начале весны. Император Нарухито неоднократно заявлял о своей готовности взять на себя новую роль, которая более подходит нынешнему времени. По его мнению, идеальным императором является тот, кто может «разделить радости и горести людей».

ИНТЕРЕСЫ ИМПЕРАТОРА

Детство императора прошло в императорском дворце, где он получал образование у лучших преподавателей Японии. В возрасте четырнадцати лет Нарухито уезжает на год в Австралию, где знакомится с западной культурой и увлекся альпинизмом. После этого в жизни будущего императора всегда присутствовал спорт. Он занимается верховой ездой, бегом, пешеходным туризмом, играет в теннис и в бейсбол. Говоря о последнем виде спорта, то император является болельщиком токийского клуба Yomiuri Giants. Нарухито был патроном японского комитета XVIII Зимних Олимпийских игр в Нагано, которые проходили в 1998 году. Позже он стал членом Международного олимпийского комитета. Став императором, в сентябре 2019 года Нарухито торжественно открыл чемпионат мира по регби в Японии, ставший первым в истории Азии и Японии регбийным турниром высокого уровня. 23 июля 2021 года император Нарухито торжественно открыл XXXII летние Олимпийские игры в Токио¹.

Базовое образование Нарухито получил в Университете Гакусюин. Будучи старшеклассником, он начал всерьез интересоваться историей транспорта, вступив в географический клуб. В марте 1982 года Нарухито получает степень бакалавра в области истории, защитив диплом по системам водного транспорта средневековой Японии. В 1983 году Нарухито отправился в Англию, где изучал историю водной навигации в колледже Мертон при Оксфордском университете. По возвращении домой он продолжает учебу в Университете Гакусюин, где первым из членов императорской семьи получает степень магистра исторических наук. Годы учебы в Англии описываются в нескольких статьях и в книге воспоминаний «Темза и я: описание двух лет в Оксфорде».





В ЗАЯВЛЕНИЯХ НАРУХИТО ПРОСЛЕЖИВАЕТСЯ И АНТИВОЕННАЯ ПРОПАГАНДА. ОН ПРИЗЫВАЕТ РЕШАТЬ ЛЮБЫЕ КОНФЛИКТЫ В РАМКАХ ПЕРЕГОВОРОВ И ГОТОВ ВСЯЧЕСКИ ЭТОМУ СПОСОБСТВОВАТЬ.

Позже Нарухито рассказывал, что с детства проявлял большой интерес к дорогам, считая их драгоценным мостом к неизвестному миру.

Он поддерживает скаутское движение и в 2006 году посетил XIV Слет бойскаутов Японии (*Nippon Jamboree*), который является японским национальным празднеством, организованным Ассоциацией бойскаутов. В свободное время Нарухито играет на альте и уделяет особое внимание благотворительной деятельности.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ИМПЕРАТОРА

Император Страны восходящего солнца всерьез интересуется проблемами водных ресурсов Земли и их сохранения, регулярно выступая на различных мероприятиях в Японии и за ее пределами. Он призывает людей со всего мира задуматься об имеющихся проблемах и предпринимать совместные активные действия для сохранения и пополнения ограниченных источников пресной воды.

Фото: istock kuremo

Особое внимание уделяется проблемам отсутствия у людей доступа к чистой воде в странах Африки и некоторых регионах Азии. В то же время Нарухито озабочен вопросами защиты от стихийных бедствий, будь то наводнения или цунами. По его словам, «когда-нибудь люди смогут «приручить» воду и существовать в полной гармонии с мировым океаном».

В марте 2003 года в качестве Почетного президента III Всемирного водного форума, проведенного в Японии, Нарухито выступил на церемонии открытия с докладом «Водные пути, соединяющие Киото и местные регионы». Через три года он выступил на церемонии открытия IV Всемирного водного форума в Мексике с программной речью «Эдо и водный транспорт».

В декабре 2007 года запомнилась лекция «Люди и Вода: от Японии к Азиатско-Тихоокеанскому региону» на церемонии открытия I Азиатско-Тихоокеанского водного саммита в Японии. Нарухито является почетным членом Всемирной водной комиссии XXI столетия и патроном Глобального водного сообщества – органа, основанного Всемирным банком, ООН и Шведским агентством развития.

Он является автором порядка двадцати научных работ. Имеет ряд национальных и зарубежных наград, а также почетных званий, в том числе доктора Оксфордского университета (1991), вице-президента Японского общества Красного Креста (1994), президента Консультативного совета ООН по водоснабжению и санитарии (2007).

В заявлениях Нарухито прослеживается и антивоенная пропаганда. Он призывает решать любые конфликты в рамках переговоров и готов всячески этому способствовать. По его словам, люди должны сосредоточиться на создании, а не на разрушении. В своем видеообращении по случаю дня рождения Его Величества императора **Есимаса Хаяси**, министр иностранных дел Японии, выразил свою сердечную благодарность за вклад императора Нарухито в углубление и обогащение дружбы и доброй воли между Японией и другими странами и регионами. В своей речи он отметил, что «на основе доверия мира к Японии, которое было создано благодаря усилиям прошлых поколений японского народа, открывается новый рубеж японской дипломатии». Она основана на сбалансированной и стабильной позиции и высоком уровне готовности, подкрепленной решимостью всецело защищать общечеловеческие ценности; защищать мир и стабильность Японии; а также внести свой вклад в развитие человечества, взяв на себя ведущую роль в международном сообществе.

РОЛЬ ITF В РАЗВИТИИ ТЕННИСА

В середине апреля 2022 года в столице Казахстана проводились матчи квалификации командного чемпионата мира Billie Jean King Cup между сборными Казахстана и Германии. Этот престижный турнир более полувека именовался как Кубок Федерации.

Организатором турнира является Международная федерация тенниса (ITF), являющаяся управляющей структурой мирового тенниса. Сегодня она объединяет двести десять национальных организаций. Помимо организации различных турниров и спортивных мероприятий, связанных с теннисом, ITF представляет теннис в Международном олимпийском комитете и занимается его популяризацией и развитием по всему миру. В преддверии квалификационных матчей Кубка Билли Джин Кинг журнал **Akyl-kenes**, являющийся медиа-партнером Федерации тенниса Казахстана, встретился с почетным гостем турнира. **Дэвид Хаггерти**, президент ITF, член Международного олимпийского комитета, рассказал о роли своей организации в развитии тенниса по всему миру, назвал своих любимых спортсменов в мужском и женском теннисе, а также рассказал о критериях отбора в Международный зал теннисной славы.

25 сентября 2015 года Дэвид Хаггерти был избран президентом ITF и переизбран на второй срок 27 сентября 2019 года. До этого он занимал должности председателя, генерального директора и президента совета директоров Ассоциации тенниса Соединенных Штатов (USTA), председателя Открытого чемпионата США по теннису (*US Open*) и входил в состав Совета директоров USTA в течение целого десятилетия.

До того, как Дэвид Хаггерти возглавил компанию Dunlop Maxfli Slazenger Sports, он являлся владельцем компании Prince, где он проработал более тринадцати лет. Он был председателем, генеральным директором и президентом компании Head USA, а также президентом Penn Racquet Sports в течение четырнадцати лет, прежде чем уйти на пенсию и сосредоточиться на своей волонтерской деятельности в USTA.



Хаггерти является членом Совета директоров Международного зала теннисной славы и Женской теннисной ассоциации. Он окончил Университет Джорджа Вашингтона, где получил степень в области делового администрирования и маркетинга. В течение четырех лет учебы будущий глава ITF являлся лучшим игроком теннисной команды своей альма-матер.

После окончания университета молодой Хаггерти играл в сателлитном туре в Европе. За спортивные достижения и вклад в развитие тенниса он является членом Зала спортивной славы Университета Джорджа Вашингтона, где до сих пор удерживает университетский рекорд по количеству побед в одиночном и парном разрядах.

СЕГОДНЯШНЯЯ РОЛЬ ITF

Современный теннис переживает вызовы, поскольку сегодня спорт сильно меняется. Различные виды спорта конкурируют друг с другом в борьбе за болельщиков, зрителей и спонсоров. Динамика изменений усиливается новыми цифровыми технологиями, которые сильно изменили освещение спортивных событий для миллионов людей по всему миру. Поэтому на ITF возложена особая миссия, которая заключается в развитии и продвижении тенниса. Работая над совершенствованием форматов проведения теннисных турниров, мы, прежде всего, следим за другим спортивными федерациями. Важно отслеживать в какую сторону меняются другие виды спорта, особенно те, которые традиционно являются популярными.

Мы сфокусированы на потребителях, болельщиках и игроках, которым нужны зрелищность и эмоции. Большинство людей, особенно представители молодого поколения, увлекаются электронными играми (*E-Sports*).



Поэтому целесообразно вовлекать молодежь и новых игроков посредством цифровых форматов, как это получается у того же футбола. Мы смотрим на эту многообещающую область и думаем над тем, как теннис может быть вшит в новую плоскость и занять свою нишу. Для популяризации тенниса в ITF предусмотрены различные программы развития. На примере их реализации в Казахстане, можно смело говорить, что теннис продвинулся здесь достаточно хорошо.

В целях повышения конкуренции между игроками и получения ими соревновательной практики, в стране ежегодно проводится большое количество международных турниров ATP и WTA. В стране также проводятся локальные, региональные и национальные соревнования. Все это расширяет интерес к теннису и дает большие амбиции любителям и профессиональным игрокам для дальнейшего роста и достижения новых вершин в теннисе. Федерация тенниса Казахстана уделяет особое внимание созданию благоприятных условий для регулярных занятий теннисом, воспитанию профессиональных теннисистов и всесторонней поддержке юных игроков.

Молодежь регулярно занимается теннисом, что позволяет говорить о том, что этот вид спорта набирает популярность в Казахстане. На данный момент теннисом занимается более 33 000 человек, половина из которых представлена детьми.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЗАЛ ТЕННИСНОЙ СЛАВЫ

В Международном зале теннисной славы, основанном в 1954 году, собраны известные и выдающиеся игроки всех времен. Музей расположен в историческом месте, в городе Ньюпорт (*штат Род-Айленд*), где в 1881 году проходил первый национальный чемпионат США по теннису. В период с 1955 по 1975 гг., его членами становились исключительно американские теннисисты. После 1975 года зал славы стал международным. На данный момент членами зала являются более двухсот человек, но для меня наиболее топовыми являются несколько спортсменов.

Стэн Смит (*годы выступления с 1968 по 1985 гг.*) являлся победителем девяноста турниров в одиночном и парном разряде, в том числе семи турниров Большого шлема и четырех финальных турниров АТР и WCT. В своей карьере становился восьмикратным обладателем Кубка Дэвиса в составе сборной США. В 1987 году его имя было внесено в списки Международного зала теннисной славы. После окончания активной теннисной карьеры в 1983 году Стэн Смит принимал участие в работе Теннисной ассоциации США.

Он возглавлял тренерскую секцию ассоциации и работал с такими теннисистами, как Маливай Вашингтон, Линдсей Дэвенпорт, Дженифер Каприати, Тодд Мартин и Чанда Рубин. Во время Олимпийских игр в 2000 году в Сиднее он работал тренером мужской сборной США по теннису. В настоящее время ведет тренерскую работу в своей теннисной академии в Хилтон-Хед-Айленд. Интересным является эпизод в его карьере, когда он переходил из любителей в профессионалы. В 1967 году, в последний год, когда раздельно проводились любительские и профессиональные соревнования, он дошел до финала чемпионата США среди любителей в паре с Розмари Казальс. В том финальном матче они уступили сильнейшей смешанной паре мира Билли Джин Кинг и Оуэну Дэвидсону. В том году этот дуэт также выиграл турнир Большого шлема в миксте.

Джон Ньюкомб, австралийский профессиональный теннисист и теннисный тренер, в свое время занимал первую строчку в мировом рейтинге. Он выиграл тридцать один турнир АТР в одиночном и тридцать три турнира в парном разряде. Стоит отметить, что он дважды становился чемпионом Australia Open в одиночном разряде (*1973, 1975*) и пять раз поднимался на пьедестал почета в парном разряде (*1965, 1967, 1971, 1973 и 1976*). В 1965 году завоевал Кубок Большого шлема в парном разряде. Ньюкомб также трижды поднимал над головой Кубок Уимблдона в одиночном разряде и являлся его шестикратным чемпионом в парном разряде.

В 1964 году выигрывал турнир в миксте. Аналогичных больших достижений он добивался в чемпионате США и в турнирах Roland Garros в то же время, когда он блистал в вышеуказанных турнирах. Практически каждый год он не оставался без трофеев. 3 июня 1974 года он стал первой ракеткой мира, а в 1985 году стал членом Международного зала теннисной славы. Будучи подростком, я внимательно следил за выступлениями этого теннисиста, который являлся моим идолом.

Если говорить о женщинах, то мне импонировала Крис Эверт, американская теннисистка, которая завоевала восемнадцать (!) титулов на турнирах Большого шлема в одиночном разряде. Она трижды становилась победителем турнира Roland Garros и шесть раз становилась сильнейшей на US Open. Среди ее достижений нельзя забывать про три победы в парном разряде на турнирах Большого шлема. По версии Стива Флинка, известного спортивного журналиста и историка, Эверт являлась третьей теннисисткой прошлого столетия после Штеффи Граф и Мартины Навратиловой. Об этом он написал в своей книге «Величайшие матчи XX века». Конечно, это Билли Джин Кинг, о которой можно много и долго рассказывать.

Конечно, нельзя не упомянуть про Андре Агасси, который является примером для подражания, как в спортивном, так и в личностном плане. Также я хотел бы рассказать об австралийском игроке Марке Вудфорде, бывшей первой ракетке мира среди игроков в парном разряде. О нем тоже можно много чего рассказать, но основными его достижениями стали золотая медаль на Олимпийских играх в 1996 году и серебряная медаль на Сиднейской Олимпиаде в парном разряде. В 2010 году он вошел в Международный зал теннисной славы и на сегодняшний день является одним из членов Совета директоров ITF.

В наше время я внимательно слежу за некоторыми известными профессиональными игроками, поэтому будет достаточно сложно перечислить всех и каждого, поскольку каждый, кто находится в Зале славы, достоин уважения и признания.

КРИТЕРИИ ОТБОРА

Есть достаточно подробный перечень критериев для отбора претендентов. Номинанты должны быть образцовыми во всех аспектах, как в карьере, так и в персональном плане. Основными показателями являются высокие и стабильные достижения в спорте и на крупнейших соревнованиях.

Обычно такие спортсмены достойно представляли себя и свои страны на международных турнирах, чемпионатах мира и Олимпийских играх. Но самое главное условие, которое является весомым, заключается в том, чтобы каждый спортсмен являлся и оставался хорошим человеком на корте и вне его. Такие персоны должны всегда оставаться положительными, несмотря на свои регалии и почести.

Их ролевая модель очень важна для многочисленных болельщиков со всего мира, которые ориентируются на своих кумиров. Обычно люди, находящиеся в Международном зале теннисной славы, обладают сильной энергетикой и яркой харизмой, которые помогают им продвигать спорт в массы и делать его популярным. Высоко оценивается умение и стремление теннисистов выстраивать коммуникации с болельщиками и с другими спортсменами.

К примеру, можно вспомнить **Джимми Коннора**, экс-первую ракетку мира. Он выиграл сто двадцать турниров, сто девять из которых приходятся на турниры АТР. Это достижение является абсолютным рекордом, который до сих пор никем не побит.

В ЦЕЛЯХ ПОВЫШЕНИЯ КОНКУРЕНЦИИ МЕЖДУ ИГРОКАМИ И ПОЛУЧЕНИЯ ИМИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ В СТРАНЕ ЕЖЕГОДНО ПРОВОДИТСЯ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО МЕЖДУНАРОДНЫХ ТУРНИРОВ АТР И WTA



ПРОГРЕСС КАЗАХСТАНСКОГО ТЕННИСА

Во время квалификационных матчей между женскими сборными Казахстана и Германии у меня была возможность ознакомиться с теннисной инфраструктурой в г. Алматы. Я посетил теннисные центры ЦСКА, ACE и Gorky Tennis Park, которые оставили хорошее впечатление. Я вижу, что в Казахстане теннис является доступным для людей практически любого возраста, начиная от детей в возрасте трех лет. Развитая многоуровневая система тенниса (локальная, региональная, национальная и международная) способствуют повсеместному развитию тенниса и его продвижению среди широкого круга людей.

Усилия Федерации тенниса Казахстана, направленные на организацию турниров и различных мероприятий на высоком уровне, позволяют одинаково вовлекаться в занятия теннисом, как профессионалам, так и любителям. Как результат, казахстанские спортсмены показали отличные результаты, завоевав лицензии на Олимпийские игры в Токио, а также продолжают радовать своими выступлениями на различных турнирах, включая Кубок Дэвиса и Кубок Билли Джин Кинг, в которых мужская и женская сборные квалифицировались в финальные стадии.

ПОМИМО ТЕННИСА...

Помимо тенниса, которым я занимался всю свою жизнь, я люблю кататься на лыжах. Перед турниром Билли Джин Кинг я успел посетить горнолыжный курорт Шымбулак, где люди все еще катаются на лыжах. Я с удовольствием покатался бы, но, к сожалению, не захватил с собой снаряжения. Моим вторым хобби является дегустация вин. Находясь в Казахстане, я попробовал пару местных сортов вина, которые мне очень понравились.

Все помнят его последние матчи, вместе с которыми уходила целая эпоха. В августе 1990 года Коннорс покинул спорткомплекс US Open, не проведя ни одного матча. В тридцать семь лет ему было очень сложно справляться с травмами. Правда, перед уходом он всем пообещал, что вернется и покажет настоящий рок-н-ролл. В августе 1991 года легенда выходила в третий раунд на Открытом первенстве Франции и на Уимблдоне. Но основной целью являлась победа в US Open, в Нью-Йорке, где он уже побеждал в 1978 году. Первые два сета показали, что ветеран сдает позиции. В третьей партии он уступал со счетом 0:40. Собравшись, он исполняет всего лишь один брейк-пойнт, после которого ловит кураж. Тот матч завершился глубокой ночью, а сам он дойдет до полуфинала, который был сыгран против Аарона Крикстейна на Armstrong Stadium в день, когда ему исполнилось тридцать девять.

В том матче Коннорс с трудом одерживал победу на тай-брейке второго сета (10:8), то следом крупно проигрывал третий, воспрянув на четвертом сете. Казалось, что он не отыграться в пятой партии. Беспреданно атакуя и практически не отдыхая, Джим довел матч до чемпионского тай-брейка. Болельщики стоя аплодировали и провожали Коннорса, который как никто другой отражал завершение уходящей эпохи.



БАЛЕТ, ОБЪЕДИНЯЮЩИЙ МИР

В первом номере журнала Akyl-kenes была опубликована статья про Досжана Табылды, известным казахстанским артистом балета, который рассказал о балете и о своем пути к нему. В течение пяти лет статей о балете больше не было. Весной этого года посол Японии в Казахстане организовал прием в честь дня рождения императора Нарухито. В числе гостей находились и граждане Японии, среди которых были японские балерины, работающие в Казахстане. На данный момент они являются артистками **Astana Opera**. В этой статье мы ближе познакомимся с японскими балеринами, которые рассказывают о своей жизни в Казахстане, о роли балета в их жизни и о том, чем похожи казахи и японцы.

ПРЕДЫСТОРИЯ

Балет как искусство зародился в Италии и начал завоевывать мир в XX веке. Балет начал приобретать популярность в европейских странах, а в Японию его привез итальянский балетмейстер Джованни Росси. Он преподавал в театре «Тэйкоку гэкидзё», репертуар которого был достаточно разнообразным. В него, помимо балета, были включены опера и классическая музыка. В начале прошлого столетия балет был доступен только для людей из высшего общества, поскольку все, что было связано с этим искусством, стоило немалых денег. По-настоящему интерес к балету в Японии вырос в 1922 году; именно с этого периода в стране начали готовить профессиональных танцоров.

Во второй половине прошлого века балет все еще оставался элитарным, а отдать своих детей в балетную школу могли позволить люди, проживающие в крупных городах и достаточно обеспеченные граждане. В образ балерины были влюблены практически все японские девочки, которые узнавали о балете с обложек молодежных журналов и манги. Посещение детьми балетных школ лишь еще раз подчеркивало высокий статус их родителей.

Примечательно, что в Стране восходящего солнца нет специальных балетных школ, и отсутствуют вступительные экзамены и оценки за успеваемость. Сам по себе балет не относится к отдельной специальности.



Фото: www.shutterstock.com



Фото: Astana Opera

Поскольку обучение балету в Японии не относится к лицензируемой деятельности, поэтому нет и официальной статистики, которая отражала бы точное количество людей, занимающихся балетом. Японский балет является чем-то самобытным в самой Японии. Тем не менее, миру известна Морисита Йоко, первая японская балерина, которая завоевала золотую медаль на Международном конкурсе балета в Варне в 1974 году.

СЕЙКА ТОНОСАКИ

Я родом из Хоккайдо, самого северного и второго по величине острова Японии. Он знаменит и привлекателен своей нетронутой природой, красивым ландшафтом, отличным горнолыжными курортами и уникальными горячими источниками. Благодаря своему климату, сравнимому со скандинавским, в Саппоро, в столице префектуры Хоккайдо, проводились XI Зимние олимпийские игры в 1972 году. У меня есть сестра, которая старше меня на двенадцать лет. Когда она была маленькой, один врач посоветовал нашей маме записать ее в балетную школу.

По его словам, занятия балетом являются полезными, чтобы исправить осанку и укрепить мышцы. Так, моя сестра начала заниматься балетом, а я с малых лет видела, как она занимается. Я повторяла за ней движения и, видимо, по мне было видно, что я тоже хочу танцевать.

В возрасте почти трех лет я начала ходить в ту же школу, которую посещала моя сестра. По рассказам мамы, я толком даже не разговаривала, а на занятия ходила в памперсах, поверх которых надевался балетный купальник. Но у меня был хороший слух и сильное чувство ритма. Несмотря на свой маленький возраст, я хорошо запоминала танцы и быстро заучивала движения. Поскольку у меня хорошо получалось танцевать, я продолжала свои занятия. Вначале это было больше похоже на хобби, ведь я не думала, что стану профессиональной балериной. Хотя желание стать ею частенько посещало меня. Я продолжала заниматься балетом, поскольку мне это доставляло удовольствие.

Ходила я в обычную балетную школу, которая находилась в маленьком городке, где я жила. Занятия там длились час-полтора и проводились один раз в неделю. Мне было десять лет, когда однажды был организован один концерт совместно с другими балетными студиями из крупных городов Японии. В том концерте участвовали дети из школ, где занятия проводились ежедневно. Невооруженным глазом была видна разница в подготовке между мной и моими ровесниками. Тогда я впервые увидела девочек, которые намного лучше танцевали. Это вызвало во мне желание подтянуться и больше заниматься. Поговорив с мамой, мне удалось убедить ее разрешить мне посещать школу, которая находится в соседнем городе. Можно сказать, что с этого момента началась моя настоящая балетная жизнь.

ПОПЫТКА – НЕ ПЫТКА

Каждый день я начала ездить в другой город. После школы мама отвозила меня на вокзал, откуда я на поезде самостоятельно добиралась до балетной школы. На дорогу у меня уходило больше времени, чем на сами занятия. Соответственно, выросли расходы на дорогу и учебу, но родители поддержали меня, с уважением относясь к моему решению. За это я до сих пор им бесконечно благодарна. Так прошло два года, когда мой педагог посоветовала мне попробовать поступить в Новосибирский государственный хореографический колледж. Она аргументировала тем, что мне необходимо получить опыт и усилить свои знания в области балета. Если отталкиваться от стандартных требований, предъявляемых российскими балетными учебными заведениями, к девочкам, которые хотят серьезно заниматься балетом, то я не сказала бы, что у меня были великолепные балетные данные. Во время занятий мной двигали искренняя любовь к этому виду искусства и большая старательность. Поэтому мой преподаватель рекомендовала особо не расстраиваться в случае, если меня не возьмут. По крайней мере, я попытаюсь и увижу, как устроена балетная школа в другой стране.

Дело в том, что в отличие от российского, в японском балете нет определенных и строгих требований к телосложению артистов балета. В большинстве стран у тех, кто обладает так называемым подходящим типом фигуры, имеется больше шансов поступить в балетные школы. К примеру, учитывается соотношение роста и веса в соответствии с возрастом в стоячем и сидячем положении. Во время отбора и собеседования медицинская комиссия строго оценивает физические данные, принимая решение о допуске к следующему этапу поступления.



Фото: Astana Opera

Поскольку в Японии балетом могут заниматься все желающие, то японские артисты балета, выступающие за пределами Японии, часто говорили, что танцы даются им труднее из-за несоответствия строгим «балетным стандартам».

К всеобщему удивлению, я успешно прошла отбор, чему я и моя преподавательница были несказанно рады. Оставалось получить отцовское разрешение на учебу в России. Несмотря на то, что курс длился всего месяц, мой отец не сразу согласился отпустить меня. Он сильно переживал по этому поводу, но после разговора он все же дал свое согласие. В течение всего месяца я ежедневно занималась балетом, да и Новосибирск мне очень понравился. Ведь в Японии мне приходилось каждый день далеко ездить, чтобы учиться, на что уходили силы и время. Новосибирский колледж с интернатом находился в непосредственной близости от театра, что было очень удобно и менее энергозатратно.

Год спустя я вернулась для прохождения очередного отбора на полугодовое обучение. Во время собеседования одна из преподавателей предложила мне поступить на бакалавриат и получить полноценное образование. Благодаря ей я поступила в хореографическое училище, в котором четыре года спустя я успешно сдала государственные экзамены и получила диплом. Обучаясь на третьем курсе, я уже начала думать о своем будущем месте работы. В какой-то момент, сильно соскучившись по дому и родителям, я даже хотела вернуться в Японию. Но моя преподавательница строго-настрого запретила мне это делать, сказав, что я должна искать работу и продолжать оттачивать свои навыки. Мол, вернуться домой я всегда успею.

Конечно, я сильно расстроилась. Спокойно обдумав и взвесив все «за» и «против» я убедилась в правильности ее доводов. Я должна была остаться и попробовать. Я не совсем была уверена в своем дальнейшем трудоустройстве. Во время зимних каникул я поехала в Москву, чтобы найти работу. Там я устроилась в балетную труппу Moscow City Ballet. Это театр классического балета Виктора Смирнова-Голованова, являющийся одним из наиболее известных и престижных балетных трупп, гастролирующих по всему миру.

Когда я вернулась с этой новостью к своему педагогу, она была горда и рада за меня. Как оказалось, никто из моих однокурсников на тот момент не думал о поиске работы. Тогда все удивились, что единственная японка на потоке поехала в Москву и нашла себе работу. Получив диплом, я сразу же улетела в столицу, где началась моя насыщенная профессиональная трудовая деятельность. Сейчас я задумываюсь над тем, как сложилась бы моя судьба, если бы в прошлом я остановилась бы, усомнившись в себе. Ведь в этом случае я не смогла бы реализовать свою мечту.

МЕЖДУНАРОДНЫЕ ГАСТРОЛИ

Тут хотелось бы отметить, что традиционно балет является очень популярным в России, в то же время, являясь весьма доступным для всех слоев населения. В Японии балет имеет сравнительно более низкую популярность, хотя многие японцы занимаются им на профессиональном и любительском уровне. В нашей стране все же осталось такое понятие, связанное с тем, что балет является увлечением для состоятельных людей. В какой-то степени это подтверждается тем, что билеты на балет в Японии являются достаточно дорогими. Вдобавок к этому, желающие заниматься им должны быть готовы к тому, чтобы раскошелиться на дорогие балетные аксессуары и костюмы. В основном, на балетные постановки и спектакли в Японии ходит не массовый зритель, а те, кто действительно разбирается в балете и глубоко им интересуется.



Фото: Astana Opera



Фото: Дауржан Аугамбай

В нашей стране балет считается каким-то далеким и непостижимым искусством, поэтому в Японии нет традиции массового похода в театры. Возможно, это объясняется наличием в Японии бóльшего количества других развлечений и желанием людей заниматься более традиционными видами спорта и искусства. Поэтому балет в Японии воспринимается несколько иначе, чем в других странах. В Казахстане, наоборот, посмотреть на балет приходит много людей, причем зал в Государственном театре оперы и балета «Астана-опера», где я сейчас работаю, никогда не бывает пустым.

В течение плодотворных четырех лет, пока я работала в Moscow City Ballet, я побывала на гастролях в более чем двадцати странах и в сорока городах мира. Работа в труппе была физически изнурительной, поскольку порой нам приходилось по два раза в день выступать на сцене. Достаточно часто бывало так, что сразу после выступления мы сразу же собирались в другой город.

По приезду, после непродолжительного отдыха, мы давали два спектакля. Такой интенсивный график был у нас практически каждый день в течение всего периода работы в труппе. Физические нагрузки и усталость компенсировались молодостью, энергией и интересом. С другой стороны, я увидела мир и открыла для себя много нового.

РАБОТА В КАЗАХСТАНЕ

В театре Moscow City Ballet также работали артисты из Казахстана, с которыми я хорошо подружилась. В 2013 году они рассказали мне о планируемом открытии крупнейшего театра в Центральной Азии, отвечающего всем мировым стандартам. Театр Astana Opera был построен с учетом лучших классических традиций мирового зодчества с соблюдением казахского национального колорита. В тот момент я как раз собиралась сменить обстановку, поскольку хотелось работать в театре и иметь свою постоянную сцену.

Узнав об этом, я начала изучать Казахстан, поскольку он был для меня незнакомой страной, о которой я судила по своим коллегам. Благодаря им я не испытывала страха и переживаний по поводу потенциального переезда в Астану. Не скажу, что решение переехать далось мне быстро и легко. Поэтому я решила сначала поехать на собеседование и познакомиться с городом. Внутренне я утвердилась во мнении, что останусь в Казахстане в случае, если мне предложат работу. В итоге, меня взяли на работу, и вот уже почти десятый год я работаю в одном из лучших театров мира.

Поскольку я столько времени живу в Казахстане, было бы уместно рассказать об особенностях балета, как такового. Следует отметить, что основы и каноны балета являются стандартными и универсальными по всему миру. Можно привести аналогию с футболом, в который играют в разных странах. Хотя правила игры соблюдаются везде, но стиль игры везде разный. Есть латиноамериканский футбол, а есть европейский. У каждого свои особенности и нюансы. В одних странах он развит больше, в других – меньше. Говоря о балете, можно выделить существенную разницу в балетной школе. Ее подразделяют на российскую, европейскую (французскую) и американскую, каждая из которых отличается своими нюансами и традициями. Казахская балетная школа ближе к российской, поскольку ее корни уходят в советский период. В Японии балетная школа является смешанной – каждый преподаватель преподает по своему усмотрению. Но это не говорит о том, что какая-то из школ является чем-то лучше или хуже остальных.

Я бы подошла к объяснению этого вопроса с точки зрения личных качеств и характера артистов, нежели школ. По моим личным ощущениям, для японских артистов балета характерны более сдержанный стиль, элегантность и нежность.

Казахские артисты более эмоциональные и работают со зрителем. Если японцы более сдержанные во время выступлений, то казахи свободнее чувствуют себя на сцене. Казахские артисты очень хорошо чувствуют сцену, наслаждаются во время спектакля и передают свои чувства и эмоции зрителям. Я считаю, что это очень хорошая черта в балете Казахстана. При этом я не хочу сказать, что японцы не умеют этого делать. Просто у казахов и японцев различные темпераменты и черты характера.

А Astana Opera я работаю со дня открытия театра, которое состоялось летом 2013 года. В Казахстан я приехала весной того года и до наступления лета я уже работала в театре, готовясь к началу первого сезона. До того, как я приступила к своим обязанностям, я успела поработать в Национальном театре оперы и балета им. К. Байсеитовой и выступить на его сцене. Я горжусь тем, что с первого дня работы в Astana Opera я участвовала во всех спектаклях и не пропустила ни одного из них.



Фото: Astana Opera

ЛЮБИМЫЕ ПОСТАНОВКИ

На самом деле, любимых постановок у меня много. Но хотелось бы рассказать про недавнюю премьеру постановки «Шесть танцев» знаменитого чешского хореографа-постановщика современного танца Иржи Килиана. Этот балет был исполнен под музыку Вольфганга Амадея Моцарта. По словам балетмейстера, хореография этого произведения только на первый взгляд кажется нетрудной для исполнения. В действительности этот балет является не только технически сложным, но он еще требует от исполнителей музыкальность, точное попадание в ритм и синхронность. В этом балете Иржи Килиан представил свой комический взгляд на XVIII век, в котором нет четкого сюжета, но есть короткая история о веселье дам, галантных кавалеров и экстравагантных мужчин в кринолинах. Мировая премьера этого балета прошла тридцать шесть лет назад в Амстердаме, на сцене Нидерландского музыкального театра. С того времени этот спектакль успел украсить афиши знаменитых театров Швейцарии, США, Чехии, Новой Зеландии, Казахстана и других стран.

Отличительной особенностью этого спектакля является то, что в нем участвуют лишь четыре парня и четыре девушки. Для участия в нем проводился строгий отбор среди пятидесяти балерин, в числе которых находилась и я. Я не была уверена, что выберут меня. В лучшем случае я надеялась на попадание во второй состав. Но мне дали одну из главных ролей и то, что я станцевала в постановке Килиана, является для меня большой честью.

Еще мне нравится гениальный балет-шедевр Бориса Эйфмана «Роден, ее вечный идол», который посвящен судьбе и творчеству великих скульпторов Огюста Родена и его ученицы, возлюбленной и музы Камиллы Клодель.



Фото: Astana Opera

Этот спектакль о масштабном творческом высказывании на тему трагичности жизненного пути гениев. Неординарный балетмейстер использует уникальный пластический язык современного психологического балета. Таким образом, он не просто являет новое осмысление мира человеческих страстей, виртуозно исследованного Роденом и Клодель в их работах, но создает произведение о непостижимой мистерии творческого процесса.

Борис Эйфман строго подходит к отбору артистов на свои спектакли. Девушки должны быть не ниже 170 см, а парни – не ниже 190 см. С моим ростом в 165 см я практически не соответствовала этим требованиям, но все же мне удалось участвовать в его постановке.

КАЗАХСКИЕ АРТИСТЫ БОЛЕЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ И РАБОТАЮТ СО ЗРИТЕЛЕМ. ЕСЛИ ЯПОНЦЫ БОЛЕЕ СДЕРЖАННЫЕ ВО ВРЕМЯ ВЫСТУПЛЕНИЙ, ТО КАЗАХИ СВОБОДНЕЕ ЧУВСТВУЮТ СЕБЯ НА СЦЕНЕ

Может даже из-за этого я получила неопишное удовольствие, танцуя в балете признанного художественного руководителя. Работа в этом спектакле потребовала от всех артистов физически и морально выложиться. Я никогда не забуду процесс подготовки к этой постановке, каждый миг которого приносил удовлетворение от проделанной работы. В спектакле нужно было не просто показать сложные движения, но и передать глубокие эмоции и чувства. Весь творческий коллектив с удовольствием вспоминает время, когда этот всеми любимый спектакль находился в репертуаре театра. Уверена, что никто сейчас не отказался бы снова вернуться к нему.

В целом, Astana Opera славится своим интересным репертуаром, в котором каждый спектакль по-своему сложен и отличителен. Пожалуй, я отмечу либретто «Спартак» в хореографии Юрия Григорovichа по мотивам одноименного романа Рафаэло Джованьоли и сюжетам истории Древнего Рима с использованием сценария Николая Волкова. Премьера спектакля в Astana Opera состоялась в июне 2014 года. Либретто и спектакль «Собор Парижской богородицы», поставленный Роланом Пети по одноименному роману Виктора Гюго также заслуживает высокой оценки. Перечислять можно много, поскольку каждый из спектаклей является уникальным и неповторимым.

ЖИЗНЬ В КАЗАХСТАНЕ

Прожив восемь лет в России и почти десять лет в Казахстане, я ощутила большую разницу между этими двумя странами. Взять хотя бы то, как воспринимают меня местные жители. В России меня воспринимали как иностранку. Меня принимали за китайку или за кореянку, что особенно сильно ощущалось в Москве, где необходимо было постоянно находиться на чеку. Я чувствовала определенную опасность во время передвижения в общественном транспорте в вечернее время.

В Казахстане все наоборот. Я замечаю большую внешнюю схожесть между казахами и японцами. Пока я не начинаю говорить со своим японским акцентом, все думают, что я казашка. Порой люди даже не верят, что я японка. Тут я не ощущаю дискомфорта и чувствую себя в полной безопасности. Вдобавок ко всему, в самом начале меня достаточно тепло приняли мои коллеги и друзья. Казахстан очень комфортен в плане своего искреннего гостеприимства, открытости и неподдельной доброжелательности, что не совсем характерно для России и даже в какой-то степени для Японии. Эти черты заложены в генах казахов с древних времен. Японский народ в этом плане более закрытый, что также объясняется менталитетом.



Если казахи быстро привыкают к незнакомым людям и практически сразу могут подружиться и заговорить, став хорошими знакомыми, то японцы соблюдают дистанцию в общении, даже если они давно знакомы. В этом есть как свои плюсы, так и минусы.

Общаясь со своими друзьями и коллегами, я многое узнала о традициях. Я присутствовала на мероприятии, посвященном празднованию сорока дней ребенка и присутствовала на выписке. В Японии нет традиции приходить всей семьей на выписку. Друзья часто приглашали меня на свадебные тои, что было очень интересно. Теперь я знаю, как проходят свадебные церемонии. Поскольку жизнь является многогранной, мне приходилось участвовать на проводах одного близкого человека в его последний путь.

Разговаривая с домашними, я всегда рассказываю о том, что наши народы местами очень сильно похожи друг на друга. Дело даже не во внешности, а в соблюдении своих традиций и в проявлении уважения к старшим.

После проведения международной выставки «EXPO 2017» и Олимпийских игр в Токио японцы начали больше интересоваться Казахстаном, который ранее не пользовался особой популярностью. Люди Казахстана являются визитной карточкой своей страны. Костюмы, в которых вышли спортсмены олимпийской сборной Казахстана во время церемонии открытия Олимпиады, вызвали большой восторг у японцев. Они даже назвали знаменосца Ольгу Рыпакову принцессой Олимпийских игр. Казахский певец Димаш Кудайберген тоже очень популярен среди японцев, которые даже организовали несколько его фан-клубов. Стоит отметить боксера Геннадия Головкина, который недавно боксировал с японским боксером Риото Муратой. В Японии высоко ценят покойного фигуриста Дениса Тена, поскольку в нашей стране фигурное катание очень сильно развито и более популярно в сравнении с балетом.

В Японии часто транслируются телевизионные передачи про Казахстан – про его богатые кочевые традиции, красивую природу и развитие страны в настоящее время. Постепенно японский народ все больше узнает о Казахстане и его народе. Японцам интересна особенность Казахстана и всем интересно как дальше будет развиваться страна.

В свою очередь, Казахстан для меня является уникальной страной, где все стремительно развивается. Когда я только приехала в столицу, все было совсем по-другому. Возле нашего театра были построены только ТРЦ «Сарыарка» и «Хан Шатыр». Слева от театра можно было увидеть монумент «Байтерек». Постепенно город застраивался и теперь он предстает совершенно в ином облики.

Когда я хожу в местные японские рестораны, то замечаю, что суши, которые тут предлагают, не совсем похожи на японские. Повара стараются оформить их как настоящие, но на вкус они сильно отличаются. Это то же самое, как если бы в Японии казахам предложили бы бешбармак по-японски. Казахи сразу бы определили, что японский бешбармак это не тот, который они привыкли есть у себя дома. Для этого нужны подходящие ингредиенты и мясо, которых не найдешь в Японии.

Так же и с суши – словно чего-то не хватает. К примеру, суши «Филадельфия» и «Калифорния» в Японии вообще не существуют. Это абсолютно разные блюда. Несмотря на это, мне все равно нравятся казахские суши. Когда я скучаю по родной кухне, я иногда хожу в ресторан японской кухни «Момо»,

где работает Кишигами Дайске, шеф-повар из Японии. Кстати, в переводе с японского языка слово «момо» означает «персик». В этом заведении подают настоящие домашние японские блюда. Я сильно полюбила казы, особенно когда он хорошо приправлен чесноком и специями. Правда, для японского желудка казы являются немного тяжелой и жирной пищей, поэтому много его есть я не могу.

ХОББИ

В свободное от работы и репетиций время я сейчас занимаюсь развитием своего ютуб-канала, который веду на японском языке. Люди просят включать субтитры с переводом, но я физически не успеваю это делать. Ведение канала отнимает очень много времени, поскольку я сама снимаю ролики, монтирую их и выкладываю. К примеру, монтаж ролика продолжительностью десять минут может занять от пяти до восьми часов. Поэтому этим я занимаюсь в перерывах между репетициями, до и после работы. Это хобби постепенно превращается в мою вторую работу. Зато благодаря своему каналу я начала сотрудничать с одним японским магазином балетных аксессуаров в качестве амбассадора. Определенно, канал помогает мне расширять свой кругозор, получать новый опыт и открывать для себя новые возможности.

Также я очень люблю шить, что у меня неплохо получается, несмотря на то, что нигде специально этому не училась. Я стараюсь выкраивать немного времени для самостоятельного изучения техники кройки и шитья. Создаю дизайн и шью для себя балетные купальники, кофточки и юбочки. Я даже планировала делать это не только для себя, но и для своих подруг и коллег. В принципе, для этого у меня есть все необходимое. У меня дома имеются три швейные машинки, но не всегда хватает времени полностью погрузиться в это дело.



В ОБРАЗ БАЛЕРИНЫ БЫЛИ ВЛЮБЛЕНЫ ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕ ЯПОНСКИЕ ДЕВОЧКИ, КОТОРЫЕ УЗНАВАЛИ О БАЛЕТЕ С ОБЛОЖЕК МОЛОДЕЖНЫХ ЖУРНАЛОВ И МАНГИ

По натуре я являюсь очень активным человеком, который никогда не сидит на одном месте. Я всегда нахожу, чем себя занять. В последнее время я стараюсь уделять для себя больше времени, чтобы отдыхать и восстанавливаться после спектаклей. С годами приходит осознание, что мне не хватает двадцати четырех часов в сутки. Ведь еще надо заниматься домашними делами, в которых мне помогает мой супруг. Он казах и тоже является артистом балета. Мы вместе работаем в театре. Он очень сильно понимает меня и во всем поддерживает меня.

Как восточная девушка, я каждый день готовлю. Правда, больше склоняюсь к японской кухне, которая нравится мне и моему мужу. Но я также умею готовить казахские блюда. У меня хорошо получается бешбармак и плов. Я планирую приобрести мантоварку, чтобы в скором времени готовить манты. У меня есть подруга, которая прекрасно готовит манты. Она обещала научить меня готовить это вкусное блюдо. Вдобавок ко всему, у меня хорошо получается лагман. В общем, каждое из блюд я готовлю в зависимости от настроения, наличия времени и продуктов на кухне. Я умею встречать гостей, для чего у меня есть большая кастрюля и запасы мяса в холодильнике.

Теперь я хотела бы лучше узнать природу Казахстана и увидеть своими глазами ту красивую природу и исторические места, которые часто показывают по телевидению. К сожалению, за годы проживания в Казахстане я была только в Нур-Султане и в Алматы. Но в начале июня 2022 года у нас будут проходить гастроли в Туркестане и в Шымкенте, где я наконец смогу увидеть местные древние достопримечательности.



Фото: Astana Opera

РЭЭ ИШИКАВА

В детстве у меня была лучшая подруга, с которой мы жили по соседству и играли. Когда она переехала в другое место, мы стали реже видеться. Ее мама предложила моим родителям идею, благодаря которой мы поделились бы с подругой раз в неделю. Для этого нужно было вместе посещать занятия балетом, которым сильно увлекалась моя подруга. На тот момент ни я, ни мои родители ничего не знали про балет. Так, в возрасте трех лет, я начала заниматься балетом, который по началу больше рассматривался как веселое времяпровождение. Во время занятий мы танцевали под музыку, занимались ритмикой и повышали свою музыкальность.

В то время я с родителями жила в США. Когда я немного повзрослела, мой отец начал часто водить меня на различные спектакли, чтобы в дополнение к своим занятиям я получала более широкое представление о балете. Так, я постепенно приобщалась к искусству. В театре я все больше проникалась балетом и полюбила его.

После этого я начала более серьезно относиться к балету. В возрасте четырнадцати лет я поняла, что для того, чтобы стать профессиональной балериной, мне нужно получить хорошее балетное образование за границей. В Японии нет специальных балетных академий. В нашей стране можно заниматься балетом в рамках вечерних школ в виде дополнительных занятий. Безусловно, этого было недостаточно, чтобы добиться существенных результатов.

Будучи школьницей, я узнала, что одна балетная школа в Минске производит набор на двухнедельные курсы. Я поступила на них, а после возвращения в Японию узнала, что эта же школа набирает девочек для трехлетнего обучения. Я решила попробовать себя в этом, надеясь, что у меня все получится. Я поступила в Белорусскую государственную хореографическую гимназию-колледж, где проучилась три года.



Фото: Astana Opera

В тот момент я еще не задумывалась над тем, где буду работать. Моя мама полностью поддержала меня в моем начинании, посоветовав сосредоточиться на учебе. А там видно будет.

Тогда мы договорились, что если вдруг у меня не получится, то я вернусь в Японию и поступлю в университет. Но вопреки сомнениям, у меня все получилось. После окончания гимназии я планировала работать в Минске, но выяснилось, что в местных театрах нет вакантных мест для иностранцев. В Японию возвращаться не хотелось, поэтому я начала подыскивать альтернативные варианты. Мой педагог посоветовала мне рассмотреть современный новый театр с хорошими руководителями и разнообразным репертуаром в Казахстане. Я отправила все документы в Astana Opera, после чего меня пригласили на собеседование. Летом 2019 года я приехала в Казахстан и, успешно пройдя испытательный срок, устроилась на работу в театр. Я была так сильно рада этому, поскольку на тот момент я сильно сомневалась, что найду себе работу по душе.

БАЛЕТ В ЯПОНИИ И В КАЗАХСТАНЕ

В Японии статус балета сильно отличается от других стран. Если работать в сфере искусства, то это считается весьма дорогим удовольствием. Балет считается чем-то недоступным для простых японцев. Билеты на спектакли очень дорогие, и не каждый может себе позволить заниматься балетом. Посещение балетных студий тоже не всем по карману. Для организации спектаклей или концертов нужно платить высокую ренту за аренду зала, не говоря уже о дорогих костюмах. Другими словами, дороговизна и сложности во время подготовки к спектаклям не позволяют полноценно заниматься балетом.

Но, несмотря на эти трудности, в Японии много любителей балета разных возрастов, которые занимаются им как профессионально, так и для себя. Можно сказать, что Япония больше славится своим традиционным театром Кабуки, нежели балетом в чистом виде.

Казахский балет немного отличается от японского по характеру. В Японии все делается четко и по технике, а артисты и постановщики больше фокусируются на деталях. Я нахожу японский балет слишком чистым и где-то одинаковым, что мне не особо нравится. В Казахстане балет более эмоциональный и фактурный. Он раскрывает всю индивидуальность и внутренний мир исполнителя.

В декабре 2021 года в Astana Opera состоялся ряд значимых дебютов артистов балетной труппы театра. В тот вечер на сцене Большого зала прошел третий показ национального балета «Зов степи» в постановке Патрика де Бана. Его мировая премьера имела большой успех среди зрителей. Я также принимала участие в таких казахских операх, как «Абай», «Биржан и Сара» и др., где танцевала казахские танцы.

ПРЕДПОЧТЕНИЯ

Мне нравятся все классические балетные спектакли как «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Спящая красавица» и ряд других. Балет в двух актах «Анюта», поставленный по мотивам рассказа Антона Чехова «Анна на шее», я впервые увидела в Минске. Это красивая история, наполненная новогодней атмосферой и яркими праздничными костюмами, в которой рассказывается жизнь молодой и красивой героини.

Я обожаю балет в двух действиях «Баядерка», который завораживает своей сюжетной линией и музыкой. Особенно трогает последний акт, в которой главный персонаж

Солор попадает в царство теней, где встречает свою возлюбленную Никию. Она уводит его с собой в мир вечной любви, а кордебалет эффектно спускается по лестнице.

ЖИЗНЬ В КАЗАХСТАНЕ

За три года проживания в Казахстане мне было сложно привыкнуть к зимним холодам и сильными ветрами. Я скучаю по японской кухне и морепродуктам, которых мне не хватает. К примеру, в Японии я любила есть сырые яйца с рисом и с соевым соусом. В Казахстане сложно найти тонко нарезанное мясо, которое достаточно популярно в Японии. Самое интересное, что в Казахстане ко мне часто обращаются люди на казахском языке, думая, что я казашка. В такие моменты я извиняюсь и объясняю, что я японка, что вызывает большое удивление. В столице мне нравятся высокие здания и театр Astana Opera, который поразил меня своей красотой.

Посещая рестораны японской кухни в Казахстане, я сразу замечала отличие настоящей японской кухни от местной. В настоящем японском суши не бывает сливочного сыра, а также в Японии не готовят жареные роллы. Также японцы считают суп основным блюдом, к которому не подают хлеб, поскольку в нем и так уже есть лапша. В Казахстане рамен едят с хлебом, что слегка непривычно для меня. В Японии не готовят суши с кунжутом, как это делают в Казахстане. Зато местные нигири суши (*шарик из риса с уксусом, на котором покоятся ломтик сырой рыбы, креветки или овощи*) очень похожи на японские.

В ЯПОНИИ СТАТУС БАЛЕТА СИЛЬНО

ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ДРУГИХ СТРАН.

ЕСЛИ РАБОТАТЬ В СФЕРЕ ИСКУССТВА, ТО ЭТО СЧИТАЕТСЯ ВЕСЬМА ДОРОГИМ УДОВОЛЬСТВИЕМ.

В связи с плотным графиком выступлений и репетиций мне не всегда удается готовить для себя каждый день. Но когда есть время, я готовлю различные супы с овощами, мясом и с японскими специями. Я пробовала различные казахские блюда, но они очень жирные и тяжелые для японцев. Зато я люблю баурсаки, но особенно мне нравится здешняя баранина, которая намного лучше, чем в Японии.

Особенно хочется отметить, как казахи отмечают свои праздники. Своим друзьям и близким я могу рассказать про то, как тут отмечают Наурыз и Ораза-байрам, которых нет в Японии. Однажды, когда я зашла в один магазин, меня угостили баурсаками, что было очень приятно. Также я нахожу много общего между казахами и японцами. Во-первых, это поразительная схожесть во внешности, а во-вторых, у нас похожие традиции. К примеру, как и казахи, японцы могут спать и принимать пищу на полу. Конечно, уважение к старшим имеет место в наших странах. Японцы отличаются от казахов тем, что они не очень быстро сближаются в общении с незнакомыми людьми. В Японии даже хорошо знакомые люди не общаются близко и тесно. Японцы стараются сохранять определенную дистанцию даже между собой, что отражается в деловой этикете. Но это не совсем характерно для японцев, живших или учившихся за границей. У них немного другой менталитет и поведение. Более традиционные японцы считаются более закрытыми.

ХОББИ

К сожалению, из-за плотного графика работы у меня не так много времени, которое я могу потратить на свои увлечения. В свободное время я люблю слушать музыку и петь. В Японии я часто пою в караоке, либо дома.



Фото: Astana Opera

Будь у меня больше времени, я хотела бы чаще путешествовать, знакомиться с новой культурой и новыми людьми. В последние два года эти планы были нарушены из-за коронавирусной пандемии.

АҚЫЛ-КЕҢЕС РЭЭ ИШИКАВЫ

В свое время я много думала и сильно переживала о своих дальнейших жизненных и творческих планах. Позже я поняла, что этого не стоит делать. Вместо этого нужно жить здесь и сейчас, больше концентрируясь на текущем моменте и стараясь наслаждаться настоящим. Не нужно утруждать себя чрезмерными заботами о будущем, поскольку одному Богу известно, что завтра может случиться. Но это не означает, что нельзя думать о будущем. В работе я всегда тщательно обдумываю свой следующий спектакль.

Я стараюсь максимально хорошо выучить порядок, чтобы максимально хорошо проявить себя во время спектакля. В процессе подготовки к спектаклю я всегда думаю над тем, чтобы наша постановка понравилась публике. Для этого нужно постоянно работать над собой и самосовершенствоваться. Также в своей жизни я стараюсь быть увереннее, чего мне порой не хватает. Человеку важно любить и принимать себя таким, какой он есть, со всеми недостатками и сильными сторонами. Самое главное, никогда не переставать верить в себя. Тогда все обязательно получится.

ПОЙМАТЬ МОМЕНТ



История знает немало случаев, когда удачно пойманный кадр в спортивной фотографии приносил грандиозный успех ее автору. Можно только представить какое количество фотографий делается во время различных спортивных мероприятий, которые проводятся по всему миру. И только единицы действительно удачных фотографий мгновенно и по достоинству оцениваются любителями спорта. **Андрей Ударцев**, профессиональный казахстанский фотограф Федерации тенниса Казахстана и многолетний фото-контрибьютор сайта ATP, рассказывает о своей любви к теннису и о своей победе в номинации «За лучший фоторепортаж» на международном конкурсе спортивной журналистики.

Его фоторабота «Дуэт» была сделана на первом в истории Казахстана турнире серии WTA 250, который проводился в сентябре 2021 года. На ней запечатлен момент выхода в финал парного турнира теннисисток Ангелины Габуевой и Анастасии Захаровой.

ЛЮБОВЬ К ТЕННИСУ

Андрей Ударцев изначально учился на юриста, но главным делом его жизни стал теннис. Им он занимался в юности на алма-тинской базе ЦСКА под руководством тренеров Андрея Егорова и Эльвиры Юсуповой. Снимать теннис он начал с 2003 года, снимая большую часть фотографий для себя. Со временем он стал постоянным фотографом Федерации тенниса Казахстана.

С 2016 года Андрей Ударцев работает на всех без исключения домашних и выездных кубковых матчах мужской и женской национальных сборных Казахстана по теннису.

Он является единственным в стране специалистом по фотосъемке тенниса международного уровня, что позволяет ему взаимодействовать со многими ведущими теннисными фотографами мира. Каждый турнир, вне зависимости от его статуса, он старается снимать по стандартам ITF и ведущих мировых агентств. Если абстрагироваться от профессиональной составляющей работы, то в творческой ее части он уделяет больше внимания эмоционально-психологическим аспектам игры. Особенности его работы являются серьезное занятие черно-белой фотографией и фотографиями с двойной экспозицией.

Любопытно, что в век цифровых технологий, Андрей снимает на черно-белую пленку. При этом он никогда не делает «картинку ради картинки», поскольку в центре его фотографий всегда находится теннис. Порой случается так, что даже самая красивая фотография им бракуется, если теннисное содержание в ней не находится на должном уровне.

Фото: Андрей Ударцев



НЕКОТОРЫЕ ИГРОКИ С ОПРЕДЕЛЕННЫМИ НАПАРНИКАМИ ДОБИВАЮТСЯ ГОРАЗДО БОЛЬШЕГО, ЧЕМ С ДРУГИМИ ИЛИ, ЕСЛИ БЫ ИГРОКИ ИГРАЛИ ИНДИВИДУАЛЬНО

ИСТОРИЯ КАДРА

Глядя на снимок, в голову приходит две мысли: этот кадр вышел случайно, либо его автор намеренно искал подходящий ракурс и ждал подходящего момента. На самом деле, фотография вышла совершенно случайно после завершения важного матча. Андрей чувствовал, что под занавес турнира может и должно произойти что-то значимое, но когда и в какой форме оно произойдет предугадать было нельзя.

Все началось с того, что в день, когда должен был состояться матч между Ангелиной Габуевой и Анастасией Захаровой, у Андрея состоялась беседа с человеком, которого привлекли на турнир в качестве второго фотографа.

Во время разговора ассистенту говорилось о необходимости регулярно получать фотографии выставочного уровня в течение всего турнира. Коллега Андрея с недоверием слушал его, качая головой, а буквально через пару часов после этого разговора он увидел эту фотографию. Увиденное настолько поразило его, что он застыл и не мог вымолвить ни слова. После завершения турнира эта фотография еще долго обсуждалась между ними. Ведь Андрей сделал снимок, постоянно находясь с ним бок о бок во время работы.

Дело в том, что спортивный фотограф-профессионал работает в двух направлениях: на заказчика и в направлении своего собственного творчества. Профессионал в своих интересах всегда отдает приоритет заказчику.

Андрей отлично знает и чувствует ожидания Федерации тенниса Казахстана. В первый момент после снимка его даже взяла досада, мол, столь важный момент не может быть использован федерацией в рабочих целях. Но позже пришла успокоительная мысль, что фотография вполне может пригодиться с творческой точки зрения.

КТО В КАДРЕ?

Этот снимок был сделан в Национальном теннисном центре в г. Нур-Султан 1 октября 2021 года. На нем изображены российские теннисистки Анастасия Захарова и Ангелина Габуева в момент их выхода в финал первого казахстанского турнира WTA в парном разряде. Примечательно, что для каждой из них тот финал также стал дебютным. Официальное название фотографии – «Дуэт», хотя у любителей тенниса и тех, кто ее видел, есть немало своих версий. Для Андрея эта так называемая «многорукость» символизирует организованную и слаженную работу теннисной пары как единого механизма, решающего общие задачи.

У каких-то парных комбинаций этот уровень организации выше, у каких-то он ниже. В парной игре присутствуют свои необъяснимые магия и химия.

Этим объясняется то, что некоторые игроки с определенными напарниками добиваются гораздо большего, чем с другими или, если бы игроки играли индивидуально. В таких случаях у них складывается особая организационная сущность на время парных матчей.

В качестве примера можно привести успешные и победные выступления пары Ярослава Шведова / Ваня Кинг, которая в 2010 году одержала победу на Уимблдоне. Этот поразительный эффект на уровне теории рассматривался еще Александром Богдановым, одним из основных идеологов

социализма начала XX века, который явился родоначальником организационной науки.

В итоге эта фотография стала победителем на фотоконкурсе «Энергия побед», который проводился в 2021 году. Он являлся самым крупным в области спортивной журналистики в СНГ, а его организаторами выступили Олимпийский комитет России и ПАО «Газпром». Номинация называлась «Премия имени Анатолия Бочинина за лучший фоторепортаж/фотоработу» среди иностранных русскоязычных СМИ. Помимо Андрея, в шортлисте номинантов на победу оказались мастера своего дела: два фотографа Агентства France Press, один фотограф из Associated Press и один фотограф Национального олимпийского комитета Беларуси. Все они представляли свои олимпийские работы, так что попадание Андрея в эту компанию со своим черно-белым теннисом уже являлось большим достижением. На тот момент казалось, что победить у этих фотографов в год проведения Олимпийских игр в Токио практически невозможно. Здесь следует отметить, что на том конкурсе Андрей представлял Федерацию тенниса Казахстана, поэтому выигранная номинация является общим достижением.

ЛУЧШЕЕ ВПЕРЕДИ

Андрей неизменно следует своему принципу, который заключается в том, что на каждом турнире любого уровня он старается получать работы выставочного уровня. Несмотря на то, что случайно сделанная фотография победила на международном конкурсе, такого рода фотографии не совсем приходятся Андрею по душе. Ему нравятся продуманные фотографии, которые прорабатываются в голове, нежели спонтанно выходят из камеры. В 2021 году у Андрея было немало таких работ, которые, на его взгляд,



ЕСЛИ АБСТРАГИРОВАТЬСЯ
ОТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
СОСТАВЛЯЮЩЕЙ РАБОТЫ,
ТО В ТВОРЧЕСКОЙ ЕЕ ЧАСТИ ОН УДЕЛЯЕТ
БОЛЬШЕ ВНИМАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНО-
ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ АСПЕКТАМ ИГРЫ



Фото: Андрей Ударцев

были куда удачнее «Дуэта» и представленных на конкурс «Энергия побед» работ с двойной экспозицией. Ведь именно это направление он считает одним из своих основных творческих направлений. Возможно, что рано или поздно настанет и их черед блистать в лучах славы.

ЛЮБИМЫЙ ИГРОК

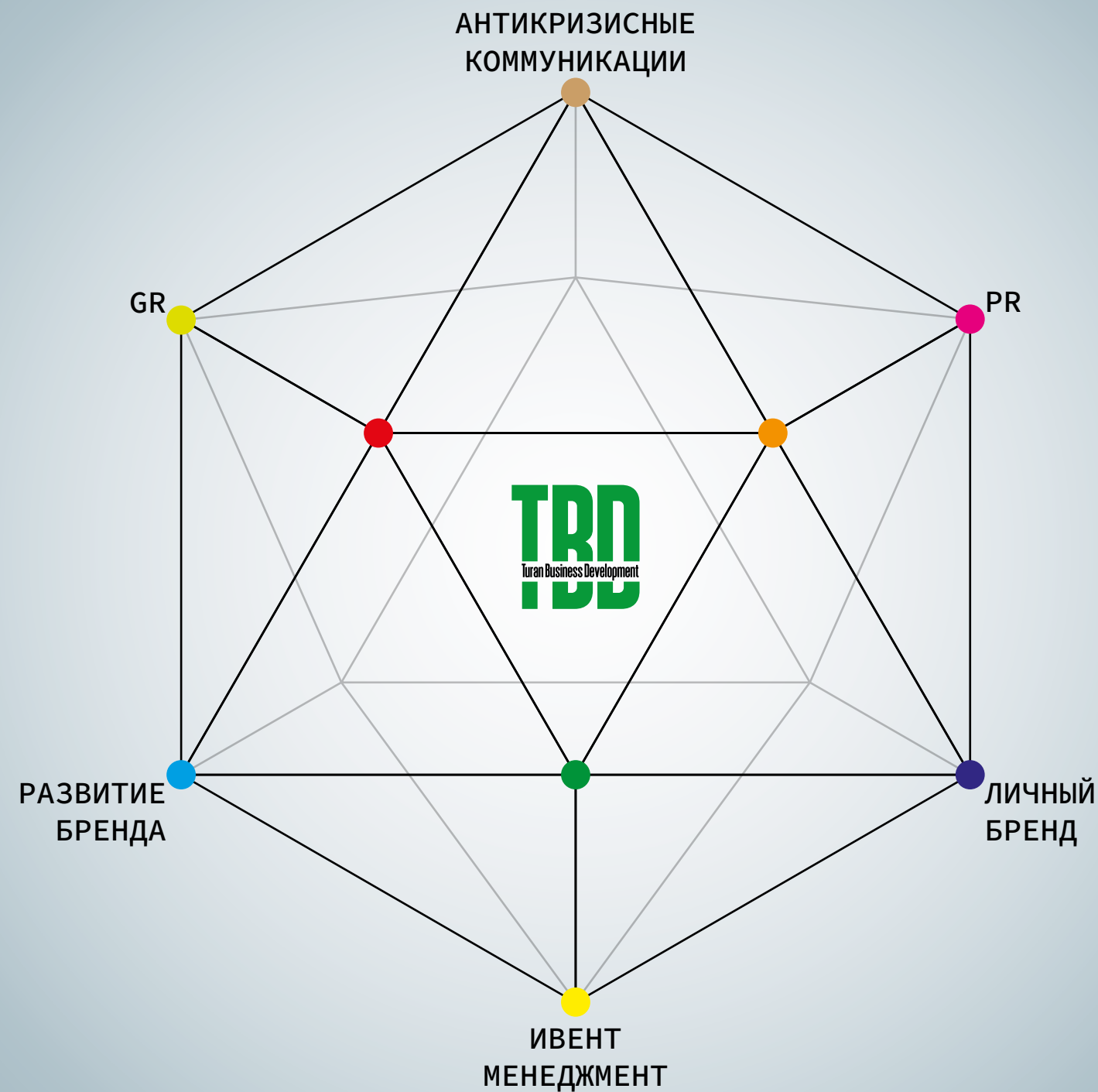
Сербский теннисист Новак Джокович является любимым игроком Андрея Ударцева. В сто девятом по счету турнире теннисного Кубка Дэвиса, финальная стадия которого проводилась в Испании, принимала участие мужская сборная Казахстана по теннису. 1 декабря 2021 года сборная Казахстана

играла против сборной Сербии в четвертьфинале Кубка Дэвиса. За сборную Сербии играет легендарный Новак Джокович, являющийся двадцатикратным победителем турнира «Большого шлема». В тот день исход встречи между сборными решался в заключительном парном матче. Сербский дуэт Никола Чачич / Новак Джокович играл против казахстанской пары Андрей Голубев / Александр Недовесов. Два первых сета не выявили победителя и закончились с зеркальным счетом (6:2, 2:6). В решающей партии сербский дуэт сделал два брейка и вырвал победу, закончив сет со счетом 6:3. Поражение в парном матче в шестой раз остановило сборную Казахстана на четвертьфинальной стадии Кубка Дэвиса.

ПОРОЙ СЛУЧАЕТСЯ ТАК, ЧТО ДАЖЕ САМАЯ КРАСИВАЯ
ФОТОГРАФИЯ ИМ БРАКУЕТСЯ, ЕСЛИ ТЕННИСНОЕ СОДЕРЖАНИЕ
В НЕЙ НЕ НАХОДИТСЯ НА ДОЛЖНОМ УРОВНЕ



Фото: Андрей Ударцев



АХ, ВОТ БЫ ПРОСТО ШВЕДОМ СТАТЬ...

Каждый раз, проходя мимо желтого ящика, у меня сильно портится настроение. Дело даже не в том, что наши граждане не до конца понимают их предназначение, а в том, что незнание основ сортировки собственных отходов приводит к значительному загрязнению окружающей среды. Причем той среды, в которой наши граждане живут, работают и растят своих детей. Вполне ожидаемо, что в ответ на эти строки можно получить добрую порцию критики и контраргументов со стороны тех, кто не различает желтый цвет. Точнее тех, кто не умеет читать то, что написано на желтых ящиках. Усилиями таких действий по отношению к собственным отходам со стороны несознательных граждан сводятся на нет те малейшие усилия, предпринимаемые государством, чтобы хоть как-нибудь улучшить сложившуюся ситуацию.

ДАУРЖАН АУГАМБАЙ



Фото: Бауыржан Жуасбаев

Швеция обрела репутацию экологически ориентированной страны в 60-70-е годы XX века, первой учредив Управление по охране окружающей среды. Видимо, по этой причине в 1972 году в этой стране была проведена первая конференция ООН по вопросам окружающей среды. По итогам работы этой конференции была образована UNEP, Программа ООН по окружающей среде, являющейся флагманом по решению глобальных экологических проблем в мире. Более того, Швеция стала одной из первых стран, которая подписала и ратифицировала Киотский протокол. Сегодня она на деле доказывает то, что было написано на бумаге, являя собой пример для многих стран, как нужно бережно относиться к экологии.

Швеция настолько далеко продвинулась в области переработки своих отходов, что готова ввозить их из других стран, чтобы правильно утилизировать. Такой результат был достигнут не благодаря тому, что шведы прибыли из другой планеты или их отходы чем-то отличаются от других. Во второй трети прошлого столетия на полигоны Швеции поступало больше половины всех накопленных в стране отходов. В какой-то момент шведы поняли, что к морально-социальной ответственности необходимо добавить удобную инфраструктуру, которая позволила бы начать создание цикличной экономики.

Тогда и появилась удобная инфраструктура с различными мусорными баками, которая позволила шведам охотно сортировать свои отходы. На начальном этапе не наблюдалось поголовной сортировки, но, глядя друг на друга, люди постепенно начали обретать эту полезную во всех отношениях привычку. Для закрепления полученного опыта в шведских школах начали вводить специальные уроки по ресайклингу, во время которых дети учились правильно сортировать мусор.

С самого детства школьники усваивали, что правильная утилизация отходов имеет не только экологический, но и экономический эффект. Конечно, шведское общество не сразу постигло такое экологическое озарение. Правительству потребовалось несколько лет, чтобы сначала убедить, а потом научить людей разделять свои отходы. Именно молодежь и дети стали двигателем прогресса, которые приходя домой, занимались воспитанием взрослых.

Новое поколение шведов способствовало трансформации мышления. В дошкольных и школьных учреждениях дети обучались сортировке мусора, производству компоста, а в определенные дни ездили на сортировочные станции. Такие занятия проводятся несколько раз в неделю. Соответственно, при таком системном образовательном подходе шведское общество было обречено на внутренние изменения.

Не является секретом, что шведская национальная ассоциация по управлению отходами Avfall Sverige, обслуживающая почти все население страны, работает под лозунгом «Нет мусора». В основе него лежит простой экономический механизм, заключающийся в том, что на мусоре можно зарабатывать. В Швеции работает система поощрений в виде возможности вернуть «залог» в виде сданной стеклянной или пластиковой тары. Практически в каждом супермаркете можно найти специальные аппараты, которые принимают использованные бутылки. Полученное вознаграждение можно направить на благотворительность или потратить в том же супермаркете. В этом случае ответственность за пустую тару несет не только потребитель, но и производитель напитков. Прежде, чем выпустить товар на рынок, он должен позаботиться о том, как вернуть отходы в управляемое русло.

Понимая, что в мусорные ящики отправляются ресурсы, за которые были потрачены деньги при производстве, в Швеции понимают, что выбрасывать еду и прочие отходы является непозволительной роскошью. Шведы разработали концепцию «zero food waste», которая предусматривает планирование будущих приобретений. А те остатки еды, которые вынужденно выбрасываются, направляются на производство биогаза для общественного транспорта. Учитывая, что в среднем ежегодно каждый житель Земли производит несколько тонн бытового мусора, то сделав несложные арифметические расчеты, можно убедиться к чему может привести бездействие на планетарном уровне.

ПОЛЬЗА ЦИКЛИЧНОЙ ЭКОНОМИКИ

Долгое время человечество использовало ставшее традиционным «линейное» производство, суть которого заключается в использовании ресурсов, извлекаемых из окружающей среды. Туда же, в виде мусора, возвращаются переработанные ресурсы, оказывая негативное влияние на экологию. Шведы перешли на формат циркулярной экономики, перерабатывая практически все свои отходы, часть которых используется для производства новых изделий или электроэнергии. Этот бесконечный процесс давно стал ярким примером, на который должны ориентироваться все страны мира. Несомненно, в настоящее время все больше стран используют эту модель, но доля тех, кто еще далек от нее, все еще остается болезненно высокой.

Казахстанскому обывателю сложно представить, что на шведские свалки попадает менее 1% всех бытовых отходов, причем те, которые не подлежат переработке известным человечеству способом, направляются на мусоросжигательные заводы.

Шведские мусоровозы, в отличие от наших, используют биогаз, полученный из переработанных отходов. Обнаружив, что в своей стране весь мусор полностью утилизируется, шведы приняли решение принимать мусор из других стран за отдельную плату.

Население Швеции приучено сортировать мусор и сдавать его на переработку, что стимулируется наличием развитой сети пунктов приема стеклянной, жестяной и пластиковой тары. Вокруг этой сети выросла целая экосистема, которая проникла во все сферы деятельности шведов. Тотальный принцип дарения второй жизни любым изделиям, отработавшим свой срок, просто удивляет. Поскольку электронный мусор считается опасным для окружающей среды, шведы повторно используют цветные металлы и прочие компоненты, содержащиеся в аккумуляторах и бытовой электронной технике. Они производят различные напольные покрытия и искусственные спортивные газоны из автомобильных шин.

В стремлении достичь небывалого консенсуса с окружающей средой шведы стали популяризировать шеринговые сервисы, которые позволяют совместно пользоваться широким перечнем товаров народного потребления: от автомобилей до лыж. Когда шведы поняли, что производство одежды наносит сильный урон экологии, они запустили сервис по обмену одеждой. Он стал мощным противовесом «быстрой моде» и привычке людей закупать большое количество одежды. Шведы охотно обмениваются вещами, которые наскучивают им. Так, одна и та же одежда может в течение года переходить от одного хозяина к другому, пока не будет окончательно изношена. Всемирно известный шведский бренд IKEA, представленный во многих странах мира, является образцом циклической экономики.

Компания активно способствует возвращению своих клиентов с ранее приобретенными вещами, которые можно отремонтировать, обновить или сдать в счет оплаты новых покупок.

НАЧНИ С СЕБЯ

Если бы швед, оказавшийся в Казахстане, не поленился и заглянул в казахстанские мусорные ящики, то его хватил бы эмоциональный инфаркт. В его стране принято разделять мусор на пятнадцать категорий. Все начинается у него дома, где происходит скрупулезный процесс первичной сортировки. Каждый член семьи несет ответственность за свою категорию, распределяя его по разным контейнерам. Тщательно отсортированный мусор вывозится на дальнейшую переработку. Такой подход позволяет экономить значительные средства и упрощать процесс, чем везти смешанный мусор на переработку, которая уже будет не столь эффективной. Да и качество смешанного мусора оставляет желать лучшего.

С годами ежедневно выполняемые функции настолько сильно вошли в привычку шведов, что сегодня ни у кого из них не поднимется рука выбросить бумагу и пластик в контейнер с пищевыми отходами или наоборот. Говорить о неправильной утилизации батарей и прочих изделий и вовсе не приходится. Можно сказать, что уровень общественной ответственности достиг своего апогея, что даже еженедельная поездка на сортировочную станцию является частью распорядка выходного дня. При этом, в случае, если кто-то из нерадивых соседей неправильно утилизирует свой мусор, штраф может лечь на плечи всего жилищного комплекса.

ВНИМАНИЕ, ЖЕЛТЫЙ ЯЩИК!

Каждый раз, видя летающие пакеты во время сильного ветра в столице нашей страны, мало кто задумывается о том, что является тому причиной. Все ведут себя так, словно эти пакеты сами по себе летают по городу, являясь неотъемлемой частью столичной биосферы.



Фото: Бауыржан Жуасбаев

ШВЕЦИЯ НАСТОЛЬКО ДАЛЕКО ПРОДВИНУЛАСЬ В ОБЛАСТИ ПЕРЕРАБОТКИ СВОИХ ОТХОДОВ, ЧТО ГОТОВА ВВОЗИТЬ ИХ ИЗ ДРУГИХ СТРАН, ЧТОБЫ ПРАВИЛЬНО УТИЛИЗИРОВАТЬ

Ведь простой отказ от использования пластиковых пакетов мог бы значительно сократить количество этих же пакетов, которые оказываются на свалке. А ведь источником этих пакетов и прочих отходов, которые практически сразу пополняют мусорные полигоны, находящиеся под открытым небом, являются мусорные баки, расположенные в каждом дворе.

Проблема накопления мусора в Казахстане, пусть незаметно, но набирает обороты. Рано или поздно обществу и государству придется совместно решать этот действительно сложный вопрос. С одной стороны, общество считает сортировку бесполезным занятием. Оно всецело убеждено, что мусор, попадающий в желтые ящики, сваливается в общую кучу во время визита мусоровозов. Соответственно, надобность в домашней сортировке мусора напрочь отпадает. С другой стороны, не во всех городах Казахстана можно увидеть такие желтые ящики, куда можно было бы выбрасывать отсортированные отходы. Даже в столице не в каждом дворе можно обнаружить желтые ящики рядом с контейнерами для пищевых отходов. Соответственно, граждане, видя такую картину, видят фрагментарный подход государства в решении проблемы, связанной с правильной утилизацией бытовых отходов.

В разговоре с людьми, которые не заморачиваются насчет ответственного подхода к сортировке мусора, было замечено, что они просто не владеют должной информацией. Несмотря на заверения в том, что желтые ящики обслуживаются специальными мусоровозами, мало, кто обращает внимание на над-

писи, указанные на мусорных ящиках. Люди, попадающие в зону мусорных контейнеров, словно слепнут и в момент выбрасывания пакета с отходами действуют так, будто находятся в состоянии анабиоза. Они запросто могут втиснуть пластиковые бутылки, стеклянную тару и коробки из-под пиццы в мусорные баки, предназначенные исключительно для пищевых отходов. Аналогично, люди могут выбросить свои пищевые и гигиенические отходы в желтые ящики, предназначенные исключительно для стекла, пластика, резины и бумаги. Соответственно, остается только догадываться, что происходит внутри этих мусорных контейнеров. На мусорном полигоне выяснилось, что состав мусора, извлеченного из желтых ящиков и специальных контейнеров для пищевых отходов, является совершенно идентичным. Иногда в них можно обнаружить строительный мусор, сгоревшие листья и скошенную во дворах траву.

Конечно, сам по себе желтый ящик, как инструмент, все еще далек от идеала сортировки. Он не учитывает раздельного сбора пластика, стекла, бумаги, резины и вышедшего из строя электронного оборудования. Правы те люди, которые видят, что мусор, выброшенный в городские мусорные ящики, покрашенные в три разных цвета, все равно будет вывален дворником в общую кучу. Несмотря на это, необходимо принятие незамедлительных действий, направленных на привитие людям навыков сортировки. Возможно, следует начать со специальных уроков в детских садах и школах, на которых детей можно было бы обучить основам сортировки, как это делается во всех развитых странах мира.



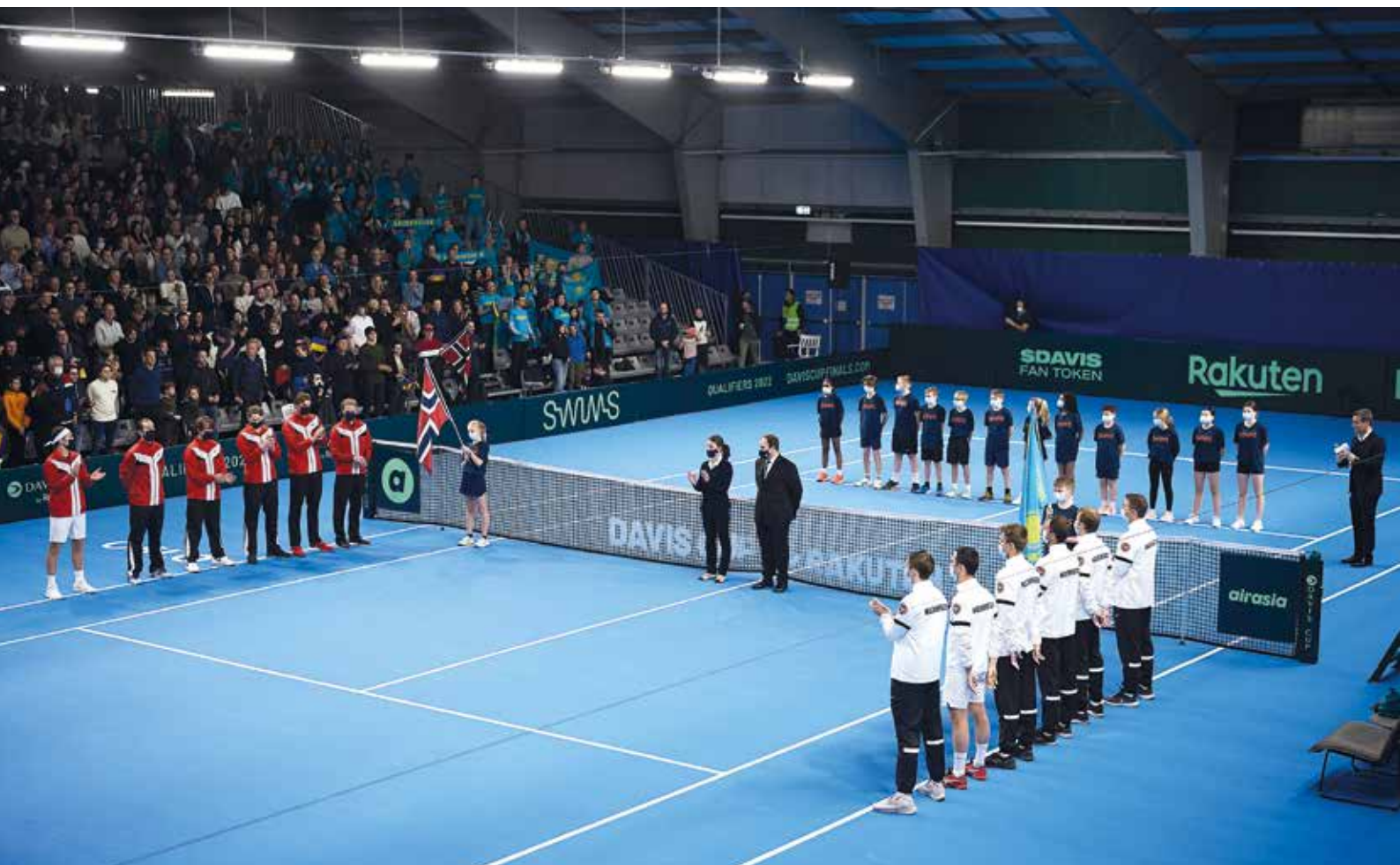
При этом государству, требуя от общества правильную сортировку отходов, следует не пренебрегать очевидными фактами, которые говорят «за» то, что унифицированные механизмы сортировки и переработки в стране не до конца проработаны.

В наличии существующей проблемы одинаково виноваты обе стороны, поэтому решать ее нужно одновременно, идя навстречу друг другу. Государство должно создать эффективную, единую и удобную инфраструктуру по сбору отсортированного мусора. Оно же должно проводить комплексный и доходчивый ликбез населения, показывая преимущества раздельного сбора и негативные последствия, к которым может привести привычная утилизация отходов. При этом, этот процесс должен быть отлажен на всех звеньях, начиная с водителей мусоровозов, которые порой оставляют желтые ящики так, что наклейки с призывом «бросать в желтый» остаются с их обратной стороны. Но и люди должны проявлять осознанность и задуматься над тем, чтобы ответственно подойти к управлению своими собственными отходами.

Они должны понять всю тяжесть масштабирования этой проблемы, которая имеет очень серьезные последствия.

Если в развитых странах цикличность направлена на извлечение максимальной выгоды из отходов, то у нас цикличность заключается в нерешенной проблеме. Она заиклена на себе настолько, что непонятно с чего начинать, и кто должен сделать первый шаг. Настал момент всерьез задуматься об этой проблеме, работать над повышением экологической культуры и начать действовать уже сегодня.





МАТЧ С ВИКИНГАМИ

4-5 марта 2022 года сборная Норвегии принимала сборную Казахстана для участия в квалификационном раунде Кубка Дэвиса. Формат противостояния предполагал пять матчей, состоящих из четырех одиночных и одного парного. Журнал **Akyl-kenes** рассказывает о путевке, завоеванной сборной Казахстана, в финал Кубка Дэвиса после своей победы над сборной Норвегии. В декабре 2021 года издание подробно осветило итоги прошлого сезона этого престижного теннисного турнира. Тогда сборная Казахстана оказалась в полушаге от исторического выхода в полуфинал, уступив команде Сербии.



Фото: Андрей Удальцов

ПРЕДТЕЧА

Сборная Казахстана имеет опыт участия во всех розыгрышах финалов Кубка Дэвиса с момента изменения формата в 2019 году. В тот год казахстанцы не вышли из группы, поскольку в 2020 году соревнования были отменены из-за коронавирусной пандемии, а в 2021 году команда Казахстана была остановлена опытным Новаком Джоковичем на четвертьфинальном отрезке турнира. На момент проведения квалификации сборные Великобритании, Сербии и Хорватии напрямую квалифицировались в финальную часть. Хорваты получили право выступать в ней, будучи финалистами прошлогоднего розыгрыша, а сербы и британцы получили уайлд-карды от организаторов турнира.

Согласно жеребьевке, участники отборочного этапа были распределены на двенадцать пар для розыгрыша путевок в финальную стадию. Сборная Норвегии пропустила Davis Cup Finals прошлого года, компенсировав это участием в различных отборочных стадиях. Два года назад скандинавы соревновались в плей-офф Мировой группы I, где они победили сборную Барбадоса с разгромным счетом – 4:0. В составе той команды играли Каспер Рууд, Виктор Дурасович и Лукас Хеллум Лилленген. Оказавшись в этой группе, в сентябре 2021 года норвежцы у себя дома обыграли команду Узбекистана со счетом 3:1. Лидер команды Каспер Рууд дважды отличился в одиночных встречах, при этом, не отдав в противостоянии ни одного сета. Еще одно очко в копилку принес Виктор Дурасович. Узбеки сократили разрыв в счете в парном матче против своих визави.

Далее имели место двенадцать встреч первой мировой группе, по итогам которых восемь команд, набравших наибольшее количество рейтинговых очков, автоматически прошли в квалификацию Davis Cup Finals сезона 2022 года.

Правда, сборная Норвегии оказалась в четверке команд с низким рейтингом, которая была разбита на две пары. Норвежцы сыграли с украинскими теннисистами и переиграли их аналогичным с узбекской сборной образом – со счетом 3:1. Таким образом, норвежцы получили право провести финальные матчи квалификации за место в отборе Davis Cup Finals в этом году.

НОВЫЙ ФОРМАТ

В этом году организаторы Davis Cup Finals предложили новый формат проведения соревнований. В отличие от прошлых сезонов, вместо восемнадцати участников, разделенных на шесть групп по три команды, в турнире примут участие шестнадцать сборных. Они будут поделены на четыре группы, из которых в плей-офф сыграют по две лучшие команды. Матчи каждой группы будут проводиться в разных странах. Для проведения стадии плей-офф будет выбрана нейтральная территория. Норвегия и Казахстан бились за одну из двенадцати путевок среди восемнадцати сборных, участвовавших в прошлогоднем Кубке Дэвиса.

СБОРНАЯ НОРВЕГИИ

Главной надеждой сборной Норвегии является 22-летний Каспер Рууд, занимающий восьмую строчку в мировой классификации. Норвежец считался большим фаворитом в двух одиночных матчах, вне зависимости от того, с кем из казахстанских игроков он сыграл бы. Он продолжает спортивное дело своего отца Кристиана Рууда, в прошлом профессионального теннисиста, который добирался до четвертого круга на открытом чемпионате Австралии в 1997 году.





В своей карьере норвежец входил в список сорока лучших теннисистов мира. В свою очередь, Каспер Рууд успел выиграть шесть титулов на турнирах серии АТР, в пяти из которых он одержал победу в 2021 году. Примечательно, что эти победы он добыл, играя на грунте, и лишь одну из них — на харде. В своей карьере Каспер становился первой ракеткой мира среди юниоров и одерживал победы над Энди Марреем (Великобритания), Марином Чиличем (Хорватия), Грегором Димитровым (Болгария), Стефаносом Циципасом (Греция), Андреем Рублевым (Россия), Маттео Берреттини (Италия) и др. В Итоговом турнире АТР, который проводился в ноябре 2021 года в итальянском Турине, норвежец уступил россиянину Даниилу Медведеву в полуфинальном матче со счетом (6:4, 6:2).

Виктор Дурасович, вторая ракетка Норвегии, занимает 343-е место в мировом рейтинге. Он намного уступает в рейтинге всем трем основным одиночкам казахстанцев. Именно на матч с Дурасовичем возлагал свои надежды тренерский штаб сборной Казахстана. Вторым шансом являлся парный матч, где у норвежцев выступил дуэт Рууд/Дурасович, который не так сыгран как пара Андрея Голубева и Александра Недовесова.

ПЕРВЫЙ МАТЧ

Казахстанский теннисист Михаил Кукушкин, занимающий 160-е место в рейтинге АТР, уступил звезде норвежской сборной Касперу Рууду в первом матче. Этот матч был первым для обоих спортсменов. Первый сет, продолжавшийся около получаса, завершился со счетом 6:1 в пользу хозяина корта. Во второй партии, длившейся на пятнадцать минут дольше, соперники завязали борьбу. Кукушкин был близок к брейку, но Рууду удавалось отыгрываться.

В седьмом гейме Каспер взял подачу Михаила, который уступил со сравнительно лучшим счетом 4:6. Если норвежец выполнил десять подач на вылет и допустил всего одну двойную ошибку, то Кукушкин отметился двумя эйсами. Эта уверенная победа Каспера стала десятой в Кубке Дэвиса. Норвегия вышла вперед.

ВТОРОЙ МАТЧ

Во втором матче игрового дня встретились Александр Бублик, первая ракетка Казахстана, и Виктор Дурасович, занимающий вторую позицию в рейтинге Норвегии. В начале первой партии казахстанский теннисист реализовал брейк-пойнт и повел в счете.

На первой и второй подаче он не потерял ни одного очка, показывая безупречную игру. Первый сет остался за Бубликом со счетом 6:3. Второй сет также завершился в пользу Александра, со счетом 6:2.

Этот матч, длившийся без двух минут час, оказался достаточно коротким по длительности. Виктор показывал интересную игру, оказывал давление, но в определенные игровые отрезки Александр смог получить нужные брейк-пойнты. Таким образом, счет в противостоянии сравнялся.

ТРЕТИЙ (ПАРНЫЙ) МАТЧ

До начала матча ожидалось, что соперниками казахстанцев станут Каспер Рууд и Виктор Дурасович, но в составе хозяев произошла неожиданная замена. Каспера Рууда заменил Симен Сунде Братхольм, значившийся пятым в списке у сборной Норвегии.

Наивысшим рейтингом норвежца в рейтинге АТР была 1203 строчка, которой он достиг в октябре 2017 года. Возможно, тренерский штаб счел нужным побережь силы Каспера и надеялся на победу Виктора Дурасовича. Братхольм должен был сыграть роль «темной лошади», которую никто не знал.



Начало матча стало неожиданным, когда норвежцы повели со счетом 4:1. Собравшийся силами казахстанский дуэт смог сравнять счет и перевести его в тай-брейк, в котором по началу казахстанские теннисисты также проигрывали со счетом 1:4. После упорной игры Голубев и Недовесов все же забрали первую партию, закончив ее со счетом 7:6 (12:10).

Фото: Андрей Ударцев



Второй сет получился для Голубева и Недовесова более легким. Уже в начале второго сета Андрей и Александр взяли подачу соперников. Они сделали брейк во втором гейме и обратили второй сет в свою пользу, который закончился со счетом 6:3. После этого матча казахстанцы вышли вперед, подарив надежду своим болельщикам, наблюдавшим за игрой с трибун.

ЧЕТВЕРТЫЙ МАТЧ

Решающую победу в матче противосто-янии добыл первый номер страны Александр Бублик, который играл против восьмой ракетки мира Каспером Руудом. Соперники хорошо знали друг друга. Они уже трижды встречались на корте, но во все они завершались победой норвежца. В 2019 году в 1/16 финала St. Petersburg Open Рууд выиграл в трехсетовом матче (6:7(3), 6:4, 6:2). В 2021 году они играли в четвертьфинале Madrid Open на грунто-вом корте, где сильнее вновь оказался Каспер (7:5, 6:1). Третья победа в пользу викинга была одержана в 1/16 финала турнира Paris Masters, который завершился со счетом (6:4, 6:0).

Можно сказать, что Александр выходил на свой четвертый матч против Каспера с намерением прервать его победную се-рию. Первый сет остался за Бубликом (6:4). Несмотря на проигранный второй сет, закон-чившийся со счетом 5:7, Александр в самом начале третьей партии сделал брейк. Велико-лепный отыгрыш на своей подаче позволил в итоге одержать важную победу в третьем сете со счетом 6:4.

ИМЕЛИ МЕСТО ДВЕНАДЦАТЬ ВСТРЕЧ ПЕРВОЙ МИРОВОЙ ГРУППЕ, ПО ИТОГАМ КОТОРЫХ ВОСЕМЬ КОМАНД, НАБРАВШИХ НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО РЕЙТИНГОВЫХ ОЧКОВ, АВТОМАТИЧЕСКИ ПРОШЛИ В КВАЛИФИКАЦИЮ DAVIS CUP FINALS СЕЗОНА 2022 ГОДА



Фото: Андрей Ударцев

В этом матче казахстанский теннисист от-метился сразу четырнадцатью эйсами против девяти у норвежского. В то же время Бублик допустил шесть двойных ошибок, а Рууд – три.

В результате этой победы сборная Казах-стана победила в квалификационном раунде с общим счетом 3:1! Триумф в Норвегии по-зволил сборной Казахстана подняться с три-надцатого места на девятое и в третий раз подряд сыграть в финальном раунде турнира.

ЧТО ДАЛЬШЕ?

В первую корзину попали сборные Испа-нии, США, Франции и Хорватии. Во второй корзине оказались команды Великобритании, Германии, Италии и Канады. В третью корзи-ну были распределены сборные Аргентины, Бельгии, Казахстана и Сербии. В четвертую корзину были отобраны команды Австралии, Нидерландов, Швеции и Южной Кореи.

По итогам жеребьевки сборная Казах-стана сыграет в группе D в шотландском Глазго. 13 сентября 2022 года состоится матч против сборной Нидерландов. 15 сен-тября будет проведен матч против команды США, с которой сборная Казахстана ранее не встречалась. 18 сентября казахстанские теннисисты сыграют с соперниками из Ве-ликобритании.

С 14 по 18 сентября 2022 года в ита-льянской Болонье, немецком Гамбурге, британском Глазго и испанской Малаге среди шестнадцати сборных определит-ся восемь лучших команд. С 23 по 27 но-ября 2022 года они сыграют в плей-офф, по итогам которого определится новый обладатель Кубка Дэвиса.





ИСТОРИЧЕСКИЙ ВЫХОД В ФИНАЛ

15-16 апреля 2022 года в столице Казахстана прошли квалификационные матчи турнира **Billie Jean King Cup by BNP Paribas** между женскими сборными Казахстана и Германии по теннису. Благодаря победе над своими соперницами из Аргентины в матчах плей-офф, которые проводились в апреле 2021 года, казахстанская сборная пробилась в квалификацию престижного турнира.

Отборочные матчи стали последним рубежом перед финальной стадией крупнейшего международного турнира, которая будет проведена в ноябре 2022 года на Emirates Arena в Глазго. Звание сильнейшей сборной мира оспорят теннисистки из Австралии, Бельгии, Испании, Италии, Казахстана, Канады, Польши, Словакии, США, Чехии и Швейцарии. Команда Великобритании на правах хозяйки соревнований присоединится к соревнованиям, несмотря на проигрыш во время квалификационного этапа.

Журнал **Akyl-kenes**, являющийся информационным партнером Федерации тенниса Казахстана, предлагает обзор прошедшего турнира.

Фото: Андрей Удальцов

О КУБКЕ БИЛЛИ ДЖИН КИНГ

Кубок Билли Джин Кинг является крупнейшим международным командным соревнованием в женском теннисе. Организатором турнира, который в период с 1963 по 2020 гг. назывался Кубком Федерации (*Federation Cup, Fed Cup*), является Международная федерация тенниса. В сентябре 2020 года турнир был переименован в честь именитой американской теннисистки Билли Джин Кинг.

Корни турнира уходят в 1919 год, когда была выдвинута концепция проведения соревнований среди женских команд. В первые годы после создания турнира сильнейшими в мировом теннисе считались команды США и Великобритании. Во второй половине XX века интерес к турниру проявили другие страны, что стало отправной точкой успеха. В соревнованиях, которые были проведены в 1963 году в честь 50-летия Международной федерации тенниса, приняли участие шестнадцать команд, представленные всей мировой элитой тенниса того времени. Победителем турнира стала команда США.

В 2020 году Кубок Федерации был переименован в честь Билли Джин Кинг, американской теннисистки, экс-первой ракетки мира в 1966-1968 и 1972 гг. Победительница тридцати девяти турниров Большого шлема и семикратная обладательница Кубка Федерации в составе сборной США, была одним из величайших игроков в истории тенниса. На протяжении всей своей жизни она выступала за равенство и боролась с дискриминацией во всех ее формах. Впервые крупное командное соревнование было названо в честь титулованной спортсменки, что является знаковым событием для мирового спорта.

На сегодняшний день в этом турнире, состоящего из трех уровней, принимают участие теннисистки из ста двадцати семи стран мира.



По словам **Дэвида Хаггерти**, президента Международной федерации тенниса и члена Международного олимпийского комитета, в каждом матче игроки гордятся тем, что играют за нечто большее, представляя свои страны на международной арене. Кубок Билли Джин Кинг является жизненно важным инструментом для развития тенниса во всех странах мира. Многолетним спонсором турнира является французский финансовый конгломерат BNP Paribas, входящий в десятку крупнейших банков мира.

В дни проведения квалификационных матчей между сборными Казахстана и Германии по всему миру параллельно проводились другие отборочные игры. Среди шестидесяти четырех игроков, отобранных капитанами сборных для представления своей страны в отборочном турнире, участие примут не менее семи чемпионов турниров

Большого шлема в одиночном разряде. За свою почти шестидесятилетнюю историю данный турнир подарил много возможностей и стал свидетелем множества карьерных взлетов, став неотъемлемой частью ежегодного теннисного календаря и важной составляющей отбора на Олимпийские игры.



В своем приветственном слове **Билли Джин Кинг** обратила внимание участников на то, что сегодняшний теннис позволяет не только выигрывать трофей, но также позволяет налаживать отношения между игроками и странами на корте и за его пределами. Она отметила, что у разных сборных имеется свой мотивационный уровень. Если некоторые участники финальной стадии 2021 года будут стремиться вернуться на турнир, то для команд из Великобритании, Италии, Казахстана, Латвии, Нидерландов, Польши, Румынии и Украины этот этап дарит шансы попасть в финал 2022 года.

КОМАНДА КАЗАХСТАНА

Ярослава Шведова
(капитан команды)

Выступала в составе сборной Казахстана в Кубке Федерации в период с 2009 по 2021 гг. Является победительницей двух турниров Большого шлема в парном разряде (Уимблдон, Открытый чемпионат США, оба в 2010 году).

Становилась финалисткой пяти турниров Большого шлема, в четырех из которых выступала в парном разряде, в одном – в миксте (2011, 2015, 2015, 2016). Бывшая третья ракетка мира в парном разряде (февраль 2016 года). На ее счету четырнадцать побед в турнирах WTA.

«При формировании состава учитывались рейтинг и последние турнирные результаты. В составе сборной Казахстана дебютирует Жибек Куламбаева. Я считаю, что молодым нужно давать возможность. Они должны видеть, что у всех есть шанс попасть в главную команду страны. Германия обладает большим опытом и сбалансированным составом, но мы играем дома перед родными болельщиками и это весомое преимущество, чтобы выйти в финальный этап», – отметила **Ярослава Шведова**, капитан казахстанской сборной.



Фото: Андрей Ударцев

Елена Рыбакина
(первая ракетка Казахстана)

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на восемнадцатом месте в рейтинге одиночного разряда и на пятидесять третьем месте в рейтинге парного разряда. На XXXII Олимпийских играх в Токио она дошла до полуфинала, что стало историческим событием. Является победительницей международного турнира WTA250 Hobart International (Австралия, январь 2020 г.). Одерживала победу на международном турнире WTA250 BRD Bucharest Open (Румыния, июль 2019 г.).

Юлия Путинцева

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на сорок седьмом месте в рейтинге одиночного разряда. Является победительницей международных турниров серии WTA Nurnberger Versicherungs Cup 2019 (Германия, май 2019 г.) и WTA250 Hungarian Grand Prix (Венгрия, июль 2021 г.).

Зарина Дияс

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на сто двенадцатом месте в рейтинге одиночного разряда. Побеждала на международном турнире серии WTA International – 2017 Japan Women's Open (Япония, сентябрь 2017 г.). Играла в финале серии WTA International – 2014 Japan Women's Open (Япония, октябрь 2014 г.).

Анна Данилина

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на двадцать втором месте в рейтинге парного разряда. Является финалисткой Australian Open в парном разряде (Австралия, январь 2022 г.). Побеждала в парном разряде на международных турнирах WTA250 BNP Paribas Poland Open (Польша, июль 2021 г.) и WTA500 Sydney Tennis Classic (Австралия, январь 2022 г.).

Жибек Куламбаева
(дебютант сборной)

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на четыреста девяносто первом месте в рейтинге одиночного разряда. Является победительницей четырнадцати турниров серии ITF в парном разряде.

КОМАНДА ГЕРМАНИИ

Райнер Шуттлер
(капитан команды)

Является членом сборной Германии в Кубке Дэвиса с 1999 по 2009 гг. Играл в финале турнира Большого шлема Australia Open в одиночном разряде против Андре Агасси (Австралия, 2003 г.). Становился серебряным призером в парном разряде на XXVIII Олимпийских играх в Афинах. Побеждал на восьми турнирах ATP. Бывшая шестая ракетка мира (декабрь 2003 г.) и обладатель награды «Прогресс года» (ATP World Tour 2003).

«В финальном турнире 2021 года, который проводился в Праге, наша сборная сыграла не так успешно, как надеялись. Теперь нам нужно победить в Казахстане и вернуться в финал. У нас есть ведущий игрок Анжелика Кербер, которая входит в топ-20. Она уже выиграла три турнира серии Большого шлема и в состоянии обыграть любую соперницу. У нас определенно есть хорошие шансы», – поделился своим мнением **Райнер Шуттлер**, капитан сборной Германии.



ВПЕРВЫЕ КРУПНОЕ КОМАНДНОЕ СОРЕВНОВАНИЕ БЫЛО НАЗВАНО В ЧЕСТЬ ТИТУЛОВАННОЙ СПОРТСМЕНКИ, ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ЗНАКОВЫМ СОБЫТИЕМ ДЛЯ МИРОВОГО СПОРТА

Анжелика Кербер

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на пятнадцатом месте в рейтинге одиночного разряда. Бывшая первая ракетка мира (сентябрь 2016 года). Является серебряным призером в одиночном разряде на XXXI Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Побеждала на трех турнирах Большого шлема в одиночном разряде (Australia Open, 2016; US Open, 2016; Уимблдон, 2018).

Андреа Петкович

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на шестьдесят четвертом месте в рейтинге одиночного разряда. Является победительницей восьми турниров WTA, семь из которых приходятся на одиночный разряд. В составе национальной сборной Германии становилась финалисткой Кубка Федерации (2014).

Лаура Зигемунд

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на девяносто третьем месте в рейтинге парного разряда. Побеждала на турнирах Большого шлема в парном разряде (US Open, 2020) и в миксте (US Open, 2016).

Анна-Лена Фридзам

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на семидесятом месте в рейтинге парного разряда. Является победительницей двух турниров WTA в парном разряде.

Юле Нимайер

На момент проведения турнира Billie Jean King находилась на сто десятом месте в рейтинге одиночного разряда.

ФИНАЛЬНАЯ СТАДИЯ

Помимо спортсменок из Великобритании, которая выступает в качестве принимающей страны, за звание чемпионки мира по теннису среди женских команд 2022 года будут бороться лучшие теннисистки Австралии, Бельгии, Канады, Чехии, Италии, Казахстана, Польши, Испании, Словакии, Швейцарии и США. Согласно жеребьевке, все сборные, прошедшие в финал, будут распределены на четыре подгруппы, победители которых встретятся между собой в полуфинале.

Объявляя о решении ITF, Дэвид Хэгерти, президент ITF, отметил, что Lawn Tennis Association (LTA) представила очень впечатляющую заявку на проведение турнира в качестве принимающей стороны. Весомым аргументом в пользу сделанного выбора стал удачный опыт проведения в Глазго матчей в рамках Кубка Дэвиса. Также присутствие на играх страстных поклонников тенниса со всего мира создаст особую атмосферу на проводимом в конце сезона чемпионате мира по теннису среди женских команд.

В свою очередь, Скотт Ллойд, глава LTA, заявил о том, что они в течение года неоднократно заявляли о своих планах по увеличению количества крупных соревнований, проводимых в Великобритании. Выбор Глазго в качестве места проведения финала Billie Jean King Cup и группового этапа финала Кубка Дэвиса будет способствовать повышению значимости тенниса, как в мире, так и в самой стране.



Стоит отметить, что первый в истории финал группового командного турнира среди женщин состоялся в Великобритании в 1963 году, куда спустя три десятилетия возвращается большой теннисный праздник.

ЖЕРЕБЬЕВКА

15-16 апреля 2022 года в стенах Национального теннисного центра был проведен решающий поединок квалификационного раунда Кубка Билли Джин Кинг, командного чемпионата мира. Столичный корт является бастионом побед для мужской и женской сборных Казахстана по теннису. Статистика подтверждает, что на нем наши спортсмены стабильно побеждали именитых соперников, включая команды из Аргентины, Италии, Нидерландов, Португалии, Швейцарии и Японии.

Сборная Германии является опытной командой, постоянно играющей на данном турнире. Последним ее достижением является участие в финале Кубка Билли Джин Кинг в 2014 году, где немки проиграли своим соперницам из Чехии с общим счетом 3:1. Восемь лет назад блистали Анжелика Кербер и Андре Петкович. Если обратиться к истории, то немецкие теннисистки дважды побеждали в этом турнире, и пять раз оступались в финале. Ради справедливости стоит отметить, что последний успех немецких теннисисток был зафиксирован в 1992 году,

BILLIE JEAN KING CUP	
BY BNP PARIBAS	
KAZAKHSTAN vs GERMANY	
DAY 1	Yulia PUTINTSEVA vs Angelique KERBER
	Elena RYBAKINA vs Laura SIEGEMUND
DAY 2	Elena RYBAKINA vs Angelique KERBER
	Yulia PUTINTSEVA vs Laura SIEGEMUND
	Anna DANILINA vs Anna-Lena FRIEDSAM
	Elena RYBAKINA vs Jule NIEMEIER

когда сборную Германии представляла легендарная Штеффи Граф. Перед жеребьевкой сборная Германия была сеянной под номером шесть, в то время как сборная Казахстана оказалась в числе несеянных.

По результатам жеребьевки, в первый игровой день состоялся матч между Юлией Путинцевой и Анжеликой Кербер. После этой встречи на корт Национального теннисного центра вышли Елена Рыбакина и Лаура Зигемунд. На второй день были запланированы матчи между Еленой Рыбакиной и Анжеликой Кербер, Юлией Путинцевой и Лаурой Зигемунд, а также парная игра между дуэтами Анна Данилина/Елена Рыбакина – и Анна-Лена Фридзам/Юле Нимайер. По регламенту турнира пятый матч, в случае ничейного результата по итогам предыдущих матчей, должен был определить победителя противостояния двух сборных.



ПЕРВЫЙ МАТЧ

До начала этого поединка личное противостояние между Юлией Путинцевой и Анжеликой Кербер было в пользу немки (0:2). Она обыгрывала Путинцеву в октябре 2018 года в Люксембурге (6:3, 6:1) и в марте 2019 года в Индиан-Уэллсе (6:0, 6:2). Казахстанская теннисистка была запредельно мотивирована взять реванш дома перед своими болельщиками.

В стартовом матче противостояния Казахстана с Германией, Юлия Путинцева обыграла свою титулованную соперницу Анжелику Кербер. Если в первом сете победу одержала немецкая теннисистка со счетом 3:6, то два следующих сета выиграла казахстанская теннисистка (6:3, 6:2). Сборная Казахстана повела в счете.

В начале встречи обеим теннисисткам не удавалось взять очки на своих подачах, но Кербер все же смогла преодолеть эту проблему и выйти вперед. Юлия Путинцева свою подачу забрала, уже уступая с двумя брейками. У нее была еще возможность побороться в этом сете, но игра в гейме на своей подаче все же не пошла. Второй сет стал обратной противоположностью первого. Юлия более уверенно играла на подаче.



В этой партии казахстанская теннисистка повела с двумя брейками. Ее соперница то и дело отдавала очки Путинцевой, включившись в борьбу лишь к концу сета. Тогда она сделала первый для себя брейк в этой партии. Благодаря продолжению активных действий со стороны казахстанской спортсменки ей удалось обратить сет в свою пользу. Причем, это было сделано на подаче Кербер.

В решающем третьем сете Юлия Путинцева кардинально преобразила свою игру, чем порадовала своих болельщиков. Она свела к минимуму количество невынужденных ошибок, сделав ранний брейк. Анжелика Кербер заметно нервничала из-за игры, которая не шла в третьем сете. При этом, Юлии удавалось исполнять укороченные удары, и в итоге одержала победу в матче (3:6, 6:3, 6:2). Во встрече, длившейся чуть более двух часов, Юлия Путинцева сделала семь эйсов и допустила одну двойную ошибку. В то же время она реализовала пять брейк-пойнтов из семи. Анжелика Кербер совершила шесть двойных ошибок и сделала четыре эйса по ходу матча. Ставший пятнадцатым по счету выигранным матчем в одиночном разряде в составе сборной, он стал рекордным для казахстанской теннисистки.

Фото: Андрей Ударцев



ВТОРОЙ МАТЧ

Следом на корт вышли Елена Рыбакина и Лаура Зигемунд. До этого матча соперницы провели между собой три матча, в двух из которых победу одержала Елена. Это произошло в 2019 году на турнирах в США и Люксембурге. В 2021 году Лаура сократила разрыв в счете, отпраздновав победу в первом круге турнира WTA Doha. Казахстанская теннисистка уверенно победила соперницу в двух сетах (6:0, 6:1). Таким образом, Казахстан после первого игрового дня повел со счетом 2:0 в противостоянии с Германией.

**ВЫБОР ГЛАЗГО
В КАЧЕСТВЕ МЕСТА
ПРОВЕДЕНИЯ ФИНАЛА BILLIE
JEAN KING CUP И ГРУППОВОГО
ЭТАПА ФИНАЛА
КУБКА ДЭВИСА БУДЕТ
СПОСОБСТВОВАТЬ ПОВЫШЕ-
НИЮ ЗНАЧИМОСТИ ТЕННИСА,
КАК В МИРЕ, ТАК И
В САМОЙ СТРАНЕ**





ТРЕТИЙ МАТЧ

Во второй игровой день проходил драматичный матч между Еленой Рыбакиной и Анжеликой Кербер. Они впервые в своей карьере провели матч друг против друга. Первая ракетка Казахстана уступила в первом сете экс-первой ракетке мира со счетом 6:4. Во второй партии Елена показала ровную игру и, несмотря на допущенные ошибки, сравняла счет в матче, переведя игру в третий сет. Заключительный сет оказался достаточно напряженным. Уступая в нем со счетом 3:5, Рыбакина использовала все возможности, чтобы довести матч до победного конца. Немецкой теннисистке не удалось удержать преимущество, а сет закончился со счетом 7:5 в пользу Елены.

Эта победа принесла сборной Казахстана победу над сборной Германии с общим счетом 3:0. Вместе с ней подопечные Шведовой впервые в истории казахстанского тенниса получили долгожданную и заветную путевку в финал Кубка Билли Джин Кинг.

Это достижение принесло женской сборной Казахстана дополнительные рейтинговые очки, которые позволили ей подняться с шестнадцатого на девятое место в обновленном рейтинге престижного турнира. Благодаря улучшению показателей казахстанская сборная обошла такие команды, как Бельгия, Германия, Италия, Польша, Россия и Румыния.

По состоянию на день завершения отборочных матчей десятка сильнейших команд в рейтинге Billie Jean King Cup выглядела следующим образом:

1. Австралия – 1002,71;
2. Франция – 885,6;
3. Испания – 884,62;
4. Чехия – 842,92;
5. Швейцария – 881,81;
6. Канада – 780,09;
7. США – 758,09;
8. Словакия – 744,23;
9. Казахстан – 704,75;
10. Германия – 702,52.



Фото: Андрей Ударцев

КУБОК БИЛЛИ ДЖИН КИНГ ЯВЛЯЕТСЯ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫМ ИНСТРУМЕНТОМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТЕННИСА ВО ВСЕХ СТРАНАХ МИРА. МНОГОЛЕТНИМ СПОНСОРом ТУРНИРА ЯВЛЯЕТСЯ ФРАНЦУЗСКИЙ ФИНАНСОВЫЙ КОНГЛОМЕРАТ BNP PARIBAS, ВХОДЯЩИЙ В ДЕСЯТКУ КРУПНЕЙШИХ БАНКОВ МИРА.



ИТОГИ АЛМАТИНСКОГО ПОЛУМАРАФОНА

17 апреля 2022 года в южной столице Казахстана прошел Пятый Алматинский полумарафон. В 8:00 все участники забега стартовали с Парка Первого Президента. Около 5 500 спортсменов-любителей бега пробежали по улицам города до финиша, который находился на Центральном стадионе.

На воскресном старте всех участников поприветствовал Арман Кырыкбаев, заместитель акима г. Алматы, а с напутственным словом выступили Оразбек Сахов, главный врач соревнований; Даурен Сартаяв, представитель генерального партнера Onlinebank; и Салтанат Казыбаева, директор гонки.

В 8:00 первыми со старта убежали участники на 10 км и представители скандинавской ходьбы. Уже через тридцать две минуты финишную прямую преодолел **Денис Степаненко**, лидировавший на этой дистанции.

Среди девушек на десятикилометровой дистанции первой стала **Екатерина Грицай**.

В 8:20 стартовали полумарафонцы, спортсмены-любители, участники эстафеты, а также профессиональные легкоатлеты, участники чемпионата Казахстана по полумарафону на дистанции 21,1 км. Самым первым из полумарафонцев на финише оказался **Ринас Ахмадеев**, мастер спорта международного класса по легкой атлетике. Его финишное время составило 1 час 05 минут 11 секунд, что стало новым абсолютным рекордом трассы Алма-

Фото: Константин Чалабов



ЛИДЕРЫ В АБСОЛЮТНОМ ЗАЧЕТЕ НА 21 КМ РАЗДЕЛИЛИ МЕЖДУ СОБОЙ ДЕНЕЖНЫЙ ПРИЗОВОЙ ФОНД

тинского полумарафона на дистанции 21,1 км. Звание чемпиона Республики Казахстан получил Ракымжан Келманов, преодолевший полумарафонскую дистанцию со временем 1:06:57.

Среди девушек первой на финише была **Мадина Керимова**, из г. Талдыкорган. Она же стала чемпионкой Республики Казахстан в полумарафоне со временем 1 час 18 минут 52 секунды. Среди команд эстафеты первой стала команда беговой школы JRun.

«Сегодняшний старт – это большой шаг в развитии массового спорта. Спортсмены-любители могли побороться за звание сильнейшего наравне с чемпионами Казахстана и атлетами из других стран. Всего на старт вышли спортсмены из двадцати восьми стран мира, в частности из стран СНГ, – комментирует Салтанат Казыбаева, директор корпоративного фонда «Смелость быть первым» и организатор соревнования. – Наша цель заключается в том, чтобы делать спорт доступнее и привлекательнее для большего

числа людей. Спорт сегодня стал не просто модным хобби или какой-то особенностью, он превратился в необходимость. В современном мире, где события стремительно меняются и ежедневно генерируется все больше негативных новостей, важно уметь сохранять холодный рассудок и быть в тонусе. Спорт для этого является идеальным помощником».

После финиша всех участников ждала большая развлекательная программа на сцене у Центрального стадиона, на которой выступили чирлидеры и музыкальные группы. Там же проводилось награждение победителей старта. Лидеры в абсолютном зачете на 21 км разделили между собой денежный призовой фонд. За первое место победители получили 450 000 тенге, за второе место – 400 000 тенге, за третье место – 350 000 тенге. Победители в возрастных категориях (10 км и 21,1 км), а также в эстафете экиден получили ценные памятные призы и подарки от партнеров.



18 апреля 2022 открылась регистрация на «Алматы марафон», который пройдет 25 сентября 2022 года. Любители бега и постоянные участники забегов могут выбрать комфортные для себя дистанции: 42,2 км, 21,1 км, 10 км, скандинавскую ходьба на 10 км и эстафету экиден. В рамках «Алматы марафона» также пройдет чемпионат Казахстана по марафону (42,2 км) и забегу на 10 км.

Генеральный партнер Алматинского полумарафона: **Onlinebank**.
Почетные партнеры: **Visa** и **Tennisi.kz**.
Организаторами Алматинского полумарафона выступили:

корпоративный фонд «Смелость быть первым», фитнес-клуб «World Class Almaty», научно-образовательный фонд им. академика Ш.Есенова и мультиспортивный Youtube-канал #Другой ты.

Журнал Akyl-kenes выступил в качестве медиа-партнера забега.



Фото: Константин Чухатов

Генеральный партнер



РЕГИСТРАЦИЯ НА САЙТЕ



ALMATY-MARATHON.KZ

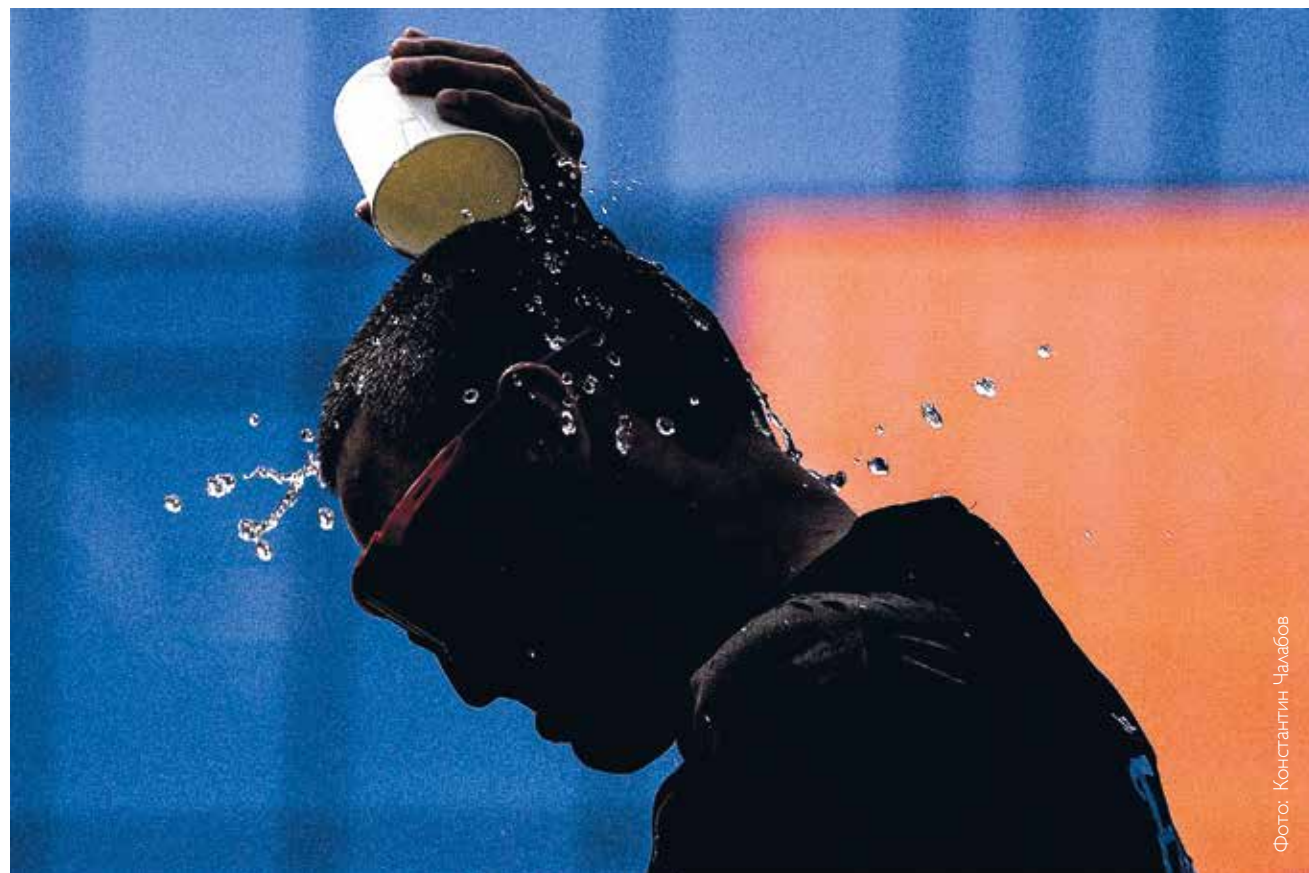


Фото: Константин Чалабов

КЕТОДИЕТНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

В марте 2022 года проект «Другой Ты» бросил вызов беговому сообществу. Он заключался в том, чтобы узнать смогут ли его участники пробежать Алматинский полумарафон на низкоуглеводном питании и улучшить свои результаты. Это невероятно, но они это сделали!

Корпоративный фонд «Другой Ты» является инициатором необычных челленджей, цель которых заключается в вовлечении людей в здоровый образ жизни. В этот раз в центре внимания оказались полумарафонцы, которым был предложен новый рацион питания. Большинство спортсменов налегает на углеводы, а в преддверии забега было решено провести эксперимент: «Что будет, если их исключить?». Ранее уже проводились научные исследования по определению эффективности кетодиеты при занятиях циклическими видами спорта.

Углеводы являются основным источником энергии для организма человека, но, к сожалению, максимальный запас гликогена ограничен, и увеличить этот лимит невозможно. В момент, когда топливо в мышцах заканчивается, человек начинает ощущать усталость. Поэтому во время тренировок спортсменам приходится постоянно восполнять его запасы с помощью энергетических гелей и батончиков. Также существует альтернативный источник энергии в виде жиров, запасы которых в организме велики. Например, в одном грамме жира содержится больше энергии (9 Ккал), чем в таком же количестве углеводов и белков (4 Ккал).

Для того, чтобы организм научился использовать собственные жировые запасы в качестве главного источника энергии необходимо практически полностью исключить углеводы из своего рациона. Это возможно, если придерживаться кетогенной диеты, согласно которой суточная норма калорий распределяется в следующем

соотношении: 55–60% – жиры, 30–35% – белки и 5–10% – углеводы.

Героями челленджа под названием «Народный забег» стали три бегуна с разным уровнем подготовки:

- Аскар Арганчеев (профессионал, предыдущий результат – 1 час 33 минуты);
- Ренат Шаймарданов (продвинутый, предыдущий результат – 1 час 48 минут);
- Карлыгаш Кайрбекова (любитель, предыдущий результат – 2 часа 16 минут).

Участники эксперимента на протяжении месяца готовились к Алматинскому полумарафону на дистанцию 21,1 км. Они ежедневно получали пакеты правильного кето-питания «Другой Ты» для спортсменов от компании «KetoDrive», в котором практически нет углеводов. В первое время спортсмены столкнулись с неприятными побочными симптомами, известными как «кетогрипп»: головная боль, тошнота и усталость. Но через пару дней все пришло в норму, и наши герои продолжили тренировки в своем привычном режиме.

Когда организм начинает использовать жир вместо сахара в качестве основного источника топлива, он продуцирует кетоновые тела, которые снабжают энергией мышцы и головной мозг. Формируется так называемый гликоген-сберегающий эффект, позволяющий организму во время соревнований не расходовать понапрасну углеводы, а включить их применение во время финального ускорения. За неделю до старта герои «Народного забега» вернули в свой рацион углеводы и «зарядились» на полную мощность.

**КОРПОРАТИВНЫЙ ФОНД «ДРУГОЙ ТЫ» ЯВЛЯЕТСЯ
ИНИЦИАТОРОМ НЕОБЫЧНЫХ ЧЕЛЛЕНДЖЕЙ, ЦЕЛЬ КОТОРЫХ
ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ВОВЛЕЧЕНИИ ЛЮДЕЙ В ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

«Обычно, когда бежишь длинную дистанцию, то на двенадцатом километре уже становится тяжело. В этот момент ты стараешься себя перебороть. Сегодня на пятнадцатом километре у меня открылось второе дыхание», — делится впечатлениями Карлыгаш Кайрбекова, улучшившая свой результат на целых восемнадцать минут.

Ренат Шаймарданов в этот раз пробежал за 1 час 38 минут, так как благодаря кетодие он смог сбросить лишний вес и бегать в горку ему стало сравнительно легче.

«За один месяц я сбросил 6 кг веса и уменьшил объем талии в талии», — рассказывает Аскар Арганчеев, который преодолел полумарафонскую дистанцию в свое удовольствие во второй зоне.

Однозначно, результаты у ребят хорошие! Они не только улучшили свои показатели в беге, но и улучшили состав своего тела, нормализовали вес и повысили производительность.

Поздравляем всех финишеров Алматинского полумарафона с финишем и желаем новых побед! Предупреждаем, что такой тип питания подходит не всем, поэтому в случае, если возникло желание попробовать этот метод, необходимо проконсультироваться со специалистом.



МУЛЬТИСПОРТИВНЫЙ
КАНАЛ

#ДРУГОЙТЫ

ТВОЙ ЛУЧШИЙ
ИСТОЧНИК ИНФОРМАЦИИ
О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ



БИОХАКИНГ



ЗДОРОВЫЕ
ЛАЙФХАКИ



ДАЙДЖЕСТ
СПОРТИВНЫХ
СОБЫТИЙ



ХРОНИКИ
АЛМАТЫ
МАРАФОНА



РЕАЛИТИ-ШОУ
«ТРАНСФОРМАЦИЯ
ТЕЛА»



7X7
ТРЕНИРОВКИ
НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ



PREMIUM SERVICED OFFICES IN THE MOST PRESTIGIOUS COMPLEX OF THE CAPITAL CITY



Business center Talan Towers Offices, 16 Dostyk St.
Nur-Sultan city, Republic of Kazakhstan



+7 (7172) 73 50 46



+7 (777) 002 00 25



sales@ttexecutivehub.com



www.ttexecutivehub.com