

## В номере:

- Борис ХОДОРОВСКИЙ  
Двойной портрет на фоне сектора  
для прыжков в высоту..... 2
- Что новенького? ..... 4
- Владимир МОЗГОВОЙ  
Невозможный Разин..... 6
- Сергей ШМИТЬКО  
Алексей Батраков..... 8
- Андрей ЧИРКОВ  
Геронтологи против Альцгеймера .... 9
- Ирина УТКИНА  
Альтернейт для всех нас.....10
- Екатерина ГЛУШКОВА  
Травы для бодрости .....12
- Александра МИХАЙЛИНА  
Мудры для здоровья и счастья .....14
- Владимир КОЧЕТКОВ  
Как один долгий выстрел .....16
- Борис ПРОКОПЬЕВ  
В спорт высших достижений  
можно ступить даже в 50 лет .....18
- Маргарита ЗАЙКОВА  
Жемчужина Алтая, или Пять дней  
на Телецком озере.....20
- Андрей БАТАШЕВ  
Екатерина Чумаченко. Повороты  
навывлет. Во сне и наяву.....22
- Валерий ИВАНОВ  
Мои марафоны .....23
- Оксана ТОНКАЧЕЕВА  
«Дайте детям возможность  
получать от спорта кайф».....24
- Сергей ШМИТЬКО  
Человек стадиона .....26
- Олег ИВАНОВ  
Борис Майоров: пишем коньками  
песни атак.....28
- Евгений БОГАТЫРЕВ  
«Как трудно женщиною быть».....30
- На 1-й странице обложки** — капитан БК ЦСКА Семен Антонов с Кубком ЕЛ ВТБ. Ему аплодирует и министр спорта РФ Михаил Дегтярев (на снимке — слева от Антонова), человек, знающий вкус спортивных побед.  
**Фото Андрея Голованова**

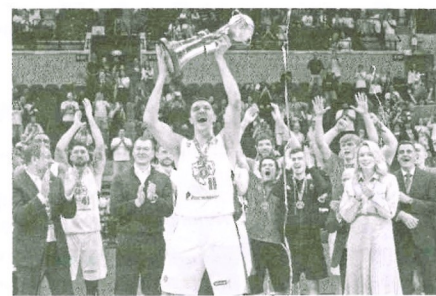
# Капитан Саймон

Первый трофей сезона поднял над головой ветеран ЦСКА Семен Антонов

Баскетбольный ЦСКА славится отношениями игроков, тренеров и персонала внутри команды. Это не просто команда, нацеленная на трофеи во всех соревнованиях, а настоящая семья. В Единой Лиге ВТБ многие игроки кочуют из Краснодара в Казань и из Москвы в Санкт-Петербург, отыграв в ведущих клубах страны по сезону-другому, а для капитана армейцев Семена Антонова нынешний сезон в составе ЦСКА уже девятый по счету.

Удивительно, но заниматься баскетболом Семен начал в Нижневартовске, где есть волейбольная команда Суперлиги и школа при ней. А вот баскетбольной нет. Это не помешало тренером заметить рослого парня. В 14 лет Антонов вымахал до 190 см! Ему повезло пройти настоящую баскетбольную школу у лучших специалистов страны. В молодежной команде московского «Динамо» парень из Нижневартовска получил уроки у Александра Сидякина и Сергея Скорочкина, вместе с которыми он перешел в саратовский «Автодор». В то время президент клуба Владимир Родионов совмещал административную должность с постом главного тренера. А славился Родионов тем, что всегда качественно работал, развивая молодые дарования.

Внесли свою лепту в становление Антонова в «Нижнем Новгороде» генеральный менеджер Сергей Панов и главный тренер Зоран Лукич, который сегодня возглавляет сборную России. Весной 2014-го волжане сенсационно дошли до финала Единой Лиги ВТБ и стали серебряными призерами турнира. Антонов к этому времени стал уже настоящим лидером команды и выступал за национальную сборную. Под руководством Дэвида Блатта он завоевал «бронзу» на Евробаскете-2011 и Олимпиаде-2012, а в составе студенческой сборной, которую тренировал Василий Карасев, стал чемпионом



пионом Универсиады-2013 в Казани.

В сборных Антонов мог сыграть на разных позициях. У него и бросок стабильный со средней и дальней дистанций есть, и умение обыграть оппонента один в один, и с опекой более рослых игроков соперников он при необходимости справлялся, подменяя центровых. А еще все партнеры отмечали коммуникабельность Антонова и его незаменимый вклад в командную «химию».

И в клубах, и в сборной за Антоновым закрепилось прозвище Саймон. «По имени меня, кажется, только мама и называет, — пошутил как-то Антонов. — На Саймона проще реагировать и легионерам, с которыми играл, и зарубежным тренерам. Закрепилось за мной это имя после фильма «Жмурки», где героя Дмитрия Дюжева, который учил английский по комиксам, называли Саймоном. Прическа тогда была точно такая же, как у персонажа фильма Алексея Балабанова».

Летом 2016-го Антонов перешел в ЦСКА и с тех пор защищает цвета московской команды. Менялись тренеры и партнеры, а Саймон был незаменим. Неудивительно, что он стал капитаном команды и первым поднял над головой первый трофей ЦСКА в нынешнем сезоне — Суперкубок Единой Лиги ВТБ. После двух сезонов, в которых армейцы упустили победу в лиге, весной ЦСКА вернулся на привычную чемпионскую позицию. Весомую лепту в этот успех внес любимец армейских болельщиков Капитан Саймон.

Антонов после матчей, независимо от их результатов, не отказывает болельщикам в автографе, селфи или просто в разговоре по душам. А еще на трибунах у него есть персональная группа поддержки — жена и трое детей. «Моя главная «трехка» в карьере!» — шутит Антонов.

Борис ХОДОРОВСКИЙ