

ОКСАНА ХВОСТЕНКО

Наша биатлонистка — о хорошем сне, вязании, и почему пропустит церемонию открытия Игр



«НЕ ПОЙДУ НА ОТКРЫТИЕ ОЛИМПИАДЫ»

ЛЮБОМИР ЛУКАНИК

— Оксана, вы тяжело перенесли вакцинацию против гриппа, как сейчас здоровье?

— Вроде бы в норме. Главное, чтобы старты прошли без срывов и все проблемы не возвратились обратно. В первые дни после переезда занимались лыжной подготовкой, а с 5 февраля работаем уже на олимпийской трассе.

— Первые впечатления от Ванкувера?

— В олимпийскую деревню заселились 4 февраля, в день ее открытия. До этого команда снимала дом, жили одной большой семьей, сами готовили. А в выходной день наш президент (глава ФБУ Владимир Брынзак. — Авт.) организовал экскурсию в Ванкувер. Город очень понравился: много украинцев, народ приветливый и доброжелательный. Что касается олимпийской трассы, то она мне понравилась (рельеф, подъемы) еще в прошлом году, когда мы выступали здесь на Кубке мира.

— Что с собой взяли на Игры?

— Только самое необходимое, лишнее отправляли домой из Италии, где были на последних сборах. Но книги и вязание везде вожу с собой обязательно.

— Как проходит акклиматизация?

— В первые три ночи была бессонница, а днем затем очень хотелось спать. Но потом пере-

строилась. Так что уже все нормально.

— Довольны своей подготовкой?

— Все прошло как планировали, без срывов. Чувствую себя неплохо. Главное теперь, что все здоровы.

— Как спится, не снятся ли еще олимпийские старты, нет ли страха, мандража?

— Последние ночи сон хороший, по ночам не стартую и стараюсь особо не заикливаться на этом.

— Оксана, а вы пойдете в пятницу на церемонию открытия?

— Открытие Олимпийских игр пройдет без нас. Посколь-

Первые три ночи была бессонница, а сейчас уже хорошо сплю

ку у биатлонистов уже на следующий день старт (спринт 7,5 км у женщин. — Авт.), а из Уистлера, где мы живем и будем выступать до Ванкувера, где будут открывать Игры, ехать более 100 километров.

— Какое место на Олимпиаде будете считать успешным?

— Конечно, хочется самого лучшего результата. Но какие цели ставлю перед собой, не хочу сейчас рассказывать.

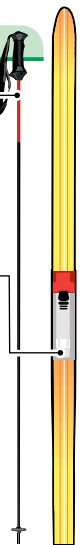
Благодарим спортклуб «Биола» за организацию интервью.

Ванкувер-2010: биатлон

Биатлон сочетает лыжную гонку и стрельбу. Соревнования состоят из 5 отдельных видов. Цель биатлониста — завершить дистанцию за меньшее время и поразить как можно больше мишеней, чтобы избежать штрафа

СНАРЯЖЕНИЕ

- Палки
 - Не должны быть выше роста спортсмена
 - Должны иметь равную длину
- Лыжи
 - Минимальная высота — на 10—16 см меньше роста спортсмена
 - Минимальный вес — 750 г
 - Минимальная ширина — 40 мм в центре
 - Минимальная ширина носка лыжи — 30 мм

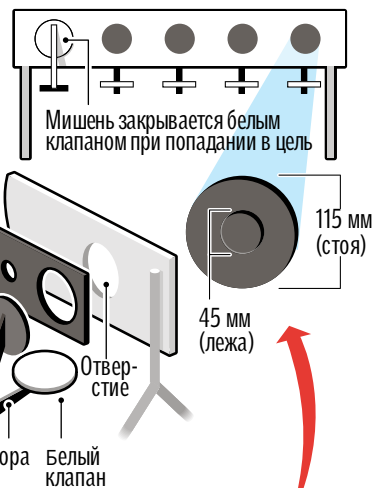


МИШЕНИ

Хотя черные мишени выглядят одинаково из положения стоя и лежа, спортсмен целится в мишень меньшего диаметра при стрельбе лежа

Механизм определения цели может перемещаться, открывая большее или меньшее отверстие

Черная пластина в случае попадания падает назад, закрывает отверстие мишени

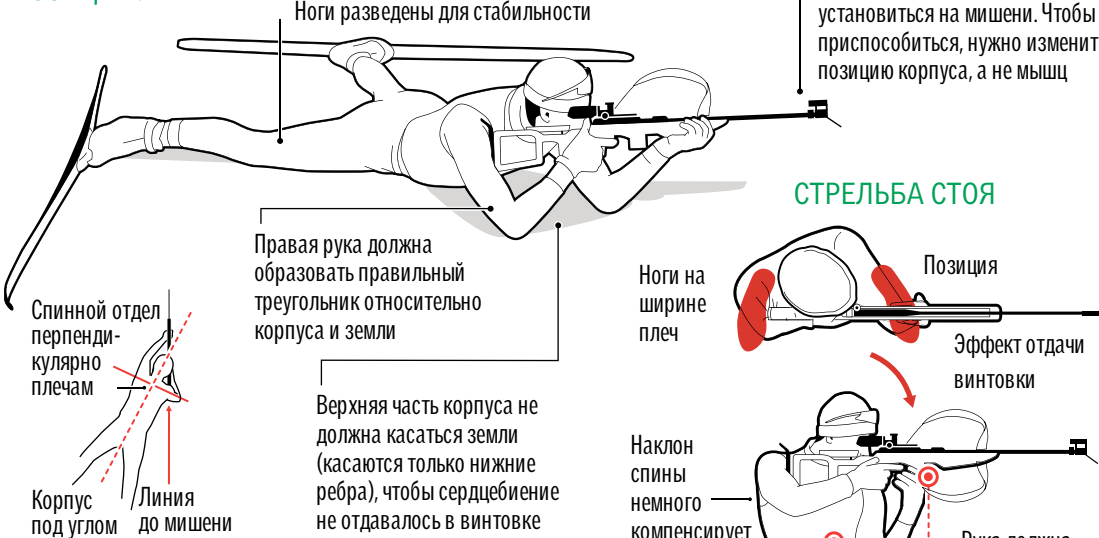


ОГНЕВОЙ РУБЕЖ



СТРЕЛЬБА

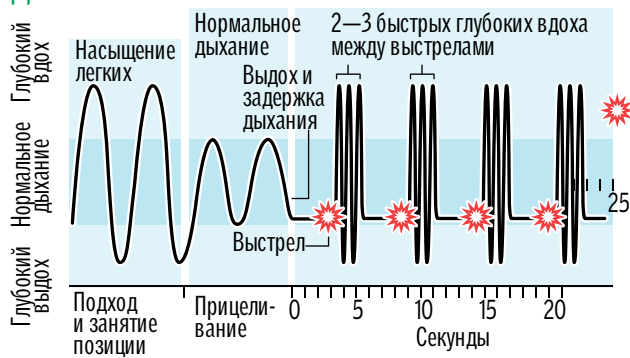
ПОЗИЦИЯ ЛЕЖА



СТРЕЛЬБА СТОЯ



ДЫХАНИЕ



СПРИНТ

10 км (м) и 7,5 км (ж)

Стрельба: 1 лежа и 1 стоя

Промаш: 150 м штрафа

ПРЕСЛЕДОВАНИЕ

Старт со временем отставания после спринта

12,5 км (м) и 10 км (ж)

Стрельба: первые 2 рубежа лежа, вторые 2 — стоя

Промаш: 150 м штрафа

ИНДИВИД. ГОНКА

20 км (м) и 15 км (ж)

Стрельба: 1 и 3-я — лежа, 2 и 4-я — стоя

Промаш: минута штрафа

МАСС-СТАРТ

Участуют 30 лучших по итогам первых трех гонок, стартуют одновременно

15 км (м) и 12,5 км (ж)

Стрельба: первые 2 рубежа лежа, вторые 2 — стоя

Промаш: — 150 м штрафа

ЭСТАФЕТА

4x7,5 км (м) и 4x6 (ж)

Стрельба: каждый — раз лежа, раз — стоя

Промаш: три дополнительных патрона, если не закрыл 5 мишеней с 8 выстрелов — 150 м штрафа

КАЛЕНДАРЬ

	Фев.	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Розыгрыш медалей																		
● Мужчины																		
● Женщины																		
Спринт																		
Преследование																		
Масс-старт																		
Индивидуальная гонка																		
Эстафета																		