

Батутный фристайл – доступный экстрим

Спортивный «новичок»

Батутный фристайл появился совсем недавно, и он существенно отличается от олимпийского вида спорта – прыжков на батуте. В классической дисциплине прыжки высокие, делают их по прямым линиям. Спортсмен взлетает вертикальной «свечкой», вращается, выполняет сальто и другие сложные фигуры, отталкиваясь от сетки ногами. Фристайлеры, делая различные кульбиты, могут сгибаться, группироваться, ось вращения тела может смещаться. Приземляются они на спину, живот, ноги. В общем, отличаются от «классиков» как балерины от хипхоперов.

Все дело в том, что батутный фристайл произошел от экстремальных видов спорта: фристайла на сноуборде, на горных лыжах, велосипеде. У экстремалов много прыжков, во время которых необходимо правильно группироваться. Чтобы четко отработать трюк, прежде чем перенести его на трамплин, спортсмены тренируются на безопасном батуте. Кто-то, упражняясь, так увлекался прыжками на сетке, что откладывал борд (доску) в сторону и переключался на батут. Так и родилось новое направление – батутный фристайл, который позаимствовал элементы из горных лыж, сноуборда, прыжков на батуте, гимнастики, акробатики, паркура.

Связанные одной сетью

Ольга окончила медицинский университет, работала хирургом в поликлинике, а сейчас учится в аспирантуре. В свободное время она обучает детей батутному фристайлу. Путь ее в эту дисциплину был извилист. Ольга родилась в семье врачей, которые были далеки от спорта. Девочку отдали в танцевальный коллектив «Радость». Народными танцами Оля занималась 10 лет, а затем увлеклась сноубордом. Хватило ее, правда, на полтора года: девушка переключилась на конный спорт.

Три года Власенко ездила на лошадях в свое удовольствие, пока не позна-

В августе в Ярославле пройдет открытый чемпионат по батутному фристайлу. Ольга Власенко по профессии врач, а батутный фристайл – ее увлечение. Она становится на батут, подпрыгивает и, развернувшись в полете, приземляется на спину. Затем отталкивается от сетки, взлетает на высоту человеческого роста и в воздухе переворачивается на 360 градусов. Дух захватывает!



комилась с молодой спортсменкой, которая собиралась организовать федерацию сноуборда Ярославской области. Та и уговорила Ольгу снова встать на доску. Власенко каталась, судила, работала инструктором. Затем освоила смежную дисциплину – горные лыжи. И во время тренировок в помещении Ольга «распробовала» батут, ей понравилось крутить пируэты, и она стала изучать батутный фристайл.

Начинающие фристайлеры осваивают базовую технику на «мягких» сетках, где установлены пружины, позволяющие подпрыгнуть на 3 – 4 метра. Этой высоты им достаточно. «Жесткие» батуты, на которых взлетаешь на 8 метров, ни к чему. Фристайлеры делают вращения, прыжки на уровне человеческого роста. К тому же они могут на ходу придумывать различные элементы, не каждый из которых может получиться удачно.

Батут достаточно небезопасный вид спорта.

Самое страшное – неловко упасть, при этом есть риск переломов. Поэтому рядом с сетками лежит поролоновый мат. Но если правильно сгруппировался, напрягся – травм не будет. Единственное, что может грозить, – «механический ожог» на открытых участках тела от неудачного соприкосновения с сеткой.

Прыжками на батуте увлекается преимущественно молодежь. Иногда приходят целыми семьями. Нередко решают трянуть стариной те, кто был связан с «прыжковым» спортом в прошлом. У них просыпается желание вспомнить, чему их научили в спортивных школах. Но классических батутистов фристайлом соблазнить трудно. Они привыкли к своим упражнениям и прыгать по-другому не хотят, а то и не могут. Даже простое боковое вращение, доступное начинающим фристайлерам, для них непосильно – «классики» психологически не готовы к нему.

Горнолыжники, сноубордисты, скейтборди-

сты, паркурщики приходят, чтобы потренироваться на безопасном батуте. Есть даже фитнес-группа, участники которой выполняют несложные элементы на пружинящей сетке для сбрасывания веса или поддержания мышц в норме. Для многих прыжки на батуте – это просто необычные ощущения.

Штурмует стену

Ольга Власенко рассказывает, что новички начинают прыжки на батуте с небольшой высоты – сантиметров 10 – 20. Потом будущие экстремалы пробуют себя во фристайле, пытаются освоить направление «стена».

Впрыток к батуту установлена обитаемая нескользящим материалом деревянная стена, фристайлеры используют ее для выполнения прыжковых элементов. Один из самых простых – подпрыгнуть, оттолкнуться ногами от стены и сделать сальто назад. Другой трюк для начинающих – подпрыгнуть и в полете «пройти» пару шагов по стене. В Интерне-



мент. Да и мышечной силы у них побольше. Женщины не такие сильные и поэтому больше рассчитывают на технику. Хотя чем старше фристайлер, тем он осмотрильнее, – говорит Власенко.

Прыжок в будущее

Батутный фристайл – новое направление и находится еще в начале своего развития. В России нет явных регионов-лидеров за исключением Москвы. Из городов Центрального федерального округа батутный фристайл развивается, пожалуй, лишь в Ярославле да в соседней Костроме. Но у костромичей менее профессиональные сетки, что сдерживает развитие нового экстремального увлечения.

Ярославцы же не ограничены ничем, кроме своей фантазии. В этом молодом виде спорта спортсмены придумывают элементы сами. Да что там элементы – целое направление можно «изобрести». Например, сейчас сноубордисты прыгают на мягкой доске, имитирующей сноуборд. Можно сделать отдельную дисциплину фристайла, участвовать в которой захотят и вейкбордисты, и сноубордисты.

Но это пока мечты...

– Для меня фристайл – это удовольствие. Мне нравится заниматься им. И есть куда расти. Я или развиваюсь в спорте, которым занимаюсь, или бросаю его. В этом направлении мне многое хочется еще освоить: крутить не только двойное сальто, но и тройное, уметь выполнять большее количество финтов и многое другое, – делится мечтами Ольга Власенко.

**Владимир
КОБЫЛИНСКИЙ**

Фото Сергея ШУБКИНА

ЛЮБОПЫТНО

Занятие, напоминающее прыжки на батуте, в давние времена появилось еще у эскимосов. В качестве эластичного материала для прыжков использовалась натянутая шкура моржей. А в Европе для этих целей применялись обыкновенные одеяла. Но, вероятнее всего, одеяла использовались в профессиональной деятельности пожарных – для страховки людей, выпрыгивающих из горящего помещения. Есть свидетельства, что такой способ был использован при одном из пожаров 1887 года. На плакатах XIX века с изображением знаменитого циркового артиста Пабло Фэнка видно, что он использует устройство, похожее на батут. В начале XX века некоторые акробаты, чтобы удивить зрителя, в своих выступлениях использовали «прыгающие кровати». В разных странах замечательную рекламу сделали батуту гастролирующие цирки-шапито.