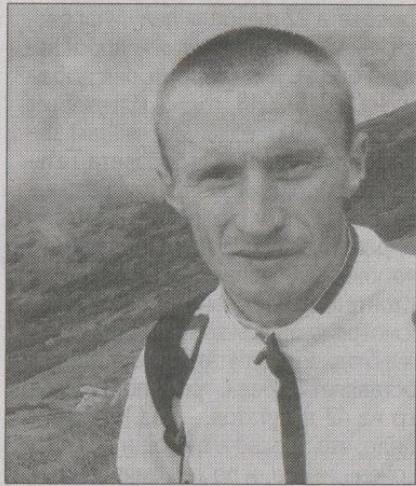


# Наш земляк - один из лучших ультрамарафонцев мира

Евгений Глыва успешно преодолевает 100-километровые дистанции по всей планете



**К**огда за окном унылая погода, новости по телевизору - еще унылее, так хочется каких-то вдохновляющих историй... Историй успеха, больше похожих на сценарий голливудского фильма, но которые все же произошли на самом деле. А еще лучше, если они случились с людьми, с которыми мы ходим по одним и тем же улицам, пьем чай в одних и тех же кафе и даже можем знать их в лицо. Тогда мы начинаем верить в то, что мечты сбываются.

История нашего земляка из Ахтырского района, 33-летнего ультрамарафона с мировым именем Евгения Глывы - именно такая. Самого спортсмена, кстати, февральская погода ни капли не смущает. Зимой и летом, в холод и жару, под дождем или палящим солнцем Евгений наматывает километры. Бывает, в месяц он пробегает около 1000 км. И это вопреки канонам советской школы

стартует, сбрасывается в среднем по 20-50 евро. Плюс пожертвования от желающих со всего мира. В 2016-м было собрано порядка 7 миллионов евро. Эти деньги идут на исследования спинного мозга. Они дают надежду на улучшение качества жизни людей, пострадавших в автокатастрофах, и на их дальнейшее восстановление. Для статусности забега организаторы также приглашают элитных бегунов. В благотворительном марафоне принимают участие и другие знаменитости: гонщики Формулы-1 и ралли «Дакар», президент Словении, принц ОАЭ. Глобальный победитель в качестве приза получает кругосветное путешествие на двоих. А победитель национального этапа может самостоятельно выбрать страну для следующего старта. При этом перелет и проживание за счет организаторов.

**Евгений Глыва:**

- В 2016-м я бежал в Австрии и стал первым. Долго размышлял над выбором страны, где побегу в рамках Wings of Life в мае 2017-го. И остановился на Тайване. Рассчитываю выиграть там, чтобы в следующий раз выбрать США.

Мне очень нравится слушать во время представления спортсменов на старте, как организаторы оглашают мою фамилию. Очень она тяжелодается конферансье на некоторых языках. Интересно, как Глыва произведет на тайваньском диалекте китайского.

Wings of Life - очень молодой проект. До Украины он пока не добрался. Организаторы планировали киевскую трассу еще в 2014-м, но из-

мы стартовали из деревни Аль-Василь и в течение шести дней преодолели 6 отрезков по 21 км, 25 км, 28 км, 29 км, 42 км и 20 км. Финиш был у побережья Аравийского моря. По условиям марафона, спортсмены должны нести с собой все необходимое сами. В специальных пунктах на каждом этапе выдают только по 15 литров воды в день. И все.

Важнейшие условия прохождения марафонской дистанции - это поддержание водного баланса в организме и постоянный темп бега. В условиях жаркой пустыни это особенно актуально. Ночевали мы в тентах, установленных в специальных пунктах отдыха после каждого из этапов марафона. Еду, вещи, фонарь, аптечку несли в рюкзаке за плечами. Чтобы разжечь костер и приготовить еду приходилось самостоятельно собирать ветки и перекати-поле. В этот раз я открыл для себя детское питание, которое не занимает много места, мало весит и дает чувство сытости. И для его приготовления не нужно возиться с костром. Горячего супа вечером раз в сутки - достаточно. Лишние 50 г под жарким оманским солнцем уже на 10-м километре начинают превращаться в 500. В персональный набор для выживания входят: ножницы, пластирь, антисептик, зеркальце и насос для отсасывания яда. В Украине его не отыскать. Но в пустыне это вещь обязательная. В случае неудачной встречи со змеей или скорпионом портативный насос прикладывается к месту укуса, и он автоматически откачивает яд из раны. Зеркало нужно для подачи сигнала вертолету



редких кустарников. Я сначала разбрал, что достаточно осмотреть место и убедиться, что рядом нет ядовитых соседей. Но все же доверился опыту коллеги. А через пару дней я воочию убедился, что марокканец был тысячу раз прав. Один из сопровождавших нас оманских чиновников - знатный ловец пресмыкающихся - специальной палкой ткнул просто в песок под таким же кустом. Тут же показалась голова змеи, идеально замаскировавшейся под песчаный бугорок. В ноябре погода в Омане не то чтобы сильно переменчивая, но колебания температуры, особенно ночью, ощущаются хорошо. В одну из ночей было +15°C, а на следующие сутки +25°C. В первом случае ночевать в спальном мешке было даже комфортно. А во втором - очень жарко. Но раскрываться мы не спешили. Армия скорпионов добросовестно несла ночной дозор у нашего тента...

Но собрал волю в кулак, продолжил тренироваться и на следующий год выиграл областную «десятку». Потом начал бегать на чемпионатах Украины. Учеба на заочке подходила к концу, учительская зарплата физрука была смешной, и выплачивали ее с задержкой. Очень были нужны деньги на магистратуру. И тут мне попался под руку календарь международных соревнований для марафонцев. Ближайшим был открытый чемпионат Беларуси на 100 км. За первое место обещали приличные призовые. Я уволился с работы и поехал выигрывать свой первый коммерческий марафон. И выиграл. До этого сам просился пробежать за Украину на международных состязаниях. Но безызвестного спортсмена из Сумской области не спешили брать в сборную. Победа в Беларуси сразу все изменила. Мне тут же поступил звонок от тренера национальной команды по ультрамарафону. Вскоре я уже бежал за Украи-

бегать, чтобы копить силы ради одного забега в году. В то время кенийские и эфиопские асы марафонов, помимо стандартных ежедневных тренировок, спокойно бегают по «соточке» каждые выходные. Поэтому они всегда в тонусе. Нашему спортсмену больше по душе философия африканских бегунов. Да и восстанавливаться ему удается довольно легко. Евгений списывает все на врожденные таланты и бегает, бегает, бегает.

## Бежать за тех, кто не может

В мае 2016-го Евгений в третий раз принимал участие в международном забеге Wings of Life («Крылья жизни»). Марафон без финиша был учрежден в 2014 году. Его главная идея - объединить как можно больше людей, желающих бежать за тех, кто не может, кто стал инвалидом после ДТП. Забег устраивается одновременно по всему миру. Например, в австралийском Мельбурне бегуны стартуют в 21.00, в польской Познани - в 13.00, а калифорнийской Санта-Кларите - в 4 утра. После одновременного старта в более чем 40 местах планеты десятки тысяч участников марафона бегут не к финишу, а от него. Спустя определенное время вслед за бегунами выезжают автомобили-кэтчеры, оснащенные специальными сенсорами. Постепенно они увеличивают свою скорость. Когда автомобиль догоняет любого из участников Wings of Life, у того срабатывает специальный чип. Информация с персональными данными каждого спортсмена отправляется на главный компьютер в штаб-квартиру Wings of Life. Со всего мира стекаются показатели времени каждого участника, формируя глобальную статистику. Марафон считается оконченным, когда автомобиль-кэтчер поравняется с последним бегуном. Таким образом, помимо определения победителя каждой из трасс, выводится глобальный рейтинг и определяется абсолютный победитель.

Каждый спортсмен, который

все отменили.

Последний глобальный забег выиграл мой хороший друг - итальянец Джорджио Калькаттерра. Отправившись в кругосветку, он как истинный фанат бега задержался в Кении - Мекке для марафонцев. Организаторы дали ему такую возможность. И это, конечно, здорово.

## Короли пустыни

В Европе и мире звания типа «мастер спорта» не котируются. Там важны твои реальные достижения и регалии - призовые места в статусных международных соревнованиях. Несколько лет назад, когда я пробежал 100 км в Италии и установил личный рекорд, взяв серебро, то автоматически поднялся в мировом рейтинге на 2-е место. Практически сразу со мной связались организаторы новоиспеченного марафона Oman Desert Marathon из Макката. Чтобы громко заявить о себе, они пригласили спортсменов из ТОП-10 мирового рейтинга. Большинство бегунов, кстати, отказались, сославшись на сложность трассы. Ее протяженность - 165 км, и она полностью проходит через пустыню. Самую засушливую в мире пустыню Руб-аль-Хали... Я тогда не очень представлял, что меня там ждет. Было очень интересно, и я согласился.

Инфраструктура аравийского государства Оман развивается семимильными шагами. По уровню развития он скоро догонит Катар и ОАЭ. В этой мусульманской стране довольно безопасно. Даже на сайте марафона есть памятка о том, что официальная религия Омана - иудаизм, самое миролюбивое течение ислама, которое, тем не менее, жестоко карает преступников. И, соответственно, правонарушений в Омане мало. Довольно разнообразные пустынные пейзажи с высоченными дюнами здесь просто великолепны. Помимо пустыни, в Омане есть рощи ладановых деревьев, живописные оазисы и горячие источники. Очень красивая аутентичная страна, еще не испорченная массовым туризмом.

С. Только яркий солнечный зайчик поможет заметить человека среди бесконечных дюн.

Победителем Оманского марафона уже не первый год становится марокканец Рашид эль Морабити. Он - главная звезда забега. Рашид чувствует себя в пустыне как рыба в воде, это его стихия. В своем родном городе в Марокко он подрабатывает, организовывая туры на верблюдах вглубь Сахары. Он знает о пустыне все! Еще в прошлом году я стал присматриваться к его технике и тактике бега. Заметил, что Рашид обегает участки темного песка. Да он и сам мне подсказывал. Оказывается, этот цвет сигнализирует о повышенной рыхлости песка в этом месте. А то, бывало, в первый год участия в Oman Desert Marathon я с разгона проваливался в минерал кварца по колено. Акклиматизация и непривычная поверхность для бега дали о себе знать, в дебютном забеге я занял 7-е место из ста. На следующий год - третье и два года подряд - беру серебро. Рашид пока держит лидерство, но я, конечно же, мечтаю в следующий раз сместь его с первой ступени пьедестала.

Когда мы остановились на территории одного из племен бедуинов, местный погонщик верблюдов показал нам мастер-класс по приготовлению скорпиона на костре. Он рассказал, какую часть хвоста нужно обязательно выбросить, а какая - пригодна для употребления в пищу. Бедуин рекламировал нам это блюдо как мог: и вкусно, и питательно (протеина там действительно много), и безопасно. Но ни один из нас так и не рискнул отведать пустынное членистоногое.

Обычно мы останавливались для отдыха в специально натянутом тенте. Почему-то он был из черного материала, что многократно усиливало жару. В один из дней мы разместились вблизи зарослей кустарников. Я предпочел естественную тень на обдуваемом ветром пространстве душному тенту. Но на полпути меня остановил Рашид, предупредив, что змеи тоже любят отдыхать в тени

В школе я не любил уроки физкультуры. Точнее, пропускал их из-за своеобразного бизнеса, которым занимался в 8-9-м классах. Я из обычной сельской семьи. С детства приходилось вести хозяйство. Это был единственный источник дохода. Пришлось научиться разводить кроликов, которых затем с успехом продавал и на которых зарабатывал карманные деньги, так необходимые страшекласснику. А уроки физкультуры всегда ставили в расписании последними. Ими-то я и жертвовал в угоду «кроличьему бизнесу». Но как-то в 10-м классе захотелось утешить всем нос на соревнованиях по бегу. И у меня это легко получилось. Так я решил связать свою жизнь с этим видом спорта.

Однажды в Польше бежал 100-километровый горный марафон. Стартовали ночью. Разметка трассы была не очень хорошо видна. Бежали вместе с моим знакомым спортсменом с Волыни. И мы, свернув не на ту тропинку, заблудились в утренних сумерках. Пока обнаружили ошибку и пытались вернуться на дистанцию, потеряли драгоценное время. В марафонских бегах спортсмены, претендующие на призовые места, если понимают, что выпадают из чемпионской гонки, - намеренно сходят с дистанции. Было обидно, но всяко бывает. Главное - не развернуться в себе в случае неудачи, которая может произойти с каждым. Старт моей карьеры вообще вышел большим комом.

Будучи самоучкой, я занимался без тренера по методической спортивной литературе и учился у профессионалов посредством Интернета. И просто много бегал. Подсматривал иногда за тренировкой легкогатлетов, примечал упражнения для себя. Тренеры давали советы и рекомендации. Когда я бежал на чемпионате области свои первые соревнования на 10 км, мне не хватило «физзухи». Точнее, я неправильно распределил нагрузку. В итоге всего лишь за 800 м от финиша сошел с дистанции. Я, конечно, расстроился.

и начались все последующие международные старты и знакомства. У меня получилось стать самостоятельным спортсменом, который добился значительных успехов в коммерческих забегах на международной арене. Конечно, как и любому спортсмену, мне хочется добиться результатов на чемпионатах мира. Но та масса проблем, трудностей и бюрократических моментов, которые возникают при организации поездки, выматывает в тысячу раз больше самого марафона.

Я окончил Сумской педуниверситет по специальности «Физкультура и спорт» и работаю тренером ДЮСШ Ахтырского района. Сейчас базируюсь в селе Чупаховка Ахтырского района. Там я тренирую детей, среди которых есть настоящие таланты. Например, Игорь Панченко из с. Солнечное - очень перспективный молодой спортсмен. Я возил его на соревнования в Италию и Швейцарию. В Давосе он вошел в десятку лучших. Только благодаря спонсорской поддержке я имею возможность тренироваться в Италии и вывозить своих подопечных на международные соревнования. Совсем скоро мы с Игорем отправимся на международный забег вокруг Транзименского озера - крупнейшего в Италии. Мне принадлежит рекорд этой трассы, поэтому я намерен защищить титул (вообще, личный рекорд Евгения Глыбы - 100 км за 6 ч 49 мин. - А.К.). А Игорь Панченко продолжит учиться и пробовать свои силы в Европе.

Таких историй, как моя, - о деревенском парне, который бегал сам по себе, наматывал километры по своему району, а затем попал в ТОП мирового рейтинга, - очень мало в Украине. Но они очень важны для тысяч талантливых молодых мальчишек и девчонок, которым нужен положительный пример того, что все в этой жизни возможно. Я стараюсь донести до своих воспитанников, что добиться успеха вполне реально. Главное - стремление.

Анна Кличко