



## В РИТМЕ ТАНЦА

В декабре состоялся этап Кубка Российского танцевального союза 2021/2022 Открытого Всероссийского фестиваля «Кубок Петербурга – 2021». Всего в чемпионате Северо-запада участвовало 157 пар в различных возрастных категориях. Победителями «Кубка Петербурга – 2021» и чемпионами Северо-запада в категории Youth U19 Latin стали студент первого курса кафедры хореографического искусства института музыки, театра и хореографии РГПУ им. А. И. Герцена Пётр Тищенко и его партнёрша Мария Дворянчикова. Они рассказали, как устроена жизнь танцовщиков и в каком возрасте можно начать танцевать.

— Как давно вы танцуете в паре? Как оценивают балльные танцы?

— П. Т. Мы танцуем вместе уже 4 года, достаточно успешно выступаем на многих всероссийских соревнованиях, вошли в финал чемпионата России по двоеборью: это десять танцев — латиноамериканская программа и европейская программа.

— М. Д. В балльных танцах очень высокая конкуренция, наш спорт является очень субъектив-

ным — всё зависит от судей, которым нравится или не нравится то, как мы танцуем. Конечно, судьи смотрят на технику исполнения, это тоже очень важно. Техника, эмоциональность, музыкальность, парное взаимодействие, баланс, внешний вид. Кстати, каждый раз, чтобы накраситься и сделать причёску на турнир, мне нужно очень много времени.

— П. Т. Маша всё делает сама!

— Как устроена жизнь спортсмена?

— П. Т. Сезон длится с сентября по май. Летом спортивные сборы, где мы готовимся к новому сезону или отдыхаем.

— М. Д. Мы тренируемся шесть раз в неделю, а по воскресеньям у нас турниры. В первой половине дня у нас учёба, а по вечерам тренировки.

— Как проходит тренировка?

— П. Т. Обычно если это групповая тренировка, то она состоит из «финалов». «Финалы» — это

прогоны танцевальных композиций. Мы стараемся натренировать танцы до конкурсного исполнения.

— М. Д. Это малая часть. Также у нас есть отработка базы мы можем очень долго танцевальными шагами ходить по кругу. И ещё у нас бывают индивидуальные уроки с педагогом и самостоятельная отработка.

— П. Т. Когда мы встаем в пару, нам тренер ставит программу.

— М. Д. Всегда индивидуально под пару — учитывая особенности тела, рост, длину рук, длину ног, растяжку и т. д.

вать партнёра и понимать, что где-то можно постоять дольше, подождать.

— А как вы не сталкиваетесь с соперниками на паркете?

— П. Т. Мы сталкиваемся!

— М. Д. Очень важно не терять настрой, не выходить из образа. Когда случается непредвиденная ситуация, важно уметь её обыграть и выйти из неудобного момента.

— Как добиться взаимопонимания в паре? В чём заключается секрет успеха?

— П. Т. Самое главное — это опыт и время. Нам понадобилось полгода, чтобы почувствовать друг друга.

— М. Д. Но есть ещё техника. То есть благодаря этой технике наши тела как бы взаимодействуют. Например, через руки или спины, натяжение, давление мы даем друг другу какие-то сигналы. Конечно, все зависит от количества тренировок.

— П. Т. Мы достаточно опытная пара — на турнире в Англии мы вошли в топ-16 пар мира, тогда в нашей категории танцевало 206 пар.

— М. Д. Мы танцуем в категории «Молодёжь». Это от 16 до 21 года (оценивается по тому, кто старше в паре).

— П. Т. Конечно, наш успех — это ещё большой труд наших тренеров. Герман Мажилин и Елизавета Светлова — знаменитая пара в России и в мире.

— Какие у вас планы на будущее?

— П. Т. Конечно, танцевать и дорастать до категории профессионалов! Хочу сказать большое

спасибо моей кафедре, Людмиле Альбертовне Касимановой, Елене Анатольевне Юзовой за то, что они дают мне возможность совмещать учёбу с профессиональной деятельностью — выезжать на турниры, посещать тренировки. После окончания университета я буду педагогом-хореографом. Думаю, это даст мне больше возможностей, я смогу работать с детьми. Вообще я мечтаю создать танцевальный клуб и развивать свой любимый вид спорта, влюблять людей в балльный танец.

— Как устроен танцевальный клуб?

— М. Д. В клубе есть много групп, отличающихся по уровню и возрасту. Для всех проходят занятия по технике, растяжке, отработке программы.

— П. Т. В нашем клубе приятная атмосфера, мы как большая семья. Мы очень хотим съездить на многие международные турниры — в Англию, Израиль...

— М. Д. Когда ты заходишь в зал, нужно оставить все свои проблемы за его пределами. Ты выходишь на паркет и ты уже выступаешь. Конечно, артистизм тренируется с самого детства. Например, когда я была маленькой, я танцевала с зеркалом, чтобы видеть свои эмоции на протяжении всей программы.

— Во сколько лет можно начинать танцевать?

— П. Т. Я начал в 8, но это не так важно. Главное — желание. У нас в клубе есть те, кому 40, 60 лет, и все танцуют. Чтобы получать удовольствие, не нужно закидываться на возрасте.

Беседовала  
АНАСТАСИЯ ТЮТЮКОВА,  
корреспондент «ПВ»



## «ПАРНЯ В ГОРЫ ТЯНИ — РИСКНИ!»

Магистрант института физической культуры и спорта РГПУ им. А. И. Герцена Иван Кергин 7 января в составе национальной высотной сборной команды России (проект «Высота») совершил восхождение на гору Казбек, одну из самых высоких точек нашей страны (5033 м). Своё восхождение молодой человек посвятил юбилейным датам: 75-летию института физической культуры и спорта и 225-летию Герценовского университета. Этим летом команда планирует восхождение по маршруту 5 к. с. на пик Ленина — один из «семи тысячников» — высочайших вершин бывшего Советского Союза. «ПВ» расспросили альпиниста о восхождении и о том, какие эмоции дарит этот вид спорта.

— Как давно ты занимаешься альпинизмом? Расскажи, в чём его отличие от скалолазания.

— Я альпинизмом занимаюсь с 2018 года. Альпинизм и скалолазание — совсем разные виды спорта, хотя они очень похожи. Их принципиальная разница в следующем. В альпинизме основная цель — взойти на гору, используя свои точки страховки и преодолевая объективные препятствия. А в скалолазании основная цель — быстро и красиво пройти пич, при этом уже на подготовленной трассе, где объективная опасность сведена на нет.

— Расскажи о сборной. Что нужно сделать, чтобы в неё попасть?

— Если говорить о сборной, то я взвошел на гору Казбек в её составе. Сейчас мы являемся кандидатами в высотную сборную. При этом мы входим в состав молодёжной сборной Федерации альпинизма России. Условия, которые нужно соблюсти, чтобы в неё попасть, непростые. Нужно решить определённые задачи. Например, пройти несколько сложных стен пятой категории трудности и к лету поучаствовать в чемпионате России по альпинизму. Однако помимо всего прочего кандидат должен совершать каждый месяц восхождение на высоту не меньше 5 тысяч метров. Это для того, что-

бы аккумуляровалась акклиматизация.

— Что для тебя самое ценное в альпинизме? Почему стоит этим заниматься?

— Не могу ответить на этот вопрос, потому что нет на него однозначного ответа. Он постоянно меняется. Для кого-то это может быть красота природы, для кого-то спортивные интересы. Ну а для меня это, прежде всего, люди, с которыми ты преодолеваешь сложности маршрута, альпинистской рутины и вертикальные стены. Здесь ты чувствуешь себя настоящим человеком. Наверное, вот поэтому. А когда, преодолев долгий путь, стоишь на вершине, в первую очередь хочется вниз, потому что там тепло и хорошо. Там душ, нормальная еда и много воды. Да, бывают и другие моменты, когда погода «звенит» и можешь себе позволить чуть-чуть постоять на вершине и разглядеть красоту.

— Каким было восхождение на Казбек?

— Восхождение в первую очередь было тренировочным. Нашей основной задачей являлось проверить высотное снаряжение: экипировку, палатки, высотные ботинки. Понять, в какой последовательности взаимодей-



ствовать друг с другом. И, конечно, устранить какие-то недочёты и неполадки, чтобы быть готовыми на 100% к настоящим горам.

— Почему ты решил посвятить восхождение Герценовскому университету?

— Потому что это мой любимый университет. В нём я смог разобраться в своих целях, определить свою внутреннюю позицию. И это всё благодаря тем преподавателям, у которых я учился и становился лучше. Герценовский университет занимает особое место в моей жизни и сердце. В нём ты точно становишься лучше! Поэтому у меня возникло большое желание воспользоваться таким случаем и внести флаг университета на вершину одной из самых высоких точек нашей страны.

Беседовала  
АНАСТАСИЯ ТЮТЮКОВА,  
корреспондент «ПВ»