



# СУВОРОВСКИЙ ЧАЙНИК

ГАЗЕТА ОРДЕНА ЛЕНИНА, КРАСНОЗНАМЁННОГО ВОСТОЧНОГО ВОЕННОГО ОКРУГА

ПЯТНИЦА

29

ИЮЛЯ  
2016 г.

№29 (19597)

## Под знаменем "Юнармии"

Посвящение  
в юнармейцы



## ДАЛЬНЕВОСТОЧНИКИ

21 июля воспитанники спортивной школы (олимпийского резерва, комплексной) филиала ФАУ МО РФ ЦСКА (СКА, Хабаровск) вступили в ряды «Всероссийского военно-патриотического движения «Юнармия» во Владивостоке.

Первая торжественная церемония посвящения в юные армейцы состоялась во Всероссийском детском центре «Океан». На ней присутствовали более 1,5 тысячи детей из 30 регионов Российской Федерации, а также подростки из Лаосской Народно-Демократической Республики и Социалистической Республики Вьетнам.

### ГОСТИ И ГЛАВНЫЕ ГЕРОИ ПРАЗДНИКА

О том, что во Всероссийском детском центре «Океан» проходит совсем не рядовое мероприятие, можно было судить уже с первых минут праздника.

В числе почётных гостей на трибуне амфитеатра ВДЦ «Океан» присутствовали заместитель командующего войсками Восточного военного округа по работе с личным составом генерал-майор Сергей Долотин, командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц, председатель Владивостокского морского собрания адмирал Константин Сиденко, председатель совета ветеранов Тихоокеанского флота, ветеран Великой Отечественной войны Лев Абрамов, директор ВДЦ «Океан» Андрей Базилевский.

Центральный спортивный клуб Армии представляли начальник ФАУ Минобороны РФ ЦСКА полковник Михаил Барышев, его заместитель по работе с личным составом - двукратная олимпийская чемпионка по биатлону подполковник Светлана Ишмуратова и советник Юрий Мионов. Кроме того, на церемонии присутствовали начальник филиала ФАУ Минобороны РФ ЦСКА (СКА, Хабаровск) Андрей Степанов, его заместитель Алексей Иванов, начальник и сотрудники различных подразделений ЦСКА.

Конечно, были здесь и представители администраций из различных уголков Дальневосточного федерального округа. Например, на трибуне почётных гостей находился заместитель председателя правительства Сахалинской области Наталья Старцева, директор департамента молодежной политики Александр Кайданович, начальник управления образования Владивостока Марина Фролова.

Но какие бы высокие звания не имели почётные гости и какие бы солидные должности они не занимали, главными героями праздника

в этот день стали воспитанники спортивной школы (олимпийского резерва, комплексной) ЦСКА. Осознавая оказанное доверие, подростки в юнармейской форме старались выглядеть серьёзными и максимально чётко выполнять команды своего командира - начальника Главного штаба «Юнармии» олимпийского чемпиона по бобслею лейтенанта Дмитрия Труненкова.

В одном строю с юными спортсменами ЦСКА стояли ещё около полутора сотен ребят из состава военно-патриотического клуба «Отчизна», детских флотилий «Варяг» и «Восток» (Владивосток), а также клуба юных моряков «Макаров» (Фokino). Все кандидаты в «Юнармию» с гордостью несли на себе камуфляж и военно-морскую форму. Но уже в недалеком будущем с такой же гордостью они надедут и красно-синие цвета нового Всероссийского военно-патриотического движения.

### НЕРУШИМАЯ КЛЯТВА ЮНАРМЕЙЦА

В назначенное время военнослужащие роты почётного караула Владивостокского гарнизона внесли на сцену флаги Российской Федерации, Военно-морских сил России, Центрального спортивного клуба Армии и Всероссийского детского центра «Океан». Ведущий

праздника напомнил, что идея министра обороны РФ генерала армии Сергея Шойгу о создании Всероссийского военно-патриотического движения «Юнармия» была поддержана Президентом РФ Владимиром Путиным. Он рассказал о целях и задачах движения, представил зрителям кандидатов в юнармейцы и почётных гостей.

Приветственные слова поочередно произнесли командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц, начальник ФАУ Минобороны РФ ЦСКА полковник Михаил Барышев, директор ВДЦ «Океан» Андрей Базилевский. Все они отметили важность происходящих событий не только для развития нового военно-патриотического движения, но и всей России. Ведь именно юнармейцы призваны стать главным активом нашей страны в будущем и должны служить достойным примером для других ребят.

Для торжественного приёма юных спортсменов ЦСКА в ряды «Юнармии» на сцену вышел командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц. 30 юных воспитанников спортивной школы (олимпийского резерва) ЦСКА произнесли слова торжественной клятвы и начальник Главного штаба «Всероссийского военно-патриотического движения «Юнармия» олимпийский чемпи-

он по бобслею лейтенант Дмитрий Труненков доложил командующему ТОФ об окончании церемонии.

После того как командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц передал знамя «Юнармии» командиру регионального отряда юнармейцев, лейтенант Дмитрий Труненков поблагодарил за поддержку Всероссийского военно-патриотического движения личный состав Восточного военного округа и Тихоокеанского флота, а также Центрального спортивного клуба Армии и ВДЦ «Океан». Он выразил уверенность, что «Юнармия» поможет исполнить мечты и добиться поставленных целей многим подросткам.

Для вручения кандидатам в юнармейцы памятных значков «Юнармия» вперед вышли заместитель командующего войсками Восточного военного округа по работе с личным составом генерал-майор Сергей Долотин, командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц, начальник ФАУ Минобороны РФ ЦСКА полковник Михаил Барышев и другие почётные гости. После этого юнармейцы исполнили гимн Всероссийского военно-патриотического движения.

(Окончание на 3-й стр.)

План  
по призыву  
выполнен

2-я стр.

Психология  
успешного  
боя

4-я стр.

«Снайперский  
рубеж»:  
послесловие

5-я стр.

31 июля - День  
Военно-  
морского флота

6 - 7-я стр.

Калейдоскоп  
армейского  
спорта

8-я стр.

## • Призыв-2016



## ПЛАН - ВЫПОЛНЕН, ОТПРАВКА - ЗАВЕРШЕНА

15 июля в Восточном военном округе завершился очередной призыв граждан на военную службу. О его итогах и особенностях в ходе пресс-конференции рассказали военный комиссар Хабаровского края генерал-майор Николай Глинин, заместитель военного прокурора ВВО полковник юстиции Сергей Лукашенко, председатель военно-врачебной комиссии Сергей Стародубцев.

По словам военного комиссара Хабаровского края Николая Глинина, обязательное задание на призыв, установленное для края, выполнено. Все муниципальные образования с задачей призыва граждан на военную службу справились. Всего в крае призваны 2376 человек, что на 300 больше, чем в том же периоде прошлого года. Явка призывников на призывные комиссии муниципальных образований увеличилась по сравнению с весной прошлого года на 200 человек. Из 6425 граждан, прибывших на призывные комиссии, призваны 37 процентов. Весной прошлого года - меньше 33 процентов. Получили отсрочки и освобождение от призыва 56%. Больше всего отсрочек получено для продолжения образования. А освобождены призывники от службы только по болезни.

В ходе кампании призывные комиссии принимали решения и о направлении граждан на альтернативную службу. Три человека будут отправлены на альтернативную службу осенью, а ещё трое были отправлены прошедшей весной.

Параллельно шёл отбор и направление граждан, имеющих высшее образование, на военную службу по контракту. Каждому, кто окончил вуз, на призывной комиссии предлагали пройти службу по контракту. Всего за весну подали заявления 70 человек. 25 из них уже направлены на военную службу, остальные оформляют документы. В основном выпускников вузов отправляют в войска на должности контрактников по имеющимся у них специальностям: связистов, программистов, а также в учебный центр мотострелковых войск ОУЦ ВВО.

Как сказал военный комиссар края, все призывные мероприятия проводились открыто. Была предоставлена возможность родителям, представителям общественности и ветеранских организаций присутствовать на призывных комиссиях и на отправках на Краевом сборном пункте. Отправки в войска прошли согласно плану, без срывов, в торжественной обстановке. Все команды сформированы с высоким качеством.

Всего отправлены в Вооружённые силы и другие формирования 1600 призывников. В Вооружённые силы - 1520, 80 человек - во Внутренние войска или в Росгвардию. В части Восточного военного округа - 1259. Призывники Хабаровского края, отправленные весной, проходят службу в восьми субъектах РФ. На тер-

ритории Хабаровского края остались служить 86 процентов от числа отправленных - 1382 человека. В Приморский край отправлен 141 человек - это 9 процентов, по 1 проценту - в ЕАО, Амурскую область, Забайкальский и Камчатский края, а также в Ленинградскую и Нижегородскую области. Более 500 человек отправлены в учебные подразделения ОУЦ ВВО.

Если говорить конкретно о Хабаровске, то все районы выполнили план по призыву и по отправкам. Более организованно весной отработал военный комиссариат Центрального и Железнодорожного районов. 240 призывников отправил в войска военный комиссариат Кировского и Краснофлотского районов, столько же - Индустриального района, 300 - Центрального и Железнодорожного районов.

Все призывники были обеспечены вещевым имуществом по установленным нормам, переодеты в повседневную форму одежды нового образца, обеспечены банковскими картами и персональными электронными картами.

Что касается общих характеристик призывников, то более 900 человек имеют возраст 20 лет и более. Это на 17 процентов больше, чем весной прошлого года. Граждан, окончивших учреждения высшего и среднего профессионального образования, насчитывается 72 процента от общего количества отправленных. Каждый пятый - 20,3 процента - имеет высшее образование. Это молодые люди в возрасте 23 - 25 лет, которые имеют достаточный жизненный опыт и специальность, что ценно для Вооружённых сил.

41 процент призывников, отправленных в войска, воспитывались только одним из родителей. Увеличилось количество призывников, которые воспитывались вообще без родителей - 5,7 процента (91 человек). В войска отправлены 44 женатых призывника, из которых 27 человек имеют ребёнка. Федеральным законом №233 от 2007 г. предусмотрено одновременное пособие беременным жёнам призывников - 24,5 тыс. руб. без учёта районного коэффициента, и ежемесячное пособие жёнам, которые имеют ребёнка до трёх лет, в размере 10,5 тыс. руб. без учёта районного коэффициента.

В ВС РФ направлены 318 подготовленных в региональном отделении ДОСААФ России и профессиональных образовательных организациях специалистов.

Не все проблемы оказались у нас решёнными, - признался Николай Глинин. - Один из нерешённых вопросов - это оповещение. Хотя подвиги есть большие, показатели значительно лучше, чем в прошлом году. Но в Хабаровске, Комсомольске-на-Амуре, Бикинском и Нанайском районах нам не удалось установить место жительства и работы каждого четвертого призывника.

Большие подвиги также есть по розыску. Уклонистов в этом году на 140 человек меньше - 201. Привлечены к ответственности все разысканные, на неоднократно не

явившихся по повестке готовятся материалы для передачи в следственные органы для возбуждения уголовных дел.

В целом, как считает военный комиссар края, на позитивные результаты призыва повлияло, конечно, повышение престижа и привлекательности военной службы, значительно увеличение массовых мероприятий военно-патриотической направленности, рост количества участников военно-патриотических клубов и объединений в Хабаровском крае.

Призывники нередко выражают желание служить в ВДВ, подразделениях спецназначения. Однако, как сказал Николай Глинин, «желание призывников учитывается, но при этом мы обращаем внимание, прежде всего, на состояние их здоровья, семейное положение, уровень образования и конкретную специальность». Есть и такая деталь: гражданин, призванный из определённого муниципального образования, в этом муниципальном образовании служить не остаётся.

Как рассказал полковник юстиции Сергей Лукашенко, зарегистрирован случай, когда одно должностное лицо за оказание ему денежного вознаграждения предоставило право призывнику служить в определённой воинской части. По этому факту возбуждено уголовное дело, в настоящее время ведётся следствие.

Что касается состояния здоровья призывников, то оно несколько улучшилось. Как отметил председатель военно-врачебной комиссии Сергей Стародубцев, снижается уровень заболеваний сердечно-сосудистой системы призывников и показатели нарушения питания. Улучшилось качество обследования в медицинских учреждениях, призывникам стали уделять больше внимания, а это, соответственно, вновь указатель годности, который увеличился на два процента по сравнению с аналогичным периодом 2015 года. В большей степени трудности встречаются с проведением своевременного обследования из-за нежелания призывников вовремя идти в лечебные учреждения. Основными же остаются заболевания костно-мышечного аппарата: искривление позвоночника, плоскостопие. Но теперь в соответствии с постановлением Правительства РФ №165 от 2014 года граждан, имеющих плоскостопие 2-й степени, призывают в армию. Также призывают граждан, имеющих сколиоз 2-й степени - от 11 до 17 градусов.

Если же говорить о росте престижа военной профессии, то этим летом 350 выпускников школ, изъявивших желание стать офицерами, краевой военный комиссариат отправил поступать в вузы Министерства обороны РФ, не считая Хабаровского пограничного института ФСБ РФ и Дальневосточного юридического института МВД РФ. Очень много желающих найти работу и среди девушек, но их набор в военные вузы в этом году несколько сокращён.

Владимир ЮРБЕВ,  
Фото автора.

## • Месячник сплочения

КОМПЛЕКС  
ИНФОРМАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКИХ,  
КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫХ  
И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ  
В ПЕРИОД С 1 ПО 31 АВГУСТА 2016 г.

В войсках Восточного военного округа в августе проводится месячник сплочения воинских коллективов и предупреждение нарушений уставных правил взаимоотношений между военнослужащими.

Поддержание стабильной, управляемой морально-психологической обстановки в воинских коллективах, предупреждение и профилактика правонарушений это одна из основных задач месячника.

Управлением по работе с личным составом округа предлагается комплекс мероприятий, направленных на укрепление здорового климата в воинских коллективах, создание в подразделениях атмосферы дружбы, войскового товарищества и взаимовыручки.

## 1 августа

Работа с военнослужащими по призыву. Общее собрание (и им равным): «В единстве - наша сила», где заслушать военнослужащих, склонных к неуставным проявлениям, выработать практические меры по предупреждению негативных явлений в воинских коллективах.

День сержанта (старшины): «Работа сержантского (старшинского) состава по предупреждению правонарушений в воинском коллективе».

## 2 августа

Целевое информирование военнослужащих. День профилактики нарушений уставных правил взаимоотношений. Тема «Сплочение воинского коллектива - главная задача военнослужащих».

Общественно-государственная подготовка с офицерами (второй час). Тема «Управление морально-психологическим климатом воинского коллектива. Пути предупреждения и разрешения конфликтов».

Общественно-государственная подготовка с военнослужащими по контракту (второй час). Тема «Дисциплинированность и профессионализм - важнейшие качества личности воина».

Общественно-государственная подготовка с военнослужащими по призыву (второй час). Тема «Ответственность военнослужащих за правонарушения, связанные с нарушением уставных правил взаимоотношений».

Занятия с командирами рот (и им равным) по методике организации работы с личным составом: «Методика анализа состояния воинской дисциплины и применения дисциплинарной практики».

## 3 августа

Занятия с сержантским (старшинским) составом по методике организации работы с личным составом: «Методика предупреждения и разрешения межличностных конфликтов».

Заседания советов офицерских собраний: «Роль командира в профилактике насильственных преступлений».

Совещания в соединениях и воинских частях по обмену опытом деятельности должностных лиц по профилактике преступлений на почве насильственных действий в сфере межличностных отношений военнослужащих.

## 4 августа

Работа с личным составом с военнослужащими по контракту и по призыву. Практические занятия с солдатами и сержантами: «Действия военнослужащего в случае нарушения в отношении него уставных правил взаимоотношений, а также в случае получения травмы».

## 5 августа

Целевое информирование военнослужащих. День дисциплинарной практики и анализа состояния воинской дисциплины. Тема «Понятие воинской дисциплины и чем она достигается».

Проведение правового часа со всеми категориями военнослужащих. Подведение итогов работы по поддержанию правопорядка и воинской дисциплины в ротах (им равным).

## 6 августа

Культурно-досуговая работа. Беседа «В едином строю защитников Родины. Серафим Саровский причислен к лику святых» с участием представителя Русской православной церкви.

## 7 августа

Тематический утреник на тему «Воинский долг», в ходе которого организовать встречи военнослужащих с ветеранами Великой Отечественной войны, локальных войн и вооружённых конфликтов для передачи опыта коллективных действий в боевой обстановке.

Час правовых знаний с сержантским (старшинским) составом в ротах (и им равным). Беседа «Служить не за страх, а на совесть».

(Продолжение следует).

## Территория закона

КРИМИНАЛЬНАЯ  
ТОРГОВЛЯ

Белогорский гарнизонный военный суд приговорил бывшего военнослужащего контрактной службы одной из воинских частей г. Белогорска Амурской области Е. Зуева к пяти годам шести месяцам лишения свободы с отбыванием наказания в колонии строгого режима.

Он осуждён по ч. 1 ст. 222 УК РФ (незаконные приобретение, передача, сбыт, хранение, перевозка или ношение оружия, его основных частей, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств) и ч. 3 ст. 226 УК РФ (хищение либо вымогательство оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств).

В результате совместно проведённых органами военной контрразведки, следствия и суда

оперативно-розыскных и следственных действий вскрыта и полностью доказана противоправная деятельность Е. Зуева, похищенного при расформировании склада артиллерийских боеприпасов ВВО основные части и комплектующие к ручному огнестрельному оружию и организованного хранения с целью сбыта.

В июле 2015 года сотрудниками ФСБ и военных следственных органов в ходе обысков по месту проживания Е. Зуева и в гараже его товарища обнаружены и установленным порядком изъяты незаконно хранимые три затвора к пулемёту Калашникова, а также комплектующие: боевые пружины к АК-74, ПК, ПМ, ТТ, элементы ударно-спусковых механизмов, затворные рамы, переключатели вида огня, курки, бойки.

Е. Зуев был взят под стражу в зале судебного заседания.

По материалам УФСБ  
России по ВВО.

**ПРАЗДНИК ДЛЯ ВСЕХ**

Концертную программу в этот день с удовольствием смотрели все почётные гости и участники летней смены в ВДЦ «Океан». Для начала рота почётного караула под командованием старшего лейтенанта Артура Абдуллина продемонстрировала гостям праздника строевые приемы с оружием. Аккомпанировал военнослужащим сводный оркестр Тихоокеанского флота под руководством дирижёра майора Андрея Попова. Своё одобрение виртуозам карабина дети выразили весьма ярко и просто - в воздух взвились флаги всех военно-патриотических клубов и, конечно, «Юнармии».

Ещё больше положительных эмоций принесло зрителям выступление роты снайперов из состава отдельного соединения морской пехоты Тихоокеанского флота. Подчинённые старшего лейтенанта Ярослава Якубова показали боевую акробатику, приёмы рукопашного боя с оружием и без, групповые схватки. Как отметил ведущий, такие навыки рукопашного боя наши военнослужащие успешно применяют в ходе специальных операций в Сирии и Аденском заливе в борьбе с пиратами и террористами.

Конечно же не обошлось и без военных песен. Лучшие композиции из своего репертуара исполнили артисты сводного оркестра Тихоокеанского флота и Ансамбля песни и пляски ТОФ.

**ШОУ НА МОРЕ**

Вторая часть праздника состоялась на берегу бухты Емар.

Шоу открыл показательный заплыв на трёх шлюпках ЯЛ-6 вдоль береговой черты. Под флагом ЦСКА выступили многократные чемпионы мира и Европы, а также победители и призёры чемпионатов и Кубков России по морскому многоборью спортсмены-инструкторы мастера спорта международного класса Павел Комаров и Иван Мироненко, мастера спорта Максим Михневич, Александр Титов, Виталий Губизов, Григорий Доманский, Роман Тузинский и Сергей Марченко. Под громкие крики болельщиков «ЦСКА!» армейцы победили в товарищеской гонке две команды Тихоокеанского флота.

В рамках водно-спортивного праздника состоялось выступление на флайбордах - реактивных водомётных установках мощностью более двухсот пятидесяти лошадиных сил. Настоящую акробатику на высоте в двадцать пять метров над уровнем моря продемонстрировали мастера Федерации водно-моторного спорта Приморского края. Ведущий рассказал присутствующим, что этим летом - с 5-го по 14-е августа на акватории водной станции ЦСКА ТОФ планируется провести Русский Гран-при-2016 чемпионата мира по ралли-рейду на аквабайках. Он пригласил всех желающих посетить этот спортивный праздник.

Вдоль береговой черты прошла ракетно-катерная ударная группа кораблей охраны водного района Приморского объединения разнородных сил ТОФ типа «Молния» под командованием команд-



**Под знаменем «Юнармии» - ДАЛЬНЕВОСТОЧНИКИ**



ра дивизиона ракетных катеров капитана 3 ранга Игоря Годушко. На глазах восторженных детей боевые корабли совершили поворот: «Все вдруг вправо 45,0 градусов», произвели синхронную постановку ложных радиолокационных и тепловых ловушек и противозвушной манёвр уклонения в общем походном строю.

Зрители узнали, что корабли этого класса предназначены

На защиту прибрежных коммуникаций бухты Емар от действия подводных лодок противника вышел малый противолодочный корабль «Усть-Илимск» типа «Альбатрос» под командованием капитана 3 ранга Андрея Гаевого. Корабль, предназначенный для уничтожения вражеских подлодок на глубинах до четырёхсот метров и удалении до пятнадцати километров, также осуществил постановку помех комплексом ПК-10.

Перед детьми была разыграна настоящая битва за берег. К побережью бухты Емар подошёл десантный катер типа «Серна». Следом за ним двигалась лодка с передовой группой разграждения от отдельного морского инженерного батальона Тихоокеанского флота. Военнослужащие под командованием майора Николая Коровина, прикрывая друг друга огнём из стрелкового оружия, провели инженерную разведку побережья и проделали проход в

минно-взрывных заграждениях противника. Тем самым они обеспечили действия группы спецподразделения.



для уничтожения боевых и десантных средств противника. Комплекс ракетного оружия «Москит» способен уничтожать надводные цели на дистанции до ста двадцати километров в открытом море, на скорости более трёх раз превышающей скорость звука. А турбинные двигатели способны разогнать наши корабли до сорока узлов, что делает их неуязвимыми по отношению к торпедным ударам противника.



смог даже применённый террористами роботизированный комплекс «Платформа-М» с пулёмётной установкой и гранатометами.

**ШТАБ ДЛЯ НОВОГО ОТРЯДА**

Ещё одним примечательным событием в этот день стало торжественное открытие «Юнармейской комнаты», оборудованной и презентованной Всероссийскому детскому центру «Океан» филиалом ФАУ Минобороны РФ ЦСКА (СКА, Хабаровск).

Участие в церемонии приняли все почётные гости праздника. Презентацию провёл лично начальник Главного штаба «Юнармии» лейтенант Дмитрий Труненок. Он обратил внимание присутствующих на многочисленные и редкие экспонаты - от макетов боевого оружия до элементов корабельного оборудования, найденных поисковиками на затонувших судах в Японском море, рассказал, как будет проводиться занятия с детьми. Командующий Тихоокеанским флотом адмирал Сергей Авакянц оставил на память о своём визите запись в книге почётных посетителей.

В заключительной части торжественных мероприятий в специальной беседе на берегу моря было подписано соглашение о взаимном сотрудничестве Центрального спортивного клуба Армии и Всероссийского детского центра. Свои подписи под важным документом поставили и скрепили договор рукопожатием полковник Михаил Варышев и Андрей Базилевский.

Подводя итог праздничным мероприятиям, Андрей Базилевский пообещал на следующее лето пригласить всех детей, вступивших в этот день в ряды «Всероссийского военно-патриотическо-



И вот, наконец, эта группа стремительно подошла к укрепленным позициям террористов на берегу на двух лодках «БЛ-680» и с ходу уничтожила лагерь террористов. Остановить бойцов не

го движения «Юнармия», для бесплатного отдыха в ВДЦ «Океан».

**Олег СУРОВЦЕВ.**  
Фото пресс-службы филиала ЦСКА (Хабаровск).

● ВВО: день за днём

На полигоне Анастасьевский под Хабаровском прошло практическое учебно-методическое занятие под руководством начальника Центра психологической работы Восточного военного округа подполковника Оксаны Барминой. Свыше 60 специалистов и заместителей командиров соединений и частей по работе с личным составом ознакомились с методиками противостояния военнослужащих экстремальным ситуациям при выполнении учебно-боевых задач.

Для успешного преодоления различных факторов боя недостаточно только физической выносливости, необходим ещё и высокий уровень морально-психологической готовности. Сегодня в ходе занятия психологи Окружного учебного центра подготовили младших специалистов ВВО наглядно покажут некоторые нюансы работы по повышению боевого духа военнослужащих, - отметила в начале занятия подполковник Оксана Бармина.

Затем слово взял руководитель занятия - начальник психологической группы учебного центра подготовки младших специалистов танковых войск ОУЦ ВВО капитан Ильдар Халитов, который коротко представил учебные места.

В ходе учебно-методического занятия вам покажут работу военных психологов по устранению случаев «танкобоязни» на учебном месте №1 - «подполза-



открытыми, а затем с закрытыми глазами.

Непопадание пальцем по носу, дрожание указательного пальца или кисти могло бы означать наличие травм головного мозга, невроза, переутомления, перетренированности, но ничего этого у военнослужащих замечено не было, - пояснил профессиональные подробности данного приёма капитан Ильдар Халитов.

Для подготовки экипажей к выполнению задач и снятию напряжения психологи применили и

действия неконтролируемого дрожания специалистами предлагаются военнослужащим усилить дрожь путём взятия «пострадавших» за плечи и резкого потряхивания его в течение 15 минут с постоянным поддержанием вербального контакта. Также психологи провели мастер-класс по релаксирующим упражнениям в ходе выполнения расслабляющих приёмов «наклон» и «успокаивающее дыхание».

Ещё одним учебным местом по преодолению танкобоязни и страха стало «десантирование с танка».

В данной ситуации у военнослужащих потенциально может возникнуть такая реакция, как страх, - рассказал капитан Ильдар Халитов. Для него характерно напряжение мышц, особенно лицевых, сильное сердцебиение, учащённое поверхностное дыхание, слабый контроль над собственным поведением. Психологи показали присутствующим на занятии специалистам и военнослужащим способы самомассажа для предотвращения этой реакции.

Одним из самых зрелищных на учебно-методическом занятии стало учебное место №4, где военнослужащим необходимо было вылезти из «подбитого» танка, частично подожжённого напалмом. Далее танкисты сделали небольшой марш-бросок через экспериментальную «психологическую полосу» в 100 метров. Экипажу боевой машины потребовалось преодолеть «проволочное заграждение», пробежать по «бревну», перепрыгнуть через «стену», вступить в ближний бой с манекеном, имитирующим «противника», преодолеть «ров», пробежать по отверстиям «автомобильных покрышек», по железным «пенькам». Для имитации боевой обстановки преодоление «психологической полосы» сопровождалось дымовыми завесами, взрывами, стрельбой холостыми патронами из автомата Калашникова. Психологи в это время вели наблюдение за военнослужащими.

Перед началом испытания я попросила танкистов выполнить упражнение «погончики», а после преодоления ими середины «психологической полосы» провела экспресс-диагностику эмоционального состояния и работоспособности. Это короткий тест из пяти вопросов, на которые необходимо было ответить в течение одной минуты. Большая часть военнослужащих ответила в течение 30 секунд, остальные уложились в минутный отрезок времени. На основании этого можно судить о степени мыслительной деятельности и реакции, - отметила психолог группы Ана Амренова.

Также после прохождения «психологической полосы» военнослужащие смогли восстановить психоэмоциональное состояние с

помощью восточной практики арт-терапии, заключающейся в создании цветных кругов из камушков.

Такой круг принято называть в восточной практике «мандала». Это хороший метод глубокой диагностики и интеграции личности. Когда военнослужащий рисует «мандалу», можно немного приоткрыть его внутренний мир и в то же время получить психотерапевтический эффект, - рассказала психолог группы Аурика Якоми. Важно, какой цвет выбирают военнослужащие. На основе ряда признаков можно судить о степени преодоления стресса и эмоциональном состоянии в данное время.

По словам подполковника Оксаны Барминой, занятие стало одним из первых в цикле учебно-методической подготовки психологов ВВО по применению в своей деятельности «психологической полосы». В будущем планируется внедрение в программу обучения военнослужащих данной полосы мероприятий с элементами психологического сопровождения. Предположительно её дистанция будет достигать порядка 500 метров.

Это обзорное экспериментальное занятие в преддверии комплексного внедрения «психологических полос» в соединениях и частях ВВО. Причём данные полосы мероприятий для морально-психологической подготовки личного состава будут варьироваться в соответствии со спецификой подразде-

От того, насколько грамотно заместители командиров по работе с личным составом организуют работу психологов, будут разбираться в нюансах психологической подготовки, зависит результат деятельности полевого пункта психологической работы ВВО подполковник Оксана Бармина.

Поэтому актуальным для участников учебно-методического занятия также стало знакомство с учебным местом №5, где состоялся мастер-класс по организации деятельности полевого пункта психологической работы. Подполковник Оксана Бармина лично продемонстрировала примеры оборудования полевого пункта, оказания индивидуальной и групповой психологической помощи военнослужащим.

Также в ходе учебно-методического занятия его участники обсудили организацию психологической работы в соединениях ВВО, ведение документооборота, необходимость повышения компетенции в этих вопросах. Особое внимание уделено анализу деятельности психологов соединений и частей по социально-психологическому изучению прибывающего пополнения, выявлению суицидальных наклонностей, профилактике противоправных действий.

В заключительной части практического учебно-методического занятия настоятель



«под танк», учебном месте №2 - «обкатка танком», учебном месте №3 - «десантирование с танка». Кроме того, вам продемонстрируют работу психологов на экспериментальной «психологической полосе» учебного места №4. На учебном месте №5 вы на практике ознакомились с организацией работы специалистов на полевом пункте психологической работы. Вам покажут примеры оборудования полевого пункта, психологической реабилитации тех, кто получил психологическую травму, - рассказал капитан Ильдар Халитов.

Перед началом работы на учебных местах специалисты оценили психофизиологическое состояние членов экипажей. Для этих целей применялся приём «индекс Руфье», который показывает уровень работоспособности сердца при физической нагрузке с помощью специальной формулы. Для его вычисления психологи замеряли пульс в спокойном состоянии в положении сидя, затем после 30 приседаний, а также в период восстановления сил.

Ещё одним способом оценки психофизиологических показателей стала «пальцево-носовая проба». От военнослужащих требовалось дотронуться указательным пальцем до кончика носа с

приём «квадратное дыхание», суть которого заключалась в дыхательной технике в течение восьми минут с продолжительным вдохом, задержкой дыхания, продолжительным выдохом и последующей задержкой дыхания.

По словам капитана Халитова, он позволяет военнослужащим восстановить оптимальное мышечное напряжение.

Также членам экипажа предлагалось «задуть свечу». Этот психологический приём, несмотря на внешнюю лёгкость, предполагал предельное внимание психологов за напряжением мышц спины и брюшного пресса военнослужащих при выполнении специального алгоритма дыхания.

Стоит отметить, что при демонстрации различных приёмов на всех учебных местах всегда применялись дыхательные техники. Скажем, при выполнении упражнения «подползание под танк» типичной реакцией военнослужащих может стать страх. Для его снятия применялись приёмы с элементами глубокого вдоха: «очистительное дыхание», «стена», «гребля», «замок». Схожие техники применялись на этом же учебном месте для предотвращения такой реакции организма, как ступор.

На учебном месте «обкатка танком» у военнослужащих могла возникнуть нервная дрожь. Для сня-



ний. Таким образом, у разведчиков будет своя «психологическая полоса», а у связистов - своя, - подчеркнула подполковник Оксана Бармина.

Очень важно, что на занятие пригласили заместителей командиров по работе с личным составом, которые являются непосредственными начальниками психологов в соединениях и частях.

хабаровского храма святого Александра Невского иерей Василий (Диденко) поделился своими наблюдениями о работе священнослужителей в частях округа, а также опытом создания благоприятного психологического климата в воинском коллективе.

Пётр АСАНОВ.  
Фото автора.

• Послесловие к конкурсу

# ЕСТЬ ЗАДЕЛ ДЛЯ ПРОГРЕССА!

Как уже рассказывал «СН», четыре дня состязаний на базе общевоинского полигона под Хабаровском выявили победителей Всерайонного конкурса полевой выучки снайперов и снайперских пар «Снайперский рубеж-2016». Ими стали воины школы подготовки снайперов Западного военного округа.

Долго на равных с лидерами шли и представители Восточного военного округа. И только травма, полученная одним из членов команды на завершающем этапе, что называется, выбила её из числа претендентов на первое место.

С самого начала состязаний стало очевидно: борьба разворачивается не на шутку! Причём в числе фаворитов наряду с опытными профессионалами из сборных Национальной гвардии, ВДВ, ВВО и ЗВО, оказались и курсанты ДВОКУ и Новосибирского ВВКУ.

Эти команды и задавали тон в каждом упражнении в индивидуальном и парном зачётах на огневых рубежах.

В первый же день бесспорным лидером снайперского биатлона стал старший инструктор школы подготовки снайперов ВВО старший сержант контрактной службы Андрей Мячин. Он и стрелял метко, без единого промаха, и препятствия преодолевал умело. Лишь один неточный бросок гранаты принёс ему штраф.

Отлично удалась дальневосточникам специальная стрельба, где целью было фото «террориста», который прикрывалась заложником. Расстояние до этих трёх мишеней - 150 - 200 метров, а зона поражения каждой - всего четыре сантиметра. Как быстро уничтожить врага ограниченным запасом боеприпасов, не задев



захваченного им человека? Выступая в парах, старший сержант Андрей Мячин двумя выстрелами совершил одно попадание



в «террориста», а его напарник - военнослужащий отдельной гвардейской мотострелковой бригады из Хабаровского края рядовой Евгений Ли - тремя патронами трижды точно поразил столь сложную мишень. На счету другой пары - командира взвода и инструктора школы подготовки снайперов ВВО старшего лейтенанта Павла Степанова и старшего прапорщика Игоря Синюта - пять точных попаданий!

На последующих этапах дальневосточники не снижали заданную планку и вышли в финал, держась на втором общекомандном месте.

При этом истинным открытием конкурса стал рядовой Евгений Ли. Нет, не ошибся тренер команды, он же начальник школы снайперов при Окружном учебном центре майор Евгений Лашманов, когда брал из десятка вероятных претендентов молодого воина в сборную округа в качестве запасного. И едва возникла необходимость замены стрелка основного состава, получившего в ходе состязаний травму, в работу включился рядовой Ли. И не подкачал!

Этот военнослужащий уже за время тренировок проявил себя наилучшим образом, прогресс его был очевиден, - рассказывал мне в перерыве майор Евгений Лашманов. - В нашем деле очень важны выдержка, настрой на результат, а Женя Ли силён психологически. Похоже, для него не существует авторитетов. Что касается пары Степанов - Синюта, то она сформировалась давно. В ней - отличная слаженность, один профессионал может в любой мо-

мент заменить другого, если это потребуется.

К соревнованиям такого уровня, конечно, готовились основательно, благо на территории школы для этого есть все условия. Систематически занимались стрельбой из винтовки СВД и пистолета Макарова, вводя дополнительные нагрузки: отжимание от земли, перетаскивание тяжёлых предметов. Знали, что наряду с

огневыми рубежами на дистанциях будет много различных препятствий, а это, естественно, усложнит выполнение стрелковых упражнений. В подготовку команды немалые усилия вложил опытный инструктор школы снайперов Георгий Коваль, который и в ходе конкурса давал своим подопечным дельные советы, переживал за каждый выстрел.

Да, к сожалению, в это раз не сложилось... В снайперской эстафете вынужден был сойти с дистанции старший прапорщик Игорь Синюта, а значит, и вся команда. Однако и четвёртое место из 11 команд - вполне достойный результат. Тем более что представители ВВО отличились на разных этапах в ходе выполнения упражнений. Так, в индивидуальном зачёте второе место завоевал старший лейтенант Павел Степанов, в соревнованиях пар призёрами стали Павел Степанов и старший прапорщик Игорь Синюта, старший сержант Андрей Мячин и рядовой Евгений Ли. Победителем снайперского биатлона признан сержант контрактной службы Андрей Мячин. Майор Евгений Лашманов удостоен грамоты «Лучший тренер команды». Есть хороший задел для участия в будущем «Снайперском рубеже-2017!»

Константин ЯСНОВ.  
Фото автора  
и Петра АСАНОВА.



## ЕМУ ЗНАКОМЫ СЕКРЕТЫ УСПЕХОВ

В номере «СН» за 15 июля мы рассказали о конкурсе по полевой выучке среди подразделений морской пехоты береговых войск ВМФ России «Балтийское дерби-2016». Напомним, что лучшим командиром отделения стал курсант четвёртого курса факультета морской пехоты Дальневосточного высшего общевоинского командного училища Константин Зайков.

Поступать в Благовещенское ДВОКУ Константин приехал из приморского Лесозаводска. Сказать, что поступить было сложно, ничего не сказать: два года до его поступления набора не производилось вовсе, так что претендентов на чёрный берет морского пехотинца на этот раз было на порядок больше, чем обычно. Тем не менее молодой приморец сумел доказать, что он достоин служить

в этих элитных войсках. И вновь подтвердил это на горячем песке Хмельёвки в июне 2016 года.

Самым сложным для меня на соревнованиях было сделать так, чтобы отделение бежало «тропу выживания» как единый организм - обычно даже полосу препятствий каждый бежит сам

за себя, а трасса на Хмельёвке значительно длиннее. И выиграть нам удалось именно благодаря взаимопомощи, - говорит Константин Зайков.

«Тропа выживания» стала самым сложным испытанием не только для курсантов из Благовещенска. Впрочем, в том и была

задумка организаторов конкурса: проверить умение действовать как слаженное подразделение в непривычных условиях. И у дальневосточников это неплохо получилось. А вот работать с техникой курсантам было куда легче, чем остальным участникам...

В училище мы много занимались на БТР-82А, - продолжает Константин. - Особенно хорошо отработали загрузку боеприпасов. Многие экипажи из нашей команды на прошедшем конкурсе выигрывали именно благодаря этому: можно приехать вторым или третьим, а уехать с пункта боепитания первыми благодаря отработанной нагрузке боеприпасов. Так что секрет нашей победы - в быстрой нагрузке и лучших механиках-водителях.

Сейчас Константин готовит своё отделение к участию в Международных играх «Морской десант». Полигон и техника знакомые, а вот соперники будут серьёз-

ные: страны-участницы отправят на конкурс лучших из лучших. Впрочем, волнения дальневосточник не испытывает. По крайней мере пока: до конкурса ещё есть время, а значит, есть и возможность подготовиться.

Если всё моё отделение будет участвовать в играх, то я уверен в победе, - считает командир отделения. - Я ещё не определился, на какой флот хотел бы попасть служить после окончания училища, но на Балтике мне понравилось: Калининград и Балтийск - красивые города, да и климат здесь неплохой...

...Сегодня на Хмельёвке рёв моторов бронетранспортеров сменил шум строительной техники. Полигон готовится к Международным играм, и организаторы надеются на честную и бескомпромиссную борьбу. Помимо знакомых препятствий «тропы выживания», участникам предстоит проходить «тропу разведчика», сооружением которой и заняты сегодня рабочие. Но победители «Балтийского дерби», которым придётся показывать здесь свой уровень подготовки, не только помнят пословицу о том, что дома и стены помогают, но и уверены в своих силах. В сборную вошли лучшие представители всех флотов.

Тимур ГАЙНУТДИНОВ.  
Фото Юрия ШЕВЧЕНКО.



• 31 июля - День Военно-морского флота

# «НЕ РАДИ ПРИЗОВ ОПУСКАЕМСЯ НА ГЛУБИНЫ»

В эти дни личный состав Приморской бригады дизельных подводных лодок готовится к очередному выходу в море. Предстоит интересное «сражение» между «Варшавяками» и надводными кораблями, а для кого-то и боевые службы вдали от родных берегов. Но, как сказал исполняющий обязанности командира соединения капитан 2 ранга Александр КРАСЕНСКИЙ, море уже и сделано экипажами для того, чтобы не подкачать в будущем.

- Александр Сергеевич, с какими результатами ваш большой коллектив встречает общевойсковой праздник?

- Бригада создала хороший задел по боевой подготовке в году минувшем, в зимнем периоде обучения. По сути, всё, что спланировали, было выполнено с высоким качеством. А это - боевые службы в океане, более десятка курсовых задач, свыше 20 выходов в море с применением торпедного и минного оружия. Также мы многократно обеспечивали действия противолодочных кораблей Приморской флотилии разнородных сил, а в период командно-штабных учений в Охотском море три наши субмарины весьма успешно решили поставленные задачи у берегов Камчатки и северной части Курильской гряды. Своевременно заняли назначенные районы, вели боевое патрулирование в подводном положении, при этом обнаруживали атомные подводные лодки условного противника и следили за ними.

Стоит вспомнить и прошлое лето, когда экипаж капитана 3 ранга Ивана Сажаева принял участие в российско-китайском учении «Морское взаимодействие-2015». В ходе манёвров подводная лодка мастерицы выполнила уклонение от кораблей поисково-



ударной группы ВМС Народно-освободительной армии Китая и в итоге не была обнаружена.

«Краснокаменск» под моим командованием участвовал в учении сил поисково-спасательного обеспечения ТОФ. Часть личного состава в спасательных гидрокомбинезонах самостоятельно выходила из подводного положения корабля на глубину 20 метров через торпедный носовой аппарат. А несколько моряков покинули «аварийную» подлодку методом шлюзования с помощью спасательного батискафа «АС-30», доставленного к месту учения на судне «Алагеэ».

На правом фланге - экипажи подводных лодок под командованием капитанов 2 ранга Евгения Лиманова и Максима Карелина. Они завоевали в прошлом году призы главнокомандующего ВМФ за отличную минутовую постановку и торпедную атаку отряда боевых кораблей. В первом отличились выполнением всех нормативов корабельной боевой расчёт и личный состав минноторпедной боевой части (БЧ-3, - Авт.) во главе с капитан-лейтенантом Игорем Грибовским.

А в конкурсе «Кубок моря» на базе филиала Военно-морской академии в Санкт-Петербурге среди командиров дизельных подлодок победу одержал капитан 2 ранга Игорь Быков. Другой кубок завоевал корабельный боевой расчёт ПЛ «Чита» - он проводил атаку субмарины отряда кораблей «пробника». Такие состязания способствуют повышению профессионального мастерства.

- В чём же секреты успехов лучших экипажей?

- Решающую роль играет высочайший подход командиров всех уровней к делу. Требуемость к профессионально-должностной подготовке личного состава у нас на первом месте. И времени на подготовку поставленных задач давалось достаточно, и материальная часть позволяла поработать как надо.

А начинается всё с обучения в учебном центре, который носит имя командира первой советской атомной подводной лодки Леонида Осипенко. Здесь мы проходим межпоходную подготовку. Также систематически отработываем действия личного состава корабельного боевого расчёта на подводной лодке, на учебно-материальной базе соединения и кафедре морского подводного оружия ТО-ВВМУ имени С.О. Макарова. Постоянно совершенствуем практические навыки в борьбе за живучесть (борьба с пожаром, водой) на учебно-тренировочном судне, где всем необходимо обеспечивать нас старший мичман запаса Павел Лубский.

- Ещё недавно вы были одним из самых молодых командиров ПЛ, ныне же стоите на командном мостике целого соединения. Чем интересна эта служба, в чём её специфика?

- Мне она хорошо знакома с детства. Вся прежняя жизнь прошла на Камчатке, среди подводников. Сколько раз мы встречали возвращающиеся из дальнего похода лодки... Не счастье! Мой отец - Сергей Владимирович - прошёл службу от командира БЧ-3 до начальника отдела боевой подготовки объединённого командования Сил и войск на Северо-Востоке России. И я без чьего-либо давления со стороны поступил на подводный факультет ТО-ВВМУ - радиотехнический.

А служба наша, что называется, притягивает не только своим ореолом таинственности. Она, в принципе, очень специфична, кардинально отличается от службы на надводном корабле, тем более - в береговой части. Связано это, прежде всего, с тем, что люди работают в замкнутом пространстве, в системе,

насыщенной таким количеством приборов и механизмов, которого, пожалуй, нет больше нигде. Она и сложна, и требует немало терпения. Она учит собранности, выдержке, хладнокровию при принятии решения.

- Что делается со стороны государства по улучшению социальных и бытовых условий военнослужащих, инфраструктуры военной базы подводников?

- Позитивные изменения за последние годы очевидны. У личного состава достойное денежное довольствие, идёт компенсация за поднаём жилья. До 90 процентов подводников обеспечены служебным и ипотечным жильём. В плане береговой инфраструктуры замены шпрес. Конечно, ожидаем новые подводные корабли. А пока одна из «Варшавянок» проходит модернизацию на заводе. На неё устанавливаются новейшие гидроакустический и радиолокационный комплексы, навигационное оборудование, боевую информационную систему управления, более совершенную технику связи.

- Каковы планы в летнем периоде обучения?

- Интенсивность боевой учёбы только нарастает. Значит, снова будут выходы кораблей в море, новые учения и боевые службы в Мировом океане. Поэтому главные усилия всего коллектива направляем на тактическую подготовку офицеров, проведение в основном активных форм обучения личного состава, в большей степени несущих практическую направленность. Требуемость к подводнику с каждым годом только возрастает. В общем, плану опускаться не собираемся!

В праздник ВМФ флагманский корабль Тихоокеанского флота - гвардейский ракетный крейсер «Варяг» - как обычно, возглавит военно-морской парад в столице Приморья. И тысячи владивостокцев и гостей города с интересом будут наблюдать с высокого берега за манёврами кораблей, которые развернутся на водной глади залива.

Флагман долгие годы находился вдали от родных берегов, покинув Владивосток 2 ноября прошлого года. За время похода крейсер пересёк семь часовых поясов, а корабельные лаги отсчитали свыше 40 тысяч морских миль. Его экипаж под командованием командира капитана 2 ранга Алексея Ульяненко (на снимке) в январе заступил на боевое дежурство в восточном Средиземноморье и выполнял в составе постоянного оперативного соединения ВМФ РФ непростые задачи в Средиземном море. Его воём зенитных ракетных систем С-300 «Форт» контролировали почти всё небесное пространство над Сирией и югом Турции, что позволяло безопасно совершать боевые вылеты нашей авиации для нанесения ударов по объектам международных террористов.

По итогам дальнего похода командир корвета гвардии капитан 2 ранга Алексей Ульяненко удостоен Почётной грамоты и благодарности Президента Российской Федерации. Медаль «Участник военной операции в Сирии» получили особо отличившиеся члены экипажа крейсера - офицеры, мичманы и контрактники.

Среди гвардейцев, которые встретили 285-летие ТОФ у берегов заморских стран, особо выделим их молодого командира, выпускника Тихоокеанского военно-морского института имени С.О. Макарова (ныне училище) 2003 года. Именно на нём лежала огромная ответственность за организацию всех действий, настрой воинского коллектива на конечные результаты ратного труда.

Так случилось, что лейтенант Алексей Ульяненко автору этих строк довелось увидеть на борту крейсера в первый день его службы, когда он и ещё четверо выпуск-

# «ВАРЯГ» ЕЩЁ ПОСЛУЖИТ РОССИИ!

ников ТОФМ докладывали командиру корабля гвардии капитану 1 ранга Сергею Липилину о своём прибытии в часть. На том снимке - жизнерадостные ребята, у которых всё ещё только начинается на офицерском поприще. Пять молодых судеб: Максим Ляпин, Александр Рыбалочко, Фёдор Ковалёв, Алексей Ульяненко и Константин Дунаев. Один из них после года нелёгкой службы «сломался» на бытовых трудностях и сменил военную форму на гражданскую одежду, другие упорно продолжали офицерскую карьеру.

Как рассказывал год спустя заместитель командира крейсера по воспитательной работе гвардии капитан 2 ранга Юрий Парасочка, завидное упорство проявляет Ульяненко, которому в силу обстоятельств на корабле с самого начала пришлось сменить специальность и вынужден в обязанности заместителя командира боевой части связи по воспитательной работе. При этом период его становления в должности прошёл вполне успешно, офицер сумел найти общий язык с подчинёнными, много внимания уделяя организации досуга личного состава, наведению уюта в кубриках.

Однако вскоре Алексей всё же решил идти дальше по командирской стезе, а для этого вернулся на должность по первоначальной специальности, вспомнил всё то, чему его учили на штурманском факультете. И перед дальним походом был назначен инженером электро-навигационной группы БЧ-1 - штурманской боевой части. А ещё изменился у молодого офицера личное обстоятельство: обрёл он крепкий «тыл» в лице красавицы-жены.

- Ульяненко хороший офицер, - сказал тогда командир крейсера, - основательно подготовлен по специальности, инициативен, умеет работать с людьми, способен организовать подчинённых на выполнение поставленных задач. Положительно скажу и о Ляпине, и о Рыбалочко. Все трое уверенно занимают первичные должности. У нас остаются надолго такие романтики моря, энтузиасты своего дела, патриоты Оте-

чества. С ними приятно служить, на них можно всегда опереться.

Сам Алексей Юрьевич, достигнув в 2014 году заветной цели - командирского мостика, считает, что правильное отношение к людям и жизни, прочный нравственный стержень заложил в нём родители и учителя сельской школы Ивановки, откуда он отправился в ТОФМ в ствёрдой решимости стать морским офицером и, соответственно, профессиональным военным. А на флоте ему помогли набраться опыта, утвердиться на разных должностях и командир БЧ-1 гвардии капитан 3 ранга Алексей Зацепин, и гвардии капитаны 1 ранга Сергей Липилин, Эдуард Москаленко, Александр Потапов - его командиры на «Варяге», и комдив капитан 1 ранга Сергей Жуга, и командующий в то время Приморской флотилией контр-адмирал Сергей Авакянц.

Каждое продвижение по служебной лестнице требовало и большего багажа знаний, и умения вынырнуть в ту или иную ситуацию, принимать грамотные решения, - говорил гвардии капитан 2 ранга Ульяненко, с которым мы беседовали после успешного завершения прошлого года международного морского учения. - Штурман - это, прежде всего, большая ответственность за навигационную подготовку, безопасность плавания корабля на любом маршруте перехода, при выполнении любых задач. Здесь нужно отлично разбираться в картах, различных руководствах, в том числе и по международному праву. Помощник командира - это содержание всего крейсера, ответственность за шпинсерское имущество, воспитание членов экипажа морской культуре. Если командиром БЧ-1 мне довелось послужить на эскадренном миноносце «Быстрый» (пока наш «Варяг» стоял в заводе на ремонте), то уже должностной помощника отдало пять лет непосредственно на крейсере. Хорошую школу работы с людьми, управления кораблём прошёл и в ранге старпома после учёбы на команд-

ном факультете Высших офицерских классов. Именно после этого тяжёлого хлеба мне доверили возглавить экипаж.

Он на должности помощника осознал для себя, что способен потянуть и более серьёзную «лямку». И потому взял за правило никогда не успокаиваться на достигнутом. Даже когда всё складывается самым расчудесным образом, попросту гонит от себя чувство самоуспокоенности. И эта своего рода повышенная требовательность к себе, а также к подчинённым, играет в его военной карьере весьма позитивную роль.

- Самое главное - к нашему командиру всегда можно, даже в нерабочей обстановке, подойти, посоветоваться, поднять проблемные вопросы.



роси, - заметил командир ракетно-артиллерийской боевой части гвардии капитан 3 ранга Сергей Акёнов. - Он спрашивает за дело подчас жёстко, но прежде всё доступно объяснит, даст время на решение поставленной задачи. И свой авторитет среди сослуживцев человек заработал на наших глазах, поэтому ему верят.

Верит в свой экипаж и гвардии капитан 2 ранга Алексей Ульяненко. Для него главные качества в людях - честность и ответственность. И такими свойствами наде-

лены, по его мнению, гвардии капитаны 3 ранга Александр Матвеев, Дмитрий Мартыщенко, Алексей Плясенко, Василий Еремеев и Валерий Наумов, гвардии капитан-лейтенанты Роман Глушаков, Александр Осипенков и Алексей Костылев, гвардии старший лейтенант Василий Литвинов, гвардии лейтенант Глеб Сергеев, гвардии старший мичман Игорь Аболитов, гвардии мичман Сергей Исаев и Михаил Пастухов, гвардии главный корабельный старшина Алексей Иванов и многие другие военнослужащие корабля.

- Несмотря на то, что «Варяг» исполнилось в 2015 году 25 лет, он на ходу, техника исправна, мы готовы выйти в очередной океанский поход, - сказал командир крейсера. - Проект корабля очень удачный по расположению вооружения, по обитаемости, конструкторы продумали запас живучести, энергетике. На нём шесть мощных двигателей - потерять ход просто невозможно. Да и каждый год проходим сервисное обслуживание, постепенно обновляем новейшим оборудованием боевые части. А в 2016 году намечен средний ремонт с модернизацией крейсера. Так что ещё послужит «Варяг» России-матушке!

Добавлю, что недавно флагман ТОФ получил государственную награду. В ходе ежегодного совещания с руководством составом ВС РФ в Национальном центре управления обороной России по итогам 2015 года глава военного ведомства зачитал Указ Президента РФ о награждении крейсера орденем Нахимова. Генерал армии Сергей Шойгу обратился к морякам: «Я поздравляю, коллеги. Большая, серьёзная награда, всё по заслугам».

Материалы полосы подготовил  
Константин ЯСНОВ.  
Фото автора.

• Испытано на себе

# МОРЕ ПОКОРЯЕТСЯ СМЕЛЫМ

Когда со стороны полуострова Песчаный смотришь через Амурский залив, то кажется, что вот он, Владивосток, буквально рукой подать. Но даже по прямой ширина залива в этом месте - 12 километров. А преодолевать это расстояние предстояло вплавь, без каких-либо навигационных приборов, так что любой уход с курса - это лишние десятки и сотни метров. Честно говоря, в очередной раз орафик «на глазах» дистанция марафонского заплыва, появилась мысль - а может, не надо? Может, и в этот раз остаться сторонним наблюдателем, освещающим событие журналистом, а не участником? Но поздно - уже звучит команда построиться у линии воды, а через пару минут и заветные «На старт! Внимание! Марш!» И в мутные волны Амурского залива я бросился как в омут - с головой.

...В 2013 году, закончив очередной зимний тренировочный сезон в бассейне, подводные охотники Владивостока впервые решили поспорить друг с другом на открытой воде. Меткость в стрельбе из подводных ружей и навыки выслеживания рыбы они традиционно проверяли осенью, участвуя в соревнованиях на Кубок Тихого океана по подводной

Марафонский заплыв «Амурский залив-2016» прошёл во Владивостоке. Четыре года подряд это мероприятие собирает пловцов со всего Дальнего Востока, желающих испытать себя. Для участия в нём необязательно быть профессиональным спортсменом, достаточно уверенности в себе. Как набраться смелости и переплыть море - на себе проверил корреспондент «СН».

быть совершеннолетним, уметь плавать и иметь разрешение от врача. Неизменный организатор и главный судья соревнований, председатель Федерации подводного спорта Приморского края (ФПСПК) Дмитрий Анашкин о правилах заплыва рассказал так:

- Люди приходят просто поплыть, им самим интересно. Они не только спортсмены-разрядники. Но все конечно же опытные пловцы. Потому что без малейшего опыта решиться на такое сложно. Хотя завелись на заплыв и люди, достаточно далёкие от плавания. Просто они «моржуют», например. По опыту прошлых заплывов, с дистанции сходит примерно половина спортсменов. Раньше был довольно жесткий лимит по времени. Мы через два часа после финиша победители прекращали соревнования, снимали оставших с дистанции. В этот раз, в связи с популярностью этого мероприятия, мы увеличили лимит времени до семи часов.

То, что заплыв действительно стал популярным, убедительно всего показала очередь к столу

Плыть несколько часов предстояло в воде, температура которой около 15 - 18 градусов. Поэтому на мне, как и на большинстве участников, специальный гидрокостюм для подводной охоты. В нём в море и подлая провести можно, не боясь простыть. На ногах ласты - ещё на первом заплыве, в 2013 году, участники договорились, что все плывут в них, всё-таки не профессиональные спортсмены. Хотя в этом году организаторы ввели две категории: «в ластах» и «без ласт». Маски, очки, дыхательные трубки - уже по желанию. Разрешены даже гребные лопатки на руки, чем я и воспользовался. Впрочем, некоторые спортсмены решили обойтись буквально без всего. Перемахнуть море в одних плавающих и шапочке не проблема для «моржей» из Сибири и Хабаровского края, приехавших во Владивосток специально на эти соревнования.

Из обязательных аксессуаров, выданных организаторами, яркие шапочки и оранжевые надутые буйки, которые нужно было прикрепить к поясу. В таком снаряжении спортсмен хорошо различит среди волн, и уж точно не потеряется. Выдали и свистки, чтобы подать сигнал на катер в экстренной ситуации.

На лодках и катерах нас привели на место старта - пляж на полуострове Песчаный. Последний инструктаж, пересчитали по головам - оказалось ровно 77 спортсменов. И вот дан старт!

Первые минуты в море было откровенно тесно. Не жалея сил, участники гребли и руками, и ногами так, что несколько раз ощутил пощипывание по голове ластами. Толкотня стояла, как при штурме общественного транспорта в час пик. Уже через несколько минут в таком темпе дыхание сбилось, сердце колотилось как бешеное, а руки и ноги начали уставать. Пора было вспомнить советы Николая Лутюшкина, и ловить рабочий ритм. Марафонцы постепенно растягивались по дистанции, вокруг стало опустимо свободнее. Наконец-то выдалась возможность оглядеться - куда, собственно, грести. Дмитрий Анашкин ещё на инструктаже назвал главный ориентир - пилоны моста через бухту Золотой Рог. Но для более точного построения маршрута организаторы не поленились - заранее расставили на воде буйки с высокими флагами. Ближайший из них и наметил себе в качестве цели. Благо, видимость была просто превосходная, в отличие от предыдущих заплывов, когда весь залив скрывал туман. Тот же Лутюшкин советовал, в прошлом году буквально потерялся уже возле берега, не видел, куда плыть.

В рекордсмены я изначально не рвался, реально оценивая свои достаточно скромные возможности. Главной задачей для себя считал вообще переплыть Амурский залив, не важно, за какое время. Вот и поплыл, гребя по очереди то руками, то ластами. И дыхание вроде



бы восстановилось, и ритм какой-то появился. Расстраивало только, что опустив лицо в воду для меньшего сопротивления, быстро терял направление. То ли ноги у меня разной длины, то ли руки кривые, но стоило буквально полминуты проплыть «вслепую», как, подняв голову над водой, уже обнаруживал, что серьёзно отклонился от курса. Матерясь в дыхательную трубку, снова намечал цель, жалея о потерянном времени и силах.

Примерно через полчаса понял, что замёрзнуть мне точно не грозит. Солнце палило беспощадно, нагревая и чёрную поверхность гидрокостюма, и мутную коричневую воду залива, взбалтываемую штурмом накануне. Наручный прибор показывал температуру на поверхности моря 20 градусов. И даже в пятиметровом костюме чувствовал себя, как в парилке. Чтобы не перегреться, пришлось периодически поддвигать внутрь «заборной» водички.

Позади тем временем остался один, второй, третий путевой буй. Почему-то решил, что установлены они на расстоянии километра друг от друга. Окончательно этим воодушевился, и впервые подумал, что не такое уж это и сложное дело - марафонский заплыв, в таком темпе можно и в призоры выйти. Обратно с небес в мутное море меня опустил первый же рулевой катера обеспечения, когда поинтересовался у него пройденным расстоянием. Буй оказались расставлены с дистанцией примерно 300-500 метров! С таким ударом судьбы меня смирил только спасительный глоток прохладной пресной воды, предложенный всё тем же рулевым. Организаторы, как признали позже все без исключения участники заплыва, обеспечили не только безопасное, но и даже комфортное прохождение всей дистанции. Примерно 25 катеров одновременно обеспечивали спортсменов на маршруте, следили за состоянием пловцов, готовы были в любой момент поднять истощённых людей на борт. Район заплыва был заранее перекрыт для всех сторонних плавсредств. Быстроходные катера спецназа ТОФ миглом догоняли нарушителей этого режима, и доходчиво объясняли судовадельцам, в чём те не правы и куда им следует плыть.

Мне буквально каждые 10 минут с катеров обеспечения предлагали подкрепиться силами. Почему бы и нет, решил я, и, объявив сам себе перерыв, ухватился за борт подошедшей лодки. В меню, кроме пресной воды, оказались шоколадные батончики, бананы и стужённое молоко. Всё-таки в организаторах заплыва -

опытнейшие дальневосточные подводные охотники, которые точно знают, что нужно для восстановления энергии в воде. Уже через несколько минут после такого перекуса сил опустимо прибавилось. И высоты Владивостока стали приближаться вроде бы быстрее.

Но рассмотрев приближающийся берег, с ужасом осознал, что незаметно меня сильно снесло в сторону от финишной прямой. Вместо судлаца трибуна Военно-спортивной станции ЦСКА вдали замаячила трубы и здания ТЭЦ-1. Чтобы выровнять курс, пришлось плыть почти перпендикулярно прежнему направлению. Там как раз в качестве ориентира качалось в море какое-то судно. Тогда же и понял, что благоприятствующий нам сегодня штитель прекратился. В заливе поднялась волна. И, как назло, была как раз в лицо, заливая иногда дыхательную трубку. Опять сбился с ритма, устал, выдохся. Ласты казались свинцовыми, их калюши жутко натёрли ноги. И уже собирался было поднять руки, сдаваясь катерам обеспечения...

Спас от признания поражения оранжевый буй коллеги-марафонца. Заметил его среди волн метров в ста впереди себя. К тому времени участников заплыва уже давно раскидало по всей дистанции. И даже тройка победителей, как выяснилось позже, уже финишировала. И вот этот самый буй сил придал не меньше перерыва на обед. Во что бы то ни стало решил догнать его. Наконец-то опустил, что такое «второе дыхание»! Догнал, а потом и позади оставил, окончательно выложившись на последнем отрезке марафона. Так, что даже выбраться из воды на бетонные плиты набережной сил уже не осталось. «4 часа 57 минут», - услышал голос судьи на финише. И только тогда понял, что за эти без малого 5 часов я проплыл больше, чем за 33 года до этого. Я сделал это, я одолел Амурский залив!

А победителем в этот раз впервые оказалась девушка. Александра Пец установила новый рекорд марафона - 2 часа 38 минут! На 10 минут отстал от неё Николай Лутюшкин. А в категории «без ласт» всего 3 часа и 2 минуты понадобилось Гордену Рябошлыку.

Но самыми продолжительными аплодисментами встречали на берегу последнего финишировавшего. Владимир Елецких представлял команду Всероссийского общества инвалидов. С глубочайшим уважением здесь, на марафоне, их называли людьми с неограниченными возможностями. Владимиру для преодоления дистанции понадобилось 6 часов 28 минут. И это - настоящий подвиг, учитывая, что парализован лишь и рук, и ног. В прошлом году из-за погодных условий он вынужден был сойти с дистанции. Но упорно тренировался и, наконец, достиг своей цели, доказав всем, что море покоряется смелым.

Андрей АЛЕКСАНДРОВИЧ.  
Фото Виталия АНЬКОВА  
и Светланы ПОГРЕВНОЙ.



охоте. А тут захотели испытать свои силы именно в плавании. И чтобы добавить мероприятию нотку экстрима, поставили цель переплыть Амурский залив. От полуострова Песчаный до Водно-спортивной станции Тихоокеанского флота, как я уже упоминал, 12 километров. Не каждый-то и пробегит такую дистанцию на стадионе, не то что проплывёт в открытом море. Но слово и этого было мало - в соперники себе участники заплыва позвали пловцов из Тихоокеанского флота. На старт в тот раз вышли 20 человек.

Тогда, в июне 2013-го, я с ними и познакомился, приехав готовить материал о столь необычных соревнованиях. И настолько был впечатлён этими соревнованиями, что и сам с тех пор буквально «заболел» подводной охотой. Всё свободное время стал проводить в море, нырять с маской и трубкой, пытаясь рассмотреть на глубине морскую живность. А когда понял, что достигнуть более-менее весомых результатов можно, только научившись у профессионалов, пришёл в бассейн на тренировки Федерации подводного спорта Приморского края.

За спиной - три месяца регулярных занятий и сумка со снаряжением. С таким багажом и приехал я в то утро на Водно-спортивную станцию ЦСКА на Спортивной набережной Владивостока, где проходила регистрация участников марафонского заплыва. За три прошедших года мероприятие стало уже традиционным, и требования к участникам максимально упростили. Достаточно

регистрации. Сразу отметил, что по-прежнему немало людей в военной форме. Своих спортсменов традиционно выставили моряки Тихоокеанского флота. Впрочем, и среди тех, кто пришёл в регистрацию в гражданской одежде, было немало военных моряков.

- Я представляю команду Приморской флотилии разнородных сил «Лакера», - рассказал офицер штаба Приморской флотилии разнородных сил ТОФ капитан-лейтенант Роман Журавлёв. - В составе нашей команды пять человек, все подготовленные подводные охотники. Тренировались мы, чередуя бег и плавание, практически каждый день.

После того как заполнил анкету, нужно было пройти медицинский осмотр. Справка от врача уже есть, поэтому на нём скорее фиксируют, что на старт участник выйдет в хорошем самочувствии - измеряют давление, пульс.

И вот - торжественное построение, открытие соревнований. Российский флаг поднимал победитель прошлого года марафонского заплыва. Результат Николая Лутюшкина был по-настоящему рекордным - 2 часа 55 минут. Почти на полчаса обогнал он лидера «Амурского залива-2014» Илью Цветкова. Пользуясь служебным положением (здесь я всё-таки не только участник, но и журналист), выпытываю у него секрет победы.

- Здесь просто должна быть правильно поставлена техника, - не делает тайны Николай. - Плытьёшь «крюлем» километр, затем километр на спине. То есть комплексом буду плыть, чтобы мышцы успевали восстановиться за счёт разных ритмов движений.



## ● Пограничное троеборье

## ПОДТВЕРДИЛИ СТАТУС ФАВОРИТОВ

В Чите прошёл чемпионат пограничных органов ФСБ России по пограничному троеборью. В соревнованиях участвовали более 70 человек из 16 команд пограничных управлений ФСБ России Уральского, Сибирского и Дальневосточного федеральных округов.

С 1995 года в столице Забайкалья спортсмены-пограничники ведут борьбу за звание сильнейших. Фаворитом чемпионата по праву считалась команда забайкальских стражей границы, регулярно занимающая верхнюю ступень пьедестала почёта. Серьёзную конкуренцию им традиционно составляют соперники из Приморья.

Состязания в стрельбе из автомата Калашникова, метании гранаты на точность и дальность и в кроссе на 3 км проходили по двум группам. В первой - команды пограничных управлений ФСБ России по Забайкальскому, Приморскому и Хабаровскому краям. Во вторую группу вошли ещё 13 ко-



манд пограничных управлений из трёх федеральных округов.

В первый день соревнований забайкальцы захватили лидерство в личном зачёте. Лучший результат в стрельбе из автомата Калашникова показал читинец Дмитрий Жунов, однако в командном зачёте первенство оставалось за спортсменами из Приморья.

Самый лучший результат в метании гранаты на точность показал Сергей Королев из Хабаровска, хотя в общекомандном зачёте на верхнюю сточку турнирной таблицы вырвались забайкальцы.

Одним из сложнейших этапов соревнований по праву считается кросс на 3 км в полной выкладке. Первым к финишу пришёл один из

сильнейших спортсменов-пограничников Александр Кушечков из Владивостока с результатом 9 минут 26 секунд. Вторым здесь стал представитель команды пограничного управления по Курганской и Тюменской областям Антон Стерликов. Третий результат показал Николай Курагин из Приморья. Однако в командном зачёте по сумме набранных очков первое место вновь осталось за хозяевами соревнований. С минимальным отставанием на втором месте - приморцы, на третьем - хабаровчане.

Во второй группе лучший результат показали спортсмены-пограничники из Республики Бурятия. Вторую ступень пьедестала почёта заняли сотрудники пограничного управления по Курганской и Тюменской областям, третье место - за пограничниками с Сахалина.

Таким образом, переходящий кубок вновь оказался у забайкальских стражей границы, которые, несмотря на напряжённые служебные будни, настойчиво тренируются и поэтому показывают высокие спортивные результаты.

Тимур ЛАМБАЕВ.  
Фото Юлии ФОМЕНКОВОЙ.

## ● Армейский спорт

## ВОТ ТАК АМАЗОНКИ!

кой подготовки подполковник Сергей Беневоленский, - рассказывает помощник командира авиабазы по физической подготовке - начальник ФП авиационной базы капитан Рауль Абакаров. - Авиаторы охотно её поддержали. Собрали команду из техников. Никто из них до этого не занимался греблей профессионально. Но у каждого есть огромное желание научиться этому и победить. Времени на подготовку было мало, поэтому хозяевам чемпионата не удалось попасть в тройку лучших - немного уступили бронзовым призером. Но авиаторы постарались, выложились максимально!

Эти соревнования стали триумфом для гребцов соединения морской пехоты Тихоокеанского флота «Зали». Его представители давно и упорно шли к чемпионству. Наконец-то морпехи достигли цели и взобрались на первую ступень пьедес-

талы почёта. Второе место заняла команда подводных охотников «Шаркфин», третьими стали гребцы соединения строящихся и ремонтни-



ющихся кораблей «Подводник». А звание абсолютных чемпионов завоевала команда «Амазонка», состоящая только из представительниц прекрасного пола!

Светлана ПОГРЕБНАЯ.  
Фото автора.

В канун профессионального праздника морских авиаторов на Водной станции ТОФ во Владивостоке состоялся открытый чемпионат морской авиации по гребле на Ялах.

Дистанцию в одну милю решили преодолеть 12 команд. Впервые на старт вышли и курсанты Морского государственного университета имени адмирала Г. И. Невельского и Технологического колледжа при этом вузе.

Гребля на флоте в последнее время набирает популярность. Не только каждое соединение, но и части, а также отдельные корабли выставляют команды на шлопочные гонки.

Освоили этот военно-прикладной вид спорта и морские летчики, решив провести свой чемпионат.

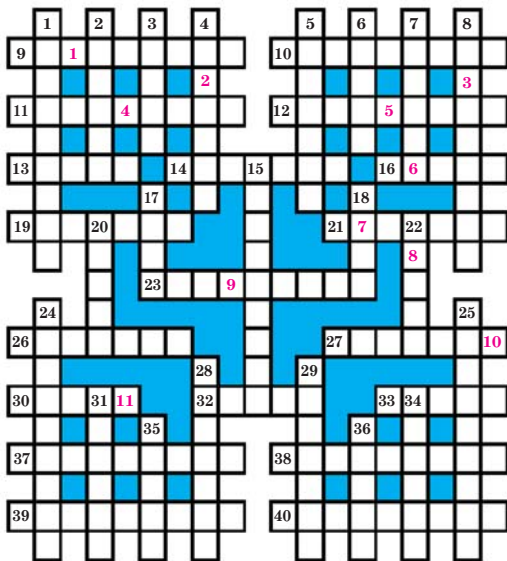
- Идею таких состязаний накануне праздника подал помощник командующего ТОФ по физической подготовке - начальник физичес-

## ● В минуты отдыха

## КРОССВОРД ОТ ЮРИЯ ЗЛОВИНА

Ключевое слово

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11



По горизонтали: 9. Территория для пуска ракет-носителей. 10. Аппарат для подводных работ. 11. Душевая. 12. Боевой отчетно-информационный документ. 13. «Авиадом». 14. Воздухоплавательный аппарат. 16. Задний ход пушки. 19. Индивидуальное стрелковое оружие. 21. Оборонительный участок для ведения боя. 23. Легкое военное судно. 26. Отборные войска. 27. Процесс взрывчатого превращения заряда в огнестрельное оружие. 30. Война, битва (стар.). 32. Балка. 33. Взаимное расположение кораблей, самолетов. 37. Воинское звание. 38. Газеты, журналы, ежегодники. 39. Участок водной поверхности в пределах установленной границы. 40. Заступили на боевое ...

По вертикали: 1. Покоритель Вселенной. 2. Удаление грязи с обуви. 3. Смелость молодецкая. 4. Напугивает призывников. 5. Прибор для наблюдения за полем боя. 6. Награда. 7. Точка зрения (книжн.). 8. Наука о способах вождения судов, летательных аппаратов. 15. Конечный элемент огневой цепи взрывателя. 17. Суточный рацион солдата. 18. Мера. 20. Лучший ответ агрессору. 22. Горчичный газ. 24. Манёвр корабля (на причал). 25. Первая женщина-космонавт. 28. Правоохранительный орган. 29. Оружие, стреляющее пламенем. 31. Напиток богов. 34. Связист. 35. Создатель. 36. Числитель тангенса.

Ответы в следующем номере газеты.

Ответы на кроссворд, опубликованный в номере за 10 июня

По горизонтали: 5. Камикадзе. 8. Оружие. 9. Аромат. 12. Вакса. 13. Шишак. 14. Лиман. 17. Танкист. 18. Ведение. 19. Недолёт. 21. Стеллаж. 25. Линия. 26. Домра. 27. Ствол. 30. Серова. 31. Ценик. 32. Бундесвер.

По вертикали: 1. Баржа. 2. Нивелир. 3. Барабан. 4. Взвод. 6. Бросок. 7. Галифе. 10. Казакевич. 11. Навигатор. 15. Исаев. 16. Мечта. 20. Офицер. 22. Летчик. 23. Команда. 24. Процесс. 28. Вотум. 29. Юнкер.

Ключевое слово: КОТЛОВИНА.

## ГОРОСКОП

С 1 по 7 августа

Овен  
(март, 21 - апрель, 20)

Сейчас вы находитесь на пике активности: поведёт и в личной жизни, и в работе. Особенно это касается тех, кто переживает бурный роман. Старайтесь избежать переутомления.

Телец  
(апрель, 21 - май, 21)

Пришло время заняться обустройством семейного гнездышка, и все перемены пойдут вам на пользу. В отношениях возможно некоторое охлаждение. Откажитесь от жирной пищи.

Близнецы  
(май, 22 - июнь, 21)

Настроены на романтическую волну Близнецы притягивают представителей противоположного пола, но при этом не теряйте голову. Избегайте переохлаждения и активности в жару.

Рак  
(июнь, 22 - июль, 23)

Особенно удачно сложатся дела, связанные с семьей и любовью. У одиноких Раков появится шанс устроить личную жизнь. Сходите на массаж, в баню - организму нужно расслабиться и отдохнуть.

Лев  
(июль, 24 - август, 23)

Неделя подарит романтические истории и знакомства, одно из которых может перерасти в долгий и красивый роман. Финансовое состояние улучшится. Найдите время для отдыха.

Дева  
(август, 24 - сентябрь, 23)

Последние дни июля пройдут тихо и спокойно. Это время для восстановления сил и внутренней гармонии. Уделите время родителям. Ешьте только полезные продукты, особенно если склонны к аллергии.

Весы  
(сентябрь, 24 - октябрь, 23)

Позвольте себе расслабиться и отдайтесь заслуженному отдыху, сходите на вечеринку, повстречайтесь с друзьями. Даже короткая прогулка после работы повысит настроение, восстановит силы.

Скорпион  
(октябрь, 24 - ноябрь, 22)

В личной жизни кипят нешуточные страсти. Вам захочется выяснения отношений, бурных сцен и признаний. Проявите мудрость и сделайте первый шаг к примирению. Выберите время для визита к терапевту.

Стрелец  
(ноябрь, 23 - декабрь, 21)

Для Стрельцов начинается один из лучших периодов в этом году. Судьба щедро одарит возможностями, останется правильно ими воспользоваться. Вы в отличной форме - здоровью ничего не угрожает.

Козерог  
(декабрь, 22 - январь, 20)

Не самый романтический период, но он продлится недолго. Используйте это время для бытовых вопросов, завершите начатые дела, наведите порядок в документах. Будьте внимательны в дороге и путешествиях.

Водолей  
(январь, 21 - февраль, 19)

Неделя потребует максимальной концентрации и собранности. Сейчас не время заводить романы. Ограничьте общение с малоознакомыми людьми. Поддержку найдёте в семье. Избегайте купания в холодных водоёмах.

Рыбы  
(февраль, 20 - март, 20)

Проявите гибкость и способность подстроиться под ситуацию, если нужно уступите, проявите мудрость. Не отказывайте в помощи друзьям. Обратите внимание на состояние здоровья, в частности желудочно-кишечного тракта.



УЧРЕДИТЕЛЬ:  
Министерство обороны  
Российской Федерации.  
ИЗДАТЕЛЬ: ФГБУ  
редакция газеты  
«Красная звезда».  
Главный редактор  
С.Н. УЛАНСКИЙ.

Редакция газеты «Суворовский натиск»  
Адрес редакции: 680038, г. Хабаровск, ул. Серьшева, 13. Электронная почта: Suvorov\_natisk@mail.ru.

НАШИ ТЕЛЕФОНЫ: главный редактор - (4212) 39-54-97;  
заместитель главного редактора - 39-57-85; ответственный секретарь - 39-78-19.

Публикуемые материалы не всегда отражают позицию редакции. За содержание опубликованных материалов и рекламных объявлений несут ответственность их авторы и рекламодатели. Переписка с авторами не ведётся.

Газета зарегистрирована в Министерстве печати и информации РФ.  
Регистрационный № 01966.

Время подписания в печать:  
по графику в 17.00,  
фактически в 17.00.

Отпечатано  
в АО «Красная Звезда».  
Адрес издателя  
и АО «Красная Звезда»:  
123007, Москва,  
Хорошевское шоссе, 38.  
Заказ № 29. Тираж 3415 экз.  
Цена свободная.