



28 марта в Ханты-Мансийске на чемпионате России прошли коньковые "разделки". Мужскую гонку на 15 км выиграл югорчанин Сергей Устюгов, ставший, таким образом, уже десятикратным чемпионом России!

Первыми на старт гонки на 10 км вышли женщины. Основные претендентки на медали традиционно заявили в середине стартового протокола. Правда, стоит отметить, в Ханты-Мансийск не приехала лидер сборной России Юлия Чекалева, для которой коньковая "десятка" - профильная дисциплина.

Уже к середине дистанции стало ясно, что, скорее всего, победит Анна Нечаевская (Волгоградская обл. - Татарстан), которая в нынешнем сезоне блестяще выступает в этом виде программы. Она выигрывала коньковые "десятки" на "Красногорке" и финале Кубка России в Сыктывкаре. Вот и сегодня в столице Югры она показывала лучшие секунды на всех промежуточных отсечках и постепенно отрывалась от преследовательниц. В итоге на финише ее результат 25.46,1.

Анастасия Седова (Нижегородская область - Республика Мордовия) успела за время гонки сломать палку, а затем подняться с 20 места на вторую строчку итогового протокола. Если бы не поломка инвентаря, то не исключено, что она бы сегодня примерила на себя золотую награду. Но, увы! Седова вторая с отставанием в 6,2 секунды.

Вновь порадовала представительница нашей окружной команды. В первый день чемпионата России бронзу в скиатлоне завоевала Полина Кальсина, а сегодня в "разделке" отличилась ее подруга по сборной ХМАО Мария Гущина. За два последних километра ей удалось здорово "накатить" на соперниц и в итоге в борьбе за бронзу буквально на пару секунд опередить Ольгу Рочеву (Коми) и Марию истомину (Пермский край).

Мария Гущина (ХМАО), третье место:

- Я настраивалась на работу, на хороший результат, но на тройку я не рассчитывала, для меня это очень здорово! Меня вели по трассе, кричали все, была поддержка и контроль, на финиш меня вывели, спасибо тренерам. Трасса замечательная, перепад высот очень хороший, погода и болельщики радуют!

- В каких дисциплинах чемпионата России еще примете участие?

- На чемпионате России я еще пробегу марафон, командный спринт точно пропущу. Будем бороться в эстафете. К сожалению, лидера команды Евгении Шаповаловой по известным причинам нет, но постараемся бороться и отстоять честь округа.

В целом, сезоном я очень довольна, прошлый год у меня вылетел, после травмы было восстановление. Готовилась я к нему вместе со своим тренером, с региональной командой.

Теперь в планах подготовка к сезону в сборной команде, к отборам на Олимпийские игры.

* * *

Участники соревнований мужчин, кажется, смирились с тем, что все золото нынешнего чемпионата уходит Сергею Устюгову. Югорский лыжник в субботу [победил в скиатлоне](#), в воскресенье - [в классическом спринте](#). Сегодня он оформил победный хет-трик.

На первых отсечках возмутителем спокойствия являлся лыжник из Красноярского края Андрей Мельниченко, но уже на трех километрах Сергей Устюгов выбрался на привычное первое место и с него уже не опускался. На 6 километрах будущий триумфатор гонки вез ближайшему конкуренту 15 секунд.

После половины пройденной дистанции Устюгов немного сбавил темп и его преимущество над Денисом Спицовым, стартовавшим раньше Сергея и показывавшим лучшее время дня, сократилось всего до 2,5 секунд. По стадиону прошелся шепоток: "Сможет ли Устюгов додержать это превосходство?". Но на последнем участке трассы он не только сохранил это преимущество, но и значительно нарастил его - 33.43,9. Спицов проиграл лидеру десять секунд. На третьем месте финишировал Андрей Ларьков. Он стартовал всего в полуминуте перед Устюговым. Когда Сергей его догнал, представитель Татарстана зацепился за сибиряком и так доехал до самого финиша.

Стоит отметить, что сегодняшняя победа стала для Сергея Устюгова десятой по счету. Он выиграл шесть личных гонок, завоевал три золота в составе сборной ХМАО в эстафетных гонках, а также выиграл еще одну медаль высшей пробы в командном спринте.

Сергей Устюгов (ХМАО), первое место:

- Сегодня выходил на старт и у меня не было желания бежать. Когда утром катали лыжи с Сергеем Турышевым, ему отдали лучшую пару, а я бежал на его лыжах. Но у него гонка, похоже, не задалась. Сегодня наш персонал сработал на отлично, они выкладываются, как и мы на гонках. 70% успеха – это хорошо подготовленные лыжи.

- Как можете оценить трассу?

- На этой трассе я бегал первый раз, она специфическая. Здесь подъем, длинный спуск, можно восстанавливаться. Но то, что дома, в родном округе и городе – конечно, ощущается.

- Можно ли уже говорить о том, что этот сезон для вас удался?

- Сезон не закончен, еще главные старты впереди – командный спринт и эстафета. Я думал подвести себя к эстафетам, но пошло так, что почувствовал форму. Но на чемпионате России самые главные – командные гонки, поэтому важно восстановится.

- Как оцениваете свою текущую форму и уровень своих соперников?

- Ехал сюда, знал, что конкуренция будет очень высокая, потому что многие ребята готовились именно к чемпионату России, не у всех была возможность выступать на Кубках и чемпионате мира. Я рад, что у меня сохранилась такая форма и я выхожу на старт и могу составить им конкуренцию и выигрывать.

- Может быть, у вас третий пик формы (после пиков на «Тур де Ски» и чемпионате мира)?

- Наверно, просто форма до сих пор держится. С этапов Кубка мира я приехал домой 14 марта, выполнял не весь тренировочный план, тренировался в расслабленном режиме. Вчера я и вовсе не смог выйти на тренировку. Думал, что сегодня будет трудно, так и получилось. Но рад, что все так сложилось.

* * *

Завтра, 29 марта, в Ханты-Мансийске в Центре зимних видов спорта им. А.В. Филипенко пройдет командный спринт свободным стилем.

Чемпионат России. Ханты-Мансийск, 28 марта

Индивидуальная гонка на 10 км (св.ст.), женщины

1. Анна Нечаевская (Вологодская обл. - Татарстан) - 25.46,1
2. Анастасия Седова (Нижегородская обл. - Мордовия) - +6,2
3. Мария Гущина (ХМАО-Югра) - +29,8
4. Ольга Рочева (Коми) - +30,1
5. Мария Истомина (Пермский край) - +31,1
6. Анна Медведева (Свердловская обл.) - +36,5
12. Алена Перевозчикова (ХМАО-Югра) - +54,9
14. Полина Кальсина (ХМАО-Югра) - +1.00,7
54. Светлана Плотникова (Свердловская обл. - ХМАО-Югра) - +2.25,8

Полный протокол гонки можно скачать [здесь](#) .

Индивидуальная гонка на 15 км (св.ст.), мужчины

1. Сергей Устюгов (ХМАО-Югра) - 33.43,9
2. Денис Спицов (Тюменская обл.) - +9,3
3. Андрей Ларьков (Татарстан) - +31,2
4. Алексей Червоткин (Москва) - +51,8
5. Сергей Турышев (ХМАО-Югра) - +51,9
6. Андрей Собакарев (Новосибирская обл.) - +59,6
11. Владислав Скобелев (ХМАО - Кировская обл.) - +1.44,7
33. Кирилл Петров (ХМАО-Югра) - +2.27,7
35. Рифат Сафиуллин (ХМАО-Югра) - +2.31,6
43. Станислав Перляк (ХМАО - Кировская обл.) - +2.47,0
53. Алмаз Таипов (ХМАО-Югра) - +3.07,2
63. Артур Петров (ХМАО-Югра) - +3.27,6
74. Владимир Солодовников (ХМАО-Югра) - +4.17,1
82. Ильназ Таипов (ХМАО-Югра) - +4.56,5
83. Святослав Котов (ХМАО-Югра) - +4.59,8
87. Антон Гафаров (ХМАО-Югра) - +5.09,4

Полный протокол гонки можно скачать [здесь](#) .