

Конный спорт - очень благородное занятие. Нужно потратить немало усилий, чтобы добиться успеха в нём.



Конный спорт - путь к долголетию!

Вишняк Павел Леонидович - спортсмен и владелец конного клуба «Олимп». Мы встретились и поговорили о лошадях, их содержании, соревнованиях и процессе обучения верховой езде.

– Павел Леонидович, расскажите, пожалуйста, с чего началось Ваше увлечение лошадьми?

– В 2000-м году я посетил Израиль. Во время прогулки по старому городу Иерусалима я забрался на бронзовую скульптуру лошади для фотографии. Понял, что на лошади сидеть очень удобно. С тех пор началось моё знакомство с лошадьми.

– После этой истории Вы решили создать конный клуб?

– Нет, конечно. После этого я ощутил потребность находиться рядом с лошадью. Общаться с этим разумным существом. Пытался понять, как оно взаимодействует с человеком. Это непростой и многогранный вопрос. С первых дней общения с лошадью

стал заниматься конкуром. Это преодоление препятствий на определённом маршруте. Из всех конных дисциплин – конкур самый динамичный, интересный и зрелищный вид спорта. Конный клуб появился через восемь лет после того, как я сел на настоящую лошадь.

– Расскажите, пожалуйста, об участии в соревнованиях, когда это произошло впервые?

– Заниматься начал с октября 2000-го года. В апреле 2001 года принял участие в небольших местных соревнованиях по преодолению препятствий с небольшой высоты. К моменту соревнований я занимался 1-2 раза в неделю и приобрел навыки общения с лошадью. Выступал на



Вишняк Павел Леонидович спортсмен и владелец конного клуба «Олимп»

арендованной лошади. Неоднократно принимал участие в соревнованиях в Санкт-Петербурге и Ленинградской области. Стал завоёвывать призовые места, в том числе первые.

– У Вас есть награды, которые запомнились больше всего?

– Особенно ценные для любого спортсмена награды, полученные во время участия в международных соревнованиях. Безусловно, самые дорогие в прямом и переносном смысле слова, это медали золотой пробы, завоёванные в международных соревнованиях по конкуру в Европе. В таких странах, как Португалия, Германия, Голландия. Туда я выезжал уже со своими лошадьми.

– Какие породы лошадей есть в Вашем клубе?

– Конный спорт – это высокопрофессиональный спорт. В основном, для преодоления препятствий пригодны лошади основных европейских пород: голштинцы, ольденбургцы, ганноверы. Эти породы селекционируют и на территории России. У нас есть удачные примеры, когда жеребят, рожденные в нашем клубе, становились чемпионами и призерами национальных, международных соревнований. Не обязательно лошадь должна приобретаться в Европе. Мы сами способны выращивать достойных лошадей в России. Отвечая на ваш вопрос, в нашем клубе живут породы, созданные специально для прыжка. Качество породы зависит от техники прыжка, силы лошади, выносливости. Поэтому для этих задач подходят определенные породы лошадей.

– Расскажите, пожалуйста, как содержатся лошади? Где они живут?

– Спортивная лошадь находится на территории конюшни, которая состоит из отдельных боксов. В России их называют денниками. Это помещение не менее 12-ти квадратных метров. Площадь, необходимая для нормальной жизнедеятельности лошади в течение всего дня. Оборудована авто-

Постоянный контакт и доброе общение с животным создают эмоциональные отношения. Они позволят в будущем выполнять спортивные задачи.

матической поилкой и различными кормушками. В деннике находится специальный большой кусок соли. Наши лошади предпочитают гималайскую розовую соль. Они слизывают постепенно этот кусок, пока он не пропадет полностью. Это необходимо для нормальной жизнедеятельности животного, так как с потом и другими жидкостями организм теряет большое количество минералов. Для быстрого восполнения этих потерь соль и необходима. В рационе должен обязательно присутствовать этот «лизунец» с минеральными добавками.



Основная задача начинающего всадника – научиться правильно располагаться в седле, опираться в стремя.

– А чем лошадь можно кормить? А что ни в коем случае нельзя давать ей?

– Так как лошадь живет и общается постоянно с человеком, то доверяет ему. Все, что дают люди, она считает нормальной едой. Работники клуба знают правила кормления и никогда не нарушают их, так как это опасно для жизни лошади. Со стороны кажется, что это мощное, большое животное, но её легко вывести из рабочего состояния. Ни в коем случае нельзя давать подпорченные или испорченные овощи и фрукты. Обычно для питания и поощрения лошади используют яблоки и морковь. Не более килограмма моркови необходимо лошади в день, так как может произойти отравление витамином А. Если лошадь переест яблок, то это вызовет расстройство пищеварения. Везде должна быть мера и знания. Обычно рацион спортивной лошади состоит из свежего сена высокого качества. Эта сухая трава содержит большое количество витаминов, микроэлементов, минералов, до 15% белка и углеводов. Это является основой рациона лошади круглый



Активные занятия конным спортом подразумевают отличную физическую форму спортсмена или человека, увлекающегося им. Это достигается постоянными тренировками.

год. В теплое время года присутствует в питании свежескошенная трава. Для каждой лошади ветеринарный врач составляет определенный рацион, соответствующий её физическим и психоэмоциональным нагрузкам. Лошади, как и люди, страдают нервными расстройствами, лишней возбудимостью. Эти состояния корректируют введением определённых травяных сборов. Также для лошадей существуют специальные мюсли с различным содержанием белка, витаминов, полезных элементов. Зная потребности животного, можно подобрать рацион и контролировать его на протяжении всей жизнедеятельности лошади.

– Расскажите, пожалуйста, как быстрее всего научиться ездить на лошади?

– Выберете место занятий, своего наставника в виде тренера или берейтора. Я бы рекомендовал сначала понаблюдать в качестве зрителя за тренировками других спортсменов. Обычно в клубах не возбраняется смотреть на занятия других людей, но лучше спросить разрешения. Потому что многие всадники комплексуют, переживают из-за каких-то временных неудач. И ранимо относятся к посторонним на тренировках. Объясните заранее, что Вы новичок, хотите со стороны понаблюдать. Через время

станет понятен процесс занятий. Поймете, кто будет Вашим наставником. Возьмите пробный урок, если понравилось – ни в коем случае не прерывайте начинающийся тренировочный процесс. Два-три занятия в неделю – это оптимальное количество. Основная задача начинающего всадника – научиться правильно располагаться в седле, опираться в стремя. Именно эти азы помогут в дальнейшем. Это тот фундамент, который позволит достичь больших результатов в конном спорте.

– Какую роль играет контакт человека с лошадью в дальнейших занятиях?

– Это самое важное. Недавно слышал такое мнение: «Спортсмен – это лошадь, а человек только присутствует при этом». Я согласен с ним. В этом спорте все зависит от лошади. Она



несет основные физические нагрузки. Необходимо исходить из её потребностей и возможностей. Контакт является неотъемлемой частью этого процесса. Лошадь – одушевленное существо в отличие от спортивных снарядов. Пока не будет достигнуто полное понимание, доверие между двумя спортсменами, ничего хорошего из этого не получится. Основная задача – установить контакт. Нужно общаться с конкретным конем. Совместно гулять или пасти лошадь. Сотрудники клуба научат Вас правильно чистить лошадь и ухаживать за ней. За копытами, гривой, хвостом, глазами, ушами. Правильно совершать туалет, седлать. Постоянный контакт и доброе общение с животным создают эмоциональные отношения. Они позволяют в будущем выполнять спортивные задачи.

– Расскажите, пожалуйста, в Вашем клубе проводят иппотерапию?

– Чтобы проводить занятия иппотерапии, берейтор или тренер должен пройти специальные курсы и обладать определенными знаниями. В нашем клубе есть приезжающие тренеры, которые в случае необходимости проводят такие занятия. Но у нас нет таких клиентов, в основном спортсмены. Я знаю много клубов, которые специализируются на иппотерапии. Эти занятия действенны. Они оказывают быструю помощь нуждающимся в ней людям.

– Как Вы считаете, конный спорт может отвлечь подростков от интернета, компьютерных игр? Сможет заинтересовать их?

Конный спорт – это путь к долголетию и прекрасному здоровью!



– Безусловно! Общение с лошадью и спортивные занятия способны нормализовать психоэмоциональное состояние человека. То количество времени, которое человек проводит с животным – оно само по себе исключает излишнее злоупотребление гаджетами или другими особенностями нашего времени. Я вижу на соревнованиях огромное количество целеустремленных парней и девушек. Детей, которые с жадностью впитывают знания опытных спортсменов. Человек, единожды пообщавшись с лошадью, старается вернуться к этому. Мне кажется, злоупотребление гаджетами будет отброшено в сторону при регулярном общении с лошадью.

– С какого возраста дети могут заниматься конным спортом?

– Каждый ребенок индивидуален. Давайте понемногу ему общаться с лошадью. Сначала на руках у родителей. Потом постепенно подсаживать на специальных лошадях. Это пони различного роста и комплекции. Среди спортсменов на пони тоже проходят соревнования. Они заняли прочное место в спортивных программах почти всех клубов. Детский пони-спорт бурно



развивается. Оптимальное начало занятий с пяти лет.

– Как проходят тренировки для детей?

– Детские тренировки проходят индивидуально или в небольших группах. Выше я говорил, как проходит первое общение ребенка с лошадью. Это обязательное присутствие родителей и

опытного наставника. Получив первые знания, ребенок располагается на лошади, пристегнутой специальной кордой (шнур, веревка длиной около 7 метров). Второй конец корды находится в руках тренера. После того, как ребенок полностью способен управлять лошадью, они понимают друг друга.

– Павел Леонидович, Вы проводите тренировки? У Вас есть ученики?

– Я достаточно давно занимаюсь конным спортом и участвую в соревнованиях. Не смотря на это, не считаю себя готовым проводить полноценные тренировки. Не располагаю временем для этого. В будущем не исключаю такой возможности для себя.

– Дайте, пожалуйста, совет для наших читателей.

– Активные занятия конным спортом подразумевают отличную физическую форму человека, увлекающегося им. Это достигается постоянными тренировками. Невозможно добиться хороших результатов, не будучи в отличной физической форме. Конный спорт – это путь к долголетию и прекрасному здоровью!

Беседовала Диана Ключко



Сладости для радости!

Нежный Злаковый КО-ЗИ-НАК

кунжут
с черносливом





Фруктоза
в.н.а



с арахисом и курагой
с кунжутом и курагой
с арахисом и черносливом
с кунжутом и черносливом
подсолнечный