



□□□□ В лётном училище, конечно, на физдо под руководством преподавателя занимались и на спецснарядах, развивающих, вестибулярную устойчивость и выносливость к перегрузкам. Батут, колёса – не очень. А лопинг я обожаю! Первого разряда по нему не было. А на второй следовало выполнить 10 оборотов вперёд, потом 10 оборотов назад за время 21 секунда, 3й разряд – не помню: то ли 23, то ли 25 секунд. Мой лучший результат был – 19 секунд. Это хорошо тренирует ноги, вестибулярный аппарат, координацию. Впервые чувствуешь перегрузку. Самый смак, когда после вращений вперёд начинаешь тормозить, чтобы раскрутиться назад и на секунду замираешь вверху вниз головой. И в эту секунду повертеть головой вправо-влево! Это какой-то кайф! Не берусь его описать! Но замереть в верхней точке получается не всегда, чаще всего случайно. А так – обычно проскакиваешь её!

□□□□ После лопинга и батута будто чувствуешь, что Земля тебя сильнее притягивает к себе, труднее даются прыжки и подпрыгивания. Минут через пять всё приходит в норму.

### Юрий Фёдоров

#### ЛОПИНГ

Однажды перед обедом (в четверг дело было) приехала мама. Ну, пока увольнений после поступления не было, она часто приезжала по старой памяти, как в пионерлагерь к своему сыночку, привозила конфеты, печенье, булочки, яблоки, ягоды. И лица, приближённые к моему высочеству, потом все дружно это сжирали.

А тогда приехала она в неурочный день и час, поскольку госпиталь, в котором она

работала, уезжал на учения. И она, чтобы я не волновался, что не приехала в воскресенье и по телефону не отвечает, решила мне сообщить лично. А дневальный посмотрел в расписание и выдал военную тайну, сообщив, что наше отделение по физическим занятиям занимается в спортгородке.

Ну, она и пошла. Гарнизон-то уже хорошо знала, я ей раньше всё показал: где стадион, где бассейн, где спортгородок. И даже, где баня.

А я как раз только начал крутиться на лопинге. Секундомер – щелчок и пошёл!

Она подходит. И на меня во вращении – то ли внимания не обратила, то ли не узнала.

Слышу знакомый до боли голос. Меня спрашивает. Ей показывают:

— Да вон ваш Юра!

А преподаватель считает обороты:

— Один!

— Юрик, это ты?

— Два!

— Мама? Нет, это не я!

— Три!

— Ты можешь со мной поговорить?

[Читать рассказ полностью](#)

—