

КАЛЕНДАРЬ МАРАФОНОВ - 2 0 0 8

Клуб	Ответственный	200	300	400	600	1000	1200
Орион - районёр	Комочков В. 400078 Волгоград, а/я 2009 <vkukc@mail.ru>	17/05	31/05	-	-	-	-
Караван - районёр	Кудин Валдим 121019 Москва Г19 До востр. <v.kudin@mail.ru>	23/02, 26/04 10/05, 17/05	24/05 28/06	31/05	21/06	-	13-16/09
Урал - марафон	Мисник Петр 620026 Екатеринбург, а/я 184 <umag@r66.ru>	3/05, 10/05 21/06 19/07	9/05 31/05 5/07, 9/08	17/05	31/05	-	-
Балтийская звезда	Камешев Михаил 194156 С-Петербург, ул. Нежинская, 4 - 1 <tkkat@baltestar.spb.ru>	24/02, 19/04 2/05, 24/05 19/07, 20/07	9/05 9/08	31/05 7/06 23/08	21/06 4/07	-	4-7/07
Кавказ	Доронкин Валерий 357100 КЧР Черкесск, Энгельса, 25 <vidot2003@mail.ru>	1/05	-	-	-	-	-
Сура - марафон	Басапаев Владимир 440064 Пенза, ул. Строителей, 81-47 <bvuv@sura.ru>	11/05, 18/05 25/05, 14/06 14/09	31/05 21/06 19/07	19/07	-	-	-
Неоскифы	Володята Валдим 344076 Ростов на Дону, пр 40-лет Победы, 67/5-20 <elbys@mail.ru>	12/04, 10/05 27/09 11/10	26/04 24/05	7/06	21/06	21/08	10/09
M8	Болдырев Алексей 163051 Архангельск, ул. Воскресенская, 118-124 <boldarev@pravdaseveta.ru>	8/03, 7/06 118-124 30/08	28/06 19/07 9/08	-	-	-	-
Небесный медведь	Марчук Антон 173009 Великий Новгород, ул. Октябрьская, 4-2-55 <anton@matchukov.com>	14/06	-	-	-	-	-
Сотня	Семакин Сергей 613044 Кирово-Чепецк, Кировской обл., ул. 60 лет Октября, 1/1 - 31 <semakin@visage.kirov.ru>	7/05, 2/08 6/09	31/05 21/06	19/07	-	-	-
Ново-сибирск - марафон	Березников Игорь 630001 Новосибирск, ул. Д.Ковальчук, 20-136 <igo@vsg.ru>	3/05 13/09	27/05 14/06	-	-	-	-
Балаково - Волга	Красноперов Игорь 413865 Балаково, Саратов- ской обл., ул. бр. Захаровых, 29-3 <balru@bk.ru>	29/06	-	-	-	-	-

№ 1 (34)

2008

январь - март

Издаётся
с 1997

РОССИЙСКИЙ РАНДОННЕР



ВЕСТНИК Общества Российских велотуристов-марафонцев

ПАРИЖ ПОДВОДИТ ИТОГИ

СЕЗОНА 2007

В 32 странах мира выполнено более 46 000 велопробегов, на 35% больше, чем в 2003 году (Франция 10%, остальные страны 50%, Россия 280%). Появились новые страны: Китай, Венгрия, Н.Зеландия, Словения и Тайвань.

АСР благодарит всех организаторов и участников за развитие этого движения.

Поз	Страна	Пробегов	Рейтинг
1	Франция	16454	54970
2	США	6845	22490
3	Англия	4437	13070
4	Италия	2922	9119
5	Германия	2277	8293
6	Австралия	2428	6457
7	Япония	1798	5988
8	Испания	1308	4603
9	Канада	1384	4429
10	Дания	1075	3941
11	Бразилия	1014	2527
12	Швеция	649	2290
13	Россия	739	2250
14	Бельгия	622	1956
15	Нидерланды	507	1795
16	ЮАР	364	1001
20	Австрия	230	765
24	Финляндия	65	230
30	Украина	10	36
32	Китай	8	16

На Генеральной Ассамблее мировых рандоннёров Randonneurs Mondiaux 25 августа 2007 года состоялось традиционное переизбрание руководства на следующие 4 года. Президентом избран Constant DEVOS (Констан Девос - Бельгия), вице-президентом Роберт ЛЕДУС (Роберт Дедюк - Голландия), казначеем остается Роберт Делертель.

За регистрацию велопробегов за пределами Франции в новом сезоне отвечает Жан-Гальбер Фабюрель.

Thanks to the RVM organisers



Предстатель АСР и РМ в России Комочков В.А. и Жан-Гальбер Фабюрель в Глингази Црве Ченовека за день до старта ЦВР.

Редактор вестника: Валерий Комочков,
представитель АСР и РМ в России,
президент ОРВМ

Адрес для корреспонденции:
400078 Волгоград, а/я 2009
тел. (8442) 24-81-54 р., 72-26-98 д.
е-mail: orion_uk@volgadm1.ru
http://bikesclub.volgadm1.ru/grr
электронная конференция ОРВМ:
http://groups.yahoo.com/group/
ross_randonneurs/

ПРИЧИНЫ БОЛЕЙ В КОЛЕНАХ

- 1. Завышение передач:** мировой велосипед определил оптимальную частоту педалирования - это 100-110 об/мин.
- 2. Неправильно выбранная посадка:** должна быть установлена посадка посейника на длинные дистанции.
- 3. Неверная установка шин на вело-тубы.**
- 3. Слишком длинные шатуны:** нужен шоссейный стандарт 170 мм, а не МТБ 175 мм.
- 4. Погнутый шатун или ось педали.**
- 5. Переохлаждение коленей.**

Более подробно рассмотрим главную причину боли в коленях - завышение передач и как следствие низкая частота вращения педалей.

1. Как ее определить?

Надо перед глазами иметь секундомер и на нем засекают 10 сек. Обороты одной ноги при этом легко можно сосчитать. Потом умножить на 6.

2. Оптимум?

За эталон можно принять результат мирового рекорда Э. Мерса в часовой гонке на треке 1972 года. Он проехал 49,431 км на передаче 52x14 с частотой 103,89 об/мин.

Если сравнить с первым мировым рекордом 1942 года Ф. Коппи, то увидим, что частота практически не изменилась. Он проехал 45,848 км на передаче 52x15 с частотой 103,26 об/мин.

3. Как достичь?

При нормальной установке контактных или цеплевых шипов надо примерно по 5 мин вращать, пытаясь достичь максимума. Раз, за разом результат 10 сек засечки будет расти. Лучше это делать зимой на велоостанке. Уверено результаты проявятся очень быстро.

4. Как крутить?

Тензометрические испытания групп спортсменов различных уровней подготовки показали, что с повышением квалификации 3р - 1р - мс - змс, усилие 1 зоны педалирования (нажим вниз) понижается! Зато мастера сильнее тянут педаль вверх, и педалирование по всем зонам равномернее.

Как раз это нам и надо - уменьшить нагрузку в 1 зоне как самой колесоопасной.

По теме можно прочитать неплохую статью о травмах и устройстве колена. <http://www.gorlistnik.narod.ru/gvtrhrominika/koleno.htm>

Андрей Безызвестных.

Советы рандоннёрам

от Роже Мартена

Формат:

Главная цель после новогодних праздников: остаться в форме или вернуть её!

Мы занимаемся спортом, развиваем выносливость и поискку - будь то брове рандоннёр или горный пробер. Чтобы совершить подогные дальние прогулки без вреда для здоровья, надо уметь тренироваться!

«Ездить по написто» - не всегда удачный метод: либо вы едете слишком быстро, либо слишком долго, и упадок близок. Вот несколько соображений.

В спорте каждый темп определяется процентом от ЧПМ (максимальной частоты пульса). ЧПМ определяется либо специальным медицинским тестом, либо по приближённой формуле:

ЧПМ = 220 (226 для женщины) - возраст.

Имея профессиональный тест, вы можете без опасений пускаться в путь. Специалисты определят ваш ЧПМ и установят диапазон изменения усилий как на данный момент, так и на весь сезон.

Схематично эти зоны выглядят так:

< 60% ЧПМ - спокойная нагрузка, идеальна в начале сезона или после болезни.

60-75% ЧПМ - умеренная интенсивность, вы можете использовать её в течение длительного времени, в первый период сезона для развития выносливости.

70-85% ЧПМ - зона высокой интенсивности, может быть подключена, когда вы уже в форме.

Свыше 85% - вы вступаете в режим нехватки кислорода, с тяжёлым даханием и падением темпа.

Не забывайте, что когда вы выходите на подъём, особенно в горах, на перевале, вы иногда находите в этом режиме, и важно иметь пульсометр, чтобы регулировать или хотя бы контролировать вашу ЧП: красная зона недалеко!

Я часто ежу по маршрутам на пересечённой местности. На этих маршрутах вариации интенсивности усилий естественны: подъёмы заменяют ускорение. Здесь личные ощущения превалируют при принятии решения о выборе темпа. Я ставляю себя также получать удовольствие (не всегда) на холмах.

Но иногда доводится также выполнять упражнения и в интервальном режиме, когда периоды высоких усилий сменяются восстановлением.

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЙ ВЕЛОТУРИСТСКИЙ МАРАФОН

«Волгодта – Онега - Дядога» -

1200 км

Всероссийские соревнования по

велотуризму на

туристско – экстремальных

дистанциях

(туристские гонки)

Соревнования проводятся 4-7 июля 2008 года в Северо-Западном Федеральном округе, на территории Вологодской области и Республики Карелия.

Время старта: 6-00, 4 июля.

Место старта: Волгодта, пл. Кремлевская Куб-б-организатор - «Балтийская звезда»

Предварительные заявки на участие принимаются по адресу: 194156 г. Санкт-Петербург, ул. Нежинская, 4-1, Каменцеву Михаилу, а также электронной почтой tkat@baltestar.spb.ru

Маршрут и график прохождения КП

НЕМНОГО СТАТИСТИКИ		ПО УЧАСТНИКАМ:	
Заявилось	5312	(Франция 43%)	
женщин	353		
Стартовало	5160		
женщин	343		
Сошло дистант.	1430	(Франция 31%)	
женщин	122		
Финишировало	3730		
женщин	221		
С опозданием	122	(французов 58 ч)	
женщин	12		
потехнике:	старт	финиш	
шоссейников	4902	3558	
вело спец. констр.	100	56	
тандемов	51	37	
УТТ (вседорож)	20	12	

Заявочные документы и стартовый взнос принимаются до 30 июня 2008 года.

К заявке прилагаются:

- медицинская справка;
- ксерокопия страхового свидетельства;
- фото 2,5 x 3,5 см;
- регистрационные номера АСР выданных марфонов из квалификационной серии 200, 300, 400, 600 км.

Дополнительную информацию по организации веломарафона можно получить также по тел. 8(921)302-77-48.

Крыт	Всего	ОткрытиеКП	ЗакрытиеКП
ВОЛОГДА	0	04.07 6:00	04.07 6:00
Кириллов	127	04.07 9:44	04.07 14:28
Пов. на Липин Бор	200	04.07 11:52	04.07 19:20
Пов на Алексан-дровскую	305	04.07 15:09	05.07 2:20
Вытегра	353		
Октябрьский	400	04.07 18:07	05.07 8:40
Пудож	457	04.07 20:01	05.07 12:28
Печанский	514	04.07 21:55	05.07 16:16
Цёмужжи	576	04.07 23:59	05.07 20:24
Медвежьегорск	655	05.07 2:45	06.07 2:48
Гирвас	731	05.07 5:28	06.07 9:27
Шуя	807	05.07 8:11	06.07 16:06
Смяозеро	867	05.07 10:20	06.07 21:21
Мандеры	952	05.07 13:22	07.07 4:48
Лякселья	1037	05.07 16:30	07.07 11:46
Сортавала	1068	05.07 17:42	07.07 14:06
Лякселья	1099	05.07 18:53	07.07 16:25
Питкяранта	1138		
Салми	1175	05.07 21:48	07.07 22:07
Видлица	1216	05.07 22:46	08.07 0:00

полгася). Парни на иномарке на ходу поприветвовали из окошка, спросили всё ли в порядке. Потом, юные спасители затормозили на обочине. Полгасях, разглядел на заднем сиденье эвэкуируемых Тона с Андреем.

Последней была машина Николая, привезшая как всегда праздник – курточку согреться, молоко и творог, и беседа за жизнь с командором. Дальше ехал практически на автопилоте. Перед Доном наверху поморосил дождик. После Дона опять праздник – попутный ветер. Где-то спал в ковчеге. Даже отвечал на смску командора, и не сильно ошибая во времени финиша. Понял уже, что в 60 часов укладываюсь, цифра красивая, и это трело душу.

Финиш. 20:33, воскресенье.

Въехал в город, GPS вывел меня к финишу - постиннице «Ожская». Отдал карточку судье, пообнимался со встречающимися.

Вот и всё, 1000 км позади за 2,5 суток.

Огромная благодарность всем кто организовывал, обеспечивал, помогал, дал возможность участвовать в этом уникальном мероприятии.

дискуссия

О Всероссийском

веломарафоне

«Моё (личное) мнение. В сезон не должны проводить более одного марафона на дистанции 1000 и 1200 км.

Тогда оно будет более массовым и представлятельным. А когда каждый проведет у себя, какой резон ехать куда-то. А в год ПЫП дистанция не более 800 км, и не позже июня месяца.»

Харрис Сахинов (Урал-марафон)

* * *

«Ориентировка на один "Всероссийский марафон" себя не оправдывает.

Если взглянуть на список всех марафонов на длинные дистанции, проведенных в этом веке в России <http://savavan-mathon.parcod.ru/history/rfbe059.htm>, то выяснится, что из 10 проведенных

марафонов лишь в 3х случаях лучшими оказывались не представители клубов организатора. То есть, при нынешней системе, в 90% случаев (а за последние 5 сезонов - в 100%) лучшими становятся местные или почти местные участники. Таким образом, в нынешней схеме фактор "своего поля" - не просто очень существенный, а даже принципиально доминирующий.

Предлагается сохранить эту ситуацию?

Это продолжение обособления клубов по географическому принципу. На самом деле, ведь весьма обидно, что, например, самый скоростной на данный момент клуб веломарафонцев "Урал-марафон" с июня 2001 года ни разу (ни одним участником) не участвовал в марафонах, организуемых другими Российскими клубами; в то же время, на своём Всероссийском марафоне 2006 г. все 100% финишировавших - представители "Урал-марафона"

Марафон "Волга-Дон" 13-15 июля (2007 г.) заведомо отсекает от участия велосипедистов, плохо переносящих жару.

Нужен принципиально новый подход к марафонам. Например, (не моя идея, но подерживаю):

Чемпионат по ИСВТ/веломарафону[*] стоит проводить не в виде одного-единственного "Всероссийского велопробегат", а в виде нескольких этапов чемпионата. Скажем, 1-й этап - на юге, 2-й - в средней полосе России, 3-й - в Питере-Карелии и на Урале, 4-й - где-то ещё севернее, 5-й - на выбор за границей. За каждый этап участники получают свои очки. Учитываются лучшие выступления, скажем, на 3х этапах. Кроме того, за участие в марафонах других клубов нужно давать больше очков.

[*] ИСВТ - индвидуальный скоростной велотуризм.»

Михаил Гаврилов (Караван).

на марафонских трассах

«Сталинград»

или Волгоградский марафон

«Волга-Дон» 2007

Игорь Березинков (Новосибирск)

(продолжение, начало в РР №33)

Заправляем бачки. Ориновцы бодяжат «малышкву», получают «жидкий геронн», чтобы предстоящие 130 км до следующего КП не знать горя с питанием (места впереди не плодны, деревья в основном в стороне от трассы, зато говорят трафик практически нулевой). У меня в значаке батончики-мосси. С помощью Дениса (он общается с голландцем на немецком) убеждаем Тона задержаться подольше, отпыхнуть, подождают командора.

Волгоградские тайцы с явным обилием передают нас ростовецким. Кое как мы убеждаем билетодетей не ехать за нами, а пождать когда соберётся следуюющая группа в составе которой будет иностранный гражданин. Выруливаем с федеральной трассы на дорогу к Обливской. Прокакиваем её, строимся командой и сменили по 2 км насладительную окружающую красотами, замечательным безлюдьем и неплохим холмом. Денис даже высказался, что вроде как и ничего больше в жизни и не надо, но это он по молодости перепул, конечно.

260 км – деревня рылом с трассой – 20:55.

Решаем заправиться водой, пока есть возможность. Находим сухую колонку, но мир не без добрых людей. Скоро стемнеет. Решаю, что темп для меня великоват, отказываюсь от смен и предупреждаю, что если отстану, что бы не ждали. Но Валера советует ночью держаться вместе, присаживаюсь на козла лесом и вежливо уступаю место, когда мужики меняются. Да и нормально, всё таки у меня байк, и до Валерной деревни ему как до Ки-та...

300 км – Советская, пост гилд – 22:20.

Подъезжаем уже со светом, нас ждут. Служивый пагопочкой нас останавливает и прикажывает ждуть остальных. Доводит, что мы все-таки соревнуемся, и ждуть не можем по определению, не действуют. Да и правда, любые доводы предполагают мысленное напряжение и принятие самостоятельного решения, что опять же невозможно (когда мозги под формой фруажакой) по определению, вот такая коллизия. Десять минут дипломатии и мы отъезжаем на свой страх и риск, провозжаемые заверением, что на следующем посту с нами

беседовать уже не будут, а просто скрутят как нарушителей.

До следующего КП ещё 60 км, где-то км за 20 перекуриваем у заправки, мужики добивают «малышкву», а я заправляюсь печенками, которое в неимоверных количествах запаковано в заливничке у Дениса. Гидом на этом участке был Валера, они с Володей Величко были здесь на бревене 600. Где-то после Советской Валера пообещал нам с Денисом равнину, практически за следающей горкой. А поскольку «последних горок» было ещё 6-8, и каждая сопровождалась здоровым дружеским юмором, то этот участок был пройден весело и непринуждённо.

359 км – КП3, Карпинская – 1:05, суббота

Это первый судейский КП, нас ждут палятка, вялый костерок и прое молодых людей в числе которых девушка с бычком. Правда, после просьбы сесть так чтобы дым от сигареты уносил куда-нибудь в сторону, окурочки и чай с костра. Мы с Денисом накупились на это изобилие, а мурдыни Валера решил, что перекур непосредственно перед выездом будет уместнее, и завалился на коврик, дав ПУ разбудить его через полчаса.

Перекусив я тоже решил подремать. На этом КП я расцеливался найти свой осенне-ночной прикид который потрусил перед стартом в судейскую машину, но видно, чего-то недопоняв, ошибся машинами и остался в ночь в том же в чём ехал при +40. Естественно подремать не удалось – организм остыл, и подступила прохлада, а костерок, как я уже упомянул, был скудный... впрочем, на это тоже, наверное, были объективные причины. Не дожидаясь окончательного замерзания, я решил стартовать. Рассчитывая запасться провиантом, поскольку утро было ещё не скоро, а местные забегаловки по ночам не работали, я подступил к чайному котелку с запасенной бутылкой, но меня одернули, сказав, что чано оказывается мало. Заснував пустую бутылку в карман до лучших времен, я повернулся к пирожаем, и со словами «а пирошков то у вас много!» стал доставать незаменимый целлофановый пакет, но пирошков тоже оказалось мало. Буквально через 10 секунд я понял, что надо было сделать вид, что не расслышал, но пакет уже был свернут, и, коря себя за тугодумство, я пошел искать в ночи свой велосипед. Заправив бачки водой, пожелав Валере и Денису быстрее меня догнать, поехал дальше. Впервые раз багточка Дон. Ночь была не холодной, и повод к скорому старту был, честно говоря, слабенький, но лучше хорошо

ехать, чем плохо стоять. Я еще не знал, что главный сюрприз этого КПИ еще впереди.

Через часок мужики меня догнали, ехать стало веселее. Перед самым Доном нас нагнала машина Коли Лалкина с судьями, которые отвечали за дальний КП. Это был праздник, нашёлся мой прикид, и мы были прямо на ночной обочине накормлены, напоены и убажжены дружеским, чистоту туристским подходом к таким встречам на дороге.

394 км — сворот у Вешенской — 04:00.

Миновали Вешенскую, через км 30, силы начали меня покидать, но предложенный Валерой банан вылил в меня достоящую энергии, чтобы дотянуть до Казанской. Я даже скоростил, за что чуть не покатился, летя под гору, за поворотом возникло переходящее, через дорогу стадо коров. Хорошо, что коровы и сонный пастух соображали ещё медленнее меня и не успели, ни изменить траекторию движения, ни предпринять каких либо кардинальных действий, пока я летел мимо рогов и копыт.

445 км — проймаг, Казанская—06:10, суббота

Перекусили, пообщались с местными (скорее они с нами) и поехали искать выезд из деревни. За деревней был затряснутый полем, я отвалился от лидирующей группы, и долго ещё созерцал неумолимо удаляющуюся пару. И с доволёно часыми остановками, в одиночку, поплыл в сторону «Парижа» (местный хутор Парижский, расположенный на стыке трёх областей).

Во время очередной ревизии (ведь чтобы остановиться, необходим какой-то повод, ну не от усталости же) содержимого карманов и подседельной сумки, меня дотронула машина с меликом и оператором. Они после сопровождения и съёмки предыдущего дня ночевали на Дону, и были намочены грозой, молнии которой мы наблюдали всю ночь у себя впереди. Этот факт весьма настрожил, я рассчитывал весь маршфон греться под дождём(анной) сол-нцем. Обещанный участок «утрамбованный» шеёнка, конечно, порывался ролной стихией для моего байка, но такие каменюки я редко встречаю на ролных трейдерах, тем не менее мне удалось сократить отставание от лидирующей пары на этих полутора десятках километрах (моя скорость 20-22 против их 10-12). Вот такой кусочек превосходства, к сожалению, не окупавший остальных 970-ти шоссе-ных километров.

505 км — КП4, Парижский — 09:51 (ост. 117 мин), суббота.

Добравшись до КП, сфотографировался под вывеской «Парижский» (дома в фотополне обрезать лишние буквы). Уже знакомая судейская машина Николая, палатка с торчачими го-

лыми пятнами Дениса, дружелюбная атмосфера. Разгели, помыли, накормили. Чем-то намозажи сожжённый нос, замаскизи эсэнтную полудиченную ещё перед маршаровым ссадину, задепили полдорожником надаваленные туфлями синяки. Завалился к мужикам в палатку, они через час собрались просыпаться. Проснувшись когда они выбрались, полегал, послушал, как вдали промывает непогода, вылез, посмотрел на небо, ничего обнадёживающего там не увидел. Вспомнив грязевые ванны, которые сопровождают дожди на кроссах, решил выбраться с трейдера как можно быстрее. Недосыл ливнидирую на уже знакомом КП в Каргинской.

Стартовали впроем, но байк позволил мне оторваться далеко вперёд. Дождь начал накрапывать. Выбравшись на асфальт, вздохнул свободно и покатыл в сторону финиша. Встретил Тона с Андреем, они были серьёзно уланованы, все в болоньи. Дождь разошелся не на шутку, я остановился под навесом останки одеться и переждать. Мимо проехали лидеры, Валера махнул рукой, мол — присоединяйся, но я не соблазнился. Заряд дождя прошёл, но асфальт был мокрым, а ехать надо. Перед Казинской встретил командора, перекинулись парой фраз и развехались.

565 км — проймаг, Казанская — 15:00.

На въезде в деревню купил в проймаге булочек и спратка, на пороге перекусил и поехал дальше. На подъезде к Антиповскому заморосил дождь, и я решил переждать в местном кафе. Я ещё надеялся на сухой исход маршарона. Взял чай со сливком и минут 20 созерцал ливень за окошком. По мокрому асфальту пронюлся дальше. За 10 км до Вешенской ливень меня настит. ВС, больше сухими я не был до самого финиша.

616 км — сворот у Вешенской — 18:10.

Дождь то затихает, то снова усиливается. За Доном пошли неслабые торки, на спусках начал замерзать. Из опыта мокрой езды помнил, что мокрая одежда - не страшно, надо двигаться и всё высохнет, хуже с болотом в туфлях. Но как только я останавливался и отжимал стельки с носками, дождь начинался снова. Километров за 15 до КП организм почувствовал приближение тепла и отгыха (я собирался поспать часа 3). Хотя, помня вялый костерок, начесть тепла я сомневался. Действительность оказалась как астрофизической. КП на прежнем месте не было.

651 км — КП5 (проваший), Каргинская — 20:00 (ост. 5 мин), суббота.

Тетечка из кафе сказала, что палатка исчезла ещё в обед, а двое на велосипедах поместили у неё карточки и поехали дальше. Мечу в кафе карточку и тоже еду дальше. На фоне

общего непонимания ситуации, ясность только в одном — остановиться значит замёрзнуть. Немного отъехал и меня догоняет задним ходом приличная иномарка. Выглядит двое парней, смутно знакомы. Наши, судейские. Собирают, что возникли проблемы, машина с меликом и оператором сошла с дороги, но все живы, Максим-оператор у тайлере, женщины в больнице. Вот так жизнь напоминает, что насущные проблемы (какой то исчезнувший КП), не самые худшие. Как обычно при повышенной концентрации незгод организмов мобилизуется, и следующие 40 км я лечу как на крыльях, несмотря на дождик. Но адреналин кончился, стемнело, дождь усилился, а вывереди ещё 100 км до ливнилизации. Еду не останавливаясь, одно хорошо - ветер не холодный и руки не мёрзнут, чего нельзя сказать о ногах. Дождь плавно перешел в ливень. Любой полдем принимается как манна небесная, как единственная возможность согреться. А спуски, о-о-о это песня. Очки залило, фонарь еле выхватывает из темноты прерывистую серую полосу середины дороги. Скорость разнесит до 50 км/ч, что впереди, за границей светового пятна — кто это знает. Тормозить нельзя, спуски абсолютно лысые, если что, потом и не найдут... Постепенно формируется мысль, что так ездить нельзя, и то, что я ещё на дороге, только вопрос времени и уже слышит спасательная команда, эвакуировать меня отсюда.

Ливень кончился, я немного согрелся, но настит сон. Повею, что ковета практически не было и я поочередно, то влево, то вправо, проснувшись, тормозил на травке. Ни разу не упал, так, осугулился пару раз. Несколько раз слезал и шёл пешком, помогало мало. Но всё происходит, и сон отступил. Показались огни Обливской. Как это обычно бывает ночью, огни видно издалека, но сколько ни едешь, они не приближаются.

784 км — Гостинный двор — 03:20 (ост. 260 мин), воскресенье.

Закончился и этот убойный участок. Подруливало к трактиру, сообразажно где искать своих, здесь был обещан судейский КП. Меня окликает из машины двое совсем молодых людей. Тоже наши, судейские. Они куда то сильно торопятся (отзовоились Тон с Андреем замарзавшие на Каргинской), быстро провадят меня в «место расположения», наливают стакан чая, и исчезают. Осматриваюсь, стропачица павильон, блато тёплый, крутомкуску штуркатуруки. И среди всего этого стропачице мусора — два велосипеда, Валера на коврике и Денис в непередаваемой позе на двух стульях.

Сквозь сон мужики сообщают, что с рассветом стартуют дальше. Н-да, накрылась моя

эвакуация. Туфли и памперс конечно мокрые, но зато в тепле, и жизнь кажется налаживается. Позу Дениса мне воспроизвести не удалось. Иду в кафешку, блато круглогостного (инвизация всё таки), коротко чае до расвета за тарелкой борща. Когда возвращаюсь в «место расположения», мужики уже собираются. Оккупирую освободившийся коврик, Валера советует, как расположить под второй полдон из-под кирпичей, чтобы было максимально удобно. До Чернышковского и обротно часа два, лидеры возвращаются, я старую. Ехать в принципе комфортно, относительно конечно. Думаю, что жизнь удалась, маршарон практически состоялся, в общем, блаженствую. Мечу карточку на посту, отдыхаво минут 10 на тампной табретке, еду дальше. Опять задница, горизонта не видать, всё обложико. Воляной фронт накатывает. Такое чувство, что находишься в бассейне под водой, вода везд. Дождь — это когда капли, струи, наконец, а тут просто вода крутом, морось, но т-а-к-а-я насыщенная. И я уже всё-таки на федеральной трассе, а это совсем не то, что было на заделорках Ростовской области. Машины идут практически сплошным потоком, видимость ограничена, заметит ли очередной дальнебойщик, ранним утром, одинокого велосипедиста. Вот такие мысли кружатся. Да ещё мокрый памперс делал своё черное дело, натерев самые невозможные места. И к знакомой проблеме надавленности ссадины добавилась невозможность стоять на pedals (кто ездил долго в мокрых трусах, тот знает). Опять возникает идея с эвакуацией. Очень надеюсь, что лидеры не успеют выехать до дождя и сейчас создаиваются с судьями, заказывают эвакуатор.

836 км — Гостинный двор — 10:15, воскресенье.

В «месте расположения» пусто, уехали, бетмены, как потом выяснилось, по сухому до самого финиша. Думать ни о чём не хочется, остапынка мокрые потёки, иду в кафе. Беру цыпленка с двойными макаронами. На слова «цыпленка придется подожждать» отвечаю «сколько угодно, только кофе сразу». Сажусь чтобы выветить и велосипел и телевизор, попрежанему, ни о чём не думаю. Но жизнь продолжается, приносит цыпленка, по телеку кино про БГ, в общем, ожил. Трасса просыхает, над головой развяхчело, мажущь остатками крема, всё остальное обматывать съёмными рукавами и еду дальше. Еду не быстро, поскольку пребаный бассейн всё ещё на горизонте, но видно, что отступает, зараза. Впереди только Волготралл, и встречный ветер, буквально останавливающий даже на спусках, уже не помеха. Немного придала скорость, обогнавшая меня судейские машины (с разрывом примерно в