

Россиянин Андрей Дерксен - трехкратный победитель самого жесткого марафона в мире «Sultan Marathon des Sables» в 1994, 1995, 1996 годах.



Недавно зашел в Интернет почитать о новостях марафона и набрел на статьи последних лет о «Песчаном марафоне» в Марокко – «Sultan Marathon des Sables». С большим интересом стал читать и поразило, что пишут российские участники о себе чуть ли не как о первооткрывателях этого действительно сверхсложного многодневного испытания. Не приводят никаких исторических справок о российских бегунах, кто бегал и, что важно, успешно бегал задолго до них.

Вот, например, выдержки об участниках 2013 года Вячеслава Шибеленкова, корреспондента сайта www.probeg.org от 17 апреля 2013 года: < ... И вот совсем недавно Дмитрий Ерохин удивил и меня, и многих любителей бега, следящих за ультрамарафонскими событиями в мире. Дмитрий вышел на дистанцию экстремального ультрамарафона по пескам Пустыни Сахара, протяженностью в 232 километра. Возможно, сейчас Вас поразила эта трехзначная цифра - "неужели столько бегают?". Но в данном случае не это самое поразительное. Бегают и больше, но в комфортных условиях. Тут же раскаленная пустыня. Ты один на один с песком, солнцем, скалами, ядовитыми насекомыми и змеями. До ближайшего контрольного пункта десятки километров. Все необходимое для выживания - вода, еда, средства ориентирования - в специальном беговом рюкзаке - это от 6 до 12 килограмм дополнительного веса. Сотовые телефоны не ловят сеть - ее здесь просто нет. Нет и самой трассы с километровыми отметками - только изредка встречающиеся камни, помеченные красной краской, которые ослепленными солнцем глазами можно и не заметить...

Быть может, Вам покажется странным, но желающих участвовать в подобном экстриме набирается немало - более тысячи ультрамарафонцев ежегодно участвуют в этом пробеге по Пустыне Сахара именуемом "Sultan Marathon des Sables", который в этом году состоялся в 28 раз. Россию представляли всего 7 бегунов. **Дмитрий Ерохин участвовал в этом забеге первый раз, но показал просто феноменальный результат.**

Наши ребята	показали	следующие	результаты:
Дмитрий Ерохин	–	43	место.
Киселев Игорь	–	372	место.

Маркин	Анатолий	-	469	место.
Волошин	Владимир	-	518	место.
Кириллов	Дмитрий	-	747	место.
Дюжаков	Алексей	-	772	место.
Бурдина	Елена	-	800	место.>

Прочитал также воспоминания самого Ерохина Дмитрия и других, а затем и на сайте Риска обнаружил информацию о выступлении российской команды на «Песчаном марафоне». И опять никаких исторических справок. И мне стало грустно. Понятно, что ребята молодцы и достойны уважения и так же ясно, что пишут они «о себе любимых» и своих личных достижениях и впечатлениях - это для них злободневно и очень важно. Не хочу никого осуждать – каждый думает о себе.

Но!
Хотелось бы, чтобы мы не были «Иванами, не помнящими родства» и хотя бы для справки упомянули:
– А кто из россиян был на этом марафоне до них и какой оставил след? Или зыбучие пески Сахары безнадежно замели память о русских первопроходцах знаменитого Песчаного марафона?

А ведь были «люди в наше время»! В далеком 1993 году вторым на этом сверхэкстремальном марафоне был Алексей Кононов из г. Саратова, а выиграла у женщин его землячка Мария Петрова. Двадцать лет назад, **в 1994 году Андрей Дерксен, российский бегун из сибирского города Барнаул стал абсолютным победителем этого «самого жесткого марафона в мире»!** А в 1995 и 1996 года **Андрей снова дважды блестяще повторил свой успех! Он единственный из россиян, побеждавший в этом марафоне и, тем более, трехкратно за все 28 лет его проведения!** Когда в 1997 году, немного заблудившись среди барханов, братья Ahansal перехитрили его, Андрей стал четвертым, то сильно расстроился и долго переживал по этому поводу. Победителями этого пробега, и не раз, становились и русские женщины – Валентина Ляхова и Мария Петрова. Так же для справки скажу, что американец Курт Баркли, однажды ставший 9-м на этом пробеге, написал книгу о своем участии в «Sultan Marathon des Sables» (см. Kevin Setnes, Kurt Barkley, "Across the Desert: The Marathon Des Sables") и очень гордится тем, что он лучший среди американцев, достигший такого высокого результата в этой сложнейшей в мире гонке за все годы.
- Это было лучшее время, когда-либо показанное представителем США!

В свете вышесказанного захотелось восстановить пробел в знаниях любителей марафонов, ультрамарафонов и просто искателей приключений, рассказать об Андрее Дерксене, моем ближайшем друге и замечательном человеке. Мне кажется, что его жизнь, уникальный спортивный опыт, незаурядное терпение и мужество достойны памяти и знания, они являются достаточно познавательными и интересными для этой категории людей и просто читателей Риска.



Кроме «Песчаных марафонов» Андрей был призером и победителем многих сложнейших международных ультрамарафонов. Он бежал в олимпийском 1992 году многодневный пробег, **Мадрид – Барселона** посвященный 500-летию открытия Америки Христофором Колумбом и стал вторым после многократного чемпиона и рекордсмена мира на 100 км. Константина Санталова. Трижды Дерксен становился призёром пробега **Вена – Будапешт**, пробегая ежедневно до 110 км, в течение 6 дней. **В 2001 году Андрей принял участие в 63-х дневном пробеге под громким названием «Транс Австралия», протяжённостью 4500 километров.** Это было последнее его участие в международных соревнованиях. Наверное, самое тяжёлое. Пробег широко освещался в Интернете, и мы в Барнауле, его друзья, с огромным интересом следили за всеми перипетиями борьбы в далёкой Австралии. Температура воздуха на уровне 40-45 градусов жары, ежедневные этапы бега до 100 км и выше. При этом, как потом выяснилось, очень плохая организация питания на дистанции. Ночёвки у спортсменов были организованны из рук вон плохо. Они часто спали просто на улице, кто как мог. В обеспечении водой на дистанции часто происходили перебои. Не случайно, с такой организацией, где-то на половине дистанции произошёл несчастный случай. Вот как описывает это происшествие победитель «Транс – Австралии», мастер спорта международного класса Анатолий Кругликов (он был вторым участником из России, третий участник Константин Санталов, сошёл с дистанции):
- Мы преодолели уже половину пути и должны были вскоре выбежать из пекла пустыни. Шли длинные этапы по 100 км. Давались они всем жутко тяжело. В тот день я и сам чувствовал себя прескверно. Решил не заводиться и отпустил лидера. Успел пробежать 15 км, когда ко мне подъехала машина и сказали, что этап прерывается из-за смерти одного из участников. Несчастье постигло 56-летнего австралийца Брайена Смита. Пробежав в этот день какое-то расстояние, он остановился подкормиться и сразу же упал. Вначале посчитали, что у него тепловой удар. Это уже случалось со многими участниками гонки. Причём неоднократно. Но оказалось худшее. Не выдержало сердце. А ведь Брайен был не новичок в сверхмарафонском беге. И весьма известным. В 1991 году, например, выиграл 1000-километровый пробег Мельбурн – Сидней...

Андрей стал вторым в этом тяжелейшем пробеге. Он выиграл 20 этапов из 63. Для

более успешного выступления не хватало элементарного – воды и питания по ходу этапов и нормального сна. (За Анатолием Кругликовым организаторами был закреплен персональный автомобиль с водой и т.д.). По возвращению из Австралии Дерксен прекратил участие в международных пробегах. Погрузился в работу и семейную жизнь.

А начинал он как сверхмарафонец в 1990 году. Мы познакомились после участия в шестикилометровом пробеге в честь Дня города. До этого мы не встречались. Я, конечно, знал, что в Барнауле есть такой молодой парень, хорошо бежит марафон и двадцатикилометровые дистанции, тренируется у Ивана Грязнова. Тем интересен был для меня наш первый совместный забег. После финиша Андрей подошёл ко мне и познакомился. Он узнал, что я с ребятами собираюсь на многодневку возле озера Байкал, и попросился поехать с нами.



Я не возражал. Так началась наша многолетняя дружба и сотрудничество. Участие в сверхмарафоне «Хамар – Дабан» в Бурятии и затем в наших Алтайских многодневных сверхмарафонских пробегах по Горному Алтаю (1991, 1994, 1996 гг.) определили специализацию Андрея. Выявилось, что он обладает уникальной способностью к быстрому восстановлению после сверхнагрузок. Способен каждый день подряд бежать достаточно быстро нескончаемые километры (более 100 км в день), а утром следующего дня снова и снова повторять свои удивительные результаты. Андрей сделал выбор в пользу многодневных марафонов. Я стал помогать ему в этом. Затем были международный 100 километровый пробег в Москве (1992 г.), где он был третьим с результатом 6 час. 54 мин.03 сек., многодневный пробег на Сахалине (1992 г.) – I место, и только потом международное признание и участие в самых сложных многодневных марафонах в Европе, Африке, Америке и Австралии.

Я вспоминаю об Андрее Дерксене так же еще потому, что это самый выдающийся сверхмарафонец среди моих земляков на Алтае, получивший мировое признание.

Андрей Дерксен гордость и достояние спортивного Алтая! Его победы в Марокко транслировались по Евровидению, французы сняли несколько документальных фильмов о «Песчаном марафоне», победителем которых он являлся. До сих пор, приезжая в какой-либо город на соревнования, многочисленные его друзья-соперники спрашивают, не продолжит ли Андрей свою марафонскую карьеру и им невдомек, что скоро, 20 декабря 2014 года Андрею исполняется - 50 лет! Он воспитывает двух красавиц дочерей, работает, но при этом регулярно участвует в наших клубных, городских и краевых пробегах. По инерции выигрывает некоторые соревнования от 10

км. до 65 км. Он по-прежнему любит стайерский и марафонский бег, вспоминает и ностальгирует по прошедшим дням.

По моей просьбе однажды Андрей Дерксен написал подробный очерк о своем спортивном пути, который я хочу представить Вам на обозрение.

Андрей Дерксен: «Мои бесконечные километры»

Прежде чем сесть за написание этих заметок о себе, я несколько дней пролистывал стопку своих старых спортивных дневников – 16 лет моей жизни.

А начиналось всё у меня с легкоатлетического манежа зимой 1982/1983 годов. Я тогда вообще не бегал. Но, учась в политехническом институте и живя в общежитии, которое находилось рядом с манежем, часто посещал его. Приходил смотреть все подряд легкоатлетические соревнования – чемпионаты города, края, «Буревестники», «Урожай», ну и конечно «Зону Сибири и Дальнего Востока». Манеж в то время был несколько другой, чем сейчас, полностью соответствовал своему названию – легкоатлетический. На меня, паренька из небольшой деревеньки расположенной в Кулундинских степях, чрезмерно закомплексованного, стеснительного, он производил восторженное впечатление. Сюда можно было свободно прийти и смотреть не только соревнования, но и тренировки. Всё было удобно и функционально. На самом видном месте висели рекорды манежа по всем легкоатлетическим дисциплинам. Но больше всего меня восхищали, конечно, сами спортсмены. Бегуны и тренеры создавали незабываемую атмосферу, которая притягивала к занятию бегом, я думаю, не только меня одного.

На зоне Сибири и Дальнего Востока в 1983 году победители в беге на 2000 метров показали результаты порядка 5.19 - 5.20 сек, а на 3000 метров – 8.10 – 8.12. Такой бег не мог не вызывать у меня восхищения.

Я начал бегать. Начать бегать можно в любом возрасте; и в 10 лет, и в 80. Но в 19 лет, начать заниматься бегом на средние дистанции, слишком поздно. Особенно когда хочешь добиться хорошего спортивного результата, а бог не наградил тебя выдающимся талантом. Упущено время, для правильной постановки техники, развития скоростных качеств. Техника бега - моё слабое место до сих пор. Бегу на средние дистанции, я уделил всего два года, за что благодарен моему первому тренеру Николаю Александровичу Бирюкову. Он не стал меня долго истязать средними дистанциями, и видя, что результаты практически не растут, посоветовал попробовать себя на более длинных дистанциях. Он переговорил с Иваном Грязновым, попросил его позаниматься со мной. Иван Евгеньевич согласился. Переход к Грязнову, был для меня, пожалуй, самым главным шагом для моей будущей спортивной карьеры. Остальное – логическое продолжение.

Иван Грязнов в 80-е годы – это сильнейший стайер Алтайского края. Он выступал на дистанциях от 2000 метров до марафона. Но особенно хорошо, на мой взгляд, у него получались кроссы. Когда я пришёл к нему заниматься, он уже выполнил норматив мастера спорта СССР на дистанции 5000 метров. Чрезвычайно общительный и коммуникабельный, он знал и поддерживал отношения практически со всеми легкоатлетами края, начиная от спринтеров и заканчивая десятиборцами. К нему с уважением относились и тренеры и спортсмены. Я был в восторге, что «сам Иван Евгеньевич» тренирует меня, уделяет мне время, несмотря на занятость по работе (он никогда не был освобождённым спортсменом), семьёй, да и самому нужно было тренироваться – в то время у него был пик спортивной формы. Для меня он был непререкаемым авторитетом и в спорте и в жизни. Я ему полностью доверял. Слушал каждое слово. Возможно, из-за этого и стали появляться результаты. За неполные четыре года, я не только освоил марафон, но добился неплохого результата - 2 часа 22 мин. 12 сек. (г. Белая Церковь 22 сентября 1989 года). Это на 90 % его заслуга. Это время я всегда вспоминаю с особой теплотой. Мне было всё интересно. Нравилось бегать в компании с Иваном Евгеньевичем и его учениками, выступать на соревнованиях, ездить на сборы. Меня окружали симпатичные люди. Да, впереди у меня будут поездки по всему миру, международные соревнования, но профессиональный спорт очень жесткий, порой жестокий, когда тебе не подадут

стакана воды во время теплового удара на дистанции, когда напоказ радуются твоей травме или неудаче. Поэтому мне приятно вспоминать именно это время. Марафонская тренировка, заложенная И.Е. Грязновым, послужила той базой, на которой я стал готовиться уже самостоятельно к сверхмарафонам; многодневкам, 100 км, и другим самым разнообразным пробегам. Спортсмены, бегающие сверхмарафон, в большинстве своём имеют результаты в классическом марафоне в пределах 2:15 -2:25 минут.

А дальше мне просто стало «везти»:

- Повезло, что в нашей стране стали популярными 100 км пробеги.
- Стали организовывать многодневные пробеги, в том числе у нас на Алтае.
- Открылись границы нашей Родины для спортивных поездок за рубеж.
- Судьба свела меня с Александром Богумилом.

1990 год. Первым супермарафоном для меня стал «Хамар – Дабан», на который поехала группа алтайских бегунов уже имевших опыт участия в многодневках. Это Александр Богумил, Михаил Москвин, Юрий Осокин, Анатолий Ермошин, а также Владимир Бессонов, так же как и я впервые участвовавший в подобных соревнованиях. Было интересно погрузиться в атмосферу сверхмарафона, она сильно отличалась от «марафонской». Выступления на марафонах, а объездил я всю страну от Владивостока до Калининграда, однообразны и стандартны. Программа соревнований: аэропорт – гостиница – обязательный медицинский контроль перед стартом, а это 3 – 4 часа стояния в очереди спортсменов, – сами соревнования, на которых кроме асфальта и спин соперников ничего не успеваешь рассмотреть, – снова аэропорт и домой. Сверхмарафон заставлял обсуждать каждый этап. Говорили бесконечно, взахлёб, как до старта, так и после финиша. Каждый следующий день привносил новые эмоции, радости и огорчения, давал надежду и попытку, что-то исправить, подкорректировать в суммарном зачёте.

На «Хамар – Дабане» я получил больше впечатлений, чем за предыдущие пять лет



своих выступлений. Первый этап сверхмарафона (42 км по шоссе) был одновременно первенством Бурятии по марафону. Соревнование открыли торжественно, был городской спортивный праздник, много болельщиков и участников. Я несколько «завёлся» со старта, бежал, не думая о последующих шести этапах. Было непонятно, кто же будет твоим участником на многодневке? Я выиграл легко, в одиночку

финишировав на стадионе – 2:36.18. Саша Богумил был третьим, а будущий победитель многодневки, Сергей Чеповской, он же организатор соревнований только четвёртый. Несмотря, на кажущуюся лёгкость победы, чувствовал себя неважно. Сказывалось, что «перебрали» с соревнованиями - 4 августа пробежали с Богумилом «Омский марафон», я классику за 2 часа 23 мин. где был четвёртым, Александр 20 км. за 1 час 03 мин 39 сек. был третьим. Затем поехали в Москву 11 августа ММММ, мой результат – 2:29, а 19 августа стартовал на «Хамар – Дабане». На втором этапе - 36 километров, по грунтовым дорогам, мы подбирались к перевалу через хребет «Хамар – Дабан». Я проиграл Чеповскому около 50 секунд, он очень хорошо бежал под гору, а я чувствовал накопившуюся усталость. Но, я оставался лидером по сумме двух дней. Определился мой основной соперник – Сергей. Всё на свои места расставил третий этап, длиной в 42 км, который привёл нас к вершине перевала. Была жара, темп бега поначалу был достаточно высокий, я бежал с Сергеем Чеповским. Трасса изобиловала многими спусками и подъёмами. Километров пять до финиша мне стало плохо –

получил тепловой удар, пошёл пешком с трудом понимая, что происходит вокруг. Спасибо Саше Богумилу, который финишировав, вернулся ко мне на велосипеде, чтобы подпоить и поддержать меня. Запомнилось удивление Александра, который, дав мне фляжку с водой, рассчитывал, что я, сделав несколько глотков, побегу к финишу – осталось то метров 800. Я же пока не выпил полностью всю воду, не двинулся с места. В итоге я финишировал только 12 – м., проиграв 20 минут Чеповскому, который стал лидером в общем зачёте. Последующие этапы расстановку в лидирующей группе не изменили. На тот момент соотношения сил у меня и Сергея Чеповского были приблизительно одинаковы и выигранные им или мной 30 – 60 секунд на последующих этапах ни чего не решали. Пятый день был сложным. Он состоял из двух этапов – утром 42 км вдоль берега Байкала, по федеральной трассе на Владивосток, где я отыграл у Сергея 40 секунд, и вечером – 18 км, от этой трассы в сторону Гусиноозёрска. Здесь уже Сергей отыграл у меня 30 секунд. Шестой этап – 24 км с финишем в Гусиноозёрске для меня уже ничего не решал, уж очень короткий, чтобы отыграть 10 минут. В итоге, команда из Барнаула (А. Богумил, М. Москвин, А. Дерксен) заняла первое место. В личном зачёте места распределились следующим образом:

1. Сергей Чеповской - Бурятия, г. Гусиноозёрск
2. Андрей Дерксен - Алтай, г. Барнаул
3. Александр Богумил – Алтай, г. Барнаул

Несмотря на огромную усталость, радости моей не было границ. Во-первых; преодолел такой сложный сверхмарафон. Преодолел достойно, не в чем себя упрекнуть. Рядом были друзья и радость общей победы. Во-вторых; получил свой первый гонорар за спортивное достижение 1500 рублей. По тем временам это была моя зарплата за 10 месяцев!

Я вернулся с этой многодневки окрылённый. Появились новые перспективы и горизонты.

1991 год. Год 100 км пробега в Кусково и многодневного сверхмарафона по Горному Алтаю.

Это был год первых успехов на международном уровне. Что бы попасть на международные соревнования, о которых я мечтал в то время, необходимо было очень сильно выступить на Российских соревнованиях или другом известном сверхмарафоне в компании сильных марафонцев. Такими соревнованиями стала «Кусковская сотка» в Москве. Конкуренция была очень высокой. Это был международный пробег, было много известных сверхмарафонцев, всего же стартовало 168 участников. С Алтая нас приехало четверо: Александр Богумил, Михаил Москвин, Юрий Чуликов и Я. Все мы впервые стартовали на такой длинной дистанции.

Рассказывая о своих выступлениях в сверхмарафонах, я не могу не упомянуть об Александре Богумиле. Наше знакомство состоялось благодаря сверхмарафону. Я очень хотел принять участие в сверхмарафоне. Понимал, что это очень тяжёлая затея, и без поддержки мне будет тяжело. Узнал, что группа ребят собираются в Бурятию, на «Хамар – Дабан». Вдохновителем этой поездки был А. Богумил. После одного из городских пробегов подошел и познакомился с Сашей, попросившись в компанию на сверхмарафон.

Такие серьёзные испытания как сверхмарафон, сильно сближают людей, за короткий срок дают понять – что собой представляет тот или иной человек. И если уж возникает дружба, то всерьёз и надолго. Первое время знакомство с Александром больше походило на опеку и поддержку с его стороны, чем на дружбу. Выступления в спорте на высоком уровне предполагают колоссальное терпение к сверхнагрузкам, устойчивой психики, хладнокровия и уверенности в себе. На первых порах мне этого не доставало. К тому же очень сложно было сделать прогноз на новом для меня поприще:

- Будет толк из меня в сверхмарафоне или нет?

Очень много марафонцев пробуют себя в этом деле, но не у всех получается.

Александр не просто говорил:

- Андрей, у тебя всё получится, будут результаты.

Он внушил мне уверенность в это. Смог заставить меня поверить в свои силы, и на всём

протяжении моих выступлений в сверхмарафонах поддерживал меня, а порой играл решающую роль в ключевых для меня событиях. Интересна одна деталь перед нашим выступлением на 100 км в Кусково. За день до старта мы с Сашей подошли к телефону автомату, и он позвонил своему хорошему знакомому, известному журналисту газеты «Советский спорт» Наилу Байрамгалину. Как бы между прочим он сказал ему, что бы я это слышал:

- Привёз интересного парня, Андрея Дерксена, он завтра пробежит 100 км из семи часов. Я был изумлён. Ведь я планировал для себя результат, в лучшем случае - 7:20. Перед ответственными соревнованиями я обычно ночью не спал. В эту ночь с помощью Сашиных психотерапевтических и медицинских средств, я спал как убитый. Результат не замедлил сказаться – не только выбежал из семи часов (6 часов 54 мин.10 секунд), но и занял III место! Вот такая косвенная психотерапия.

Не обошлось, правда, без ложки дёгтя. Счётчики на финише не разглядели меня в группе бегунов и не засчитали один круг. Я из-за своей закомплексованности постеснялся даже подойти к организаторам, а лишь обиделся на них. А Александр, финишировав, сам еле стоял на ногах (он бежал больным и 100 км. перенёс очень тяжело, время 8 часов 17 минут), пошёл разбираться с судьями и добился справедливости.

В 1991 году, с подачи Александра Андреевича, я стал «освобожденным» спортсменом, то есть профессионалом. Он устроил меня на работу ...«спортсменом».

Я смог в течение двух лет спокойно тренироваться, выезжать на соревнования, сборы, не заботясь о «хлебе насущном». Это позволило мне серьёзно готовиться к предстоящим стартам. Мне приходилось пробегать в зимний период до 1000 км в месяц! Ежедневный километраж иногда достигал 100 км. Для таких нагрузок необходима высочайшая концентрация на тренировочный процесс, где важны любые мелочи. Я тщательно следил за питанием, старался выходить на улицу только по большой необходимости – купить продукты, следил за здоровьем, ведь организм крайне не защищён, иммунитет ослаблен, почти как у больных СПИДом. Поэтому возможность заниматься только спортом позволило мне накопить базу для будущих побед.

Александр Богумил, организовавший четыре многодневных сверхмарафона по Горному Алтаю, сам бежавший в двух из них, был участником нескольких многих крупных многодневок в СССР – «Хамар-Дабан – 90», «Памир -91», «Сахалин-92». О многодневках знает практически всё, как никто другой разбирается во всех тонкостях и нюансах. Тем ценнее были для меня его советы – не просто хорошо относящегося к тебе товарища, готового тебя поддержать, - а профессионала, чувствующего, понимающего и любящего это дело. В 2000 годах он, кстати, подготовил очень хорошую марафонку - Марину Пилявину победительницу Мадридского марафона и других международных соревнований. Её лучший результат 2 часа 37 минут.

Многодневка 1991 года по Горному Алтаю по составу участников была, пожалуй, самой сильной из всех четырёх проведённых А.

Богумилом.



На Алтай приехали сверхмарафонцы: из Украины – чемпион кубка Европы в суточном беге Валерий Христинок и Виктор Добрянский, победитель крупного сверхмарафона в США. Из Екатеринбурга - будущий рекордсмен мира в 12 – часовом беге в закрытом помещении Леонид Крупский и сильный марафонец Павел Нартов. Из Якутска – Михаил Еремисов известный суточник, мастер спорта международного класса. Из Барнаула и Республики Алтай – Михаил Москвин и Юрий Чуликов, и другие мало известные, но сильные и мужественные бегуны из Курска, Перми, Красноярска, Омска, Междуреченска. За 9 дней предстояло преодолеть 400 км. Этапы протяженностью от 40 до 48 км, разнообразные по рельефу, покрытию и необычайно живописные – «классическая многодневка!»

Борьба шла с первого этапа и до последнего – очень интересная, захватывающая, нервная. Все ребята были настроены на борьбу. Простых и лёгких этапов, где можно было бы бежать в полсилы, в комфортном для себя режиме не было вообще.

На каждом этапе находился свой лидер, выглядевший наиболее свежим, который и задавал тон всей гонки. Напряжение и интрига сохранялись до последнего дня, т.к. этапы были сложные, длинные, то даже на одном, последнем этапе можно было проиграть те немногие драгоценные минуты, кровью отыгранные на предыдущих этапах. Мне было сложно и ещё и потому, что перед многодневкой я выступил в Москве на МММ и сразу в горы, бежать сверхмарафон. Сказывалась остаточная усталость. На фоне усталости простыл, температура последние два дня по ночам поднималась до 39 градусов. Мне пришлось мобилизовать себя полностью и даже больше. Но чем сложнее многодневка, тяжелее трасса, сильнее соперники, тем приятнее победа – моя первая победа на многодневных соревнованиях.

Я иногда смотрю фильм, где сняты кадры моего финиша. Я упал и лежу. Саша Богумил и Лёня Крупский пытаются поднять меня, помочь, но я твержу:

- Ничего не надо, ничего не надо.

Наша команда «СПЛАВ» в составе Андрея Дерксена, Михаила Москвина, Юрия Чуликова, выиграла первое место. Вторая была команда «Свежий ветер» из Екатеринбурга, она уступила нам более восьми часов. Третьими стала сборная Украины и Алтая. Алтай представлял Юрий Осокин, а Украину Валерий Христинок и Виктор Добрянский.



Я был очень рад победе, тем более от меня, её ждали друзья, организаторы и спонсоры, что было конечно дополнительной нагрузкой для меня на протяжении всех соревнований.

1992 год. Год сверхмарафона «Сахалин – 92» и сверхмарафона «Барселона - Мадрид»

На международный супермарафон «Сахалин – 92» - число участников было ограничено (специфика сверхмарафона) и меня не хотели брать. Александр Богумил, пользуясь авторитетом и личным знакомством с директором этого пробега Сергеем Краснобаевым, уговорил организаторов включить меня в состав участников, да и сам поехал поддержать меня. Победа на «Сахалине – 92» позволяла попасть на многодневку посвящённую Олимпиаде в Мадриде – «Барселона - Мадрид », а второе место - на 100 км, в городе Сантадере (Испания). Константин Санталов не участвовал в отборе, т.к. имел персональное приглашение от организаторов как чемпион и рекордсмен мира в беге на 100 километров.

Участники многодневки – сильнейшие сверхмарафонцы России на тот момент. Это Н. Громов, А. Кононов, Н. Сафин, В. Губарь, Николай Аринушкин (победитель сверхмарафона на Памире) и другие. Бегуны из Франции и США были не очень сильные, но невероятно симпатичные и дружелюбные. Они придавали особую атмосферу соревнованиям. 12 этапов протяженностью от сорока до сорока трех километров были трудными из-за плохого покрытия дорог, интенсивного движения транспорта, большой влажности и пыли - растворённой в этой влажности. Ну и конечно, основная трудность – соперники, амбициозные и решительные, настроенные только на победу. По накалу борьбы гонка была потрясающей. С 1-го по 6-й этап тон задавал Николай Громов. Я хоть и был в общем зачёте на втором месте, проигрывая 6 минут, но не выиграл у него не одной секунды. Было впечатление, что его невозможно победить. Лишь у Александра Богумила не было сомнений в персоне победителя. Он был уверен, что я выиграю, и не допускал ни тени сомнения в этом. Меня порой это даже немного раздражало:

– Саша, я ничего не могу с ним сделать.

Многодневка продолжительна по времени и здесь, помимо хорошей спортивной формы, способности к быстрому восстановлению, важно грамотно распределить свои силы на все соревнования, а не выхлестнуться на одном из этапов. Важно справиться со своими нервами, чётко представлять свои действия, поведение соперников и выполнять намеченный план. Долгими вечерами, после финиша каждого этапа, мы с А. Богумилом

лёжа в палатке, бесконечно обсуждали перипетии борьбы дня минувшего и строили планы на день будущий. После очередного проигранного Н. Громову этапа я очень расстроился, настроение было близкое к паническому. Мы с А. Богумилом пошли прогуляться на берег Тихого океана.



Волны омывали наши ноги. Прохладный морской ветер играл с волнами. Мы не спеша, бродили и много говорили. Александр убеждал меня, что многодневка начинается после 4-го – 5-го дня бега, и нет ничего страшного в шести минутах отставания. - Надо уметь ждать. Соперник при таком быстром начале обязательно провалится и здесь надо создать отрыв. Пусть потом он отыгрывается. Он будет пытаться уйти, стараясь вырвать несколько секунд на финише, при этом, забывая, что интенсивный бег в конце марафонской дистанции значительно усугубляет его шансы на последующих этапах. Надо просто контролировать ситуацию и «стрелять» когда возникает возможность».

На шестом этапе ситуация изменилась. Алексей Кононов решил активизироваться и взял лидерство на себя. В течение трёх этапов Кононов предложил такой высокий темп бега, что мне достаточно было продержаться за ним, а у Громова просто не хватало сил удержаться за нами. В итоге А. Кононов «вытащил» меня на первое место, а сам же заслуженно поднялся на второе место. Перед последним этапом, у меня был отрыв от А. Кононова более 15 минут, и я спокойно прошёл с ним несколько километров, а на последней трети дистанции он вообще перестал бороться и я с большим отрывом (несколько минут) финишировал первым. Николай Громов сохранил третье место. Мы с Сашей были просто счастливы! Сбылась наша мечта! На традиционном банкете Сергей Краснобаев сказал много тёплых слов, при этом отметил следующее:

- **«Когда Саша Богумил позвонил мне в Москву и попросил взять на пробег Андрея Дерксена он говорил, что Андрей выигрывает этот сверхмарафон. Я, конечно, не поверил ему, ведь Дерксен совсем не известен, а я собрал на Сахалине самых сильных российских сверхмарафонцев, имеющих огромный международный опыт, победителей крупнейших соревнований. Тем приятнее неожиданная, но заслуженная победа Андрея. В лице Дерксена мы получили нового, интересного, самобытного и одарённого сверхмарафонца. Поздравляю его!»**

Эти тёплые слова я запомнил на всю жизнь!

Так начался следующий этап моей жизни. Я отобрался на многодневку в Испании

«Барселона - Мадрид», посвящённую 500-летию открытия Америки Колумбом и приуроченную окончанию Олимпиады – 92.

Огромную роль в моём «международном» становлении сыграл Сергей Краснобаев. Я познакомился с ним, как вы уже поняли на сверхмарафоне «Сахалин – 92». Сергей организатор и вдохновитель таких, например, международных проектов, как Сверхмарафоны «Памир – 91», Сахалин – 92, «Алтай – 95» (совместно с А. Богумилом), 100 км пробег «Кусково» и др. Очень много сделал Сергей для популяризации ультрамарафона в СССР, позднее в России и на постсоветском пространстве. Как менеджер он организовывал поездки на международные соревнования для несметного количества наших бегунов (трудности перестроечного времени и отношение к россиянам ещё живы в нашей памяти). Сергей Краснобаев помог реализоваться многим спортсменам. Комсомольский вожак, неисправимый романтик, он у меня ассоциируется с вечерними посиделками у костра, с гитарой в руках. Он отлично пел и играл на гитаре. Его песни любили слушать не только мы – русскоязычные, но и французы. Они охотно и с удовольствием подпевали ему: - Милая моя, солнышко лесное..., - после очередного трудного этапа, который он преодолевал вместе с участниками. Спортсмены, которых он вывозил во Францию на старты, между собой называли его самым бегающим менеджером Франции, работающего с бегунами. Организуя поездки бегунам, он сам всегда участвовал в пробегах. В моей спортивной карьере основные международные старты – многодневки связаны с Сергеем Краснобаевым. Мне хотелось бы поблагодарить Сергея за твёрдую позицию при определении участников поездки на многодневку «Барселона – Мадрид» в 1992 году.

Позже, вспоминая вместе с ним Сахалин – 92, Сергей признался, что было очень много просьб, давления со всех сторон: тренеры и спортсмены «с именем», уговаривали взять того или иного спортсмена вместо никому неизвестного алтайского бегуна.

В Испании собрались все сильнейшие сверхмарафонцы мира на тот момент:

- Константин Санталов (Россия) – трёхкратный чемпион мира на 100 км, двукратный рекордсмен мира на этой же дистанции (6 час.15 мин.37 сек).
- Езус Корредор (Испания) – чемпион Испании в беге на 100 км (6 час.39 мин.)
- Дон Ричи (Испания) – легендарный «Железный Дон». В 1992 году ему было 46 лет, а он ещё выбегал из семи часов 100 км. А в своё время он имел результат 6 час.03 мин.
- Чемпионы Англии, Франции и Японии в беге на 100 км.

Взглянув на программу соревнований ещё в России, у меня возникло сомнение, смогу ли вообще преодолеть её. А этапы были вот такие:

1. 93 км
2. 73 км.
3. 62 км.
4. 80 км.
5. 39 км (горный этап)
6. 112 км.
7. 71 км.
8. 39 км.

Первые два этапа тон гонке задавал испанец Е. Корредор, лишь Константин Санталов смог выдержать темп им предложенный. Они разыгрывали финиш между собой. Я же за эти этапы проигрывал лидерам 15 минут. Оказалось, что на этих двух этапах и решилась судьба победителя. На третий этапа Е. Корредор просто не вышел – у него воспалилась надкостница обеих голени, ноги опухли, и он вообще не мог бежать. Оставшиеся этапы мы с Константином бежали вместе, контролируя своих преследователей, главной задачей теперь было не получить травму. Я был счастлив – за шесть этапов я не проиграл самому Санталову ни секунды, а на одном из этапов даже отыграл 1 мин. 30 сек. А дело было так. На гонке призы были как в общем зачёте, так и для первых двоих, на каждом из этапов. Причём на горном этапе и на самом длинном – денежная сумма была двойной. На этапе в 112 километров, за два км до финиша нас с Константином догнал англичанин А. Смит. Константин, чувствуя, что у

самого уже нет сил бороться, «заставил» меня отработать последние два километра: – Не отдавать же деньги соперникам? Так закончилась эта гонка. Победителем стал Константин Санталов, я занял второе место, третьим был А. Смит – чемпион Англии в беге на 100 километров.

1993 год. Год неудач.

Сошёл на 100 километров в Кусково, в Испании в Сантандере на 100 км набежал 7 час. 20 мин., а в Мадриде 7 час. 09 мин. Был естественный спад после тяжелейших соревнований 1992 года.

1994 год. Моя первая поездка в Марокко на «Песчаный марафон». **«Marathon de Sables» - большой кусок в моей спортивной жизни.**

Я был в Марокко пять раз. Были несомненные удачи – мне посчастливилось трижды выиграть эту сложнейшую многодневку. Были и разочарования – я лет пять не мог смотреть видеоматериал о MdS и вообще вспоминать о нём. Но, обо всём по порядку. Весной 1983 года в Марокко прилетела группа бегунов из Франции во главе с Патриком Бауэром. За шесть дней они преодолели бегом 210 км по безжизненным местам. Ни населённых пунктов, ни источников воды – всё необходимое: продукты, медикаменты, спальные мешки и воду они несли с собой. Вот так родился MdS, сделавший его организатора Патрика Бауэра миллионером. В 1989 году – это уже марафон с более шестисот участниками, которые летят из Парижа четырьмя Боингами с интервалами в полчаса в Касабланку. Участники платят 2500\$ за своё участие в этом весьма экстремальном мероприятии. У трапа самолёта в Касабланке всех встречает RACE DIRECTOR – Патрик Бауэр, пожимает руку каждому участнику предстоящих соревнований, обменивается парой – тройкой приветственных фраз. Затем вереница автобусов отвозит участников к месту старта, в огромный лагерь. По окружности, натянуты тены из мешковины, человек на 10. Тены защищают от солнечных лучей. Температура воздуха в апреле +35, +40 гр. по Цельсию. Организаторы, обслуживающий персонал журналисты, телевизионщики живут в соседнем лагере – у них удобные палатки, отличные средства связи со всем миром. А для участников всего лишь вышеуказанная накидка от солнца и 9 литров воды в сутки.



На следующий день отведен для организационных вопросов. Участникам разрешается взять с собой на соревнования лишь необходимые вещи – продукты питания, спальный мешок, сигнальные ракеты, медицинскую аптечку, солнце отражающую накидку, компас. Остальные личные вещи сдаются в «камеру хранения» и возвращаются по окончании соревнований. Рюкзак

должен быть весом не менее пяти килограмм и не более двадцати. В реальной жизни это процедура происходила примерно так: обычные участники, не претендующие на победу, набирают вдоволь еды и теплой одежды (по ночам там невероятно холодно) им не нужно быстро бежать и они придерживаются олимпийского принципа – главное не победа, а участие. И с рюкзаком в 15 – 18 кг. пешком – бегом преодолевают

предложенные этапы, натирая себе в мыслимых и немыслимых местах чудовищные мозоли и потертости, благо медобслуживание на многодневке на высоком уровне. Обрабатывают, перевязывают, делают компрессы, ванночки для ног. Все это делается в передвижном палаточном госпитале на финише каждого этапа. Участникам рассчитывающим на успех, даже с рюкзаком в 5 кг. Сложно преодолеть многодневку в высоком темпе. Лидеры по комплекции как правило субтильные, весом 55 – 60 кг. Поэтому после взвешивания рюкзака они избавляются от балласта – у меня это были 3 банки сгущенки и булка хлеба (чтобы рюкзак дотянул до 5 кг.) В итоге на старте первого этапа мой рюкзак весил около 3-х килограмм. Вещи нужно грамотно разместить в рюкзаке чтобы не смещался центр тяжести (ломается техника бега) и чтобы не было потертостей и мозолей. Насколько силен соперник, если я с ним не был знаком ранее, я определял еще до старта по объему и весу его рюкзака – чей меньше, тем сильнее спортсмен. Минус легкого рюкзака – это невыносимое чувство голода все 6 дней соревнований, а по утрам жуткий холод так как самодельный спальник на синтепоне весом всего 250 грамм не сожжет согреть тебя холодной ночью. Мое ежедневное меню: утром – сникерс 50 гр.; днем – лапша в пакетике 60 гр., жменя орехов 60 гр. Сухарь 60 гр.; вечер – лапша в пакетике 60 гр. Сникерс. На следующий день после приезда – старт. Дорог нет вообще. Это безжизненные места. Треть дистанции каменистое плато. Другая треть – скалистые горы, без растительности и очень острыми, режущими камнями. Всё остальное – зыбучие пески. Горы песка, высотой с пятиэтажный дом. Организаторы стараются по возможности маркировать трассу. Перед стартом каждого дня уточняют детали. Ориентироваться практически не нужно, вдоль трассы едут около сорока джипов, с десятков грузовиков, летают пара лёгких вертолетов, поэтому заблудиться проблематично. Через каждые 10 км контрольные питательные пункты, где отмечают прохождение этапов участниками и дают 1.5 литра воды. Общий старт только в первый день. Затем всех участников делят на группы и запускают их с интервалом в 30 минут, начиная со слабейших. Зрителей нет вообще. Их роль выполняют сами участники. Лидеры стартуют последними, по ходу обгоняют всех участников, которые поддерживают и болеют за них. Этапы протяженностью от 21 км до 80 км. Я понимаю, как трудно менеджерам выбрать бегуна для такой гонки. Спартанские условия: спать на песке в спальнике, впроголодь питаться и не мыться шесть дней, быть подготовленным к бегу от 20 до 80 км, да ещё в таких условиях: t - +30, + 45, с рюкзаком за спиной. А что такое песчаная буря я расскажу позднее.

Сюда приезжают марафонцы с результатом 2:15 и соточники с 6:30.

Профессиональных спортсменов немного 20 – 30 человек, но конкуренция очень высока. Но сами по себе высокие результаты в марафоне и на 100 км. решающего преимущества в такой многодневке не дают. Здесь очень важно способность организма



быстро восстанавливаться к следующему этапу и волевые качества помогающие стойко переносить холод, голод, песчаные бури и другие экзотические напасти пустыни Сахара.

Денежный приз на финише этого сверхмарафона равен стоимости однокомнатной квартиры в городе Барнауле (в 1994 году). После финиша шестого этапа, участники размещаются в шикарном отеле с кондиционером в номерах,

бассейном во внутреннем дворике, отличным рестораном со шведским столом. А вечером роскошный банкет с экзотическими песнями и танцами Востока, при свечах и

чириканы разноголосых африканских пташек. Подведение итогов, награждение. На следующее утро – аэропорт – самолёт – Париж. Так выглядит MdS как бы со стороны. А как же складывался он для меня в отдельно взятой гонке?

1993 год – Я не попадаю на MdS.

Менеджеры решили отправить в Марокко меня и саратовских бегунов Алексея



Кононова и Марию Петрову. Оформили визы, купили билеты. За день до вылета я приехал к Сергею Краснобаеву, взял документы и билеты на самолёт на себя и ребят. В день вылета приезжаю в аэропорт за два часа до вылета. Жду ребят – их нет за 1.5 часа, за 1 час, за 40 мин. Приехали они за 30 минут, когда посадка на самолёт уже закончилась. Будь я опытнее и увереннее в себе – надо было лететь в Марокко одному, ни на

кого не глядя. Далее, возвращаемся к менеджеру – что делать? Он обзванивает агентства – не получается отправить нас другими рейсами. Я возвращаюсь в Барнаул, а ребята в гостиницу отдохнуть. И надо же – появилась возможность улететь в Рабад, мне позвонили в Барнаул, но я уже не успевал на этот рейс. Полетели А. Кононов и М. Петрова.

В итоге - А.Кононов – второй, М. Петрова – первая.



1994 год. Основной претендент на первое место Езус Корредор – чемпион Испании в беге на 100 км. Кроме него были очень сильные марафонцы из Франции, Италии, Японии и Англии. Они даже выигрывали отдельные, короткие этапы, но этап в 80 километров расставил всё на свои места. В этот день разразилась обычная для Сахары, но не для нас, песчаная буря – видимость ноль и главное совсем невозможно дышать тем более при беге. Натягиваешь респиратор и с таким усилием делаешь каждый вдох – поймет только тот кто занимается шлифовкой бетонных полов на стройке. Корредор пытался оторваться от меня на протяжении всей дистанции, но в таких жутких условиях бежать за чьей-то спиной гораздо легче чем первому. Это во-

первых, а во-вторых из-за бури организаторы скорректировали регламент и пустили машину сопровождения с лидерами гонки. Моя цель - держаться за Корредором и

других вариантов просто не было – иначе отстал бы и возможно заблудился и потерялся как невезучий и неугомонный итальянец Мауро Проспери. Организаторы каждый день перед стартом собирают всех участников вместе и дают вводную на трех языках; немецком, французском и английском – отмечая особенности этапа и погоды. Даже я, не владеющий ни одним из перечисленных языков, знал, что при песчаной буре нужно как в ДТП – остановиться и ни в коем случае не уходить с трассы. А Мауро в этот день отклонился от трассы, своим ходом, изможденный, обессиленный, пьющий свою мочу, от безнадёги пытавшийся вскрыть вены на руках, он 9 дней добирался до Алжирской границы, где и наткнулся на людей и пограничников. **Рекомендую обязательно посмотреть замечательный фильм** (История выживания итальянского полицейского Мауро Проспери (Mauro Prosperi), который потерялся в песчаный шторм во время 9-го Песчаного марафона (9th Marathon des Sables) 1994 г. Фильм снят в 2004 году во время 19 го Песчаного марафона).

Мы Е. Корредором финишировали этот этап вместе, последние километры старались бежать вместе, чтобы не заблудиться. На коротких этапах мы, как правило, бежали вместе, но на финише мне удавалось оторваться и выиграть 30 – 50 секунд. В итоге моё первое место с минимальным преимуществом – около 3-х минут. Для такой многодневки – это крайне мало. Кроме меня, абсолютным победителем у женщин стала россиянка Валентина Ляхова.

1995 -1996 годы. На этих пробегах главными моими конкурентами были Французы П. Коста и Мишель Жоли. Они очень хорошие марафонцы. Терзали меня на всех этапах, кроме самого длинного. На нем, я смог сделать хороший отрыв минут 10 - 12 и оставшуюся часть многодневки чувствовал себя комфортно – просто добежал, удерживая преимущество.

1997 год. Разочарование.

12- Песчаный марафон запомнился сильным ливнем который застал нас на перевале в горах. Приходилось бежать напрямую по ручьям. Минус такой экзотики для пустыни Сахара - это натертые мозоли на ногах.



До 70-го километра четвёртого дня соревнований, для меня всё складывалось нормально. Мои преследователи марокканцы, родные братья Ahansal. Один проигрывал мне 5 минут, другой 17 – 18 минут. 70 километр, самого длинного 80 км этапа – питательный пункт. Мы вместе – я и два брата. Берём по бутылке воды и уходим на последние 10 км. Я чувствую себя очень хорошо. Про себя думаю, что вообще не дам им от себя оторваться, ни на секунду – чувствую в себе силы. Они меня переиграли как в шахматах. Пожертвовали ладью, а выиграли ферзя. Старший брат пожертвовал своим вторым местом (он стал пятым), ради первого места младшего брата. Впереди по маршруту была невысокая гора, которую нужно было обежать либо слева, либо справа

– на выбор. Братья, хорошо владевшие как французским и естественно арабским, ещё до старта знали о наиболее коротком маршруте, организаторы это сами пытались объяснить. Братья, понимая, что я не владею ситуацией, решили меня перехитрить. И вот старший брат, который проигрывает мне всего пять минут, бежит после пункта питания правее, а младший левее. Как угнаться за двумя зайцами? Жара + 40. У меня мозги плавятся. Очень тяжело. Я естественно бегу за старшим, у него меньший отрыв от меня. И он же марокканец, должен всё знать о маршруте движения. В итоге мы накручиваем лишние 7 – 8 километров и прибегаем вместе, но только седьмым и восьмым. А выиграл этап и перешёл на первое место младший брат Ahansal. До этого он был на третьем месте. Следующий этап 42 км я хоть и выиграл (1 минуту), ни чего уже не решал, уж очень большой был отрыв. Я только смог перейти со своего шестого места на четвёртое. Но это уже поражение.

1998 год. В марте – апреле этого года была невероятная жара. Температура воздуха + 40, + 45. Я не смог в этот раз приспособиться к этой жаре. Сошёл на третьем этапе. Победил теперь старший брат Ahansal



Началась эра братьев Ahansal. Они с тех пор, по очереди, многократно становились победителями «Marathon de Sables».

1995 год – участие в многодневке Вена - Будапешт.

Очень трудная и сама дистанция (этапы 60 – 120 км.) и соперничество. За автомобиль приезжали сражаться все сильнейшие сверхмарафонцы мира.

Хороший асфальт, температура воздуха в октябре от +12 до +18 по Цельсию, способствуют очень высоким результатам. Во время моих выступлений, а бежал я этот пробег пять раз, здесь регулярно принимали участие:

- Янош Богар – чемпион Венгрии в беге на 100 километров, шестикратный победитель пробега Вена – Будапешт.
- Константин Санталов – трёхкратный чемпион мира в беге на 100 километров, рекордсмен мира на этой дистанции.
- Янис Курос – чемпион Мира и Европы, рекордсмен мира в суточном беге – 304 километра. «Железный грек».
- Анатолий Кругликов – неоднократный чемпион Мира в суточном беге, победитель многодневки «TRANS AUSTRALIA FOOD RACE» 2001 года.
- А. Масарыгин – участник чемпионатов мира на 100 километров (результат 6 час. 20 мин)
- А. Кононов – трижды выигрывал 100 километров в Фаянсе и трижды в Сантандере
- А. Атилла – неоднократный победитель многодневок Бекесчаты – Арад – Бекесчаты.
- Михай Молнар – чемпион Венгрии в беге на 100 километров.

Лучший мой результат на этой многодневке – дважды второй. В 1995 году проиграл Я. Богару, а в 1999 году – К. Санталову. Многодневка Вена – Будапешт не собирает много участников – уж очень она сложна, максимум 25 человек. Организаторы, для зрелищности, параллельно проводят командную многодневку, где те же самые этапы, бегут поочередно пять бегунов, сменяя друг друга в указанных местах. Число таких участников обычно 400 – 500 человек.

2001 ГОД. УЧАСТИЕ В МНОГОДНЕВКЕ «TRANS AUSTRALIA FOOD RACE»

На эту многодневку я поехал по инициативе и при финансовой поддержке Константина Санталова. Для Кости участие в этом соревновании было скорее развлечением – прощанием с большим спортом. После годичного перерыва, когда он вообще не бегал, ему сложно было за один месяц, бегая по заснеженной Москве, набрать форму. Костя сошёл после первого этапа и десять дней, до своего отъезда в Москву, сопровождал меня по дистанции. Это великий бегун.



Последним его стартом, была победа на многодневке Вена – Будапешт 1999 года. Этот пробег ему долго не удавалось выиграть. Он выиграл очень красиво и заслуженно. Победил в борьбе у шестикратного победителя этого пробега Я. Богара, у А. Атиллы, М. Молнара и у меня (я был вторым). Константин замечательный человек. Очень открытый, доброжелательный и надёжный. Блестяще эрудированный, фантастически одарённый физически, классный спортсмен. Выступая на высочайшем уровне, Костя всегда успевал помогать друзьям, знакомым спортсменам, которых у него предостаточно. Он организовывал поездки на международные соревнования, во Франции создал спортивный клуб – «Санталов», за который выступали российские и украинские бегуны. Бегунов, закончивших выступления, он старался трудоустроить. После «кончины» Кусковской сотки, реанимировал эти соревнования в Черногловке. Константин принимал активное участие в формировании сборных команд России для участия в чемпионатах мира в

сверхмарафонах. Я был свидетелем установления Константином Санталовым рекорда мира на 100 километров – 6 час. 15 мин. Фантастика!

Я очень рад, что мне довелось неоднократно участвовать с К. Санталовым в многодневках, а иногда и тренироваться вместе на сборах. Он очень много мне помогал. Константина я вспоминаю с теплотой и глубокой признательностью. Эта труднейшая многодневка в Австралии, стала последней в моей спортивной карьере. За 63 дня мы преодолели 4500 километров от г. Перт, на западном побережье Австралии, до г. Канберра на востоке. Трасса пролегла вдоль южного побережья. Температура воздуха, порой, достигала 45 – 46 градусов тепла, в тени. Приходилось стартовать в четыре утра, чтобы 2 – 3 часа бежать без палящего солнца. А рядом кенгуру, страусы, ящерицы, вараны и попугаи, которых в Австралии как у нас ворон. 63 потрясающих, незабываемых рассветов. В четыре утра ещё совершенно темно. Затем начинает светать, краснеет горизонт, первые лучи – бьют тебе прямо в глаза, ведь мы бежали в основном с Запада на Восток. И вот начинает палить солнце. Тени нет никакой, лишь бесконечная дорога, ровная как стрела и жара, жара, жара... На этой многодневке борьбы не было, в чём, на мой взгляд, вина только организаторов. Участники таких соревнований должны находиться в равных условиях, либо все в отеле, либо, как в Марокко, под накидкой на песке. А когда одни участники после финиша заселяются в мотель с кондиционером, а другие спят в буше (австралийский лес), вместе с бесцеремонными ящерицами и отвратительными москитами, то нет настроения на борьбу, а о силах после такого отдыха вообще можно не говорить. В итоге:
I место – Анатолий Кругликов (Россия)
II место – Андрей Дерксен (Россия)
III место – Михай Молнар (Венгрия)

ЭПИЛОГ

Закончилась моя спортивная карьера. После таких сложных многодневных соревнований, чудовищных перегрузок и груза психологического давления, долгое время не было желания бегать вообще. Но время идёт, всё меняется. Меняемся и мы. Оказывается, существует ветеранский спорт. Когда я серьёзно занимался бегом, он для меня не существовал. Будучи теперь уже ветераном, бегая иногда, по пять минут на километр, получаю от бега не меньше удовольствия, чем в молодые годы от побед. Есть свои плюсы. Никто не ждёт от тебя результатов, нет необходимости в сверхнагрузках, нет подавленности и разочарования при неудовлетворительных результатах. И тот же Новосибирский полумарафон доставляет мне столько же радости и удовольствия, от самого бега, общения с бегунами, сколько, например, 100 километровый пробег в Мадриде.

