

# Торговый центр Сафонтьево

- ЭСТЕТИЧЕСКАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ, САЛОН КРАСОТЫ
- БАЛИЙСКИЙ, ТАЙСКИЙ СПА
- ТУРАГЕНТСТВО
- ГАСТРОНОМИЧЕСКАЯ ЛАВКА
- ПИЦЦЕРИЯ
- АПТЕКА
- СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ



Истра,  
дер. Сафонтьево, 63



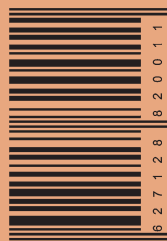
# Истра.рф



5(68)



Прима Евгения Образцова — о мифах и клише в балете. Как формируется культурная повестка, рассказывает директор КЦ «Зеленоград» Андрей Стёпин. Сергей Миндин, директор мотопарка, объясняет тонкости правильной трассы и выбора байка.



4 627128 820011





**Premium**  
рекламное агентство

## РЕКЛАМНАЯ ПОДДЕРЖКА ВАШЕГО БИЗНЕСА

### НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА:

- объёмные световые буквы
- вывески на фасады
- металлоконструкции
- брендирование автомобилей
- монтажные работы
- **ПОМОЩЬ В СОГЛАСОВАНИИ**

### ПОЛИГРАФИЯ:

- офсетная и цифровая печать
- УФ-печать с белым цветом и выборочным лаком
- дизайн
- календари и сувенирная продукция

*заказы до  
подорожания*

### СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО

**+7 495 662 95 11**  
**www.ra-premium.ru**

г. Истра,  
ул. Ленина, 80

г. Красногорск,  
ул. Ленина, 5Б



*Когда стены перем!*



**КЕДРОВЫЙ**  
дом здоровья

## СКОРО ОТКРЫТИЕ

Тульская область,  
Заокский район  
Деревня Путешественников  
Фёдора Конюхова

подробности по тел.:  
**+7 965 209-88-81**  
**+7 909 691-59-39**





<b>Водопровод в Истре</b> история края	2
<b>Евгения Образцова:</b> <b>Большое счастье прима-балерины</b> большое интервью	12
<b>Андрей Стёпин: В центре культурных событий</b> большое интервью	24
<b>Фёдор Конюхов и Игорь Потапкин</b> <b>установили мировой рекорд</b> фоторепортаж	38
<b>Сергей Миндин: Двенадцать</b> <b>мототрасс Вельяминово</b> большое интервью	56
<b>Люба Тергалинская:</b> <b>Путешествия со смыслом</b> большое интервью	68
<b>Карина Орлова: Новая точка</b> <b>притяжения в Истре</b> большое интервью	76
<b>Музеи, которые надо создать</b> опрос	84
<b>Музей-заповедник «Архангельское»</b> афиша	88
<b>Музей «Новый Иерусалим»</b> афиша	90
<b>Культурный центр «Зеленоград»</b> афиша	94

Учредитель  
**ООО «Истранет»**  
Главный редактор  
**Алла Анатольевна Яценко**  
Дизайн-макет и вёрстка  
**Дарья Браженко**  
**Екатерина**  
**Даугель-Дауге**  
Вёрстка  
**Светлана Дударчик**  
Цветокоррекция  
**Виктор Тишаков**  
Редактор  
**Анна Лившиц**  
Обозреватели  
**Наталья Мезинова**  
**Сергей Мамаев**  
**Илья Воробьёв**  
**Елизавета Макеева**  
**Екатерина Харитонов**  
**Дмитрий Тарасов**  
**Анастасия Яценко**  
**Феодосия Маникина**  
Фотограф  
**Дмитрий Лукьянов**

Полный архив журнала  
«Истра.РФ» ищите на сайте  
[Истра.РФ/news/jurnal](http://Истра.РФ/news/jurnal)  
Свидетельство о регистрации  
ПИ № ТУ 50-01967 СМИ  
ИСТРА.РФ от 31 марта  
2014 г. Выдано Управлением  
Федеральной службы  
по надзору в сфере связи,  
информационных техно-  
логий и массовых коммуни-  
каций по Центральному  
федеральному округу.  
Адрес издателя и редакции:  
МО, г. Истра, ул. Ленина, д. 75  
телефон: +7 (49831) 3-17-74  
e-mail: 4440033@mail.ru

Отпечатано:  
**ООО «Печатный дом**  
**Ильиных» 143581, МО,**  
**Красногорский район,**  
**р.п. Нахабино,**  
**ул. Советская, д. 86**  
**телефон:**  
**+7 (903) 743-46-95**  
**Тираж 2500**  
**Выход в свет 21.09.2024**  
Распространяется  
бесплатно



В октябре этого года исполнится ровно сто лет с того дня, как в Истре (тогда ещё в Воскресенске) появилась первая артезианская скважина и была запущена первая линия водопровода длиной чуть более пяти километров. Сведений об этом событии сохранилось крайне мало — лишь сухие цифры, за которыми затерялось очень важное для города событие.





Воскресенск в 1924 году — уездный город Московской губернии, центр недавно образованного Воскресенского уезда. Население уезда тогда составляло около 77 тыс. человек, из них 3 тыс. жили непосредственно в Воскресенске. Город в первые годы после Октябрьской революции и Гражданской войны, как и вся страна, только учился жить по-новому.

Экономика находилась в тяжелейшем кризисе. Единственным средством существования для многих людей стало приусадебное хозяйство, иначе говоря, огород и скотина. Этим жили не только рядовые городские обыватели, но и бывшие дворяне, разом лишившиеся и своего социального положения, и привычных источников дохода.

Несмотря на многочисленные проблемы, город продолжал развиваться. В ноябре 1923 года уездная газета «Голос деревни» объявила: «Воскресенским Уисполкомом вновь открыта в городе Воскресенске электромельница. Работает с 8 часов утра до 1 часа ночи и размалывает до 300 пудов». Тогда же, в ноябре 1923 года, в городе появилось отделение Госбанка (в доме бывшего земского училища на Торговой площади).

В следующем, 1924 году в соответствии с новыми идеологическими установками многие улицы Воскресенска были переименованы: Дворянская стала Советской, Крестовская — Первомайской, появились улицы Ленина и Урицкого, а также местных революционеров Рябкина, Шнырёва, Щёголева и Морозова (история даже не сохранила их имён).

Каменных мостовых в городе почти не было, а в июне 1924 года местные власти приняли постановление об устройстве «деревянных панелей» на улицах города. Но сделать это решили не за счёт города, а силами самих горожан: «Всем домовладельцам Воскресенска, арендаторам муниципального жилья и лицам, проживающим в домах комхоза, было предписано приступить к устройству деревянных панелей (тротуаров) в пределах своего владения и закончить работу к 1 августа. Предварительно надо было получить от комхоза указания относительно плана и профиля тротуара».

Комхоз — это управление коммунального хозяйства (предшественник современных управляющих компаний), которое ведало всем городским жильём. В его полном распоряжении было коммунальное жильё не столько вновь построенное (строительства в 1920-х годах практически не велось), сколько изъятое у прежних владельцев — дворян, чиновников, духовенства, зажиточных горожан. Такое изъятие называли муниципализацией.

Одним из направлений деятельности комхоза в те непростые годы стало и устройство в Воскресенске водопровода, которого прежде в городе никогда не было. Для сравнения, система снабжения Москвы питьевой водой существовала уже давно, ещё Екатерина II в 1779 году издала



Памятник слесарю водоканала в Истре (фрагмент). Современное фото

указ о создании первого московского водопровода, подводящего в город воду из Мытищинских источников. Вообще системы забора и распределения воды существовали со времён царя Ивана Калиты, но они не имели городского статуса и обеспечивали преимущественно Кремль. Жители же Москвы брали воду из неглубоких колодцев, которых к концу XVIII века было почти пять тысяч, а также из рек и прудов.

Это столица, а вот первым из уездных городов Московской губернии собственным водопроводом обзавелась Коломна. В конце XIX века там особенно остро встала проблема снабжения города питьевой водой. Обычно воду забирали из реки Москвы, но она уже была плохого качества, что способствовало распространению среди горожан опасных заболеваний.

Денег в городской казне не было, власти обратились за помощью к Марии Николаевне Шевлягиной — известной благотворительнице, дочери богатого коломенского купца. Она согласилась финансировать строительство городского водопровода, но выдвинула условие: чтобы иметь возможность контролировать расход средств, её родственник должен стать городским головой. Власти согласились, после чего Шевлягина выделила необходимые средства.

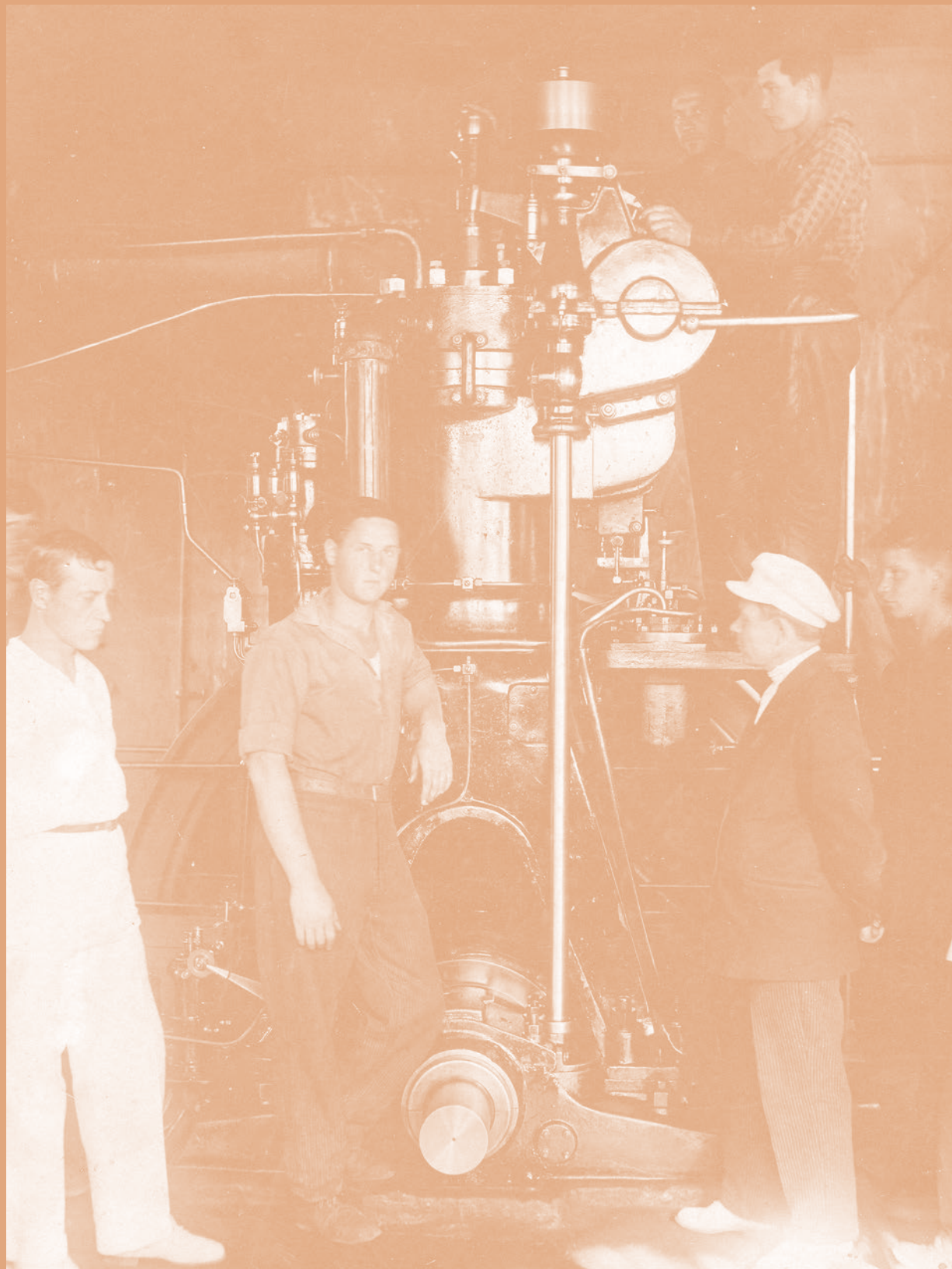
Для строительства водопровода был заключён договор с фирмой «Московское товарищество повсеместного артезианского водоснабжения, орошения и осушки Б. И. Фон-Вангель», и в 1897 году на берегу реки Коломенки началось бурение двух артезианских скважин. Вода, добытая со 120-метровой глубины, была признана пригодной для питья, и Шевлягина, которая лично следила за ходом работ, выделила дополнительные средства на строительство водонапорной башни, а также прокладку водонапорных сетей по улицам города.

В 1902 году по проекту известного инженера Владимира Григорьевича Шухова в Коломне построили ажурную 45-метровую водонапорную башню, а в городе установили шесть водоразборных колонок, которые стали известны в народе как «Шевлягинские бассейны». Чистая артезианская вода подавалась в них по чугунным трубам с помощью паровых котлов. Любой желающий мог набрать воды из колонки совершенно бесплатно, и люди охотно этим пользовались. Содержание водопровода обходилось городу в 10 тыс. рублей ежегодно, из них 8 тыс. безвозмездно давала купчиха Шевлягина.

В советские годы эта водопроводная система стала ветшать, устарела и была разобрана и заменена. «Бассейны» оказались утрачены. И лишь в наши дни их решили восстановить в качестве памятника и достопримечательности: в апреле 2013 года на бывшей Молочной площади в Коломне (ныне площадь Марии Шевлягиной) была открыта первая копия, воссозданная по старым чертежам.

А вот как именно появился первый водопровод в Воскресенске (Истре), история, к сожалению, не сохранила. До наших дней дошли лишь обрывочные сухие данные: «Первая артезианская скважина пробурена в 1924 году на глубину 89 м, в 1925 году — вторая, на глубину 98 м. Водозабор из каждой скважины составлял 250 кубометров в сутки». Тогда же в Воскресенске начал функционировать водопровод, его длина составляла всего 5 км 200 м. В 1926 году в городе начали устройство канализационной сети.





Николай Звягин  
(в центре) на работе в городском  
водоканале. Середина 1930-х годов



Типичная  
советская водоразборная  
колонка. Современное фото



Шевлягинская  
бассейка в Коломне.  
Современное фото



И всё, больше ни слова. Ни о том, что за этим стояли инженерные изыскания, ни о том, откуда и куда была проложена эта первая ветка водопровода. Даже уездная газета «Голос деревни», которая тогда выпускалась в Воскресенске, ни строчки не посвятила этому — там всё больше писали о заветах Ильича, ликвидации неграмотности на селе и антирелигиозной борьбе.

Важное для города событие осталось не просто в тени, а в полной темноте. Лишь в 1931 году местная газета «Истринская стройка», подводя итоги развития города, писала: «В городе вновь оборудована электростанция и осветительная сеть, выстроена новая пневматическая водонасосная станция и проложена водопроводная сеть, частично проложена канализационная сеть...»

В книге «Истринская земля» появление в городе водопровода также упомянуто очень кратко, причём указана другая дата: «Горсовет отпускал средства на ремонт зданий, в 1926 году началась постройка канализационной сети и водопровода, который в 1928 году насчитывал 5,2 км. В 1926 году открыта городская насосная станция». Это лишь подтверждает тот факт, что история Истринского водоканала только ждёт своего исследователя.

При знакомстве с семейной историей купцов Звягиных удалось выяснить, что правнук Павла Семёновича Звягина (купца, построившего двухэтажный дом на углу Торговой площади и 1-й Клинской улицы) Николай

Универмаг  
и водонапорная башня водозаборного  
узла №1 в Истре. Середина XX века



Владимирович Звягин в середине 1920-х годов «поступил на работу в Истринский городской водоканал, который только зарождался». Николай Владимирович Звягин проработал в Истринском водоканале всю свою жизнь, даже будучи уже на пенсии, помогал молодым работникам при проведении ремонтных работ. Тогда, в середине XX века, количество скважин увеличилось до пяти, а расход — до 1100 кубометров в сутки.

В 1998 году начала осуществляться автоматизация системы водоснабжения города Истры. Основной задачей автоматизации являлось создание информационного обеспечения о работе всех водозаборных узлов и на его основе — выработка оптимальных режимов насосных станций.

Вообще модернизация существующих сетей и сооружений в Истре велась регулярно, а в 2007 году была закончена реконструкция самого старого водозаборного узла №1, находящегося в центре города (улица Урицкого, д. 1). Там были отремонтированы здания насосных станций I и II подъёмов, подсобных помещений, сделано благоустройство и новое ограждение территории ВЗУ.

В октябре 2014 года, когда «Истринский водоканал» отмечал своё 90-летие, у стены водозаборного узла №1, выходящей в сквер на площади Революции, появился представитель рабочего класса, увековеченный в бронзе. Настоящее название — «Памятник слесарю водоканала». Скульптура символизирует тяжёлый ежедневный труд,

Шуховская  
водонапорная башня в Коломне.  
Начало XX века





порой незаметный простому обывателю, но всегда нужный и очень важный для каждого.

Идея установки скульптуры к юбилею родилась у Юрия Николаевича Петрушина, который руководил тогда «Истринским водоканалом». Предприятие считалось одним из лучших в отрасли: в Истре активно велась реконструкция водозаборных узлов, строились станции обезжелезивания, продолжалась замена водопроводных линий. Член ассоциации водоснабжения и водоотведения Российской Федерации и Московской области, в 2013 году «Истринский водоканал» был признан лучшим предприятием водоснабжения и водоотведения Московской области и награждён переходящим кубком.

«Истринский Водоканал» в 2014 году — это 232 км водопроводных сетей, 138 км канализационных сетей, а также девять комплексов очистных сооружений и канализации, 27 водозаборных узлов, 46 артезианских скважин, три станции обезжелезивания, 15 канализационных насосных станций и более 70 тыс. обслуживаемого населения с расходом воды 20 тыс. кубометров в сутки.

Памятник слесарю стал символичным подарком к 90-летию предприятия. А воплотить эту идею в жизнь помог скульптор Иван Иванович Савин, житель деревни Вельяминово. Истринцы знают его как автора композиции «Заяц и бегемот», установленной на улице Адасько, и мемориальной доски на фасаде Истринского драматического театра.

Водонапорная башня в бывшем военном городке под Истрой. Современное фото



Как признавался сам автор, работали над образом около года, причём вместе с коллективом водоканала. «Рабочие, руководство — все активно обсуждали, предлагали. Так и получился позитивный образ рабочего, чей труд мало заметен, но необходим. И собачка, которой многие трут нос для исполнения желаний, в композиции не случайна. В прежние годы именно собаки породы такса помогали французским водопроводчикам проверять состояние труб, пробираясь внутри них в поисках заторов». Действительно, со временем у горожан появилась традиция тереть нос крошечному другу слесаря.

Эта скульптурная композиция — первый памятник в Истре, выполненный из бронзы. По словам скульптора, он простоит 4 тыс. лет, символизируя «вечность труда рабочего человека». Памятник, возможно, и простоит, а вот в жизни «Истринского водоканала», как и в жизни всего района, с тех пор произошло много перемен. В марте 2017 года прекратил своё существование Истринский район, а в ноябре 2018 года был ликвидирован и «Истринский водоканал». Все проблемы систем водоснабжения и водоотведения теперь находятся в ведении компании «Истринская теплосеть». Так что можно сказать, что теперь бронзовый водопроводчик не только памятник слесарю «Истринского водоканала», но и памятник целой эпохе, почти вековой истории этого предприятия. ■

Необычная водонапорная башня на территории санатория «Истра». Современное фото





Евгения

Образцова

Большое

беседовала

Наталья

Мезинова

счастье

фотографировали

Антонина

Кирнос

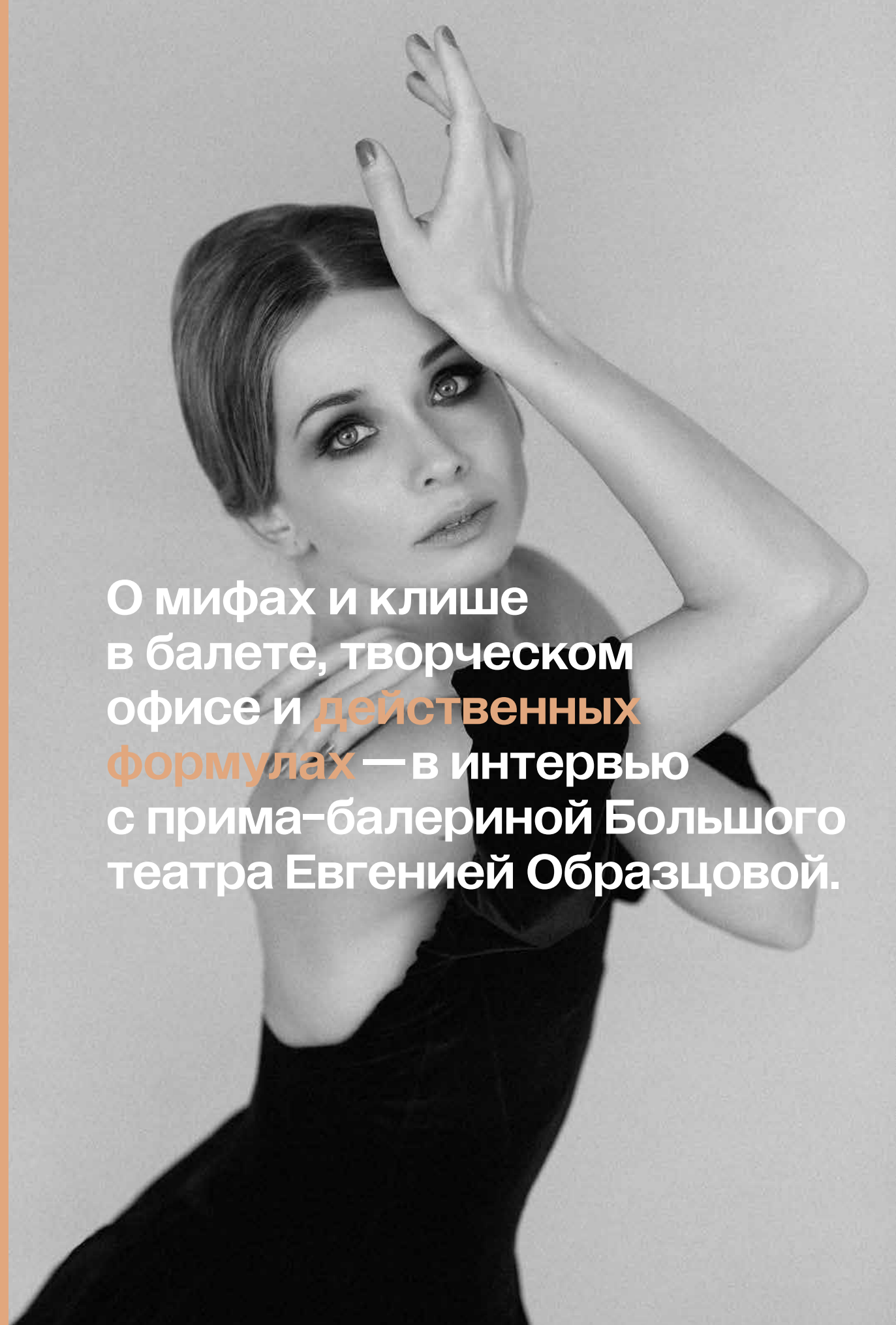
и

Елена

Фетисова

прима-  
балерины

12



О мифах и клише  
в балете, творческом  
офисе и **действительных**  
**формулах** — в интервью  
с прима-балериной Большого  
театра Евгенией Образцовой.





**Балет романтизируют, им восхищаются, его возвышают, добавляя флёр коварства и интриг. Но по сути своей, театр — это творческий офис**

**Я из балетной семьи, у меня мама балерина, папа — артист балета. Они знали о профессии всё, видели мои способности, поэтому для меня это был простой и понятный, хороший путь**

Евгения, Ваша карьера началась в Мариинском театре, а через девять лет Вас пригласили примой в Большой театр. Вы знаете специфику театров, их подходы. Почти год назад две главные российские колыбели балета де-факто были объединены — назначен один директор на два театра, Валерий Гергиев. Скажите, как это повлияло на настроение в коллективе?

Новость в коллективе восприняли позитивно. Лично я считаю логичным и правильным решением, когда два ведущих театра страны работают в тандеме. Два огромных штата исполнителей — оперных и балетных — слились в единый организм: Северная столица будет слушать голоса и наслаждаться выступлениями артистов Большого театра, а столица на семи холмах — Мариинского. Это прекрасно!

А как же конкуренция?

Думаю, что всё это — большой раздутый миф о какой-то сверхконкуренции в балетной среде. И потом все делают акценты на соперничество, а я вот знаю множество примеров верной дружбы в театре.

Особенно веселят локальные мифы — непрощённые зависти, иголки в пуантах, съеденные тухлые консервы для похудения. Мы, балерины, так смеёмся, когда видим это в кино! С другой стороны, печально, что люди так думают о нашей профессии.

Неужели никогда не сталкивались?

Сталкивалась, конечно. Но никто в пуанты стекло не засовывает, ни разу за свою карьеру не встречала. Балет романтизируют, им восхищаются, его возвышают, добавляя флёр коварства и интриг. Но, по сути своей, театр — это творческий офис. И ничем от любых других коллективов не отличается. В каждом есть свои лидеры, свои неудачники, есть оптимисты, а есть завистники. Конкуренция есть везде.

Я думаю, что в любой сфере, где есть представители разных поколений — кто-то старше, кто-то моложе, кто-то только пришёл и делает первые шаги, а кто-то уже умудрён опытом, — неминуемо происходит соперничество, когда те, кто уже добился чего-то, ревностно относятся к молодым. Избежать этого, наверное, нельзя. Помогут лишь здоровая самооценка и здоровое понимание ситуации. Не надо впадать ни в какие депрессии и пытаться слишком сильно всё анализировать. Здоровый эгоизм в данном случае — действенная вещь. Думайте о себе.

В Большом театре я работаю в хорошей творческой атмосфере. Я вижу вокруг себя хороших людей. Кто-то с чувством юмора, кто-то пессимистичен, но это люди. Такие же люди, как в любой другой организации.

Я не чувствую конкуренции в коллективе как таковой. Мне интересно смотреть на работу своих коллег, профессионалов, особенно тех, кем я восхищаюсь. А работать в спектакле с ними — огромное удовольствие. Надеюсь, это взаимно.

Вы критично к себе относитесь?

Я сама себе критик номер один! С первых дней в профессии я скрупулёзно делаю видеозаписи своих выступлений и анализирую их. Нет, не для восторгов или ужасов от видео.



Моя цель — здраво и чётко увидеть свои недостатки и достоинства, чтобы потом вместе с моим драгоценным наставником Надеждой Александровной Грачёвой выстроить работу над собой и совершенствовать мастерство.

Если я себя критикую, то иду и работаю над ошибками, добиваясь того, что считаю нужным, чтобы быть удовлетворённой. Чтобы на следующем своём спектакле, увидев следующую свою видеозапись, сказать: вот тут я молодец, исправила ошибку.

В этом, видимо, и заключается секрет идеальной балерины?

Балерина должна быть самокритичной, отчётливо понимать свои плюсы и минусы, иметь упорный характер. Характер, который никогда не отчаётся, не опустит руки, не впадёт в депрессию, а если и впадёт, то выйдет из неё скоро, потому что время — это ценный ресурс в нашем деле, которым нельзя раскидываться впустую. Нельзя надолго расквашиваться, если что-то пошло не так. И конечно же, упорство, трудолюбие. Пожалуй, больше ничего и не нужно. Ну и поцелуй Бога не будет лишним.

А как к мнению сторонних критиков относитесь?

Я научилась не воспринимать чужую критику серьёзно или относиться к ней с юмором. В этом мне помог мой муж, он обладает достаточно здоровой самооценкой и умеет не заикливаться на мелочах, спокойно относиться ко всему, что в жизни происходит.

Вы выступали на таких мировых сценах, как Ла Скала, Ковент-Гарден, Гранд-опера. На какую сцену Вам хотелось бы вернуться?

Конечно, Гранд-опера. Этим театром я грезила, ещё будучи ученицей Академии русского балета имени Вагановой. Моим кумиром был Рудольф Нуреев, и, анализируя его путь, мне казалось, что предел мечтаний артиста балета — это хотя бы раз выступить на этой сцене в качестве приглашённого артиста, или гастролёра, или члена труппы — не имеет значения. Мне это удалось. И наверное, это то место, в которое я хотела бы вернуться. Хотя в каждом театре, в котором я выступала, осталась частичка моей души.

Если говорить о масштабах, то меня очень поразил Метрополитен-опера. Это совсем другой мир. Ощущается атмосфера Нью-Йорка, какая-то действительно невероятная свобода как в труппе, так и на сцене. И публика совершенно иная.

Ковент-Гарден в Лондоне не могу не отметить, это моя самая часто посещаемая площадка: с 2008 по 2016 год регулярно приезжала и танцевала в составе труппы Royal Ballet. Интересный период, который остался как полностью прожитый и родной.

Личная жизнь у балерин существует?

Конечно! Можно одним моим примером рассказать, как складывается личная жизнь у балерин. (Смеётся.)

Я настолько влюблена в свою профессию, настолько фанатично занимаюсь, что никакие другие сферы в буквальном смысле слова не замечала, меня это сильно не беспокоило. И к счастью, удивительным образом в 29 лет вышла замуж.

Собственно, я не являюсь исключением из правил. Подобных историй в биографии балерин большинство.

**Балерина должна быть самокритичной, отчётливо понимать свои плюсы и минусы, иметь упорный характер. Характер, который никогда не отчаётся, не опустит руки, не впадёт в депрессию, а если и впадёт, то выйдет из неё скоро, потому что время — это ценный ресурс в нашем деле, которым нельзя раскидываться впустую**

**Балерины не сидят на диетах, и уж точно не на голодных диетах. Они целыми днями работают как ненормальные!**

Несчастливые романы и сломанные судьбы — не про балерин?

Для этого необязательно идти в балет, такие истории случаются повсеместно с представителями разных профессий. Всё заложено в самом человеке: психологически слабый всегда найдёт зависимости, будь то в романах или в профессии.

В некотором роде, наверное, это ещё показатель молодости и неокрепшего ума. Например, для меня лет до 20 балет был смыслом жизни. И заболеть для меня было целой трагедией! Мысли роились такие: вдруг я так сильно заболела, что больше не смогу танцевать, зачем тогда жить, ах! Но это исключительно волнения молодой балерины, у которой впереди перспективы, карьера: ей надо заниматься, стремиться, преодолевать и идти вверх, а вот взяла и разболелась. Это проходит. Ты становишься старше и понимаешь, что после болезни ты восстановишься, балет никуда не денется, а семья — самое главное в жизни.

Скажите, «меньше есть и больше двигаться» — действенная формула?

Конечно, это формула действенная. Она работает, как никакая другая. Как и ещё пара сопутствующих клише о нашем мире, что балерины стирают ноги в кровь и вообще ничего не едят. (Смеётся.)

Разве не так?

Не так трагично. Балерины не сидят на диетах — и уж точно не на голодных диетах. Безусловно, есть люди, склонные к полноте или с нарушением гормонального фона. Но если здоровый, нормальный человек работает в балете, то он физически не сможет поправиться. Балерины целыми днями работают как ненормальные!

«Балет — это каждодневный изнурительный труд», — это мы записали впервые в тетрадке вагановской академии. Так оно и есть. Каждый день приходишь, и как будто ты ничего не умеешь, ты заново этому учишься. То, что ты умел хорошо делать вчера, не факт, что повторишь сегодня. Человек — не машина. Сегодня ты можешь быть не в том настроении, у тебя болит голова или палец, но объём ты должен выполнить и не подать виду, будто что-то не так.

Балет для всех — прекрасное лёгкое искусство, на сцене все порхают как бабочки, и все девочки хотят стать балеринами. До тех пор, пока они не приходят в профессиональное учебное заведение и не понимают, что балет — это как спорт, и его можно сравнить по нагрузкам с метанием ядра, только 24/7.

Балерине важно и нужно есть всё и в достаточном количестве: и белки, и углеводы, и даже шоколадки! В целом мы придерживаемся здорового питания с достаточным количеством калорий. Немного ограничиваем себя в булочках и сладком.

А если ты умираешь от того, что ты худеешь, то это уже психологическая проблема, анорексия. Это страшная проблема. Но это не болезнь балетной профессии. К сожалению, такое может случиться с каждым.

Как Вам удалось быстро восстановиться после родов? Ведь буквально через два месяца Вы были на сцене!





«Балет — это каждый-дневный изнурительный труд», — это то, что мы записали впервые в тетрадке вагановской академии. Так оно и есть



Мы, балерины, — люди тренированные. Во время беременности я не давала себе сумасшедших нагрузок, если был аппетит, ела еду — не тортики, а мясо, рыбу, салат. Я не сильно поправилась, выглядела нормально. Сейчас я вешу 47 килограммов при росте 164.

Оглядываясь назад: сложно ли было поступить в училище?

В балетное училище принимают с десяти лет. Когда я поступала, отбирали талантливых и способных. Были случаи, когда брали с ограниченными способностями, но видели потенциал, например, в невероятной целеустремлённости, характере борца — примеров блистательных карьер таких выпускников много.

Вообще хочу сказать, что с самого детства надо воспитывать в ребёнке лёгкость восприятия: была мечта стать балериной, но она не сложилась — ребёнок должен как-то психологически быть подготовлен к тому, что есть ещё какие-то интересные профессии, может быть врачом, учителем, может, есть другие таланты. Ребёнок не должен быть замкнут. Я видела, как отчисляют девочек из училища. Нас же не только не берут, нас ещё и отчисляют, что гораздо сложнее прожить. Учиться надо восемь лет, а тебя, например, лет через пять отчисляют, когда ты уже полюбил эту профессию, когда ты уже ею живёшь.

Какая жестокость для девочек пятнадцати лет! Почему происходит?

Насколько мне известно, их судьбы сложились хорошо, все реализовали себя в других профессиях. Это лучше, чем если бы они стали неудачными артистами.

Отчисленные учились, и на определённом этапе не проявили способностей, когда совсем стало понятно, что продолжать обучение бесполезно. А если доучить их до конца, то их не возьмёт ни один театр. Бывают, что взяли авансом: вроде и способности есть, но в то же время не очень и хорошо, но что-то есть. Это наслаивается, и потом случаются такие вот психотравмы с отчислением. В этом есть и вина родителей, которые убеждают, что ребёнок сможет, а в реальности данных явно не хватает: нет выворотности, нога не поднимается.

Поэтому и надо воспитывать ребёнка так, чтобы он понимал, что это не какая-то профессия, без которой он не сможет жить, а некий определённый этап, который не сложился: «Давай подумаем, что тебе ещё может быть интересно».

Я из балетной семьи, у меня мама — балерина, папа — артист балета. Они знали о профессии все, видели мои способности, поэтому для меня это был простой и понятный, хороший путь.

В моих детях — двойняшках Насте и Софии — мне нравится, что они любят заниматься балетом, но делают это, когда я напоминаю. Мне нравится их независимость от этой профессии. (Смеётся.) Если их не возьмут в какой-то танец — ну нет и нет, пошли играть в снежки. Я очень надеюсь, что независимость эта сохранится и они выберут другой путь, не балетный. Я считаю, что в мире много профессий для девочек, в которых они смогут реализовать себя и быть счастливы. Поэтому мой совет: воспитывайте в ребёнке лёгкость по отношению к профессии. Если видите данность — надо наставлять. Но дайте ребёнку возможность выбора!



У Вас напряжённый график, много поклонников, много внимания.

Скажите, а Вас ревнует муж?

Мы знаем друг о друге всё, поэтому зачем нам непонятная ревность? Он работает, я работаю. Мы прекрасно понимаем, в каких сферах мы задействованы.

Я знаю, как проходит его день, день скульптора, и работа бывает совершенно разной — не только в мастерской над эскизом, а ещё монтаж. Например, он сделал памятник, большой монумент жертвам Великой Отечественной войны среди мирных жителей в Гатчине. Это огромная скульптура, и мой муж зимой на лесах устанавливал монумент.

Он прекрасно знает, как складывается мой день: с раннего утра до вечера — череда бесконечных репетиций, и я прихожу домой уставшая. В день спектакля я позволяю себе подольше поспать, но, приехав в театр, разогреваюсь, гримируюсь, готовлюсь, пошла и исполнила, вернулась домой поздно и с цветами.

Вы когда-нибудь задумывались о завершении карьеры?

Конец есть у всего. Самая быстротечная карьера — у балерины. Я отношусь к этому адекватно. Я на сцене, я танцую и чувствую себя хорошо. Если вдруг настанет момент, когда я пойму, что устала или что мне надоело всё до изнеможения, я просто уйду. Это нормально. Мне есть чем заняться — семьёй. Всё в жизни должно быть гармонично.

Мой педагог Нинель Александровна Кургапкина в 55 лет давала самый сложный для любой профессиональной балерины спектакль «Дон Кихот». И она роскошно танцевала в свои 55 лет, могла и была в ресурсе. Это всё индивидуально.

А кто-то к 35 годам использовал весь свой ресурс. Один мой партнёр в Мариинском театре ушёл со сцены довольно рано, и это было такое разочарование, так хотелось видеть его на сцене! Но каждый его день начинался с боли, он мучился, ломал своё тело и просто от этого устал. Так тоже бывает.

Тяжело ли Вам разделять работу и отдых? Какой вид отдыха предпочитаете?

Я не пытаюсь следовать чёткой программе: пришёл домой — думаешь об этом, ушёл в театр — думаешь о другом. Думаю я обо всём и понемножку. Мне иногда трудно молниеносно переключаться с работы на дом, но, признаюсь честно, это не сильно беспокоит меня. Когда у тебя есть крепкая семья, люди, которые с тобой вместе, которые искренне помогают, вопросы решаются гораздо проще. Много, конечно, зависит от настроения.

Для меня самое большое счастье — быть именно рядом со своими близкими, быть рядом с детьми. Необязательно что-то делать, хотя я человек такой, что ставлю цель и её добиваюсь. Если нужно делать какие-то уроки — мы их делаем упорно и на совесть. Если нужно обязательно заниматься каким-то дополнительным занятием, я делаю всё возможное. Но всё же главное — мы вместе, мы можем поболтать о чём угодно или просто помолчать.

Отдых предпочитаю спокойный. Если есть возможность куда-то уехать и отстраниться от всего — это, пожалуй, то, что помогает отвлечься, сменить образ мыслей, расслабиться и отдохнуть от рутины.

Семья и моя профессия — мои самые главные источники энергии и блеска в глазах. Я очень люблю то, чем

Каждый день приходишь и как будто ты ничего не умеешь, и ты заново этому учишься. То, что ты умел хорошо делать вчера, не факт, что повторишь сегодня. Человек — не машина

Мой педагог Нинель Александровна Кургапкина в 55 лет давала самый сложный для любой профессиональной балерины спектакль «Дон Кихот». И она роскошно танцевала в свои 55 лет, могла и была в ресурсе. Это всё индивидуально







**Для меня самое большое счастье — быть именно рядом со своими близкими, быть рядом с детьми. Семья и моя профессия — мой самый главный источник энергии и блеска в глазах**

я занимаюсь, и это истинное моё призвание. Я по-другому не воспринимаю свою работу. Это не работа — это призвание. И наверное, тот интерес, который не проходит к балету, трепет и волнение, которые я испытываю каждый раз, когда выхожу на сцену, — для меня это остаётся огромным ресурсом. И большое счастье для меня выходить на сцену, по-прежнему делать что-то новое или открывать новое в чём-то давно уже исполняемом. Я даже не знаю, сколько раз за свою жизнь я исполнила «Спящую красавицу», или «Жизель», или «Джюльетту». Но каждый раз я всё равно испытываю весь спектр эмоций и со мной приключаются творческие, интересные события. ■



Андрей Стёпин

# В центре культурных событий

беседовала Дарья Семёнова  
фотографировала Анастасия Сахарова



О том, как формируется культурная повестка в самом необычном округе Москвы, как стать флагманом и держать планку «передовика» среди культурных центров столицы, рассказал директор Культурного центра «Зеленоград» Андрей Стёпин.



Расположенный дальше от МКАД, нежели другие столичные анклавы, Зеленоград считается по-своему престижным местом для жизни. Тому есть несколько причин — хорошая экология и статус наукограда, центра науки и электроники.

Таким он был задуман почти с самого начала — своеобразным аналогом Кремниевой долины. И такому городу, рассчитанному в первую очередь на молодых образованных жителей и советскую интеллигенцию, нельзя было обойтись без культурно-развлекательной составляющей — Дворца культуры (ныне — Культурный центр «Зеленоград»).

Этот дворец стал частью модернистской архитектурной концепции центра города. В её основе — равносторонний треугольник, который объединяет внешнее и внутреннее пространство и прослеживается во всём, от парковых аллей до формы, планировки и элементов декора самого здания. Автором такого необычного проекта, настоящей архитектурной ценности, которая заслуживает отдельного материала, стал Игорь Покровский — один из создателей станции метро «Краснопресненская», мемориального комплекса «Штыки», нового здания МХАТа и Дворца пионеров на Воробьёвых горах, последний кавалер звания «Народный архитектор СССР». В разработке проекта также участвовали архитекторы Дмитрий Лисичкин, Юрий Дмитриев, Людмила Маковская, Александр Стискин и инженер Борис Зархи. От краткой исторической справки вернёмся к настоящему. Прошло более 40 лет, а КЦ «Зеленоград» по-прежнему остаётся флагманом отрасли в Зеленограде. Более того, московский Депкульт выделяет его среди столичных учреждений. Так, в марте этого года мэр Москвы Сергей Собянин в своём блоге поместил его в тройку наиболее популярных культурных центров.

Когда в Москву культурные потоки буквально стекаются, когда столица ежедневно предлагает публике новые и уникальные форматы досуга и развлечений, как вам, Культурному центру, расположенному в отдалении от центра Москвы, удаётся отвечать на запросы «своей» аудитории, а также вовлекать и привлекать новых зрителей?

**Мы предлагаем всё то же самое. Не в том смысле, что повторяем опыт наших столичных коллег, а в том, что предлагаем мероприятия на уровне, при этом учитывая особую культурную идентичность жителей Зеленограда.**

Если же говорить об уровне в общих чертах, то в нашем репертуаре всегда можно найти выступления звёзд эстрады, таких как Григорий Лепс, Сергей Лазарев, Елена Ваенга, Shaman, Валерий Сюткин, Михаил Шуфутинский. У нас проходят эксклюзивные премьеры ведущих театров с участием Сергея Маковецкого, Даниила Страхова, Марии Ароновой, Сергея Чонишвили, Марины Александровой, Олеси Железняк, Ирины Муравьёвой, Фёдора Добронравова и др., а также модные стендапы самых популярных комиков — Павла Воли, Евгения Чебаткова, Андрея Бебуришвили и Ивана Абрамова. Есть у нас вектор, направленный не только на привлечение столичной публики, но и на укрепление международных связей. Так, в прошлом творческом сезоне нам удалось организовать живой филармонический концерт с участием популярных итальянских певцов и известного итальянского дирижёра и композитора Роберто Молинели, а также выставку и джазовую программу с французским фотографом Давидом Глорианом.

**В Зеленограде мы единственные обладатели двух крупнейших сценических площадок — театрального и киноконцертного залов на 800 и 1000 мест**







**Мы открыты к сотрудничеству с организациями, общественными объединениями, предприятиями и всеми, у кого есть креативные идеи и желание формировать культурную повестку вместе с нами**



Очевидно, именно в Зеленограде ваш КЦ — монополист. Число уникальных посетителей — более 370 000 человек в год, что превышает численность населения округа. И это явно говорит о том, что в центр приезжают люди из других регионов. Чем вы так привлекательны?

Обо всём по порядку. Да, можно сказать, что мы — монополисты. В Зеленограде мы единственные обладатели двух крупнейших сценических площадок — театрального и киноконцертного залов на 800 и 1000 мест. Мы единственные, кто даёт публике столь широкий спектр мероприятий, отличающихся по формату, жанру и так далее. Однако подобный статус — не столько преференция, сколько наша ответственность. Это накладывает на нас определённые обязательства перед зрителями.

Теперь к вопросу посещаемости. Это совокупность нескольких факторов. Во-первых, мы работаем над качеством событий, например, в течение пары лет плавно поменяли нашу репертуарную политику. Во-вторых, мы увеличили количество культурных продуктов и программ, интересных людям разных возрастов. Для этого мы непрерывно обучаемся и проводим исследования аудитории, анализируем итоги и этапы реализации проектов. От чего-то отказываемся, удачный опыт развиваем. Именно такой алгоритм даёт возможность жителям Зеленограда посещать более 600 мероприятий в год, не выезжая в центр Москвы, а также помогает нам привлекать зрителей из столицы и ближайшего Подмосковья — Истры, Солнечногорска, Клина, Химок и Сходни.

На самом деле эти цифры показывают объективные итоги проделанной работы, которая не всегда видна со стороны, и те усилия, которые мы прикладываем, чтобы с каждым годом становиться лучше для посетителей.

Местные жители частенько называют КЦ «Зеленоград» по-прежнему просто ДК. Мне слышится в этой аббревиатуре что-то советское, застывшее, что-то из прошлого. Есть в этом доля правды?

Полагаю, привычка называть культурный центр дворцом культуры — просто привычка. Наше учреждение находилось в таком статусе на протяжении более чем 30 лет, с самого основания. И да, монументальность и масштаб нашего здания, дизайн внутренних помещений, пожалуй, действительно ассоциируются с большим сказочным дворцом. Так что нет, ваше впечатление неверно.

На деле ДК, как то самое учреждение из прошлого, о котором вы говорите, стал замечательным прообразом культурной площадки будущего. Так называемая мультипрофильность, свойственная формату ДК, теперь присуща практически каждой успешной культурной институции. Совмещать в себе публичные программы, открывать двери для широкой аудитории, обустривать собственные общественные пространства, продолжать традицию поддержки деятельности кружков и студий, расширять спектр услуг и добавлять развлекательные функции — тренд, которому мы охотно следуем.

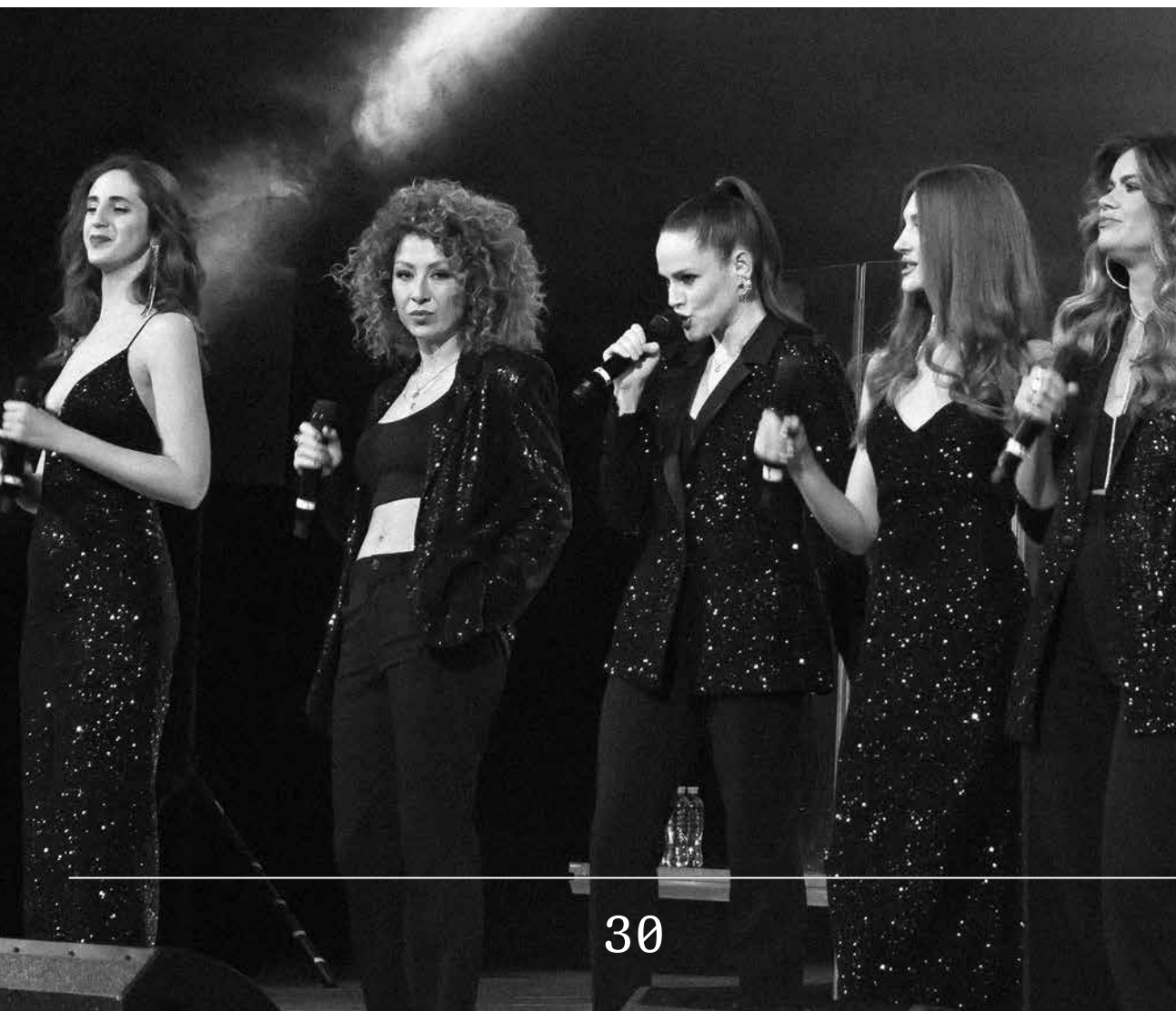
И всё же, быть может, в культурном центре сохранилось что-то аутентичное?

Безусловно. Например, как я уже ранее упомянул, традиция кружков и студий, которые развиваются на базе центра.





Не могу не упомянуть об акции по сбору подарков для неизлечимо больных людей в зеленоградский хоспис и о выставке для поиска дома бездомным животным из зеленоградского муниципального приюта, в проведении которых нам также помогают наши партнёры



Сегодня у нас занимаются свыше 2000 человек — участников более чем 90 коллективов разной направленности, 27 из которых имеют почётные звания. Более того, по сей день у нас работают ровесники учреждения — театр-студия «Контакт», академический хор «Ковчег» и балетная студия «Грация», которые были основаны одновременно с открытием центра 41 год назад!

Мы продолжаем заложенные ещё в советские годы традиции, связанные с развитием и поддержкой профессиональных и любительских творческих коллективов. Взамен наши воспитанники дают массу поводов для гордости: высокий уровень художественного мастерства и выдающиеся заслуги, которые подтверждены многочисленными дипломами и наградами крупных всероссийских и международных конкурсов и фестивалей.

Кроме того, мы не забываем и о представителях серебряного возраста — продолжаем проводить для них разнообразные занятия в рамках проекта «Московское долголетие». Он остаётся востребованным уже седьмой год и не теряет своей актуальности.

При этом наша команда не отходит от своей главной задачи — формировать современное социокультурное пространство, которое отвечает на запросы аудитории. Поэтому ежегодно мы открываем новые кружки и студии по направлениям, которые наиболее востребованы. Стать их участником может каждый — как жители Зеленограда, так и люди из других регионов.

Вы привели интересное понятие — социокультурное пространство.

Можете рассказать, что кроется за такой изящной терминологией?

Формировать социокультурное пространство значит в первую очередь учитывать особенности местного сообщества. Такой подход помогает нам придерживаться выбранного вектора развития в вопросах, касающихся не только нашего центра, но и городской среды и всех сфер жизни человека в целом. Это момент, когда культура существует для человека, когда она полностью отвечает на его запросы. Это момент, когда культура расширяет свою функциональную концепцию. Проще говоря, мы создаём культуру в широком смысле слова. Культуру, в которой классический балет соседствует с модным какао-баром, молодёжными сообществами и проектами, которые наиболее интересны зумерам и миллениалам: своп-вечеринки по обмену ненужными вещами, благотворительные турниры по пинг-понгу и экофестивали.

Центр активно вовлекает жителей округа в реализацию культурных проектов разных форматов. Так, любой желающий может продемонстрировать свои музыкальные способности в программе «Ритмы города», а любой ребёнок — стать полноценным организатором на фестивале «Дети — детям» или участником полномасштабного мюзикла. Талантливые художники, студенты архитектурных вузов и участники различных творческих объединений регулярно проводят здесь свои выставки, радуя наших посетителей уникальными экспозициями.

Кроме того, мы регулярно становимся центральной площадкой для проведения праздничных мероприятий. У нас с успехом проходят представления и главные Ёлки округа. Участники творческих коллективов формируют окружную программу для празднования Дня города, Дня защитника



Отечества, Дня Победы, Нового года, а также активно участвуют в концертах и фестивалях, которые проводятся на площадках «Московские сезоны» и «Лето в Москве. Все на улицу!».

Придумать и реализовать столь широкий спектр культурных инициатив для взрослых и для детей — задача довольно сложная, не так ли?

Безусловно. Но, как я говорил ранее, наша главная ценность — люди. И речь не только о наших зрителях и участниках творческих объединений, но и о нашей команде: о режиссёрах мероприятий, менеджерах проектов, технических специалистах, административном персонале, руководителях кружков и студий и многих других.

Благодаря слаженной работе наших профессионалов даже самые смелые и, казалось бы, невозможные проекты становятся реальностью. Коллектив центра не перестаёт искать новые ниши, свежие идеи, держать прочную связь с аудиторией. Он уже стал единым культурным целым вместе с активными творческими людьми — жителями города.

А вы привлекаете кого-нибудь со стороны?

Да. Расширение нашей программы партнёрства — ещё один ключ к формированию актуальной культурной повестки. В круг наших постоянных партнёров входят некоммерческие организации, общественные объединения, промышленные предприятия, представители малого бизнеса, образовательные учреждения. Важным результатом такого сотрудничества является проведение на нашей площадке окружного фестиваля «Рубеж» и экологического фестиваля «Экология. Важно. Нужно. Интересно!» — благодаря партнёрам они стали разнообразнее и масштабнее.

Не могу не упомянуть об акции по сбору подарков для неизлечимо больных людей в зеленоградский хоспис и о выставке для поиска дома для бездомных животных из зеленоградского муниципального приюта, в проведении которых нам также помогают наши партнёры.

Мы открыты к сотрудничеству с организациями, общественными объединениями, предприятиями и всеми, у кого есть креативные идеи и желание формировать культурную повестку вместе с нами. Любой желающий может написать нам на почту [dkzelenograd@culture.mos.ru](mailto:dkzelenograd@culture.mos.ru) — мы обязательно рассмотрим вашу идею и предложим пути для её воплощения. У нас есть широкие технологические возможности, которые позволяют провести мероприятие любого формата — от концерта и творческого конкурса до съёмок разного уровня сложности. Так, телеканалы снимают у нас интервью для своих программ, а киностудии и продюсерские центры выбирают наши локации для создания клипов, фильмов и сериалов.

Я бесконечно долго могу рассказывать обо всех наших возможностях, инициативах, проектах и мероприятиях. Но, как говорится, лучше один раз увидеть! Совсем скоро для наших зрителей с концертами выступят Александр Серов, Михаил Шуфутинский, Стас Пьеха, а также стендап-комики Иван Абрамов и Евгений Чебатков. Приходите в гости и станьте частью нашего культурного сообщества!

Спасибо за приглашение! Непременно воспользуюсь. Андрей Александрович, нашим читателям, безусловно, будет

У нас  
проходят  
эксклюзивные  
премьеры ведущих театров с  
участием Сергея  
Маковецкого, Даниила  
Страхова, Мари  
Ароновой, Сергея  
Чонишвили, Марины  
Александровой,  
Олеси Железняк,  
Ирины Муравьёвой,  
Фёдора Добронравова  
и др.



интересно узнать, что за личность стоит во главе культурного флагмана ЗелАО.

Я пришёл в культуру из спорта. В раннем детстве увлекался хоккеем и футболом, при этом играл на фортепиано. В итоге предпочёл хоккей, у меня всё складывалось удачно, я был приглашён в детскую хоккейную школу ЦСКА. В 1996 году окончил Российскую государственную академию физической культуры, работал в спортивной сфере, прошёл путь от молодого специалиста до руководителя Центра физической культуры и спорта г. Зеленограда. В 2002-м окончил МИЭТ по специальности «менеджер по хозяйственному праву», а в 2013-м стал участником президентской программы подготовки управленческих кадров по направлению «менеджмент в образовании», прошёл несколько курсов в сфере культуры, до недавнего времени возглавлял культурно-досуговый центр «Доброволец» и «Творческий лицей».

Мы подготовили несколько вопросов для короткого блиц-интервью, которое поможет поближе познакомиться и лучше узнать вас как человека. Итак...

Ваша любимая книга?

Подростком зачитывался романами Дюма. Люблю историческую прозу. Сейчас читаю вторую книгу трилогии «Медвежий угол» шведского писателя Фредрика Бакмана про молодёжную хоккейную команду. Спорт — это навсегда.







Любимый фильм?

**Их очень много! Люблю и старую советскую классику, например «Чародеев», и отечественные боевики 90-х, такие как «Классик». Бывает, смотрю современные качественные сериалы с хорошей актёрской игрой. Ещё нравятся исторические картины. Один из любимых западных фильмов — «Гладиатор» с Расселом Кроу в главной роли.**

Любимый актёр/актриса?

**Первый, о ком подумал, — Джейсон Стэйтем. Как раз на днях пересматривал несколько фильмов с его участием.**

Какую музыку предпочитаете слушать?

**Зависит от настроения. От русского рока до эстрады 80-х, бардовской песни и русского шансона.**

Любимый вид спорта, хобби, увлечения?

**Конечно, самый любимый вид спорта — это хоккей. От судьбы не уйдёшь. Ещё люблю бильярд. Увлекаюсь плаванием и уже давно активно практикую закаливание. Как и спорт, это один из лучших способов укрепления иммунитета, на мой взгляд.**

Ваш идеальный отпуск?

**Солнце, море... Предпочитаю расслабленный пляжный отдых, без суеты.**

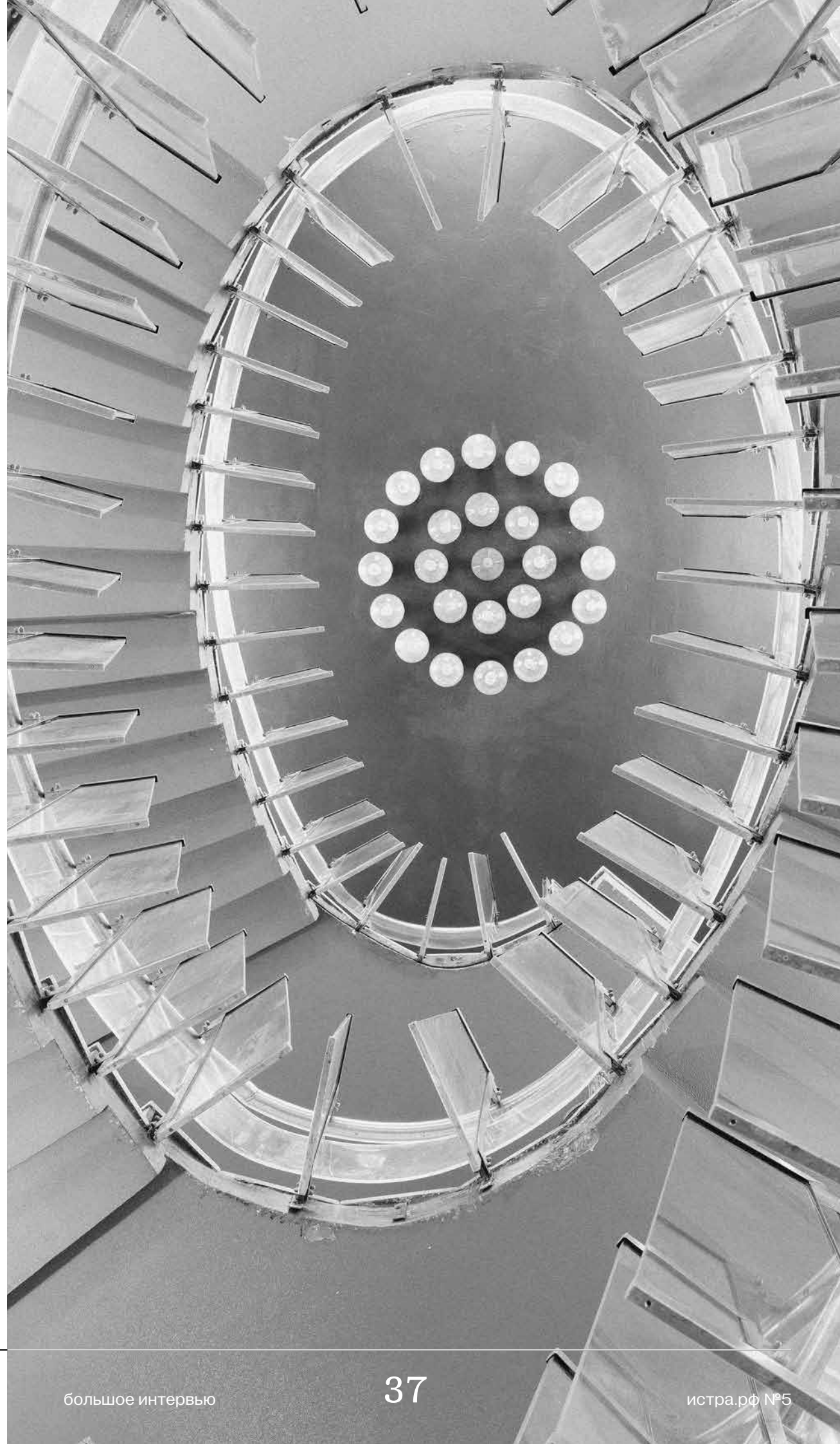
Какое качество больше всего цените в людях?

**Пожалуй, прежде всего честность, порядочность.**

Что для Вас самое ценное в жизни?

**Сама жизнь. Во всех её проявлениях.**

В завершение нашего интервью хочу поблагодарить Вас за открытый разговор и приятное общение! Будем наблюдать за развитием событий и вашими новыми инициативами. До встречи в Культурном центре «Зеленоград»! ■





# Фёдор Конюхов и Игорь Потапкин устано- вили

фото предоставлены Клубом полярных путешествий

# мировой рекорд 38

Выдающиеся российские путешественники и пилоты Фёдор Конюхов и Игорь Потапкин в период 7–8 июля 2024 года совершили первый в мире успешный перелёт в условиях высокоширотной Арктики на двухместном паралёте (мотопараплане) от 86 градуса северной широты до точки географического Северного полюса. Рекордный полёт в высоких широтах Арктики протяжённостью

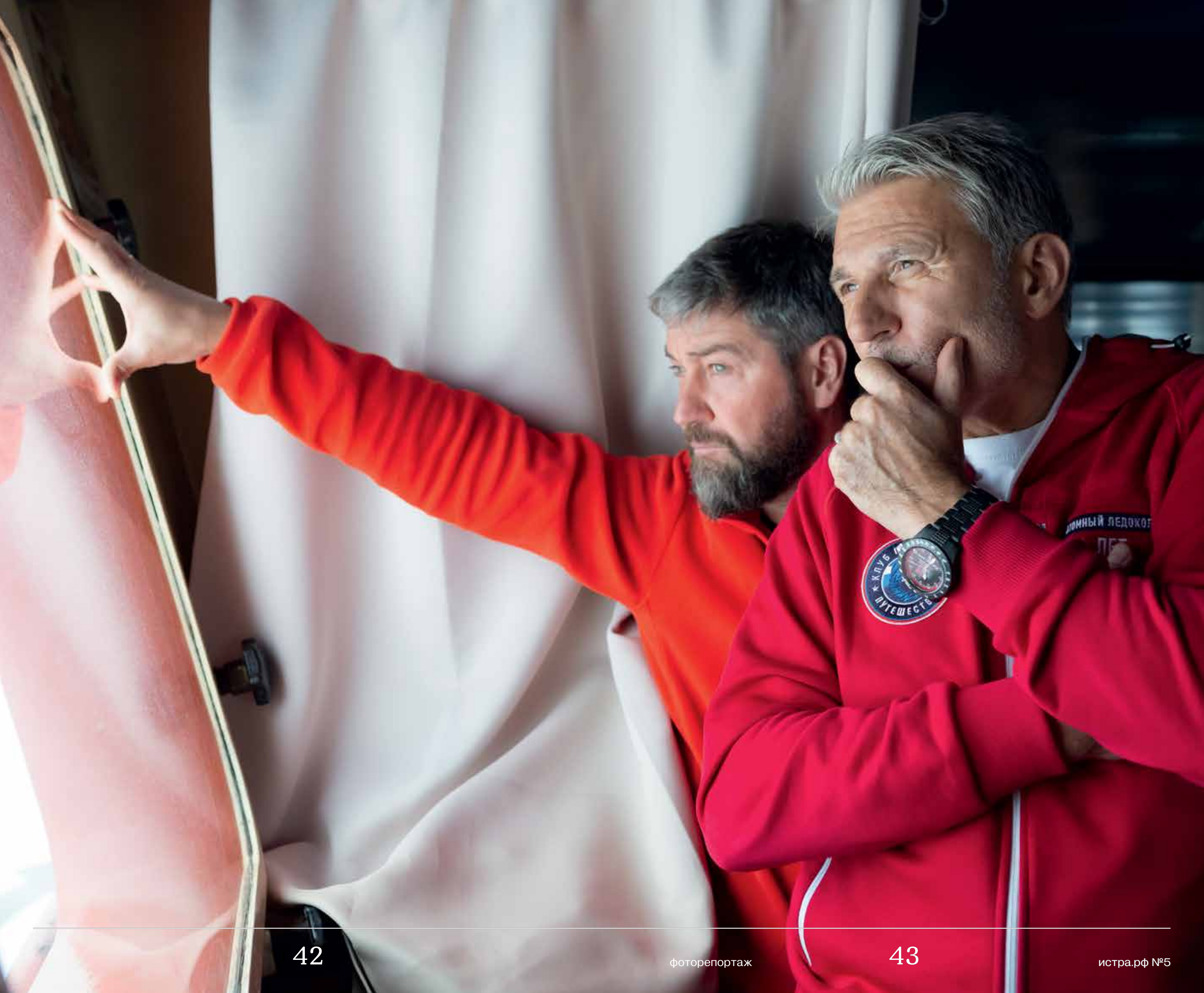


440, 51 км продолжился 10 часов и 13 минут с 16:29 7 июля до 02:42 8 июля (по МСК) и проходил в коридоре 57–60 градусов восточной долготы на высоте от 267 до 835 метров над поверхностью. Средняя скорость составила 47 км/ч.



































Сергей

Миндин

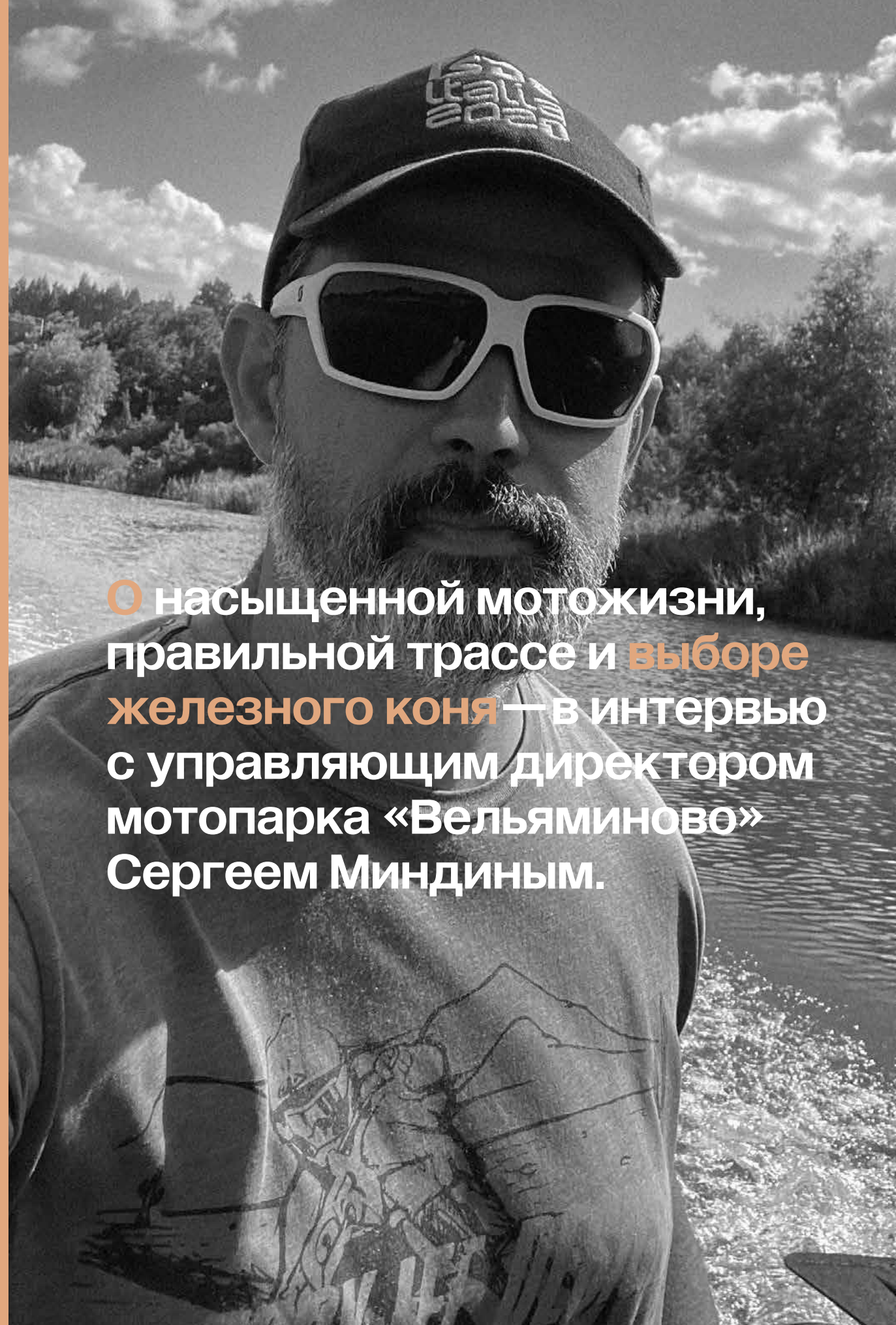
# Двенад- цать МОТО— трасс Вельями— НОВО

беседовала

Наталья

Мезинова

56



О насыщенной мотожизни, правильной трассе и **выборе железного коня** — в интервью с управляющим директором мотопарка «Вельяминово» Сергеем Миндиным.



Сергей, как возникла идея создания мотопарка «Вельяминово»?

Всё просто. Если вы занимаетесь футболом, вам нужно футбольное поле, если плаванием — бассейн. Мотоциклам нужна мотоциклетная трасса. Идеально, когда это не просто трасса, а место, куда ты можешь приехать, встретить единомышленников, отвлечься от работы и будничных дел и получить свой гормон «мотосчастья».

Острую необходимость в таком пространстве мы с командой почувствовали в 2013 году: хорошие старые трассы закрывались, новые постоянно чем-то не устраивали. Нам захотелось организовать своё место — точку притяжения, точку цивилизации мотоспорта, точку роста и развития как любителей, так и профессионалов. Такая вот простая сложная идея.

Территория в Вельяминово нам приглянулась по всем показателям: внушительный перепад высоты трассы, разный грунт — где-то песок, где-то глина, водоём. Мы увидели потенциал территории, хотя работы предстояло много: тут был заброшенный замусоренный карьер, горы шприцев, строительных отходов, аптекарских товаров и почему-то тысячи пустых пакетиков «смекты». Всё это требовалось вычистить, разровнять, благоустроить. Началась большая стройка.

15 октября 2015 года мы провели первые соревнования — финал кубка по кантрикроссу на мотоциклах, квадроциклах и байках.

Какова структура мотопарка?

В мотопарке «Вельяминово» десять разных трасс. Каждая — универсальная, под любую погоду. Мы работаем круглый год. Зимой добавляются ледовая и снегоходная трассы — мотоциклы «обувают» в специальную шипованную резину.

Основная наша трасса одна из немногих в стране имеет международный сертификат. Это уровень чемпионата Европы, который мы впервые провели в 2018 году. Трижды проходили чемпионаты России и молодёжные первенства, было много клубных и любительских соревнований. Каждые два года мы обновляем сертификат на трассу у Мотофедерации России.

Кроме основной, у нас есть малая трасса, песчаная, две детские трассы, три маршрута у Малого и Большого озёр и эндуростадион. Это позволяет проводить здесь соревнования самого разного уровня, от любительских до чемпионата Европы.

Чемпионата мира, Вы хотели сказать?

До чемпионата мира ещё немного надо доработать — обустроить техническое оснащение трассы, асфальтированные парковки, места размещения телецентра и множества разных служб.

С точки зрения спорта — трамплины, подъёмы, спуски, повороты — у нас всё организовано на высшем уровне. Но, как говорится, для проведения Олимпиады нужен олимпийский стадион.

В то же время у нас довольно много других мероприятий проводится: автомобильные тест-драйвы, рок-концерты, какие-то корпоративные мероприятия. Не совсем наша тема, но у нас есть возможность принимать разные форматы.

Нагрузку на мотокроссе можно сравнить с горными лыжами, потому что есть и боковое скольжение, и управление на скорости. Близка история к велосипедным внедорожникам — скоростному спуску с горы. В мотокроссе езда — это постоянное приседание и отжимание, взаимодействие с массой мотоцикла



Был фестиваль джиперский 4х4, были на квадроциклах гонки, на багги и т. д.

В Московской области высокая конкуренция среди мотопарков?

В 2013 году я выступал на профильном совещании комитета по спорту в Мособлдуме. Готовясь к совещанию, я насчитал в Московской области более 50 трасс разной степени обустроенности и зарегистрированности. Именно организованных трасс, где люди занимаются мотокроссом и следят за минимальной инфраструктурой. Например, трасса в Мытищах, в Солнечногорском районе в Брехово, по Ленинградке в Пешках, в Петрово-Дальнем, но она раз в десять раз меньше нашей.

Конкуренции как таковой у нас нет. У каждой трассы свои плюсы и минусы. Нашим преимуществом является то, что мы имеем возможность проводить масштабные статусные мероприятия.

50 трасс-соседей — и все официальные?

По-разному. Но чаще официальные. Есть даже и муниципальные, как, например, в Дмитровском районе. Там интересная история — в своё время глава района занимался этим видом спорта. Учреждён даже Кубок главы Дмитровского района. Есть свой клуб, есть меценаты, которые помогают ему существовать. Но есть и бюджеты, и официальные ставки.

В Вельяминово мы выкупили солидную долю земли и большой кусок взяли в аренду на 49 лет, потом переоформили в назначение «спорт». В любой истории есть нюансы.





**В мото-парке «Вельяминово» десять разных трасс. Каждая — универсальная, под любую погоду. Мы работаем круглый год. Зимой добавляются ледовая и снегоходная трассы — мотоциклы «обувают» в специальную шипованную резину**



**В Вельяминово мы выкупили солидную долю земли и большой кусок взяли в аренду на 49 лет, потом переоформили в назначение «спорт». В любой истории есть нюансы**

Несмотря на то что трасс много, в нашем внутреннем сообществе мы все друг друга знаем и хорошо общаемся. Даже шутка есть, что под любой куст заглянуть — найдёшь мотоспортсмена. К примеру, в Красногорске на стадионе «Зоркий» проходил этап чемпионата мира по ледовым гонкам. Сейчас их не проводят, а участники, судьи и даже зрители теперь тренируются на нашей трассе.

Разглядеть потенциал территории в Вельяминово — опыт команды или ограниченность выбора? Другие места рассматривали?

Мест мы смотрели много. Нас интересовали территории на небольшом удалении от Москвы, в северном и северо-западном направлениях. В отличие от волейбола, где можно играть практически на любой площадке 20 на 30 метров, в мотокроссе нужно не менее 10 гектаров под трассу — соревновательному духу всегда нужен масштаб. Смотрели места и в Наро-Фоминске, и по Ленинградке, и по Можайке, и по Новой Риге.

Опыт тоже был, так сказать, в наличии: я в своё время организовывал трассу напротив «пирамиды» на 35-м километре Новой Риги. Сейчас она прекратила существование и давно завалена мусором.

Почему? Из-за того что «пирамиду» разобрали?

Скорее это был мой просчёт: земля не была должным образом оформлена, не «застолбил» за собой. Хотя сил вложил немерено. Но подобные места, как правило, лакомый кусок для строительства посёлков либо мусорных полигонов — и такое бывает.

Допустим, если когда-то я захочу организовать свой мотопарк, на какие критерии стоит обратить внимание?

Первое — это транспортная доступность для людей. Люди должны понимать, куда приехать. И приехать им нужно по хорошей дороге. Некая непроходимая «просто точка» на карте никого сейчас не устраивает.

Второй — это удалённость от жилых объектов. Мотоциклы шумные. Наш мотопарк работает по определённым часам, мы постоянно измеряем уровень шума, следим за режимом тишины.

Третий, пожалуй, самый резонирующий в мотоспорте, — мотоциклистам, как ни странно, не нравится грязь. На глину и чернозём уже никто не поедет. Нужен песок или смешанный грунт. Это сложная задача для организаторов — из него труднее «слепить» трассу, сложнее ухаживать, но по современным меркам такая почва — лучшее решение для мотокросса.

Важный момент — перепад высот. На плоской поверхности тоже можно построить трассу. Но это уже не мотокросс, а суперкросс, где одни прыжки, и мотоциклист половину времени проводит в воздухе. Перепады высот — это классический мотокросс: подъёмы, спуски, виражи. В мотопарке «Вельяминово» перепад 55 метров. Его накопать руками точно не получится.

Далее, нужен водоём, чтобы организовать полив, удалять пыль с трассы. На нашей территории их три.

Есть абсолютно не зависящие от нас критерии. Например, для проведения чемпионатов, по международному



и российскому регламентам, на расстоянии десяти минут должна быть больница. Поэтому, если решите провести чемпионат мира в пустыне, ничего не получится. Либо надо будет построить рядом госпиталь. В 10–15 минутах езды скорой помощи должна находиться больница полного профиля. От нашего мотопарка она в трёх километрах, в Истре. Возможно, больница даже никогда и не понадобится. Но по правилам должна быть.

Кажется, я передумала организовывать свой мотопарк...

Если вас интересует коммерческая сторона вопроса, то мотопарк «Вельяминово» — не коммерция. Это можно назвать хозяйственной деятельностью, от этого никуда не денешься: земля имеет довольно большую налоговую и арендную нагрузку. Безусловно, есть приходная часть, есть расходная, но она устроена не по принципу коммерческой структуры, потому что буквально вся прибыль идёт на улучшение инфраструктуры.

Расскажите, пожалуйста, о команде мотопарка «Вельяминово».

Команда у нас большая, разнокалиберная. Но мы дружный коллектив единомышленников, потому что никто другой не поймёт наши какие-то внутренние нужды и вообще, что к чему, для чего, почему и от чего. Есть детская спортивная школа — наше основное юрлицо, возглавляет её Кристина Фокина. Она мотоциклист-любитель, в её задачах — административная часть.

Я управляющий мотопарка, занимаюсь общим руководством и организацией масштабных мероприятий. У меня есть опыт проведения соревнований и на Красной площади, и в Олимпийском, и в Сочи на автодроме, и так далее. Я участник в четырёх разных видах спорта чемпионатов России и международных гонок.

Тренерский состав опытных учителей, один из них — бывший тренер сборной СССР и России по мотокроссу. Другой — многократный чемпион России по разным мотодисциплинам и тоже мотоциклист советской закалки, универсальный.

Спецы по техническому обслуживанию трассы — чтобы её поддерживать в хорошем состоянии, требуется и бульдозер, и экскаватор, и много разной техники. Наш технический директор тоже мотоспортсмен, бывший профессионал, сейчас любитель, участник многочисленных чемпионатов и международных и российских гонок.

Есть механики, которые готовят технику, и рабочие, которые следят за бытовой частью: траву стричь, поливать трассу, благоустраивать.

Попечительский совет, или, как принято говорить, наши клубные основатели. Для них это родное детище и место, куда можно приехать на своём квадроцикле, своём мотоцикле и отвести душу по полной, получить заряд позитивных мотоэмоций.

Конечно, когда здесь проводятся крупные соревнования, команда увеличивается в разы — до 80 человек. Привлекаем даже из других регионов: судейские бригады, например, к нам приезжают из Костромы, с Сахалина, из Питера. Так же как и флаг-маршалы — те, кто стоит вдоль трассы и регулирует движение. Все собираются на конкретное мероприятие и работают на общее благо. Такой вот гибкий коллектив.

Основная наша трасса одна из немногих в стране имеет международный сертификат. Это уровень чемпионата Европы, который мы впервые провели в 2018 году





Вы сказали, что у вас две детские трассы. Как организована работа с молодым поколением?  
**Для детей у нас есть детско-юношеская спортивная школа, мы набираем группы от шести лет. Гараж порядка 30 мотоциклов для таких тренировок.**

Лично мне стало страшно от одной мысли «шестилетка на мотоцикле». Нет?  
**Во-первых, в нашем мотопарке существует обязательное требование к детям, которые приходят на тренировки. Они должны уметь ездить на двухколёсном велосипеде и как минимум управлять рулём одной рукой — и правой, и левой, то есть более продвинутыми, чем начальный уровень. Первичные навыки чувства баланса осваиваются исключительно на велосипеде.**

**В нашем мотопарке мы учим и формируем навык у детей шести — восьми лет обычной езде на мотоцикле. Мы не ставим целью готовить чемпионов в классе 50 или 65 кубов (самые младшие). Потому что всё-таки настоящий спорт начинается с 12 лет, когда мышечный каркас сформирован. Чемпионом мира по мотокроссу можно стать, как показывает опыт, начав тренировки и в 16 лет. В мотокроссе нет необходимости, как, например, в теннисе, начать играть с двух лет. А для более старших ребят мотокросс — это хороший выброс адреналина, сброс подростковой агрессии. И лучше, когда это всё происходит на правильно организованной трассе, на хорошей технике и в экипировке.**

**Во-вторых, в нашем штате тренеры, за плечами которых 30–40 лет опыта и тысячи человек, поставленных на колёса. Вкупе с правильными мотоциклами, защитой, грамотно организованной трассой и процессом обучения «шестилетка на мотоцикле» — это абсолютно не страшно и безопасно.**

Каков основной контингент учащихся школы мотопарка «Вельяминово»?  
**В мотопарк привозят своих чад родители, которые либо уже купили им питбайки и хотят, чтобы дети научились кататься в безопасном месте, либо планируют купить. Ведь так бывает, что люди часто покупают и не понимают, какой агрегат у них в руках. Много разных мотиваций для покупки. Поэтому важно понимать, что есть такое место, как мотопарк «Вельяминово», где объяснят, покажут и научат обращаться с мототехникой.**

**Если ваше чадо начинает своё знакомство с мотоциклом на парковке супермаркета или по деревенской дороге — это совершенно другая история, не про спорт. На улицах города часто можно встретить «диких» мотоциклистов-самочек, их видно сразу. Реально страшно становится, когда видишь их на питбайках. История опасная, потому что техника не предназначена для дорог общего пользования, а реализовывать свои способности новичкам хочется.**

**Питбайки стали новой головной болью дорог. Нельзя от этой проблемы спрятаться или говорить, что её не существует: на каждой автобусной остановке, в гаражах или на парковках встречаются подростки, которым родители купили этот вид техники.**

**Альтернативой уличному освоению мотоцикла как раз и являются такие трассы, как наша.**

**Мотопарк «Вельяминово» — не коммерческая структура, потому что буквально вся прибыль идёт на улучшение инфраструктуры**

**Команда у нас большая, разнокалиберная. Но мы дружный коллектив единомышленников, потому что никто другой не поймёт наши какие-то внутренние нужды**

**К слову сказать, мотокросс — вид спорта семейный, династийный: дедушка гонял в 70-х, сын гонял в 90-х, внук гоняет сейчас. Среди чемпионов нашей страны в основном все не в первом поколении мотогонщики. Соответственно, в Вельяминово можно приехать всей семьёй покататься. И с природой тут повезло: можно и цветы жене пособирать — в пределах мотопарка, конечно.**

С какими видами спорта без двигателя можно сравнить мотокросс?  
**Нагрузку на мотокроссе можно сравнить с горными лыжами, потому что есть и боковое скольжение, и управление на скорости. Близка история к велосипедным внедорожникам — скоростному спуску с горы. Но, например, те, кто пришли в мотоспорт из хоккея или бокса, более подготовлены, с хорошей координацией, реакцией и физической формой.**  
**Вожделение мотоцикла — это интенсивная физическая нагрузка. В отличие, например, от автомобиля, где каждый может сесть в машину, нажать педаль газа и выкрутить руль. На мотоцикле, особенно на внедорожном, масса пилота и масса байка приблизительно схожи. Поэтому в мотокроссе езда — это постоянное приседание и отжимание, постоянное взаимодействие с массой мотоцикла. Это технический вид спорта, но физически сильно нагруженный. Заезды проходят по 20–30 минут, при этом люди калорий сжигают больше, чем бегуны на десятикилометровом марафоне.**

Кстати, важный момент: в интернете есть пара разгневанных отзывов местных жителей относительно шума. Что скажете по этому поводу?  
**Скажу, что мы некоторое время не могли понять, откуда такие отзывы берутся. Как я уже говорил, с режимом тишины и уровнем шума у нас всё строго. А потом поняли. Когда в посёлке появляется новичок с мотоциклом (как правило, подросток с питбайком), почему-то жители автоматически приписывают его нам. Хотя это далеко от действительности. Но разбираться с этим никто не хочет. Поэтому и появляются такие отзывы.**

Может быть, такое поведение местных жителей связано со стереотипами вокруг мотоциклистов: шум, грязь, хулиганье... Пытаетесь ли бороться с устоявшимся мнением?  
**Стереотипы сложно рушить. В СССР шутка была: если хочешь найти кроссовую трассу, надо сначала найти кладбище и помойку. Мне кажется, отсюда такое отношение, ореол некой «чумазости» спорта.**

**В основном все мифы связаны со словом «байкеры». Дополняется образ журналистскими клише: рёв моторов, адреналин в крови, сорви-голова, риск на дорогах и что-то там ещё. Скажу сразу, если профессионально заниматься мотоциклетным спортом, то это не так рискованно, как кажется со стороны. Всё зависит от навыков, умений, мастерства техники.**

**Люди, не связанные с мотоциклами, всегда стараются выделить нас в некую социальную группу — «мотоциклисты», даже если не упоминается расхожее «байкеры». Но, например, автомобилистов уже давно в отдельный слой не выделяют — вроде как у большинства есть автомобили или могут**





**Мото-  
кросс — вид  
спорта семейный,  
династийный:  
дедушка гонял  
в 70-х, сын гонял  
в 90-х, внук  
гоняет сейчас.  
В Вельяминово  
можно приехать  
покататься  
всей семьёй.  
И с природой тут  
повезло: можно  
и цветы жене  
пособирать —  
в пределах  
мотопарка, ко-  
нечно**

себе позволить. А за владельцами мотоциклов осталась такая слава ещё с советских времён. Мир меняется. На трассе мотопарка «Вельяминово» соревнуются на равных и высокопоставленные чиновники, и, например, слесари из автосервиса — здесь они разговаривают на одном языке, спорт их объединяет.

Если хорошо промониторить, выяснится, что многие из вашего окружения увлечены мотоциклами. Просто они не всегда на виду и не «с бородой и брюшком». Можно не иметь бороды и любить мотоциклы.

А лично у Вас когда появился самый первый мотоцикл?

Я лет с десяти часто гонял на мопеде старшего брата. А в восьмом классе купил первый мотоцикл. Помню, как на электричке перевозил его из Москвы на дачу. С тех пор мотоциклы — неотъемлемая часть моего гаража.

Есть ли в Вашем гараже китайский мотопром?

Нет. Как нет и в гараже мотопарка «Вельяминово».

На мой взгляд, китайские мотоциклы очень сильно переоценены. Они должны стоить на порядок ниже своей заявленной цены.

В наших реалиях качественных японских или европейских брендов стало мало: или их нет, или их достать сложнее либо дороже, — продавцу в магазине проще продать доступное китайское низкокачественное. Продавцы обычно предлагают то, что им выгодно продавать. Очень похоже на обман.

Особенно когда читаешь заголовки, что невнятный китайский мотоцикл — «убийца Honda», хотя от Honda у него только внешний вид.

К нам приезжал чемпион Китая по мотокроссу, так вот он ездит на Yamaha. А приезжал он продавать нам китайский. Спрашиваем, как так получилось. Он честно ответил, что мотоспорт у них весь на японских мотоциклах. А есть национальный класс, что-то вроде прыжков в мешках, они проводятся на китайских. Мы отказались от китайской техники.

На «китайце» правильно ездить не научишь. Дело именно в нюансах. Как, например, с велосипедами: в СССР выбора не было, а сегодня любой прохожий скажет, что велосипед надо покупать по росту.

В китайских мотоциклах, особенно внедорожных, нет правильной посадки, то есть уже заложено производителем, что научить нормально вставать, садиться, выполнять какие-то манёвры для скоростной езды невозможно. Тормоза у «китайцев» есть, но они неинформативные: нельзя мягко притормозить, можно только полностью заблокировать колесо. Казалось бы, незначительный нюанс, но он принципиально меняет поведение на трассе.

Ещё нюанс — подвеска. У японского мотоцикла треть стоимости — это стоимость подвески, так как именно она за счёт пружин правильно отрабатывает неровность. В китайском мотоцикле — это 10% его стоимости.

Я допускаю, что когда-нибудь произойдёт чудо с китайским мото- и автопромом, как это однажды произошло с корейским. Но пока китайских марок моделей нет в первых строчках ни в одном спорте. Условно говоря, как только Haval будет выигрывать «Формулу-1», можно будет говорить, что научились делать технику, доросли. Но пока этого нет. И пока всё происходящее, на мой взгляд, похоже на обмен денег за металлолом.

Тем, кто планирует покупать мотоцикл, что посоветуете?

Я бы посоветовал приехать к нам в мотопарк «Вельяминово», взять у нас в прокате технику и покататься с тренером. Это поможет погрузиться в тему, понять, что вам нравится, и определиться с выбором. ■

Московская область, г. Истра,  
мотопарк «Вельяминово»  
телефон: +7 800 550-27-15



Люба

Тергалинская

беседовала

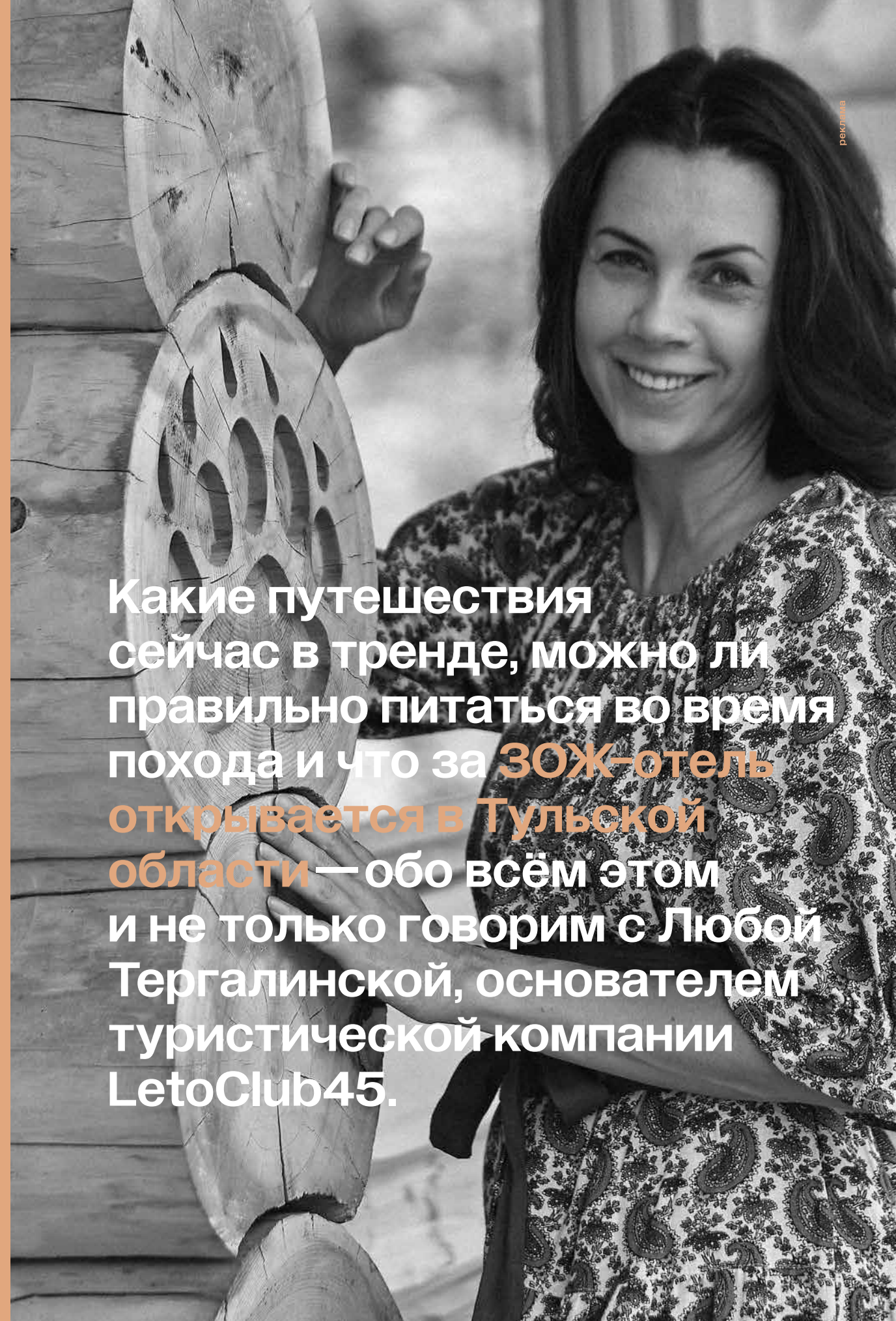
Марина

Светлова

# Путеше- ствия

## со смыслом

68



Какие путешествия сейчас в тренде, можно ли правильно питаться во время похода и что за **ЗОЖ-отель** открывается в Тульской области — обо всём этом и не только говорим с Любой Тергалинской, основателем туристической компании LetoClub45.



Уже некоторое время Вы не так активны в публичном пространстве, как раньше. В связи с чем такие перемены? Действительно, последние два года я почти не появляюсь на местных тусовках. Это связано с реализацией нового проекта семьи Тергалинских — строительством ЗОЖ-отеля «Дом здоровья «Кедровый» в Тульской области.

Как появилась такая идея и почему выбрана Тульская область? Всё началось в пандемию в 2020 году, когда мы сделали свой авторский проект «Школа выживания в бизнесе и жизни» на берегу Волги в Тверской области. Один из участников настолько проникся идеей, что пригласил нас в Деревню путешественников Фёдора Конюхова, чтобы мы там сделали что-то подобное. И мы провели там пять фестивалей. А пока делали всё это, влюбились в эти места и решили построить там отель. Но не простой, а ЗОЖ.

Фёдор Конюхов постоянно в экспедициях. И у него есть своя деревня? Совершенно верно. Фёдор Конюхов мог бы выбрать любое место на планете, и его много куда звали и зовут, но он предпочёл экологически чистое и красивое место в Тульской области, окружённое лесом, и в 2015 году основал Деревню путешественников. Сейчас она активно развивается и уже стала музеем под открытым небом. В какой ещё деревне есть 665 скворечников, 37 храмов и часовен, около 100 монументов героям России и известным людям нашей великой страны?

Деревня доступна для посещения? Да, деревня открыта для всех желающих. Приезжают отовсюду. И школьные группы, и паломники, туристы, романтики.

Откуда были самые дальние гости? С Чукотки. Заместитель министра по туризму Чукотского АО у нас уже гостил. Договорились о сотрудничестве по развитию туризма на Чукотке. Приезжал правнук Дмитрия Ивановича Менделеева из США. Хочет переезжать в Россию и получать наше гражданство. А ещё запомнился Алексей Костюченко — 33 дня ехал к нам в деревню на хендбайке, чтобы попасть на фестиваль, посвящённый Дню семьи.

Вернёмся к отелю. Почему ЗОЖ? Не боитесь потерять часть аудитории? Мы уже много лет сами стараемся вести здоровый образ жизни, и нам хотелось соединить в одном месте наш опыт в туризме, любовь к природе и естественным методам оздоровления и омоложения организма.

На самом деле очень мало мест, где не приветствуются крепкие напитки, табакокурение, сквернословие, где не используются продукты из супермаркета. Мы просто делаем, как чувствуем, как видим, в гармонии с собой и со своими взглядами и принципами. Мы готовы к тому, что это понравится не всем, мы на это и не рассчитываем. А вот те, кто выбрал

В какой ещё деревне есть 665 скворечников, 37 храмов и часовен, около 100 монументов героям России и известным людям нашей великой страны

Во всех наших путешествиях и походах мы придерживаемся принципов натурального здорового питания и используем по максимуму локальные продукты. Если не удаётся обеспечить какие-то позиции, то отправляем посылкой свои

Мы ведём работу по организации экспедиций на «Барнео», высокоширотную полярную станцию, с возможностью лыжного похода, тура в собачьих упряжках и десантирования на парашютах

путь здорового образа жизни, разумного потребления, осознанности, — это наши гости! Скажу коротко: наш подход основан на простых вещах, которые даны любому человеку уже по праву его рождения. Это чистый воздух, вода, земля, травы, деревья, физические упражнения, умеренность в питании, инфогигиена. Мы просто делимся нашим опытом, информацией, рассказываем и показываем, что делаем сами.

Это будет большой комплекс, рассчитанный на массовый туризм, или камерный, бутиковый формат? Конечно, камерный! При массовом туризме и потоке сложно обеспечить индивидуальный подход к каждому гостю, окружить его любовью и заботой, вниманием. Да и отношение у нас к проекту не как к бизнесу, а как к своему детищу. Комплекс состоит из пяти двухэтажных гостевых домов, отделанных сибирским кедром, настоящей кедровой бани с правильным парением и медленным прогревом, клубного дома с кафе и магазином товаров и продуктов для здоровья. Для гостей будет организовано питание исключительно из натуральных чистых продуктов, по большей части выращенных в этой местности. Никаких горячительных напитков, белого сахара, муки, дрожжей и химии. Походы, физические активности, правильная баня, закаливание. Творческие вечера, встречи с интересными, яркими людьми, лекции, дискуссии, просмотры концептуальных фильмов. Ещё мы построили часовню Св. Нилу Столобенскому.

Будем ждать с нетерпением открытия. Кстати, когда? Мы уже сейчас работаем в тестовом режиме — тренируемся на друзьях. (Смеётся.) Техническое открытие — октябрь–ноябрь 2024-го. К новогодним каникулам уже должны отладить все процессы. Ждите анонсы!

Вижу вас во «ВКонтакте». Несмотря на строительство отеля, Вы достаточно много путешествуете, причём по России. Совершенно верно. Как говорится, не было бы счастья, да несчастье помогло. Мы столько лет ездили по заграницам, а когда случились известные всем события, очень многие переключились на путешествия по России. И знаете, у меня был шок и сожаление, что мы не сделали это раньше. Наша страна прекрасна и удивительна.

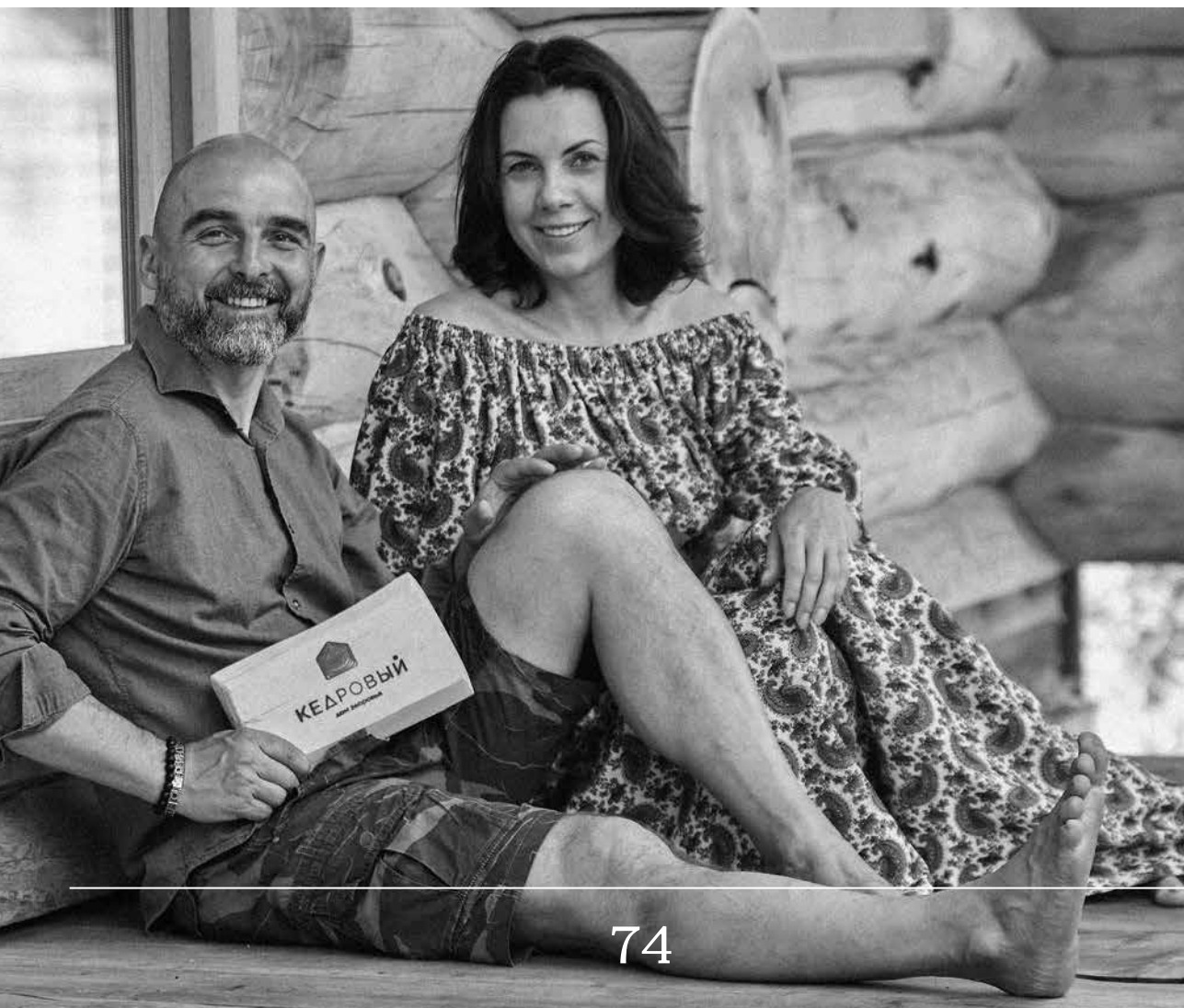
Я знаю, что Вы не просто путешествуете, а ещё и собираете группы. Несколько раз в году мы стали организовывать наши авторские программы. Даже создали специально под это туроператорскую компанию — «Клуб путешествий Тергалинских».

В основном это путешествия по России. Это мой любимый Дальний Восток — Сахалин и Курильские острова, Владивосток и Приморье, Чукотка. Прекраснейший Кавказ — в этом году сдружили «Тридцатку», знаменитый советский пеший маршрут, начинающийся в Адыгее с плато Лаго-Наки и заканчивающийся в Дагомысе. Он так и называется в народе «Через горы — к морю». Красивейшие цветущие луга, горы, вид, звёздное небо! Места боевой славы, всё пропитано историей. Маршрут несложный, но нагрузка будет.









Здоровое питание удастся обеспечить во время походов?

**Вот это и есть наша отличительная особенность.**

Во всех наших путешествиях и походах мы придерживаемся принципов натурального здорового питания и используем по максимуму локальные продукты. Если не удастся обеспечить какие-то позиции, то отправляем посылкой свои. Например, наши партнёры на Кавказе сейчас не смогли найти бездрожжевой хлеб из цельнозерновой муки и качественную тушёнку — мы отправили посылкой.

Серьёзный подход. Какие у Вас будут ещё туры, когда, куда и как можно присоединиться?

**Я всерьёз увлеклась изучением культуры китайского чая, церемоний — провожу их для гостей в своём отеле. В апреле 2025 года организую чайный тур в Китай. Посетим самые знаменитые плантации, примем участие в сборе и изготовим свой авторский чай, познакомимся с мануфактурами и удивительными людьми, будем много дегустировать, погружаться в процесс. Совместим это с экскурсиями по интересным местам, познакомимся с историей, культурой, обычаями страны.**

**В 2025 году будет тур в Северную Корею. Закрытая и таинственная страна, мало кто там был. А там есть и много достопримечательностей, горнолыжный курорт, пляжи, горы, трекинги и даже лагерь для детей.**

**Летом летим на Чукотку. Меня всегда манил этот суровый край. И вот представилась возможность при поддержке руководства региона организовать туда группу.**

**Ну и, конечно, Северный полюс. Наиболее комфортный способ — это круиз на атомном ледоколе «50 лет Победы» в июле и августе 2025-го.**

**Мы ведём работу по организации экспедиций на «Барнео», высокоширотную полярную станцию, с возможностью лыжного похода, тура в собачьих упряжках и десантирования на парашютах. Но это уже история для тех, у кого железная воля. ■**

**Бронирование путешествий за рубежом и по России:**

**letoclub45.ru**

**Новорижское ш., 23 км, ТЦ «Покровский»**

**+7 495 720-79-36**

**+7 926 911-13-00**

**Авторские программы**

**«Клуба путешествий Тергалинских»:**

**Любовь Тергалинская**

**«ВКонтакте»: vk.com/id707723460**

**Telegram +7 916 743-31-00**

**Дом здоровья «Кедровый»:**

**Виталий Тергалинский**

**+7 909 691-59-39**



Карина

Орлова

Новая

беседовала

Марина

Светлова

# Точка притя- жения в Истре

76

Совсем недавно в Истринском районе открылся уютный магазин косметики и ароматов для дома «По составу». Давайте познакомимся с идейным вдохновителем проекта — косметологом со стажем Мариной Орловой.

реклама



Карина! Поздравляю с открытием магазина! Ассортимент очень разнообразный и интересный. Расскажите, пожалуйста, немного о себе и своём проекте.

Спасибо! Проект, как и многие на рынке, сложился по запросу. Уже почти семь лет я веду обучающий блог по уходу за кожей, разбираю составы косметических средств. Объясняю, какие из них работают, а какие нет. Занимаюсь подбором средств для домашнего ухода. Во время консультаций с клиентами я не раз сталкивалась с такой проблемой: девушкам не к кому обратиться за эффективным домашним уходом. Косметологи в основном пытаются продать марку, на которой они работают, консультанты в магазинах — то, на что сейчас стоит план, а у дерматологов совсем другие заботы. Я же работаю на стыке косметологии и косметической химии. Мне не важны бренд, маркетинг и цена средства. Я смотрю только на состав и активные ингредиенты.

Так и родился проект «По составу»: мы постарались собрать наиболее эффективные средства на рынке с точки зрения соотношения между ценой и качеством. Сейчас наша команда активно работает над сайтом, в Москве будет точка выдачи заказов, а в Истре, Крюково — наш флагманский магазин. Он получился очень светлым и уютным.

Вы упомянули про эффект от домашнего ухода. А есть ли он?

У всех нас в мозгу «установка»: если хочешь эффекта — нужно бежать к косметологу...

100% есть! Главное — качественно его подобрать и рутинно использовать. Я нисколько не умаляю достоинств правильной косметологии. Например, инъекции ботокса вам не заменит ни один крем. Однако верно подобранный домашний уход, без «косметического шума», способен решить такие проблемы, как акне, чёрные точки, комедоны, пигментация, сухость или, наоборот, излишняя жирность кожи, розацеа, тусклый цвет лица. Это вполне реально, и это подтверждают результаты моих клиентов.

На рынок вышло большое количество новых брендов. Конкуренция огромная, очень сложно сделать правильный выбор.

На каком основании Вы подбирали средства в магазин?

Только на основании состава. Поэтому проект и был назван «По составу». То, что для многих является непонятными буквами на обратной стороне упаковки, мне может рассказать о многом. Какой продукт по текстуре, есть ли в нём активные ингредиенты, в рабочих ли они концентрациях или это просто маркетинговый ход, чтобы написать красивые заголовки на упаковке, аллергенный ли продукт, для какой кожи он может подойти — все ответы я могу найти в составе.

В вашем магазине средства разной ценовой категории. От чего это зависит?

Есть ингредиенты, которые не могут стоить дешево, например, это известный анти-эйдж компонент ретинол, который взаимодействует напрямую с рецептором клетки и заставляет кожу, если говорить по-простому, молодеть. Есть разные формы ретинола, чем сложнее форма, тем она действеннее и дороже.

Также на стоимость влияют системы доставки активных компонентов в кожу. Основная функция нашей

Косметологи в основном пытаются продать марку, на которой они работают, консультанты в магазинах — то, на что сейчас стоит план, а у дерматологов совсем другие заботы











кожи — защитная, и как бы нам этого ни хотелось, кожа не готова просто так пропустить через себя активные компоненты сыворотки и крема. Поэтому, чтобы они не остались лежать на поверхности, нам надо их «протолкнуть». Для этого технологиями разрабатываются особые системы доставки, антиоксидантная защита — всё это повышает стабильность и эффективность средства и... увеличивает стоимость.

При этом есть дорогостоящие средства, по составу которых сразу видно, что работать они не будут, а активные компоненты добавлены только для маркетинговых лозунгов.

Всё это я учитывала при подборе ассортимента — каждая баночка была оценена с точки зрения соотношения цены и качества.

Наверное, на подбор такого ассортимента ушло много времени?

Не буду лукавить! Несмотря на мой многолетний опыт и множество сертификатов по косметологии и косметической химии, я подбирала средства почти полгода, вдумчиво изучая и тестируя составы. Мы гордимся своим проектом, ведь это не просто магазин, где продаётся всё подряд: из каждой марки мы постарались выбрать самые сливки и предложить их нашему клиенту.

Как Вы видите дальнейшее развитие своего проекта? Планируете ли проводить интересные мероприятия, лекции, тренинги?

Для начала мы хотели бы сломать шаблоны «уход не работает», «подобрать уход способен только косметолог».

Есть дорогостоящие средства, по составу которых сразу видно, что работать они не будут, а активные компоненты добавлены только для маркетинговых лозунгов

У нас представлены как демократичные российские марки, использующие в составе натуральные ингредиенты, так и зарубежные производители средне-высокого ценового сегмента, такие как Teatro, Cereria molla, KOBO, Wally 1925



Приходите — и вы увидите, как он может работать. В дальнейшем планируем проводить образовательные мероприятия по уходу, но уже сейчас в нашем телеграм-канале выкладываем рабочие подборки средств: хочется делиться знаниями, нам есть что рассказать.

В вашем магазине представлена только уходовая косметика?

Нет, у нас также большой выбор декоративной косметики и ароматов для дома — свечей, диффузоров. Красота — понятие всеобъемлющее. Сразу видно, когда человек «светится изнутри». Маленькие приятные мелочи помогают создать вокруг себя атмосферу уюта, расслабиться и превратить ежедневную рутину ухода за собой в приятный ритуал.

Повторюсь, мы долго искали производителей качественной продукции, сами всё тестировали. У нас представлены как демократичные российские марки, использующие в составе натуральные ингредиенты, так и зарубежные производители средне-высокого ценового сегмента, такие как Teatro, Cereria molla, KOBO, Wally 1925. В ближайшее время планируем ввести в ассортимент парфюм.

Какое средство из вашего ассортимента обязательно нужно попробовать каждому покупателю?

У всех свои особенности, потребности кожи и волос, возраст. Сложно назвать продукт, который нужен был бы всем. Но у меня есть любимчики, о которых я говорю уже не первый раз.

Лёгкий пилинг на основе молочной кислоты Blithe Soothing&Healing Green Tea Splash Mask — он отлично выравнивает тон кожи, дарит ей сияние, уменьшает воспаления. Может использоваться как для лица, так и для тела, а также как пилинг для кожи головы.

Солнцезащитный крем CUSKIN Blemish Sun Lotion SPF 50+. Я всегда говорю, что лучший антивозрастной крем — это солнцезащитный. Этот вариант — идеальный солнцезащитный крем, который совмещает в себе свойства уходового продукта и не оставляет жирности и белых следов.

Очищающая пилинг-маска MEDI-PEEL Herbal Peel Tox PRO — абсолютный хит среди наших покупателей. Маска с мгновенными эффектом идеально ухоженной кожи, действие которой основано на спикулах — наночастицах морской губки.

Карина, большое спасибо за интересную и содержательную беседу! Уточните, пожалуйста, где в Истринском районе находится ваш магазин.

Мы располагаемся в небольшом, но очень уютном ТЦ «Верста» в Крюково. Будем рады вас видеть! Подписывайтесь на наш телеграм-канал @posostavyshep, чтобы знать всё об эффективном домашнем уходе и предстоящих мероприятиях.

Первое состоится 2 октября в 12:00. Мы встретимся с основательницей бренда Face Yoga. Подробнее о мероприятии можно узнать на нашем канале или по телефону +7 977 724-00-42. ■



У нас в России множество необычных музеев. Например, **Музей утюга** в Переславле-Залесском, где можно увидеть 12-килограммовое приспособление для глажки белья. Или **Музей одной картины** в Пензе: с 1983 года там выставлялись только 20 полотен и одна икона.

# Музеи, которые надо создать

спрашивала Екатерина Харитонова

А в Калужской области и вовсе есть **Музей мусора**. Поэтому в этот раз мы решили спросить у наших читателей: какой музей вы хотели бы создать?

## Александр Стрельников

основатель  
российско-китайской  
транспортной компании  
RusTransChina

Я бы создал музей мира китайской кухни — одной из самых древних и разнообразных кулинарных традиций на планете. Еда — не просто пища, это часть культурного наследия каждого народа. Музей станет образовательным центром: посетители узнают о происхождении различных ингредиентов, истории блюд и их значении.

В музее будет несколько экспозиций, посвящённых различным региональным стилям китайской кухни: сычуаньской, кантонской, шанхайской и пекинской. На мастер-классах и дегустациях гости



смогут попробовать эти блюда. Плюс сувенирный магазин, где можно найти традиционные ингредиенты и кухонные принадлежности из Китая.

В современном мире многие кулинарные традиции теряются. А музей станет местом, где они будут сохранены и переданы будущим поколениям.

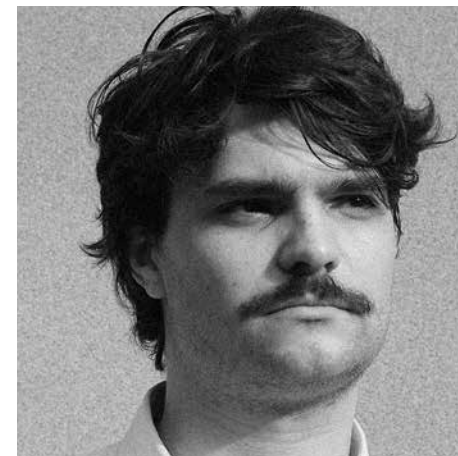
## Валентин Фёдоров

арт-фотограф и  
автор телеграм-канала  
«Фотоувеличение»

Каждый музей подсвечивает что-то важное в исторической перспективе и сохраняет это для потомков. Важно не только показывать экспонаты, но и делать так, чтобы они не разрушились через 20 лет. Мне нравится мысль, что музей это про что-то вечное, но это можно легко утратить, если в помещении будет слишком влажно или жарко. Поэтому хочется акцентировать внимание на этом аспекте.

Например, можно сделать музей того, что нельзя потерять, потому что у него нет оригинала. Например, работа Джозефа Кошута «Один и три стула». Работа выглядит как стул, фотография этого стула и копия словарной статьи «стул». А какой именно стул — тут не важно, его можно легко заменить и невозможно утратить.

Это напоминает о парадоксе корабля Тесея. Перед каждым плаванием



корабль чинили, часть досок меняли, в конце концов, их заменили все. Из-за этого среди философов возник спор: это тот же корабль или уже другой, новый? А если бы все замененные доски были сохранены и из них бы построили судно, то какой из этих двух кораблей является оригиналом?

И таких работ с взаимозаменяемыми частями в современном искусстве достаточно много: «Комедиант» Маурицио Каттелана или «Портрет Росса в Лос-Анджелесе» Феликса Гонзалеса-Торреса.



# Ксения Корнеева

маркетолог,  
копирайтер, член Союза  
пиарщиков России

Я ребёнок 90-х. Порой так нака-  
тывает ностальгия, когда видишь пристав-  
ки, яркие значки с именами, что хочется  
вернуться туда, где бабушка зовёт на бли-  
ны, а в обед идут «Черепашки».

Если бы у меня был шанс создать  
свой ни на что не похожий музей, я бы откры-  
ла музей поп-культуры детей 90-х и нача-  
ла 2000-х, суперинтерактивный музей, где  
можно погрузиться в беззаботное детство.

Несколько этажей, где можно  
было бы прожить день из детства:



проснуться в комнате, увешанной плака-  
тами, отправиться на детскую площад-  
ку, побегать по крышам гаражей, сыграть  
во дворе в футбол, а после пойти на обед,  
чтобы посмотреть серию любимого мульт-  
фильма и поиграть в приставку...

# Валерия Гиппиус

писатель

Я бы создала фантазийный сол-  
нечный музей счастья — с панорамными  
окнами, видом на горы, где каждая карти-  
на или, например, скульптура наполнены  
светом и теплом. Чтобы каждый посети-  
тель мог восстановиться после неудачно-  
го дня и найти поддержку в искусстве.



# Елена Красиль- никова

учитель начальных  
классов

Я бы открыла музей потерянных  
школьных вещей. Целые залы, посвящённые  
тем самым карандашам и ластикам, кото-  
рые дети постоянно оставляют на партах.  
В одном зале можно было бы посмотреть  
на забытые шапки и пакеты со сменкой,  
а в другом — на коллекцию учебников и те-  
традей с незаконченной домашкой.



Дети могли бы не только разгля-  
дывать эти вещи, но и участвовать в квестах,  
чтобы понять, как важно следить за своими  
вещами.

# Виктор Сойкин

дизайнер

У меня сразу несколько идей!  
Музей вирусов, где были бы собраны исто-  
рии о самых известных и разрушитель-  
ных компьютерных вирусах, а также о том,  
как они повлияли на мир технологий.

Ещё один музей — музей ба-  
гов и ошибок. Кстати, 9 сентября  
как раз отмечается Bug Day. Например,  
можно было бы подробно рассказать  
о «проблеме 2000».

Ну и конечно, музей информацион-  
ных носителей — перфокарты, дискеты, ди-

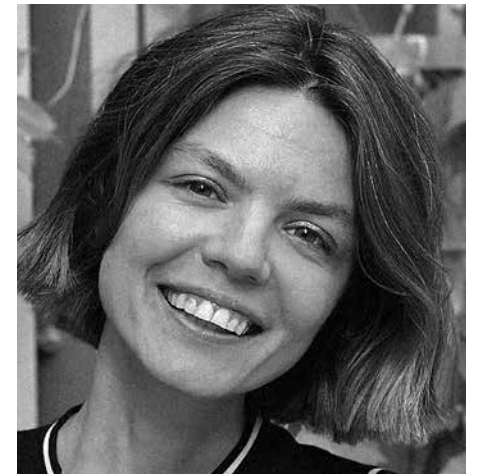


ски, флешки. Хотя, наверное, такой  
существует. Или можно объединить  
эти три музея в один большой.

# Мария Миклу- шевская

художник

В первую очередь, музей  
для меня — это пространство, где есть со-  
единение времени, контекста из прошло-  
го и объёма жизней разных художников.  
И мне кажется, в моём музее я бы сдела-  
ла акцент именно на субъективности —  
на человеческих историях, то, каким  
образом культура и искусство помогают  
нам сопереживать и расти душой.



# Вера Моргун

будущий стоматолог

Предлагаю музей улыбки! Это был  
бы интерактивный музей об истории сто-  
матологии и ухода за зубами: на выставке  
я хотела бы показать разные инструмен-  
ты, которые использовали в Древнем  
Египте, а потом в Средневековье: при од-  
ном только взгляде на них у вас побегут  
мурашки по коже! И так далее.

Но главная фишка музея — это  
такая хронологическая линия, где мож-  
но проследить эволюцию улыбки: от эпо-  
хи, когда главным способом лечения было  
удаление зуба, до современного культа  
идеально белых и ровных улыбок.

В специальном зале расположится  
ротовая полость — буквально! Это может



быть огромный макет или проекция, соз-  
данная с помощью виртуальной реально-  
сти. И берегитесь кариозных монстров:  
они там тоже обязательно будут.





## Выставка «Ускользающие воспоминания»



11 сентября — 1 декабря

11 сентября в музее-заповеднике «Архангельское» открылась выставка «Ускользающие воспоминания». В выставочном зале КВК «Ботанические оранжереи» представлены работы двадцати современных авторов, осмысляющих усадьбу Архангельское и жизнь семьи Юсуповых в конце XIX — начале XX века, — художников, фотографов, саунд- и свето-дизайнеров. В экспозиции оригинальные костюмы и их современные реплики, а также бытовые элементы непарадной жизни дворца и уличные фонари, освещавшие усадьбу в конце позапрошлого века.

«Юсуповы, без преувеличения, были теми людьми, кто стоял на острие истории, буквально творили её. И усадьба Архангельское была одним из тех мест, где эпоха рубежа XIX и XX веков проявилась во всей своей глубине. Вековые традиции смешивались тут с новыми веяниями, технический прогресс и поэзия не противоречили друг другу. Но что наша современность думает обо всём этом, как современные художники смотрят на старое дворянское гнездо? Этот взгляд в форме художественного высказывания и станет основным содержанием выставки», — рассказывает куратор Михаил Юшкевич.

Фотографии Михаила Розанова и графика Евгении Буравлевой представляют современные виды усадьбы. Рядом выставлены фототипии выдающегося фотографа Петра Павлова, переносящие посетителей в Архангельское начала XX века. Фотооткрытки современного фотографа Ивана Сахарова знакомят с образами Архангельского, существовавшими только в мечтах или воспоминаниях Феликса Феликсовича Юсупова-младшего.

Как яркие сны, мерцают в затемнённом пространстве выставочного зала работы студентов курса «Светодизайн и световые инсталляции» НИУ ВШЭ. Эти экспонаты, вдохновлённые прошлым, создают особую атмосферу не только в зале, но и за его пределами: несколько инсталляций, вливаясь в ландшафт парка и образуя с ним единое целое, приглашают погрузиться в ускользающие воспоминания.

КВК «Ботанические оранжереи»

Видео-арт и серия фотографий от творческого тандема Into Her Head (Елизавета Манахова, Мария Асабина), комиксы Дани Фисько, серия одежды из коллекции Retrolooks и готический флорариум Павла Бодунова и Валерии Куликовой раскрывают современный взгляд на летнюю княжескую резиденцию.

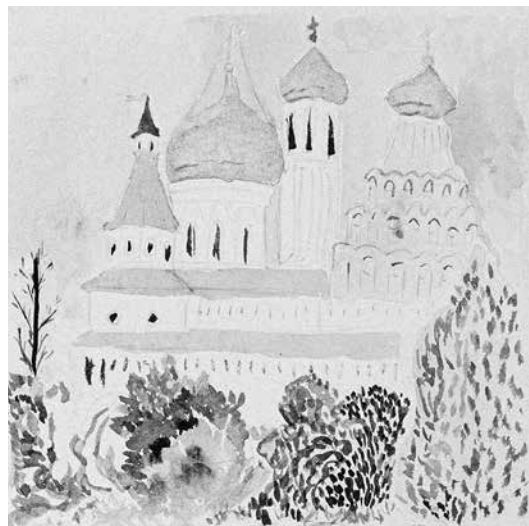
Саунд-арт композитора Фёдора Софронова (оммаж сочинениям П. И. Чайковского) и вокальный проект Екатерины Ишхановой по мотивам «Крейцеровой сонаты» Л. Н. Толстого создают аудиальную атмосферу выставочного проекта.

Комплекс умывальных предметов из Архангельского дворца демонстрирует повседневность, элементы непарадной жизни. Однако тогда, 130 лет назад, многие абсолютно рядовые предметы или удобства были уделом только весьма состоятельной публики.

# Музей-заповедник «Архангельское»

афиша      сентябрь — декабрь





27 сентября 16:00  
открытие выставки

Музей «Новый Иерусалим» — место, где искусство приносит радость и вдохновение. Детский центр музея отмечает свой юбилей выставкой детских работ, созданных на летних пленэрах за всё время проведения проекта. Это новое видение цвета, форм, всего пространства вокруг. Это красота глазами детей, их творчество и, безусловно, прекрасная история, написанная красками...

Приглашаем вас погрузиться в трогательную мозаику детских впечатлений, собранную с летнего пленэра. Позвольте себе насладиться волшебством, которое дарит лето!

На выставке будут представлены свыше 60 картин, которые участники от 4 до 99 лет писали под руководством бессменного педагога Детского центра, художника-декоратора, члена Творческого союза художников России Татьяны Павловой.

Выставка будет работать до 10 ноября. Вход свободный.

## «Лето, краски и музей» — большая выставка юных художников<sup>12+</sup> к 5-летнему юбилею Детского центра «Экспона- риум»



# Музей «Новый Иерусалим»

## афиша

Эта осень проходит под знаком музыки Альфреда Шнитке. В ноябре знаменитому композитору, который перевернул представление соотечественников о современной музыке, композитору-экспериментатору, открывателю собственного музыкального языка, исполнилось бы 90 лет. Этой дате посвящают фестивали, проекты, программы по всей стране, и в первую очередь в Москве, ведь именно этот город связан с периодом профессионального становления Шнитке.

Знаковое для его творчества сочинение — Первая соната для скрипки и фортепиано станет кульминацией концерта Степана Яковича и Юлии Лапчинской. Профессор Московской консерватории и концертмейстер его класса, победительница конкурсов пианистов, выстраивают путь к Шнитке по временной спирали: от великого Баха через романтиков Шуберта и Шумана. Вместе с Первой сонатой прозвучит и «Поздравительное рондо», которое Альфред Гарриевич написал к 50-летию

## Концерт «Русские фортепианные квинтеты для духовых инструментов»

12 октября 17:00 12+

Сочинения для ансамбля духовых не так часто встретишь в концертных афишах — это действительно репертуарная редкость. Тем любопытнее проект, предложенный музыкантами

## Концерт Степана Яковича и Юлии Лапчинской «От Баха до Шнитке»

19 октября 17:00 12+

скрипача Ростислава Дубинского. Музыканты символически посвящают исполнение этой пьесы памяти композитора.

В день проведения концерта зрители смогут посетить выставку «Культурный полюс. Таруса» бесплатно по случаю её закрытия.

Большого театра: квинтеты для духовых и фортепиано, написанные знаменитыми русскими композиторами.

В программе вечера — квинтет Антона Рубинштейна, напоминающий яркий виртуозный концерт для фортепиано с оркестром; квинтет Римского-Корсакова, завораживающий красочностью тембров деревянных и медных духовых; наконец, музыкальная картина Ипполитова-Иванова «Вечер в Грузии», неизменно впечатляющая слушателей своей живописностью и ориентальным колоритом.

Вместе с артистами Большого на сцену концертного зала музея выйдет пианистка Ольга Приз. Лауреат международных конкурсов, она преподаёт в Московской консерватории, ведёт гастрольную деятельность, активно занимается музыкальным просветительством.

# Иерусалим»

## сентябрь — октябрь





27 октября 15:00 12+

Вот уже более двух веков нас живо волнует всё, что связано с жизнью и судьбой великого русского поэта. А рождение его гениальных строк так и остаётся тайной, которую никому не дано разгадать. Но актриса Светлана Крючкова, непревзойдённый мастер художественного слова, каких в России сегодня единицы, пытается через поэзию почувствовать тайну отношений Пушкина с прекрасным полом. Её программа — исследование посвящений, попытка посмотреть, как по-разному Пушкин выражает свои чувства и какими разными были женщины, увлекавшие поэта. Есть здесь и мистический, загадочный след: например, знаменитое стихотворение «Я помню чудное мгновенье...» Пушкин посвятил Анне Керн, а Михаил Иванович Глинка свой романс на этот текст — дочери Анны Екатерине, в которую был влюблён.

Музыка — неотъемлемая часть программы, сочинения русских композиторов прозвучат в исполнении лауреата международных конкурсов Александра Крючкова (гитара).

# Концерт народной артистки России Светланы Крючковой «Я Вас любил...». Любовная лирика А. С. Пушкина

## Музей «Новый афиша



20 октября 15:00 6+

# «Ваня и крокодил». Музыкальный спектакль для всей семьи

Московская областная филармония представляет музыкальный спектакль «Ваня и крокодил» по сказке Корнея Чуковского «Крокодил». Сюжет о бесстрашном Ване Васильчикове, победившем в словесном бою зубастого хищника, композитор Григорий Ауэрбах превратил в детский мюзикл.

Зрители совершат путешествие из Петрограда образца 1916 года в экзотическую Африку. Горилла, Тигрица, Зебра, Гиппопотам, Крокодил и Крокодилица — каких только персонажей нет в этом спектакле!

Сценографы создали для спектакля эффектный 3D-контент. А главная изюминка постановки — живой оркестр,

который участвует в приключениях героев.

Спектакль «Ваня и крокодил» не раз гастролировал по России, участвовал в престижных форумах: он стал дипломантом театрального фестиваля «Маршак» в Воронеже и Большого Детского фестиваля в Москве.

Исполнители:  
Государственный академический оркестр солистов «Русские узоры»  
Ансамбль солистов «Рэйн Дропс»  
Актёр Театра на Покровке Андрей Сумцов  
Солисты Московской областной филармонии Елизавета Антонова, Людмила Боталова.

## Иерусалим»

октябрь



# Приглашаем принять участие в Фестивале национальных культур России!

3 ноября

12:00, 14:00



3 ноября 2024 года в Культурном центре «Зеленоград» пройдёт Фестиваль национальных культур России, приуроченный ко Дню народного единства. Основная цель и задачи фестиваля — внести свой вклад в формирование уважения к истории и культуре народов, проживающих на территории Российской Федерации через знакомство с различными культурами, традициями и обычаями. Кроме того, событие продемонстрирует возможности для реализации творческого потенциала в КЦ «Зеленоград».

## ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

12:00

Ярмарка мастеров. Мастера и ремесленники представят предметы и различные виды народного творчества — народные игрушки, украшения, вышивку, тканые, плетёные и вязаные изделия. Успеете подать заявку на участие — количество мест ограничено (участие платное).

Народные игры и мастер-классы.

Участники фестиваля покажут традиционные костюмы и обряды, расскажут об обычаях разных народов, а также предложат сыграть в национальные игры.

14:00

Концертная программа

Участники коллективов

КЦ «Зеленоград», а также приглашённые гости и звёзды исполняют песни, а также продемонстрируют танцы и фольклорные произведения народов, проживающих на территории РФ.

Участники фестиваля — творческие коллективы КЦ «Зеленоград» и приглашённые гости: заслуженный артист РФ Сергей Куприк, легендарная группа «Уч-Кудук».

По итогам фестиваля все участники будут награждены специальными дипломами и благодарностями.

Контакты: +7 903 962-60-69

TerLE@mos.ru

# Культурный центр «Зеленоград»

афиша

ноябрь