

# Êíñεý òàðííá íàðεúñòí. Íà-íáí ñ ñàííáí íà-àεà

Ðáíí εέε íçáíí á ñíððεéáííε εáðóúáðá επάíáí ðúáíεíáá-íàðεúñòíáεéá íáñòóíááò ííáíò, εíááá íá íðáñííáíáíúð ðáεáò è íçáðáò áíò ñò áúðá á ñáíáí íáñòáðñòáá, εáæáúé íòíòíεε òí-áò áεááòú á -εñéá òðíòááá -òí-òí áíεáá ááñííá εέε ýεçíòε-ííá.

Ýòí áεáεáíεá çáεíííá è íðε íðáááεáííúð òεíáííáíúð çàððáòáð, áííεíá íñóúáñòáεííá. Ðá-ú εááò í áíεúðíí íàðεúñòá &ndash; εíáεá

Êíááá-òí í-áíú áááíí, áεýáý çáðóááæíúá òεéúíú í ðúááεéá á òðííε-áñεéò áíááò òáíεíáí íεááíá, ýòá ðúááεéá íðááñòááεýεáñú íí í íáñòíýúáε íðñéíε ðúááεéá. Á εòíáá, áεáεáíεá áúεí áúííεíáíí, è ý ñòáε óñíááíí εíáεòú áíñáεá íáçíáεííúð íá ðúá.

Íááí ñεáçáòú, -òí íá ñðáçó íá óááεíñú áíεéíóòú á εíá-εáεéá ááòáεε, íá ñðáçó ý ñòáε εíáεòú è ííεó-áòú íò ýòíáí óáíáíεúñòáεá. ýòíí íá è òíòáεíñú áú ðáññεáçáòú.

Íáðεíáε-áñεε áúááý á Êíñòá-Ðεéá, ííε áúε ñááεáí áúáíá, -òí εáááεúíúí ñ òí-εε çðáíεý íàðεúñòá íáúáεòíí íòíòú ýáεýáòñý òáðíí εç áñáò íáñò, εíòíðúá íñáòεε á ýòíε ñðáíá, εó-ðεí áεý ááí εíáεε áóáóò íεðáñòííñòε íòáεý «Silver King lodge» . Êðíá εáááεú

Èòáε, òáðíí. Áí íííáεò ñíðááí-íεéáò è ðúáíεíáíúð æóðíáεáò íæíí íáεòε ñááááíεý í ðáçíáðáò, εíòíðúó ííεáò áíñòεááòú Ñáðááðý εíáεá òáðííá íá íóøéó çáðεéñéðíááíúé IGFA ðáááí íí-òε 92 εá (Áæ. Óíεéáíá á 2001 áíáó, Óéíðεáá) è áí ñεó ííð, íí ííáíò, íá ííáε òíí, -òí íàðεúñòíáúé ðáéíðá ííεáò è áíεæáí áúòú óááεε-áí.

Íñííáíáý òðóáíñòú íðε εíáεá òáðííá íàðεúñòíí çáεεð-ááòñý á òíí, -òí ááí -ðáçáú-áéíí εíñòεñòáý íáñòú, íá í-áíú òíðíðí ííáááòñ ñðááíáíεá ñ -áεðñòýíε ááæá ñáííáí εðóíííáí εíñíñý. Á áñεε áçýòú á ðáñ-áò áúá è ñóíáñðááðεε, áóéíúé òáðáεòáð è ááñ ýòíε ð εíáεí á Ááðííá, íóæíí çááúòú è ííáíεòε è òáðííáíεé ðúááεéá ñ -εñòíáí εεñòá. Áí-íáðáúò, ñíáñòú.

Íñíéíεúéó òáðíí &ndash; ðúáá íáóòííεáý è ñεéúíáý, áúááæááíεá ííεáò áεéòúñý -áñáíε. Á ýòíε ñáýçε ñíáñòú áíεæíá ñíòááòñ íñíéíεúéó á áíεúðεíñòáá ñεó-ááá íò ðúáíεíáá òðááóáòñý íáíááεáíáý ðááεòεý è áúñòðúé, òí-íúé çááðíñ, óáεéεúá áíεæíí áúòú ñáíεò εçááεéε áñá áñíáεòú íðñéíε εíáεε. Íá áíεúðá áñááí íðááεòñý á ýòíí íóíóáíεε òεðíá Øεíáíí.

ß «εçííñεε» óæá ááá εò óáεéεúá è ñ-εòáð, -òí ííε íáεáíεáá ííáðíáýò áεý ýòεð óáεáé. Ñíáòεáεεñòáíε Øεíáíí εáæáúé áíá áúíó ááçííáííé è óáíáííε íáðááíçεε á ñáííεáòáò, á ýòí íáíáεíááæúíé áñíáεò áεý íóóáðáñòáóðúááí ðúáíεíáá. Íðíεεñòáá ñááæεé εáòá íñíéíεúéó áúáíð íñííáíúð ñíñòááεýðúεò ñíáñòε &ndash; ááéí áεóáíéí εíáεáεáòáεúííá, íáçááíεý è íáðéε óáεéεú ý íáçúááòú íá áó ááðí.

{mospagebreak title=Øíóð è Áýééíá}  
Íñíáíá áíεíáíεá ý òíòáε áú çáíñòðεòú íá ðíóðá.

Á íðεíòεíá, ííáðíáεò επάíε ñíòááòñòáóðúááí εéáññá, íεáááðúεé εéε ñ εíí-εéíí íáεòðáεúííε íεááó-áñòε. Íí çááñú íóæíí ííýòú æá ñðáçó, íí á íðíòáññá ááóó-òðáò áíááííε εíáεε áíεúðεíñòáí òáñòεðóáíúð íííε íáðáçóíá ííðíñòó ðááεεñú. Íðε-áí, òεðíú εçáíòíáεòá

Á εòíáá áεéòáεúííáí íòáíðá ý íñòáííáεε ñáíε áúáíð íá ñíáòεáεúííí ðíóðá, íðááíáçíá-áíííí áεý εíáεε òáðííá áíáðεéáíñéíε εíñíáíεε ñíéáííε áíáú, á íεò íðéíáíáí ñíáòεáεúííé ñáðáá-íεé Power flex Core, εíòíðúé íðεε-íí ñááý ííεáçáεé íðε íðíáíεæéòáεúííé ýéñíεóáò

Èáε áííéíεòáεúííé áííóñ, ðíóð εíááò áεéíóð çááíðð εííóñíóð -áñòú «áíεíáú», εíòíðúá çíá-εòáεúíí óíðíúáðò εííòðíεú çááðíñá è çááðíñú íáúáíúð íóðáé. Ááεáá, íðí áýééíá.

Èáòóøéá áíεæíá áíáúáòú á ñááý, ááí ííðýáεá 250-300 íáòðíá ñ íáεñéíáεúíí áíçííáííε ðáçðúáííε íááðóçéíε. Á íáíáóíáεííñòε òáéíε áúááæááíεý, òáðýáòñý íñííáíáý ááí -áñòú. Óáðííí ñðáçó ñòáñεéáááò íáòðíá 80, á òí è ñòí, á çàðáí íá-εíááòñý áúεá-εááíεá, í ñíñòááεýðúεá εç íáòáεéá &ndash; á íðíòáññá εíáεε áεý ííáòýáεááíεý ðúáú íú ííεúçóáíñý, áñòáñòááííí, òíεúéí áé.

Ñèííèáèòíááà òàèòð ìííóð ñíáñòó, íè á èíáí ñeó-áá íá ñèááóáð çááúááòó ì ìíáíáèáð. Çááñú, ìíçòó æá, ìíé áúèí ìíñòááèáíí ìííæá èíáðúááñý, ìðeòíáèèíñú ááæá ,ì ñíááóó áèáà, ñíèáðòóú á æáóó íáú-íóð ìíííðeèúíóð èáñeó. Ááðeáíó íá ñàíúè óóáðeè, ìí áñá ðáá Mastery . Ýóí ñàíúá ñóíeèèá ìíáíáèè èç áñáð, ìíð èñíðíáíáííúó.

×óí èáñááòñý íóó, òí ìíííáíúí ððááíááíeáí è íèì ýáèýáòñý ìñòðíá è ìðí-ííá æáèí èðð-èà. Á ìí æeáó èó è óááðó, èàè ìíá èàæáòñý, ì ìðeáðáæíúó áíááð è íá ìáèéíáíúá èó-ðá ñðáááòóúááèè æeáèòúá è ááèúá ðàñòááðeè. Äèý òàðíííá ìðeáóíáíí è ñáýçáíí í-áíú ìííáí ìðeáúòeð. È ñ-áñòóð, áíèúèíñòáí íòáèáé, ìðááèááðòeð ñáíè óñeóáè æý ðúáíèíáíá, èíáðò ó ñááý íááíèúèèá ðúáíèíáíúá ìáááç áííðíí.

Óáííáðú, íáííáí ì ñàííè èíáèá. Ðúááèèá ìæáð ìðíèñóíáèòó èàè áíáí, òàè è íí-úð. Áíáí á ìíííáííí èíáçò íá ìðeáðáæíúó ìáèéíáíáúçò, á ìðeñóóñòáèá ðeúíeèá íáíáðóæèááòñý ìí áñíèáñèáí ìáèí-è, èíòíðóð óíò áííýáð ñ íáóáííúí áçàðòíí è íáóóíèííñòóð. Íóðeó íááí ìíáá íááíèúèèè ñòáííáèáíè ááááíeá íóðeè &ndash; á íáúáí, ýóí íáñèíæíí áúçñíeòú íóðáí ìðíá è íøeáíè.

Áíeáá ñèíæíá íí-íáç èíáèý òàðíííá, èíòíðáç ìðíáíáèòñý ááèèè ìò ááðáá. Óáííòá è íáçíáíeá ìáñòííñòè ááèáðò ýóó ðúááèeó íááíçí áíðúáú ìðíèñóíáçò ìíá -óóèèí ðóéíáíáñòáíí áèáà, èíòíðúè áñáááá áíòíá ìðeéòè íá ìíííúú á ððóáíé ñeóóáðeè. Èíááá èó-ðá ðúáá-èòó?

Ìíá íáíáèá íá ýóíð ñ-áð òàèíá: áñèè áú íá ñíáèðááðáñú áeòú ìeðíáíé ðáèíðá ìí èíáèá òàðíííá íá íóðeó, òí èó-ðá çáíçòóñý ìðeáðáæ èèáááòó íá ìíðýáíè ìáèú-á &ndash; íá áááá, ááæá ááááòáðeèèèíáðáííáúè òàðííí ñííííááí ìðeíáñòè ñòíèúèíí ìíèíæeðáèèúíóú çííeè.

{mospagebreak title=Ñíáðýæáíeá}  
Á çàèèð-áíeá, óíòáè èðáðáíúèíí ìðíááæáòóñý ìí áíííeíeðáèèúííó ñíáðýæáíeð.

Ìíèýðeçáèèííúá í-èè &ndash; ááæíúé ýeáíáíó áííðóæáíeý. Áñèè èíáèòó áíáí, òí áíèúðáç -áñòú ðúááèèè ìðíèñóíáèò «áíðeáèýáè ìíèýðeçáèèííúó í-èíá, óñíáð è èíòíðò íá ðúááèèá íá ááðáíòeðíááí. Íá áíèúðá áñááí íðáçòóñý «çáðeáèeè» ñ ñáðúí ðeèúòðíí &ndash;

Óàè æá íá èèøíèì áóááð èíáòú ìðè ñááá ìáðò ñíáðeáèèúíóð ðúáíèíáíúó ìáð-àòíè, íáíðeíáð, òèðíú Øeíáíí. Ííè ìíçáíèçðò ìðí-íáá óáá.

Ñóíeá èèè ððeçáè, èíòíðúè áú ááðáðá ñ ñíáíé íá áíáó, áíèæíú èíáòú ìáðóæíúé èáðíáí æèý áóóúèèè ñ ìeòúááíé áíáíé. Èó-ðá, áñ -áñòí, ìí íá ìáðáóñáðáñòáóeòá ñ èíèè-áñòáíí. Áñòú ìðááèèí &ndash; -áí áíèúðá ìúáøú, óáí áíèúðá óí-áòñý. Èó-ðá áñááí áðáòú èñíèúçóáòñý áá çíá-eòáèèíí ìáíúøá, -áí íáú-ííé ìeòúááíé.

Óðááíááíeý è íááæáá í-áíú ìðíñòúá &ndash; ýóí èðááç òðííe-áñèáç ìááæáá, ñ çàúeòíé ìò óeúòðáòeíeáðá. Ó-ðeòá, -òí ðóèáá è èííá-íí, áíeíáíé óáíð, èáíeá èèè øèýíá ñ øeðíeèèè ìíèýíè.

Äèý óíáí, -òíáú çàúeòeòú ìíáè ìò ìñòðúó èíðáèèíá è æáñòeèò áíáíðíñeáé, èóíeòá ñíáðeáèèúíúá áíòeíeè æèý èíáèè áçááðíáèó. Íáú áíòeíeè ý ìááááð ñíáðeáèèúíúá ñeíóáðe-áñèèá ìíñèè òeðíú Snowbee, áíñòáðí-íí òíèñòúá è ìýáèí íáèáááðòeá ñòóííð. Ííè ìáááæí.

Á çàèèð-áíeá, óí-áòñý ñèáçáòú, -òí íáú-íí á ìáñòáð, èóáá áú ìðeáçæááðá íá ìíðñeóð ðúááèeó, áñá ìáèí-è ìðááóñíòðáíú, ìíçòíí áñòú á ìáèè-èè ó áèáá, á ìááæáó ìíæíí òàè æá áçýòú íáíðíeáð èèè ìðíñòí èóíeòú á ìòáèá. Èñòáðe, ìáðáúá ðáèííáíááòeè è ñáèeð.

Ýóí óáá ìòíí, á ìðíóáññá ðàçáèòeý ááðááí ìíáíáí óáèá-áíeý, áíçííæíí, ááí çàðí-áòñý èíáòú ñáíè ñíáñòè è èíáèòú ñáííó, æèý íá-á.

Ááòíð: Èááí Õèá-áá ñíáðeáèèúíí æèý Ðúááèèá íá íeááíá