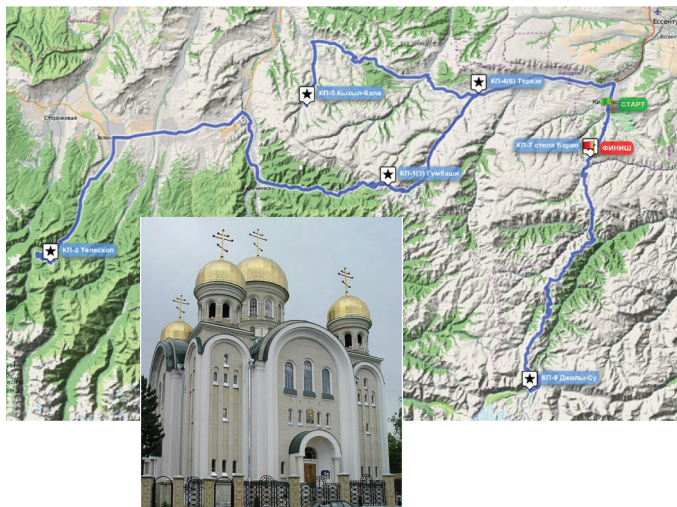


# «СЕВЕРОКАВКАЗСКИЙ ТУР» СР 600

Инициативу по разработке маршрута первой супер 600-ки по Крыму проявлял в свое время Вадим Кудин (Караван). Продолжил эту тему его тезка Вадим Водолага из Ростова-на-Дону (Неоскифы), который на опыте своего кочевья набросал 600-километровый маршрут по предгорьям и горам Северного Кавказа.



Это, пожалуй, единственный регион на территории России, не считая Крыма, где можно набрать дистанцию и по качеству дорог, и по набору высот, не слишком отклоняясь от требований Положения. Радиалок, конечно, избежать не удалось, но Софи Мате вошла в ситуацию, отметив, что подобные проблемы с трудностями закольцовки высокогорных маршрутов есть и в других странах. Утверждение маршрута состоялось 10 июля 2016 г.



Маршрут по Карачаево-Черкессии начинается в Кисловодске (высота 815 м), от Свято-Никольского храма (первое фото для отчета), что в пяти минутах от вокзала, и по проспектам Мира и Победы через Учккен и Терезе, Верхнюю и Нижнюю Мары, через первый перевал Гумбаши (КП-1, 2145 м) к Карачаевску (860 м). От Карачаевска через Зеленчукскую до Архыза (КП-2, 1470 м) и назад до пос. Терезе (КП-4, 1036 м). Отсю-

да еще одна радиалка до аула Кызыл-Кала (КП-5, 1125 м) через Новую Джугуту и возвращение к месту старта. От Никольского собора по ул. Гагарина к Эльбрусу. Через 11 км постоянного подъема – граница Карачаево-Черкессии – КП-7 (он же Финиш), стела «Баран». Далее наиболее трудный, но необычайно живописный участок через ущелья рек Хасаут (турбаза «Долина нарзанов») и Харбаз, с выходом на плато Бичесын (около 2200) к истокам реки Малка – водопаду Султан и источникам нарзанов Джилы-су километрах в пяти-шести от ледников Эльбруса. Запасаясь нарзаном на обратную дорогу (на Бичесыне воды нет), назад к финишу, к стеле «Баран». Сделав фотографию для отчета, проверяем тормоза. 11 километров хорошего спуска и вы подъезжаете к долгожданному «Магниту» в 15 минутах от храма и вокзала.

Подробные инструкции, заявка (за 30 дней) дорожная карточка и подрамный знак у Ответственного за «Северокавказский тур» Андрея Попова («Неоскифы»).



№ 1-3 (46)

2016  
январь –  
сентябрь  
Издаётся  
с 1997



## РОССИЙСКИЙ РАНДОННЕР

ВЕСТНИК Общества Российских велотуристов-марафонцев (ОРВМ)

## Семье российских рандоннеров - третий десяток!

Российское рандоннерское движение взрослеет. Первые два года третьего десятилетия свидетельствуют о серьезных качественных изменениях в интересах выросшего клана СэРов ОРВМ. Им уже явно недостаточно нескольких тысяч и супервеломарафонов. Становится массовой тенденцией взаимодействие в российских бреветах 1200+. Пятитысячники замахиваются на Р10 000. А успешное участие девяти российских лидеров, включая двух отчаянных девчонок, в итальянской «миле», является признанным фактом реальной интеграции с продвинутым мировым рандоннерским сообществом. Однако, этот дорогой опыт «разведки боем» должен быть тщательно изучен будущими участниками итальянской «супермили» для трезвой оценки своих возможностей и требований к подготовке. Участие трех балтийских звезд в первом супервеломарафоне Китая украсило это, в будущем – одно из самых массовых, мероприятие и придало ему, как когда-то в 1995-м с гордостью говорил о

нас Боб Лепертель, интернациональности.

Очередным шагом в этой интеграции может стать популяризация организованных на подобающем уровне собственных, уже зарекомендовавших себя, больших бреветов (ВОЛ, ВД, ЧТ и др.), включая апробацию и популяризацию первого российского супербревета 600 «Северокавказский тур», открывающего собственную дорогу к номинации Рандоннер 10 000.

Вместе с тем семья российских рандоннеров продолжает расти. На страницах этого номера Вы познакомитесь с новыми членами ОРВМ, выходящими на тропу российских бреветов RM. На сегодня ОРВМ объединяет и координирует почти четыре десятка клубов. Теперь мы с полным правом можем говорить, что движение РР развивается на всем пространстве России от Калининграда до Камчатки и от Кольского полуострова до «острова» Крым. Значение этого события в семье российских рандоннеров невозможно переоценить.

А на передний план выходит задача дальнейшего развития межклубных обменов и борьба с национальной склонностью к анархизму за чистоту общепринятых в рандоннерском мире Правил. Этому должно способствовать введение новой номинации ОРВМ – Супер Рандоннер России (читайте в ближайших выпусках вестника РР).

**Дайджест брошюры ПБП-2015 – стр. 2-5**

**Воспоминания участников о ПБП и ВОЛе – стр. 6-11**

**Les Super Randonnées, общие положения и правила – стр. 12-15**

Редактор вестника:  
**Валерий Комочков,**  
президент ОРВМ

**Адрес для корреспонденции:**

400078, Волгоград, а/я 2009,

e-mail: vkvkv@mail.ru

<http://www.russianrandonneur.ru>

<http://www.russianrandonneur.ru/forum/>

# Дайджест брошюры Paris-Brest-Paris edition 18-e событие года



От президента АСР  
Тьерри Риве

Каждый Париж-Брест-Париж Рандоннер опирается на приобретенный опыт, но он каждый раз неповторим. Это касается как организаторов, так и участников, и 18-й старт РВР не стал исключением из правила.

Была улучшена организация он-лайн заявок и оплаты, и предварительная компоновка групп стартующих позволила сделать более оперативную процедуру старта.

Главное нововведение – это место старта-финиша на национальном велодроме Сан-Кантен-ан-Ивелин. Надо было определиться с новой системой отсчета в этом обширном городе, принимавшем чемпионат мира по велоспорту в феврале 2015 года. Хотя наше рандонне и менее «медализовано», оно тоже имеет свои медали – региональные, национальные и международные, популярность которых постоянно и заслуженно растет.

Есть несколько способов участия в РВР: без поддержки (как провожный Бьёрн Ленхард), с поддержкой, в качестве сопровождающего, репортера, болельщика, волонтера...

Рекорд участников был еще раз побит и вместе с ним рекорд зарегистрированных. Даже если волонтеры обеспечивают прием всеми признанного качества, инфраструктура расширена не была и придется, несомненно, в 2019 году отказывать кандидатам, не имеющим никаких квалификационных броветов в предшествующем году.

Данная брошюра и приложенный к ней диск DVD позволят вам пережить эту одиссею и отныне и впредь мечтать о 2019-м, для которого мы постараемся принять к сведению полученные предложения.

Thierry RIVET



## Почетный список участия в РВР

| Женщины               | первое | посл-е | к-во<br>участий |
|-----------------------|--------|--------|-----------------|
| CHABIRAND Nicole      | 1983   | 2015   | 8               |
| ARSCOTT Deirdre       | 1987   | 2015   | 8               |
| LACROIX Anneck        | 1979   | 2007   | 7               |
| CHENET-BARBOTIN Annie | 1983   | 2011   | 7               |
| SIMPSON Sheila        | 1983   | 2007   | 7               |
| PERAN Claudine        | 1987   | 2011   | 7               |
| SPRINGSTEEN Lois      | 1991   | 2015   | 7               |
| Мужчины               | первое | посл-е | к-во<br>участий |
| BOUREL Henri          | 1971   | 2015   | 11              |
| INBERT Bernard        | 1971   | 2015   | 11              |
| RAVET Daniel          | 1971   | 2011   | 11              |
| COLLONGUES Alain      | 1971   | 2015   | 11              |
| PORTA Torras Francesc | 1971   | 2015   | 11              |
| CHABIRAND Jean-Claude | 1975   | 2015   | 11              |
| LAMOULLER Christian   | 1975   | 2015   | 11              |
| LAMOULLER Dominique   | 1975   | 2015   | 11              |
| MAITRE Daniel         | 1975   | 2015   | 11              |
| TOULIS Jean           | 1961   | 2003   | 10              |
| BAUMANN Roger         | 1951   | 1995   | 10              |
| DELANDE Joseph        | 1966   | 2003   | 10              |
| DRECOURT Patrick      | 1975   | 2015   | 10              |
| LARCHE Jean           | 1979   | 2015   | 10              |

Маршрут не должен состоять из повторения одних и тех же петель и не должен представлять собой комбинацию радиальных стрел из одного места (пробег типа звезда).

Радиальные элементы в маршруте допускаются, но их необходимо избегать насколько это возможно.

Начало и конец пробега могут быть расположены в различных пунктах.

После одобрения маршрута АСР утверждает организацию нового Супер Рандонне.

## ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ

Локальные/национальные организаторы должны пользоваться Правилами Супер Рандонне: <http://www.audax-club-parisien.com/FR/index.php?showpage=422>

### ВНИМАНИЕ:

– Локальные/национальные организаторы должны предложить обе формулы, Турист и Рандоннер.

– Участники должны быть автономными. Транспортные средства помощи запрещены.

– Локальные/национальные организаторы должны принимать на равных условиях всех тех, кто успешно финиширует. Они не должны делать классификации.

– Локальные/национальные организаторы не должны публиковать времена рандоннеров.

– Супер Рандонне – перманентные пробеги (они могут быть осуществлены в любое время, лишь бы позволяло состояние дорог).

Каждый участник получает дорожную карточку, и подрамный знак. АСР предоставляет дорожные карточки и подрамные знаки. Локальные/национальные организаторы заказывают их в АСР (цена включена в сумму счета за регистрацию РВР).

Локальные/национальные организаторы, желающие изготовить собственные атрибуты, должны разработать свой проект в соответствии с макетом АСР. В этом случае подрамный знак должен быть полностью идентичен модели АСР.

Каждый локальный/национальный организатор получает заявки на СР. После каждого пробега, он должен проверить дорожные карточки участников, контрольные фотографии и времена проезда каждого контроля (включая старт и финиш). Проверка времени особенно важна для тех, кто выбирает формулу Рандоннер.

Каждый год национальные организаторы собирают результаты и высылают их мне до 31 октября.

Файл результатов должен содержать:

- Название Супер Рандонне;
- Фамилия, имя и пол участника;
- Имя клуба и/или федерации участника (для Мировых рандоннеров RM), с кодом АСР. Если этого нет, указать: «независимый» (“independent”);
- Национальность участника;
- Выбранная формула: Турист или Рандоннер;

– Месяц и год, когда участник выполнил пробег;

– Указать специальные велосипеды (танDEM, фиксированная шестерня, лежачие велосипеды, и т.д.).

Необязательно мне отсылать дорожные карточки, но я оставляю за собой право запросить каждого локального/национального организатора отправить электронной почтой копию первых заполненных дорожных карточек с контрольными фотографиями. Некорректности могут повлечь не утверждение участника.

Затем, я высылаю локальным/национальным организаторам номера официальной регистрации АСР, напечатанные на наклейках, которые наклеиваются на дорожные карточки.

## ТАРИФ

Национальные организаторы фиксируют свой собственный тариф, стараясь его поддерживать низким. Организатор не предоставляет никакой помощи рандоннерам, поэтому не имеет основания завышать тариф.

АСР выписывает счет на 3 € за регистрацию пробега; счет высылается ежегодно в декабре.

## МЕДАЛЬ

СР существует без медали.

АСР предложил изготовить медали для двух французских СР, но он не предусматривает ни медали для каждого СР, ни общей медали.

Локальные/национальные организаторы могут решить создать медаль или другое вознаграждение за свой Супер Рандонне.

## ПО ПОВОДУ ДВУХ ФОРМУЛ

СР предполагают трудное спортивное состязание, но которое должно остаться открытым для большого числа участников. Поэтому мы предлагаем две формулы: с лимитом или без лимита времени («Рандоннеры» и «Туристы»).

У Рандоннеров есть лимит 50 часов при базовом суммарном наборе высоты 10 000 m.

Срок увеличивается с набором высоты из расчета одного часа на 500 дополнительных метров.

Не стоит пренебрегать формулой «Турист». Она позволяет выйти на маршрут днем раньше, чем стартуют Рандоннеры. Она привлекает тех, кто желает увидеть все пейзажи, не подвергаясь ни нехватке сна, ни стрессу расписания.

Только СР, выполненные в формуле «Рандоннер» засчитываются в новой спортивной номинации “Randonneur 10000”:

<http://www.audax-club-parisien.com/FR/index.php?showpage=462>

23 января 2013

Софи Мате,

Ответственная по СР

Перевод Комочкова В.А.

## Контроль и официальная регистрация

Каждый участник, как Турист, так и Рандоннер, должен отметить в своей дорожной карточке дату и точный час отправления, прибытия и проезд в каждом месте промежуточного контроля (день, час, минуты), а также дополнить необходимой информацией (имя, фамилия, адрес и т.д.).

Каждый участник должен также подтвердить свой проезд мест контроля фотографией своего велосипеда под указателем, ассоциированным с местом контроля. Для каждого Супер Рандонне организатор дает точную информацию о точках контроля на маршруте и местоположении соответствующих указателей. Эту информацию могут его также попросить почтой. В некоторых случаях, фотография может, по выбору участника, быть заменена приложением на дорожной карточке печати, носящей имя места контроля.

Недостающая фотография (или не замененная печатью), не отмеченное время проезда или потеря дорожной карточки (на какой бы ни было дистанции) влекут не утверждение пробега. Каждый участник заинтересован лично осуществить операции контроля. Секретный контроль может быть осуществлен при отпадении и на маршруте.

Если участник категории Рандоннер осуществил пробег с превышением предусмотренного времени, но соблюдал отметки на всех контролях, он сможет быть подтвержденным в категории Турист.

Каждый участник, в случае успеха, должен будет вернуть свою дорожную карточку, должным образом дополненную файлами фотографий, организатору для официального утверждения. Его дорожная карточка будет ему возвращена, и он увидит свое имя, опубликованное в хронологическом списке лауреатов согласно категории. Этот список будет доступен на сайте Парижского клуба Audax Club Parisien. Супер Рандонне, не будучи соревнованием, не имеет классификации.

## СУПЕР РАНДОННЕ (СР) – ПРИЛОЖЕНИЕ к Положению СР. ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОРГАНИЗАТОРОВ ОТ СОФИ МАТЕ

### ПЕРВОЕ ДЕЙСТВИЕ

Локальные организаторы должны взаимодействовать с национальным представителем АСР и информировать его об их намерении зарегистрировать и организовать Супер Рандонне.

Список национальных представителей АСР:  
<http://www.audax-club-parisien.com/FR/index.php?showpage=321>

Официальное утверждение и предоставление медали будут иметь место через месяц после отчета о выполненном пробеге.

### Разное

Как и для других мероприятий АСР, Супер Рандонне не совмещается с другими мероприятиями.

Супер Рандонне не может проводиться одновременно и на том же пробеге, что и плановый бривет 600 км.

Так как Супер Рандонне является постоянно действующим, организатор обязан предлагать его в течение года (с условием, чтобы дороги были открыты для движения). Если он желает предложить точную дату для проведения Супер Рандонне, он может это сделать при условии, чтобы Положение было соблюдено. Именно, он не должен обеспечивать моторизованной помощи, даже локально. Он не должен организовывать операции контроля вместо участников. Он должен предложить обе формулы, Турист и Рандоннер и не должен предлагать графика прохождения.

Принимая участие в Супер Рандонне, рандоннеры допускают публикацию своей личности в итоговых результатах, опубликованных организаторами. Ни в коем случае их личная информация не может быть использована в коммерческих целях или быть переданной третьим лицам для этой цели.

Факт заявки и старта на Супер Рандонне предполагает от заинтересованного участника безоговорочное согласие с настоящими Правилами. Любой подлог или попытка подлога влечет исключение участника из всех мероприятий АСР. Любая жалоба или рекламация должна быть выражена в письменном виде и направлена Совету директоров АСР, который ее рассмотрит, так же, как и вопросы, которые не упомянуты в данном Положении.

*Перевод В. Комочкова,  
представителя АСР в России),  
согласовано с АСР июль 2016 г.*

*Décembre 2014*

### УТВЕРЖДЕНИЕ ПРОБЕГА

Национальные организаторы должны мне прислать свой маршрут с указанием контролей и предложенный с помощью <http://www.openrunner.com/> Длина дистанции 600 км (до 619 км).

Суммарный набор высоты должен быть не менее 10 000 м (по данным openrunner). Верхняя граница отсутствует.

*От президента FFCT  
Доминика Ламуле*

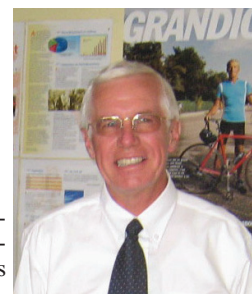
## Авантюра человечества

Какова должна быть квалификационная подготовка для организации 18-го Paris-Brest-Paris мировых рандоннеров?

Вот цифры, поражающие воображение: прежде всего это бриветы, представляющие 9 000 000 км пробега, 2500 волонтеров на грандиозной ленте длиной в 1 230 км, 6 000 участников, 4 000 из которых зарубежные представители 66 стран и всех континентов земного шара. Добавим сюда 12 000 м набора высоты, требующих известной закалки от рандоннера.

Затем все эти многочисленные велосипедисты, похожие все больше и больше на рандоннерш клуба «Albina et la Bicyclette» с их сумочками и бардачками, благодаря которым слово рандоннер принимает свой настоящий смысл в истории Париж-Бреста нового времени. Кажется «не вернуть прошлого» и все же большие шины возвращаются, такие как у предка Шарля, также противогрязевые крылья, почти бесполезные в сезоне 2015 и вредные для получения наилучших результатов.

Старт, данный от нового велодрома в Сан-Кантене, немного дезориентировал добровольцев и участников, которые искали свои



знаки. Хорошее настроение и дружелюбная обстановка быстро отменили сомнения. Этот грандиозный праздник долгого рандонне был запущен, с почти церемониальными встречами для всех: стартовать и пройти эти 1230 км в прекрасных условиях. От нулевого километра, множество восхищенных зрителей на обочинах дорог, и днем и ночью они не оставляли свою миссию поддержки и ободрения. Ожидание в пунктах контроля оставалось спокойным, в условиях позволяющих восстановиться, даже если иногда и наблюдались сцены, бросающие вызов гуманизму рандонне. Это напоминает о пределах усилий и обязательств каждого и показывает, что надо уметь дозировать свои способности, чтобы избежать встречи с экстремальной усталостью, источником многих огорчений рандоннера.

К завершению, после немалого количества километров пелотон малым темпом направляется к Сан-Кантену, когда эйфория близкого финиша возвращает наиболее уставшим последние ресурсы для достижения цели. Но останемся скромными и подумаем о всех тех, кто не прибыл к цели своей мечты и сердечно поприветствуем самоотверженность всех тех волонтеров, которые создали эту человеческую авантюру – действительно великий интернациональный мировой праздник велорандонне.

*Dominique LAMOULLER*

*От вице-президента АСР Жан-Гальбера Фабюреля*

Рандоннеры всего мира собрались на встречу по случаю 18-го PBP. Какой великолепный праздник предложен нам благодаря присутствию толпы – столь же многочисленной, сколь многообразной на дорогах между Парижем и Брестом. Увлечение длинными дистанциями и велосипедизмом без соревнования подтверждается с каждым Париж-Брестом, и мы смогли увидеть новые национальности, присоединившиеся к нашему пелотону. Недостаток опыта будет способствовать сходу значительного количества стартующих, но очевидно, что они вернуться в 2019-м с уверенностью закончить испытание вовремя. Я хочу поблагодарить множество представителей АСР, которые управляли в своих странах организацией бриветов мировых рандоннеров (BRM). Благодаря им рандоннеры могут открывать для себя длинные дистанции, а для некоторых – приехать разделить большой рандоннерский праздник в Париже. Я также благодарю сотни организаторов бриветов, которые добровольно организуют пробеги в течение всего года. Их ежедневная работа часто вознаграждается простыми улыбками на финише бриветов... и это действительно главное! Многие из наших ответственных представителей участвовали в PBP 2015. Вы найдете на страницах этой брошюры их краткие впечатления.



*Jean-Gualbert FABUREL*

## статистика

### Общая

|                     | Всего      | женщин | мужчин |
|---------------------|------------|--------|--------|
| Заявок              | 6094       | 362    | 5732   |
| Не стартовало       | 224        | 15     | 209    |
| На старте           | 5870       | 347    | 5523   |
| Сошло               | 1113 (19%) | 99     | 1014   |
| Не зарегистрировано | 3          | -      | 3      |
| На финише           | 4754       | 248    | 4506   |
| Сверх лимита        | 144        | 14     | 130    |

### По поддержке

|                     | Сопровождение | Без  |
|---------------------|---------------|------|
| Заявок              | 1313          | 4781 |
| Не стартовало       | 49            | 175  |
| На старте           | 1264          | 4606 |
| Сошло               | 251           | 862  |
| Не зарегистрировано | -             | 3    |
| На финише           | 1010          | 3744 |
| Сверх лимита        | 16            | 128  |



### По возрастам

|                     | 18-30 | 31-40 | 41-50 | 51-60 | 61-70 | 71-80 | 81-85 |
|---------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Заявок              | 230   | 794   | 1615  | 2165  | 1163  | 123   | 4     |
| Не стартовало       | 11    | 28    | 56    | 75    | 47    | 7     | -     |
| На старте           | 219   | 766   | 1559  | 2090  | 1116  | 116   | 4     |
| Сошло               | 38    | 122   | 256   | 377   | 259   | 57    | 4     |
| Не зарегистрировано | -     | -     | 2     | -     | 1     | -     | -     |
| На финише           | 181   | 644   | 1301  | 1713  | 856   | 59    | 0     |
| Сверх лимита        | 5     | 21    | 33    | 45    | 32    | 8     | -     |

### По числу прохождений РВР

| К-во РВР | OK   | HD | AB  | NP  | NH | % успеха |  |
|----------|------|----|-----|-----|----|----------|--|
| 0        | 2599 | 94 | 662 | 127 | 2  | 77       |  |
| 1        | 901  | 19 | 201 | 49  | 1  | 80       |  |
| 2        | 506  | 13 | 107 | 24  | -  | 81       |  |
| 3        | 274  | 5  | 57  | 13  | -  | 82       |  |
| 4        | 149  | 3  | 31  | 6   | -  | 81       |  |
| 5        | 67   | 3  | 23  | 4   | -  | 72       |  |
| 6        | 59   | 3  | 14  | 1   | -  | 78       |  |
| 7 и +    | 55   | 4  | 18  | -   | -  | 71       |  |

OK – выполнено; HD – сверх лимита; AB – сход;  
NP – не стартовал; NH – не отметился на финише.

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАГРАДЫ РВР-2015

### Страны с наибольшим числом участников:

|          |     |
|----------|-----|
| Германия | 497 |
| США      | 468 |
| Англия   | 459 |

### Самые молодые участники:

|                                                     |          |
|-----------------------------------------------------|----------|
| Ольга Воронова<br>(Континент – Челябинск)           | 5.01.91  |
| Игорь Королев (Балтийская<br>звезда – С.-Петербург) | 09.12.96 |

### Самые возрастные участники:

|                                     |          |
|-------------------------------------|----------|
| Николь Шабиранд<br>(РВ Анжу)        | 11.03.46 |
| Арманд Пруто<br>(ВК Фекампва Сикло) | 27.11.35 |

### Кубок за самый большой прогресс

Индия 2 => 19

от автосопровождения. Он осуществляет сам операции контроля. Короче, он должен выпуститься самостоятельно.

### Описание

Супер Рандонне – это постоянно организуемые велопробеги, контролируемые и регистрируемые Парижским клубом АСР. Они проводятся в горной местности на дистанции около 600 км с общим набором высоты не менее 10 000 метров.

Супер Рандонне могут быть осуществлены в рамках двух категорий:

- **Формула Турист:** в среднем по 80 км в день минимум.

- **Формула Рандоннер:** срок рассчитывается в зависимости от набора высоты, на базе 50 часов на 10 000 метров положительного набора высоты, и дополнительного часа на каждые дополнительные 500 м набора высоты.

Пример:

от 10 000 м до 10 499 м – 50 ч

от 10 500 м до 10 999 м – 51 ч

от 11 000 м до 11 499 м – 52 ч

от 15 000 м до 15 499 м – 60 ч

Супер Рандонне может проводиться в любое время года. Тем не менее, участник, в виду горного характера маршрута, должен быть уверен, что дороги пригодны для успешного выполнения пробега.

### Требования к участникам

#### Идентификация участников

Дорожная карточка и подрамный знак вручаются каждому участнику во время заявки. Дорожная карточка служит для обеспечения контроля над пробегом и должна сохраняться рандоннером в течение всего испытания.

#### Участники пробега

Эти пробеги доступны любым велосипедистам, лицензированным или нет в спортивной федерации, в том числе иностранным участникам. Каждый участник должен быть застрахован, либо при помощи своей федерации, либо самостоятельно. Пробег может выполняться индивидуально или в группе, на машинах, приводимых в движение исключительно мышечной силой.

#### Допуск несовершеннолетних

Категория Рандоннер разрешена для велосипедистов в возрасте старше 18 лет. Несовершеннолетние моложе 18 лет должны приложить родительское согласие, снимающее ответственность с Парижского клуба АСР.

### Обязанности участников

В Супер Рандонне, являющимся чисто вело-

туристским мероприятием, рандоннеры рассматриваются участвующими в персональной экскурсии, снимающей ответственность клуба организатора. Участники должны учитывать вопросы безопасности и придерживаться действующих дорожных правил.

Участники должны обязательно соблюдать маршрут, утвержденный АСР. Эта дистанция составляет 600 километров. Маршрут детально изложен в маршрутном листе (дорожной карточке) и содержит несколько мест контроля (18 и более), указанных в дорожной карточке.

Для участников в категории Рандоннер отправление обязательно из официальной точки старта. Участники в категории Турист могут свободно выбрать свою точку старта.

Каждый рандоннер должен заботиться сам обо всем, что требуется для выполнения Супер Рандонне. Присутствие сопровождающих машин, даже локальное, запрещено на пробеге, в том числе на контрольных пунктах.

Для ночного движения велосипеда должны быть снабжены надежно закрепленным передним и задним освещением, достаточно мощным и в постоянной исправности. Использование светоотражающей одежды обязательно, в том числе при недостаточной видимости в дневном движении. Любое нарушение этих мер влечет не утверждение Супер Рандонне.

Настоятельно рекомендуется прихватить с собой тепловозитную пленку-покрывало, мобильный телефон, использовать велошлем и светлую одежду.

### Заявка

Участник должен подать ответственному лицу запрос с заявкой по крайней мере за 30 дней до даты предусмотренного старта, сопровождаемый суммой за регистрацию и при желании за медаль, если она предусмотрена.

Дорожные карточки действительны в течение трех лет, начиная с года заявки. Заявка может быть аннулирована с возвратом дорожной карточки. Только стоимость медали может быть возмещена.

Для категории Рандоннер участник должен указать организатору дату и время старта, предусмотренные в момент заявки. Если он решает впоследствии изменить дату, он должен об этом абсолютно предупредить организатора минимум за неделю до отправления.

В категории Турист, участники не обязаны сообщать о дате своего отправления. Взамен, если они выбирают точку отправления, отличную от места старта категории Рандоннер, они должны об этом предупредить организатора в момент заявки.



# Les Super Randonnées

Coфи Mame



Les Super Randonnées – новое мероприятие Парижского клуба Audax Club Parisien.

Супер Рандонне – постоянно действующие 600-километровые пробеги на горных маршрутах. Они предусматривают суммарный набор высоты не менее 10 000 м. Участникам предлагаются две формулы: Рандоннер и Турист.

Рандоннеры должны выполнить пробег за 50 часов при наборе высоты 10 000 м. При увеличении набора высоты лимит может быть увеличен.

В формуле Турист время прохождения определяется исходя из минимального суточного пробега от 80 км.

Супер Рандонне объединяет традиции Brevets de Randonneurs Mondiaux и Brevets Cyclo-Montagnards Français.

Супер Рандонне – это испытания, предполагающие отличную физическую подготовку, хорошее знание горной специфики и большой опыт автономии на длинных дистанциях.

Турист или Рандоннер? Формулу Турист выбирают, чтобы полюбоваться всеми пейзажами в течение дня, не будучи скованными жестким графиком. Формулу Рандоннер выбирают, если хотят бросить вызов лимиту времени.

Супер Рандонне предоставит вам возможность проехать по перевалам порой знаменитым, порой мало известным, в окружении грандиозных пейзажей. Те, кто выбирает формулу Рандоннер, будут иметь счастье открыть горы в особые часы: на восходе или ночью. Все сохраняют незабываемые впечатления.

Доброго пути всем... и не забывайте: автономия – это часть игры!



**Audax Club Parisien**  
RANDONNEUR

Dear International Organizers,  
Chers Organisateurs Internationaux,

Thanks to you, the Super Randonnées grow worldwide.  
Your effort is very appreciated. A big Thank You !

Grâce à vous, les Super Randonnées se développent dans le monde. Votre travail est très apprécié.  
Un grand Merci !

Sophie

Association Cyclotouriste



**SUPER RANDONNEE**

FFCT : 0128 - UFOLEP : 75 120 466  
Société indépendante fondée en 1904 – Siège social : 143 rue Saint Maur 75011 Paris  
Association loi 1901 – SIREN : 447 924 770 – APE : 93.12Z – www.audax-club-parisien.com

Fleches de France - Tour de Corse - Flèche Vélocio - Fléchette Vélocio - Flèches Pascales - Flèches Nationales  
Traces Vélocio - Traces Pascales - Brevets Randonneurs Mondiaux - Randonneur 5000 - Super Randonnée - Paris-Brest-Paris

## ПОЛОЖЕНИЕ О СУПЕР РАНДОННЕ

### Введение

Дух Супер Рандонне основывается на свободе и зрелости рандоннера. Это – постоянно действующее мероприятие, по инициативе участника. Каждый выбирает свою дату, свое время отправления, свой багаж, свою подго-

товку и разработку графика прохождения, собирается ли он спать в отелях, в своем спальнике или что-то иное. У него нет никаких рамок относительно организации его пробега, кроме соблюдения общего срока согласно его категории (Рандоннер или Турист), и отказа

### От технического директора FFCT Жан-Мишель Ришфора Успех встречи

РВР – прежде всего праздник мировых рандоннеров. В последнем августе, очередной раз, все было осуществлено, чтобы обеспечить успех квадренальной исключительной встречи. Сан-Кантен-ан-Ивелин, партнер с 1991 года и команда национального велодрома мобилизовались вокруг АСР, чтобы способствовать успеху организации. Не забывая о вкладе городов и местных клубов на контрольных пунктах. Напомним, что 2 500 добровольцев выкладывались в течение всего испытания как на месте старта-финиша в Монтини-лэ-Бретонэ, так и в ансамбле контрольных пунктов.

Замечательный факт этого старта несомненно в возрастающем участии (4014) международных участников, представляющих 66 стран. Три главные причины этому: с одной стороны, подтвержденное увлечение во всем мире формулой рандоннерских бреветов в свободном темпе; с другой стороны, множественные контакты, налаженные и поддерживаемые более 30 лет руководством АСР. Наконец, воплощение легендарного спортивного состязания, миф о котором и его история уже не стираемы: люди приезжают участвовать в самом старом испытании на протяженной дистанции.



Бреветы RM по-своему способствуют представлению Франции во всем мире, и это не случайность, если множество послов прибыли ободрить своих представителей.

### Теплый прием повсюду

Волонтеры день и ночь подхватывали эстафету. Сила Париж-Бреста заключается, вне всякого сомнения, в этой невероятной мобилизации, желании лучше услышать каждого участника. Вилан-ля-Жюэль, Фужер, Тантеньяк, Лудак, Карэ, Брест и др. прожили в ритме рандоннеров. В Вилан-ля-Жюэле, например, весь город встретил событие множеством анимаций и стендов. Жители города собирались, чтобы приветствовать и ободрить рандоннеров на обратном пути. «У них в ногах уже 1000 км, они очень заслуживают нашей поддержки». Эти слова Мэра Даниэля Ленуара, безоговорочного сторонника испытания, кратко выражают состояние духа встречи по всему маршруту.

Сознавая сложность этой манифестации, оргкомитет может гордиться тем, что достиг поставленной цели: объединить организационные усилия, чтобы успешно провести 18-й Paris-Brest-Paris!

Jean-Michel RICHEFORT

### От представителя АСР в России Валерия Комочкина



Уже 20 лет прошло с первого участия российских рандоннеров в РВР. Шестой раз интернациональная семья мировых рандоннеров пополняется большой группой веломарафонцев из России. Число наших участников РВР выросло от 8 до 143 (9 из которых женщины), представляющих полсотни городов России.

Как и в 1995 году, самый молодой участник опять из России, Игорь Королев из Санкт-Петербурга. Ольга Воронина из Челябинска – самая молодая участница. Движение быстро растет, и мы уже имеем наших первых номинантов категории Рандоннер 5000.

Россияне активно участвуют в международных бреветах, несмотря на сложную экономическую обстановку. Мы с энтузиазмом приняли предложение мировых рандоннеров (Les RM) о введении новой номинации Интернационального Супер Рандоннера. Для своего четвертого бревета 1200+ наши друзья мировые рандоннеры смогут сделать выбор из многих российских популярных маршрутов: Вологда-Онега-Ладога, Волга-Дон, Чуйский тракт и др. Я благодарю вас за дружбу и до скорой встречи на трассах!



## Париж-Брест-Париж-2015

Татьяна Маслова, в/к Балтийская звезда



В прошлом году моему рандоннерству исполнилось 10 лет, и я хотела по этому поводу написать огромный пост с описанием всех своих бревентов, но так и не собралась. На ПБП я участвовала 3 раза. Мы с Жанеттой Молоковой в 2007 г. были первыми россиянками, уложившимися в КВ (90 часов).\*

После 2007 и 2011 годов я была в восторге и собиралась ездить ПБП всю жизнь, а в этом году меня одолевала большая сомнения:

- сильный результат мне не светил, т.к. я в последние годы крайне мало езжу на велосипеде. К тому же, в отличие от прошлых раз, не ездил ни кросс-кантри, ни быстрых двухсоток, которые способствуют повышению скорости;

- в моей жизни сейчас и так слишком много Франции (начиная с прошлого сентября я там была теперь уже 4 раза);

- еще с июня у меня болела лодыжка, причем на велосипеде больше, чем на бегу (добила я ее на нижегородской 600-ке 20 июня). Страшно было усугубить эту травму и остаться без осенних соревнований (среди которых есть важные).

А доводы «за» были такие:

- если сейчас не съезжу, то потом следующие 4 года буду об этом жалеть;

- очень хотелось увидеть знакомых (и незнакомых) россиян из других городов, и вообще, еще раз прикоснуться к мировому рандоннерскому движению;

- вдруг получится хоть немного улучшить результат. Накат, действительно, смешной, но зато я в последние годы продвинулась в понимании физиологии и психологии сверхмарафонов.

Забегая вперед, скажу, что надежды из последнего пункта не оправдались. Зато лодыж-

ка больше болеть не стала – даже, пожалуй, меньше. А главное, счастья на маршруте и на финише было куда больше, чем я предполагала. И я опять собираюсь ездить ПБП всю жизнь)).

Сверхмарафонцы в беге и ходьбе, а также те, кто им помогает или просто интересуется этой темой, любят рассуждать о том, как это тяжело и что это доступно только избранным. Мол, надо чуть ли не родиться сверхмарафонцем, чтобы просто добираться до финиша, не говоря уже о сильных результатах. А рандоннерское движение все это опровергает. Приходят новички, которые никогда не занимались спортом и не ездили на велосипеде больше 100 км. И многие из них за один сезон становятся суперрандоннерами (т.е. проезжают серию 200-300-400-600), а есть такие, которые уже в первое свое лето едут 1000 или 1200. Правда, часть этих новичков после двухсотки или трехсотки понимает, что длиннее не хочется. Но и для них это не означает неспособность проехать большие дистанции. Для того, чтобы зависнуть в рандоннерстве на многие годы, пожалуй, нужна некоторая психологическая предрасположенность, но для однократной СР-серии обычно достаточно желания.

Единственная радость на велосипедных сверхмарафонах по сравнению с беговыми – они являются гораздо более щадящими для суставов. Но физическое и психологическое состояние на дистанции и после – в точности, как и на других сверхмарафонах.

Вернемся к моему ПБП. Как я уже писала в своих отчетах, оба предыдущих раза у меня получился один и тот же расклад по дням: 450-320-450, и один результат – 72 ч. Так что в этот раз моей главной целью было проехать во второй день побольше – ночевать не в Лудеке, как всегда, а хотя бы в Quedillac (это км через 50). И, как обычно, это казалось вполне реальным и опять не получилось. Я весь второй день думала только об этом, на КП сидела мало, но на последнем этапе от Карэ до Бреста и в самом Бресте опять была еле жива, и к Лудеаку добралась только к полудню. Теперь-то я, конечно, думаю, что надо было все-таки допилить оставшиеся 50 км до Quedillac – это придало бы мне уверенности на следующий день, и я могла бы проехать за вожделенный 71 ч. Или хотя бы спать в Лудеке не 3 ч, а 2.

Когда я к следующему вечеру доползла до Мортани (от которой до финиша всего 140 км), то была опять почти мертвая. Через полчаса, чуть оклемавшись, пошла к компьютеру, который стоял там для всех желающих, и посмотрела результаты нескольких знакомых. В частности, обнаружила, что Елена Артемова

было 3:15 утра. Я до сих пор не знаю, было ли это взаправду или отдохнувший организм подговорил мозг поднять меня раньше времени. Возвращаться плохая примета, да и не ложиться же на 2 с лишним часа опять!

Надо заметить, что забавные истории стали происходить со мной ещё до старта ультрамарафона. Например, во время предстартовых



сборов в Череповце я по стародавней традиции не обнаружил новый задний фонарь. С этим аксессуаром вообще что-то не так: он то ломается, то теряется. Ну да ладно, вечером 30 июня я соорудил задний нарюкзачный фонарь из налобника, прозрачного скотча и красной изоленты. Да-да, священное Провидение подсказало мне взять в этот раз не синюю, а красную изоленту! На следующий день в самом Кириллове, когда участники наконец получили своих коней, МОЙ. ЗАДНИЙ. ФОНАРЬ оказался примотанным скотчем к штатному креплению. Не знаю, кто, как и когда нашёл девайс и присобачил его к Бегемоту, но СПАСИБО ТЕБЕ, добрый человек. Однако, если где-то прибыло, где-то должно убыть. А убыли мои наклейки на внутренний хват руля, которые, скорее всего, приняли за защиту от царапин. Но ангел-хранитель, похоже, крепко зацепился за моё плечо ещё днём раньше. Рядом со мной свой шопперщик распаковывал архангелогородец Иван Петрушов. И, о чудо!, у него на диагонали как раз от коцек были надеты примерно такие же трубки!!! Иван поделился ими со мной, за что ему ещё раз искренне признателен, и мне осталось только обрезать их под себя.

### ...о рандоннёрском духе

Здесь самое время упомянуть всех ребят, с которыми я ехал этот бревент. С кем-то я уже знаком не первый год. С караванщиком Лёшей Коневым, финишёром ПБП, мы пересекались почти на каждом КП. И я поздравляю его с выходом из 3-х суток, не взирая на просто дья-

вольское невезение с покрывшкой, порвавшей в 3-х местах. И полуадекватное состояние в Питкяранте, это «мести» за ПБП)) Без обид! Александр Сурмач из Москвы оказался моим соседом по 12-му вагону поезда. Мы познакомились на перроне ярославского вокзала и до брифинга устроили обзорку по Череповцу. Был рад увидеться с Сашей после его финиша, свой первый ультрабревет он уверенно выкатил из контрольного времени.

Наконец-то свезло лично познакомиться с двумя людьми, с которыми я был знаком заочно. Это мой земляк Владимир Круглов, ныне представляющий Ухтинский Легион. Спасибо за моральную поддержку на ПБП и во время встреч на КП Вологды-Онега-Ладоги! А также у фонтана между Ленинградским и Ярославским вокзалами я встретился с Алёной Черняевой из Владимира. Впрочем, она была в составе целой команды в лице Дмитрия Вялова и Вячеслава Беседина. Ребятам тоже привет! Там же познакомился с девушкой, чья воля к победе и стойкость до сих пор поражают до глубины души. Елена Мурзина из Нижнего Новгорода ещё на подъезде к КП-1 осталась без петуха и всю дистанцию (ВСЕ 1090КМ!) ехала на синглспиде. И вытянула, молодчина! Уваж и респектуха!

Упоминание будет неполным без Алексея Ландова и Анны Лопаткиной – экипажа тандема «Tandventure Time». А вот Вадима Малаховского, с которым я, вообще-то, знаком с прошлогоднего «Зимнего экспресса-200», не узнал: видимо, без грязевой маски лицо совершенно другое...

И, конечно же, атмосферы велодалнобойщиков не было, если бы не их, то есть наша, участливость. Рандоннёр это не просто ушибленный на всю голову марафонец с гипертрофированной шиловидной железой. Это человек, который готов помочь соратнику в любых условиях. Как говорится в новомодной рекламе – ЧЕЛОВЕЧИЩЕ!

### ...о самом главном!

Ну и в завершении хотелось бы поблагодарить главных людей этого бревента. Они не высыпались, не отдыхали, старались позаботиться об участниках марафона. Они ездили между КП (это вам не ленивая Франция!), спеша сделать всё по высшему разряду. ОРГАНИЗАТОРЫ И ВОЛОНТЕРЫ, это я о вас. Как бы то ни было, и что бы ни говорили, как и в случае с ПБП, без вас не было бы ВОЛ-2016!

И не было бы участников, тех переживаний, эмоций и впечатлений, которые получил каждый из нас!

- первую ночь не спать;
- в конце 2-го ходового дня иметь пробег не меньше 682км (взять КП в Гирвасе или следующий – в Мелиоративном на 762-м километре) и остановиться на ночлег 2-3 июля из расчёта уложиться в 85 часов со средней скоростью в движении 20 км/ч;
- ночь с 3-го на 4-е июля по ситуации либо не спать, либо ограничиться 2-3-мя часами сна;
- финишировать до полуночи 4.07.

Естественно, дистанция внесла свои коррективы и об этом отдельная глава.

### ...о практике

Безусловным преимуществом, которое позволило показать неплохой результат, стали белые ночи! Я знал что они будут, но как житель центральной полосы попросту недооценил их. Самое тёмное время наступало навскидку между 2-мя и 4-мя часами утра. При этом было так светло (для Твери это 21:00 в начале июля), что я включал оптику исключительно из требований правил ДД и проведения бревета. А организм у меня приучен как? Темно – спи, светло – крути. Он, ясное дело, подвох чувствовал и робко пытался заикнуться об усталости, но своё дело делал.

В Гирвасе я отметился в 22:22. Т.о. показал 37ч 07мин. с учётом 15-минутной задержки старта 9-часовой группы. 80 км до следующего КП в условиях нарастающей усталости тянули на все 4,5, если не 5, часов. Более того, в 10км от КП, на повороте с трассы в сторону посёлка, я словил первую галлюцинацию, недвусмысленно намекавшую что третьи сутки без сна я не вытяну. Имея более чем солидный запас по времени и недурственный темп, я решил следовать плану и заночевать до 3-х часов утра.

Вообще с ночёвками не задалось... Об этом пойдёт речь отдельно. Но в общем и целом на сон я потратил 4 часа, «улучшив» результат ПБП на 1,5 часа. При этом острого дефицита сна не испытывал и чувствовал себя прекрасно. Тем более, что в Питкяранте организм с мозгом сами решили всё между собой.

### ...о ночёвках и прочем юморе

Итак, по порядку. И сначала был Гирвас. За полчаса привел себя в порядок и сонный режим, около 23:00 я лёг спать, попросив милых девушек-волонтеров разбудить меня в 3 утра. Далее происходило следующее. Через дрему я услышал голоса, громкие, но не на повышенных тонах. Они приближались, остановились совсем рядом, затихли... А потом включился свет. С десятка сомнам... рандоннёров, укутавшись в пенки и свои вещи, перетекли

ленивым потоком в соседнюю комнату. Там уже были другие участники, кое-как разлеглись и мы. А марафонцы всё прибывали и прибывали... Вскоре ВОЛовцев можно было складывать штабелями или «колодцем», стало невыносимо жарко. А ещё через несколько минут в стены и пол ДК, где мы нашли временный приют, ударили мелодии и ритмы зарубежной эстрады. Начался бессмысленный и беспощадный поселковый дискач. Как оказалось, администрация «дэка» перепутала даты и ждала нас сутками раньше. И переносить культурное мероприятие отказалась наотрез. Саундтрек ожидаемо не поражаал актуальностью. А когда через перекрытия донеслось «Коля, Коля, Николай», моё чувство прекрасного не выдержало, оделось, накачало заднее колесо и поехало в ночную неизвестность.

Недоспав в эту ночь как минимум 3 часа, к вечеру 3 июля глаза предательски стремились образовать кучу в районе переносицы. Зато



прохождение отметки 1036 км за 61 час и 45 минут красноречиво говорило о том, что всё прекрасно и я могу себе позволить полноценный многочасовой сон. Поставив будильник на 6 утра, я отчалил в царство Морфея около полуночи. Но судьба явно была другого мнения. Сквозь сон я явственно услышал «Лёха, вставай! Пора ехать!». Мгновенно проснулся, вскочил, оглянулся. Вокруг почти все спали, кто-то в дальних углах укладывался, кто-то собирался уезжать. Наверняка знакомые ребята с «Каравана» увидели и решили позвать с собой, подумал я. Хотя всю дистанцию, начиная с 22-го километра после прокола в районе Ферапонтова монастыря, я ехал один... Как бы то ни было, я пулей метнулся, собрался, включил навигатор, проверил байк, врубил оптику и выскочил с КП на улицу. Посмотрел на часы, чтобы засечь 2 ходовых часа до следующей плановой остановки, и... очень сильно изумился, так скажем. На велокомпе

из Новосибирска, стартовавшая на полсутки раньше, проехала ПБП за 71 ч. (Она приехала к нам на Вологду-Онегу-Ладогу в 2002 году, и там тоже ехала 71 ч). А у меня на тот момент 71 ч уже никак не получался, т.ч. я расслабилась и разрешила себе отдыхать, спать и общаться. И вышло целых 77 ч. В конце время очень коварно: протупишь лишний часик – получишь лишних два-три часа на финише, потому что недосыпание все нарастает и скорость падает.

Зато большой плюс дневного финиша в том, что он массовый. У тех, кто стартовал вечером, уже подходит к концу контрольное время, так что все стремятся закончить дистанцию. Толпа народу приветствует перед велодромом, большая очередь на отметку к судьям, а потом – за едой. И в этих очередях встречаешь кучу таких же счастливых знакомых. А когда я первые два раза приезжала в пять утра, меня на финише ждала только пара мумрих судей.

А на будущее я решила, что если подготовка к ПБП у меня будет как в этот раз или даже хуже, то я поеду его в гедонистическом стиле – т.е. с полноценным сном часов по 5-8 и без езды в темное время. Кстати, в этот раз по ночам я ужасно боялась спусков и проезжала их на тормозах – до боли в пальцах. У меня кровь стыла в жилах, когда я видела, как кто-нибудь еле развёзся с машиной, выскочившей из-за закрытого поворота, и мне такого не хотелось. Фара у меня яркая, но все равно видно было плохо.

С моими соотечественниками в этот раз, как обычно, случались интересные истории (напишу кратко, без указания имен):

- один, проехав 500 км, после остановки нечаянно повернул в обратную сторону. Через несколько часов, приехав опять на тот же КП, он в отчаянии сошел и уехал в Париж на поезде. Лимит тогда еще не поджимал и можно было ехать дальше, т.ч. впоследствии он жалел об этом. (Для справки: на стрелках, размечающих маршрут, отчетливо написано «BREST» или «PARIS»);

- другой, приехав на КП в Дрё (от которого оставалось еще 65 км), почему-то решил, что это уже финиш. Два часа он смотрел на проезжавших рандоннеров и радовался, а потом лег спать. Когда проснулся, контрольное время уже истекло, и на финиш он опоздал. (В книжке участника ПБП, которая дается для печати судьям на КП, есть отдельная клеточка для финиша).

- третий решил проехать ПБП без сна за 50 с чем-нибудь часов. Некоторым такое действительно удается (например, Юра Бородулин ездил в 2007 г за 62 ч без сна). И до

самого Дрё все шло неплохо - 56 ч, были все шансы выйти из 60 ч. Правда, предпоследний этап (Мортань-Дрё) уже был как в тумане. На последнем участке проезжавшие мимо одноклубники лицезрели его стоящим около церкви с велосипедом и спрашивали, что он там делает. Ответы удивляли. Например, кому-то он сообщил, что уже финишировал и решил прокатиться обратно по маршруту, чтобы посмотреть, где потерял время. Сам он этот период не помнит вообще. В какой-то момент он все-таки проснулся и поехал на финиш. Этот последний этап длиной 65 км у него занял 18,5 часов (средняя скорость – 3,4 км/ч).

Это Дрё вообще было роковым местом (хотя валяющихся на обочинах рандоннеров все-таки было больше после Мортани, а после Дрё многие уже ехали на адреналине от предчувствия финиша). Парень из Львова, который ехал со мной почти весь последний день и был веселым и легким в общении, к Дрё превратился в мрачного брюзжащего типа и уверял меня там, что до конца он доехать уже не способен, и даже никакой сон ему не поможет – остается только сойти. Но я по своему опыту знала, что такие состояния проходят, и не очень удивилась, увидев его на финише уже через сорок минут после моего приезда.

В этот раз я мало общалась с французами, американцами и немцами, зато много – с русскими и украинцами. И наговорилась на украинском вдоволь! Украинцы, которых было в этот раз целых 35 человек, ехали в красивой спонсорской форме и были видны издалека. Россияне далеко не все ехали в форме – может, потому, что ее не спонсоры дали, а надо было заказывать за свой счет. Правда, некоторых можно было вычислить по их клубной форме. Когда я видела соотечественника, я обязательно к нему подходила (или подъезжала) и заговаривала. Жалко, что на послефинишный банкет далеко не все приехали. Но российские лидеры по времени – Игорь Ильин (53 ч) и Елена Артемова (71 ч) там были. А также были главные российские активисты рандоннерского движения – Валерий Комочков (Волгоград), Сергей Баранов (Екатеринбург), Игорь Березенков (Новосибирск) – ну и наш Миша Каменцев, конечно. Жалко, что так и не удалось увидеть организатора «ТрансРоссии» Алексея Болдырева (Архангельск).

Франция в этот раз мне вовсе не надоела, более того – я опять туда хочу, теперь на ходьбу!

\* В 1999 году дистанцию ПБП прошли россиянки Наталья Недосекина и Зинаида Чупрова (Орион-рандоннер, Волгоград), которые превыполнили контрольное время, но за вычетом отсечек получили зачет!

# Приключения Бегемота в Карелии Отчёт о веломарафоне 1200км Вологда-Онего-Ладога 2016 года

Алексей Дегтерев, в/к ВелоТверь



*После ужасия 10-страничного текста по ходовым дням и со всей фактологией остался самый сок о главном приключении лета в двух словах...*

## ...о целях и задачах

Главная цель была проста, как пареная репа. Показать время не хуже, чем в прошлом году на французском ультрамарафоне Париж-Брест-Париж. На одной чаше весов была разница велосипедов: карельский бревенчатый карбоновый шоссера, взятого напрокат специально под ПБП. С другой стороны покоились более плоский рельеф (10600м вместо 12км), отсутствие языкового барьера и вообще «родные стены». Имея перед собой конкретно поставленные задачи, я приступил к подготовке.

## ...о подготовке

Сделать из алюминиевого гибрида на раме Stels полноценный шоссейный велосипед, конечно же, нельзя. Но повысить его функциональность — почему нет? В начале тёплого сезона Нирро обзавёлся «быстрой» транс-

миссией 48х11, из закромов были выужены антипрокольные полуслики Schwalbe Marathon Supreme, а лично я капитально поднатерел в тренировочных выездах 100–400 км. Кроме того, по возвращении из Франции я крепко подсел на бег. Не берусь судить о влиянии бревенчатых на беговой прогресс, а вот атлетика явно пошла в плюс выносливости, да и динамике. Нынешний результат яркое тому подтверждение.

Тогда же, 22 апреля (ввиду круглогодичного режима катания проще зафиксировать дату «начала сезона») я принял участие в эксперименте известного тверского велосипедиста, первого в городе фэтбайкера и лигерадчика, Олега Цыганова. По хэштегу #project\_chain ВКонтакте можно следить за ходом сней задумки. На момент отъезда я проехал на «нулевой» трансмиссии 2400км и прошёл 3 обработки цепи. 4-ю проварку Олег провёл как раз за 2 дня до старта Вологда-Онего-Ладога. Несмотря на штатный график обработок раз в 500км, цепь выдержала все 1216 вёрст ультрамарафона и по приезде в Тверь не подавала никаких тревожных сигналов. Даже скрипа и свиста не было. А ведь условия эксплуатации были более чем серьёзные!

## ...о маршруте

Не знаю, ставили ли организаторы перед собой задачу сделать ВОЛ-2016 более насыщенный, чем заграничный «эталон»? Но российский супербревет от Балтийской Звезды получился настолько самобытным и запоминающимся, что впечатления от него едва ли не ярче, чем от моего первого зарубежного вояжа!

Во-первых, любой ВОловец теперь может написать полноценную научную работу по классификации российских дорог. Ребята, было всё! От свежеположенного асфальта и идеального серпантина А-119 и Р-21 до полного дорожного беспредела на медвежьегодской радиалке и перегоне Гирвас-Шуйская.



Во-вторых, были грунтовые сходы к нескольким КП, когда я ловил весь кайф от обладания МТВ. И шоссейная апхильно-инерционная (по-простому, пардонэ-муа, «сиськи») тренировочная секция от Питкяранты до разворота и обратно: 56км наслаждения скоростью и разгрузки ног перед заслуженным сном на предпоследнем контрольном пункте до финиша.

В-третьих, это Ладога. Просто Ладога. Дорога, как я понял, там идёт всё же в подъём, т.к. мне не хватало разгона на спуске и инерции чтобы влететь на вершину, как раньше. Приходилось дорабатывать в стойке и/или переключаться, временами оооочень низко)). Кроме того, запомнились не меньше 3-х торчков по 40-45 градусов между Ляскеля (наверное, не склоняется) и Лахденпохья (наверняка склоняется, но с таким названием шутки плохи!). Ей-богу, не вру! Ощущение, что подъезжаешь с плоскача к отвесной стене, передаваемо. Кстати, забирался везде и всегда, кроме адового подъёма на повороте с А-121 на Кинерму. В особо рельефных тягунах добирал зигзагами в своей полосе. Естественно, убедившись в безопасности этих манёвров. Судя по всему, местный рельеф даётся с трудом не только велосипедистам. На одном из подъёмов объехал уставший и отцепившийся в холм прицеп самосвала. Сам грузовик стоял метрах в 60-ти впереди (то есть выше). Вероятнее всего, прицеп отправился в свободное плавание и чудом никого не зацепил задним ходом.

Но Ладога это не только рельеф, дороги разного уровня идеальности и финно-угорские названия, создающие впечатления, что попал в параллельный мир. Ладога, друзья мои, это самая настоящая КАРЕЛИЯ!

## ...о русском Монте-Карло

Спешу оговориться, что в княжестве Монако я не был, а Карелия радушно принимала нас на протяжении предыдущих 790км)). Но эффект квадратных глаз от чистых озёр, сияющих в лучах рассветного/закатного/солнца, и скал, в которых были прорублены дороги, рано или поздно сходил на нет. Да и к Щеккиле, Пиндушам и прочим Лумбушам привыкаешь и перестаёшь обращать на них внимание.

Но Ладожское озеро просто лишило на несколько часов дара речи! Что-то эстетически совершенное есть в дороге, словно бы ищущей место между синей гладью озера и вертикальной громадой карельских скал, подёрнутых сосновыми бором на вершине и упрямыми кустарниками на каменистых склонах.

Если верить киношникам, как в Монте-Карло, только ниже))

Но Карелия это не только озёра и скалы. Это настоящие реки, по которым мечтает пройти, наверное, любой сплавщик! Кто ещё не сделал этого, конечно.

## ...о Пяльме, Суне, Лотинаное и Ууксонйоки

В принципе, карельская природа не так уж сильно отличается от родной верхневолжской. Но водные артерии... Когда я проехал табличку «р. Пяльма», лишь пошутил про себя «вот это, сынок, пяльма, а это, сынок, яктус»). Но то, что я увидел, проезжая моста, заставило меня остановиться практически на юзах и полезть за фотоаппаратом. Пока он был ещё рабочий. Увы, после плотины в Гирвасе он благополучно сдох (Пяльма, Суна — речка, на которой стоит гирвасская дамба), Лотинаноя под Питкярантой похожи как сёстры, но одновременно имеют свой характер. Я бы сказал — норов. Порожистые быстрые реки с высокими берегами, каждый километр которых наполнен перекатами, как фляга рандоннёра водой — после очередного КП)). Ну и раз уж речь зашла о контрольных пунктах...

## ...о еде, воде, и сне

Отдельной благодарности достойны организаторы за расстановку точек отметки, питания и отдыха. Идея французов разместить первый контроль на 220-м километре мне до сих пор кажется не очень удачной. Хотя, возможно, это субъективная реакция на события, произошедшие там. Тем не менее, стартовый отрезок в 135 километров и дальнейшие перегоны по 80-100 вёрст мне понравились намного больше! Правда, Михаил Каменцев зачем-то испугал участников парой «автономок» по 75-80 км, где не было ни магазинов, ни кафе, ни родников, ни колодцев. И я поначалу относился к этим участкам с опаской. Но потом понял, что весь мой ПБП был по большому счёту одной большой «автономкой», — без языка и в первый раз у меня случались и более продолжительные педалилки без дозаправок и какого-либо общения. Поэтому я быстро успокоился и покатыл по плану.

## ...о тактике

Как показал опыт предшествовавших ВОЛу марафонов 300 и 400 км, в этом сезоне я намного улучшил показатели двух предыдущих лет и по-прежнему уверенно качу ночью. Поэтому изначально раскладку по дистанции я видел следующим образом: