

ЛЁД ПЛАВИТСЯ!

ХОККЕЙ

№5 (7)
СЕНТЯБРЬ-ОКТЯБРЬ
2013
www.hockey-city.ru

В ГОРОДЕ

**АЛЕКСЕЙ
ТАРАСОВ**

ТАТЬЯНА КУЗЬКИНА
РАССКАЗЫВАЕТ О МУЖЕ

«МУДРЫЙ ПЕСКАРЬ»
МОНОЛОГ

НХЛ
НАЧАЛО ЭТАПА НОВОГО СЕЗОНА

**ЖЕНЩИНЫ
НАЦЕЛЕНЫ НА БРОНЗУ**

ВСЕ МЫ НЕМНОГО ШАЙБАНУТЫЕ
СЕКРЕТЫ КАПИТАНСТВА

«СТРИЖИ» НА ЛЬДУ ЭДУАРД ТОПОЛЬ

16+

www.hockey-city.ru
НОВЫЙ САЙТ О ХОККЕЕ

ISSN 2309-3102 13007
9 772309 310777

- 6 В Сочи сборная России сыграет в новой форме
- 10 Крылья Алексея Тарасова
- 14 О дивизионе «Международный» НХЛ
- 16 Сергей Пилюгин о начале отборочного этапа нового сезона НХЛ
- 20 Как устроен Хоккейный Дом
- 28 Женская сборная нацелена на бронзу Олимпиады
- 32 Профсоюзные смены КХЛ — рецепт для межсезонья
- 35 Неспортивные факты об Антоне Воронине
- 36 На «Арене Морозово» лед работает круглый год
- 38 Чайковские Щелкунчики
- 46 Новая дорога форварда «Югры»
- 48 «Ладога» помогает хоккею
- 50 Хоккей как средство перемещения во времени. Анализ Виктора Горского
- 52 Все мы немного шайбанутые?
- 54 Монолог Василича — мудрого пескаря
- 60 Секреты и технологии гравитационной гимнастики
- 62 Утро Родины: хоккей на Сахалине
- 74 Настоящая леди — «Мисс МСХЛ -2013»
- 76 Капитан на аллее: Виктор Кузькин
- 81 Секреты капитанства
- 82 Функциональный тренинг от Максима Хилюка
- 86 Судейские штучки от Александра Зайцева
- 88 Эдуард Тополь представляет повесть «Стрижи на льду»

22



32

50



82

СЕКРЕТЫ И ТЕХНОЛОГИИ ГРАВИТАЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

| Марина БОГОМОЛОВА



По данным статистики, 80% населения планеты страдает от заболеваний и травм позвоночника. Многие спортсмены заканчивают карьеру из-за подобных проблем и уже не имеют возможности полноценно жить. Существуют лишь симптоматические терапии, которые направлены на подавление боли. Методики же, направленные на устранение причины и развитие резервных сил организма, пока не нашли своего широкого распространения. Одна из таких методик — Гравитационная гимнастика по Анатолию Самодумову, которая заключается в постепенном поднятии штанги астрономического для человека веса. Рекорд самого автора системы — 6,5 тонн. И он уверен, что это не предел.

Система Гравитационной гимнастики запатентована как в России, так и во многих развитых странах (например, в США).

— Анатолий Иванович, как ваша методика способствует восстановлению спортсмена после получения травмы.

— Исходной точкой здоровья человека и его быстрого восстановления после травмы является жизненная сила. То есть каждая его клеточка, каждый орган человека работает с определенной вибрацией. И чем клеточка больше

насыщена этими вибрациями, тем быстрее идет процесс восстановления.

Основа всего — кость. Она выступает энергетическим резонатором. Если кость крепкая, соответственно, и связка, и мышца будут ей соответствовать. В этом заключается восстановительная сила моей системы.

Когда мышцы в конечностях сильные, а жизненной энергии нет, возникает диссонанс. Так вот я этот диссонанс нарушаю. Когда человек поднимает такой вес, он опусто-

шается, а природа пустоты не любит. Организм расслабляется и сразу же наполняется новым спектром вибраций. Так постепенно он открывает все свои потенции. Крепчает костная система, улучшается система кровообращения. Активизируется костный мозг, который на половину, как оказалось, мертв на протяжении всей жизни. А ведь именно в нем находится огромное количество стволовых клеток, которые не активны, которые человеку нечем запустить. Так он с этим запасом и умирает.

С помощью моей системы и запускается этот механизм. Это не простое поднятие тяжестей. В 1987 году моим клиентом был Юрий Петрович Власов, советский тяжелоатлет, русский писатель, политический деятель, президент Федерации тяжелой атлетики и атлетической гимнастики СССР. Он на себе почувствовал разницу между этой методикой и, например, пауэрлифтингом или силовым экстримом. С помощью моей системы мы запускаем в организме такие механизмы, которые являются в будущем залогом здоровья и долголетия. И это не просто слова. У меня занимается много пожилых людей. Мои 85-летние пациентки чувствуют себя на 18 лет.

— **Занимаются ли по вашей системе профессиональные спортсмены?**

— Я знаю, что такое профессиональный спортсмен. Я работал со многими. По моей методике занимались даже спортсмены-командники — американская бейсбольная команда Atlanta Falcons и команда по американскому футболу Georgia Tech. По итогам занятий их спортивные результаты возросли в разы. Футболисты показали даже новый американский рекорд в своей подгруппе. Анастасия Люкина, американская гимнастка, Олимпийская чемпионка по спортивной гимнастике тоже занималась по этой методике. С ней я работал больше как энергодонор, то есть как целитель. И в результате в Пекине она взяла золото.

— **Среди ваших пациентов больше спортсменов?**

— У меня пациенты совершенно разных профессий: академики, профессора, врачи, кого только нет. Много пациентов детского возраста. Сейчас у меня занимается 11-летняя девочка и поднимает больше тонны. Обычным людям сложно понять мою систему.

— **Почему?**

— Понимаете, никто еще не подключал природный фактор. Всем правит гравитация. Даже наш с вами разговор — это тоже гравитационное взаимодействие. Она управляет всей эволюцией Вселенной.

— **После каких травм удавалось восстановиться с помощью методики?**

— Есть такая болезнь — рассеянный склероз — поражение нервных волокон спинного и головного мозга. Ко мне пришел человек с этим заболеванием, который с трудом ходил, которому врачи предсказывали скорую инвалидность. Через год-два он должен был сесть в инвалидную коляску. Никто в мире не лечит рассеянный склероз, но сейчас этот пациент ходит самостоятельно и даже без палочки. Это чудо, которое можно обосновать научно.

— **Вашим пациентам вы рекомендуете соблюдать какую-то определенную диету?**

— Вопрос не в том, сколько и чего человек ест, вопрос в том, сколько и что он усваивает. Сейчас я занимаюсь с ребенком, у которого проблемы с дыхательной системой

из-за плохой усвояемости железа. Можно, конечно, грызть железо, но организм его не будет усваивать. Или был другой случай. Молодой человек жил виртуальной реальностью и тем самым полностью истощил свой организм. Его организму не хватало жизненных сил воспринимать пищу. Что же нужно, чтобы запустить этот механизм? Где найти это богатство? Как вернуть жизненную силу? Как раз этим мы и занимаемся.

— **В Ночной Хоккейной Лиге играют хоккеисты-любители. Зачастую у большинства игроков присутствует огромное желание хорошо сыграть и забить как можно больше голов. Каким образом им может помочь ваша методика?**

— Мышца становится более мощной, скоростной, но дело не только в этом. Меняется сознание и дает импульс. Чем мышца и кость прочнее, тем связка прочнее, значит, система работает в разы мощнее. У меня молодой человек, который весит 68 килограммов, толкает полторы тонны.

Анатолий Самодумов провел с Ильей Ковальчуком всего 10 занятий по своей системе, и спустя некоторое время Илья стал первым по результативности в НХЛ.

Знаменитый хоккеист Вячеслав Козлов после сезона 2002-2003 годов восстановился с помощью этой гимнастики после многочисленных травм. По материалам одной их местной газеты он стал лучшим игроком в возрасте от 31 до 37 лет за всю историю НХЛ.

Олимпийская чемпионка по спортивной гимнастике Анастасия Люкина после занятий завоевала золотую медаль в Пекине.

— **Есть ли возрастные ограничения у методики?**

— Самому пожилому пациенту было 97 лет. Возраст тут ни при чем. 100 лет — это не возраст. У нас в организме непечатый край стволовых клеток, и мы с ними умираем. Их просто нечем запустить в жизнь. Без искры не поедет и машина, на вид хорошая. Эти клетки запускаются на более высоких частотах. Если человек по-настоящему духовный, он будет жить столько, сколько захочет.

Если говорить не о спортсменах, то моя методика подходит любому человеку. У вас открываются творческие способности, ваша фантазия работает непривычно бурно и т. д. У меня многие дети начинают рисовать, писать. И что самое удивительное, это все естественно, а не какое-то чудо. К сожалению, у нас в стране не все положительно относится к авторским методикам. Но мнения авторитетных в науке людей должны исправить ситуацию.