

niponica

Открытие
Японии

にほにか

no. 27

Тема номера

В Токио грядут Олимпийские игры





完成予想イメージパースであり、実際のものとは異なる可能性があります。
Copyright (C) 大成建設・梓設計・隈研吾建築都市設計事務所共同企業体 著作権者の許可なく複製、転載、第三者開示等の行為を禁止する。

niponica
にほにか
no. 27 Содержание



Путеводный канат, связывающий атлета и проводника.

Журнал «Нипоника» издается на японском и шести других языках (арабском, китайском, английском, французском, русском и испанском). Он призван познакомить людей всего мира с народом и культурой современной Японии. Название «Нипоника» происходит от слова «Ниппон», которое с японского языка переводится как Япония.

Тема номера

В Токио грядут Олимпийские игры

- 04 Японские боевые искусства
Получение признания в мировом спорте
- 10 Уличный спорт
дебютирует на олимпийской сцене
- 14 Вместе с параспортсменами
- 16 Обновление облика наследия Олимпийских игр

- 19 Колонка:
История спортивных пиктограмм
- 20 Технологические решения для Игр 2020 года в Токио
- 22 Вкусная Япония: надо попробовать!
Ёкан
- 24 Путешествуя по Японии
Одайба и Тойосу
- 28 Сувениры из Японии
Обувь для бега в стиле таби

На обложке: каратистка Симидзу Киё (Фото: «Афло»)

no.27 R-011105

Издание Министерства иностранных дел Японии
Касумигасэки 2-2-1,
Тиёда-ку, Токио 100-8919, Япония
<https://www.mofa.go.jp/>

Тема номера

В Токио грядут Олимпийские игры

В июле 2020 года Япония станет местом проведения Олимпийских и Паралимпийских игр 2020 в Токио. В этом номере «Нипоники» мы расскажем о том, что составляет суть этого передового спортивного праздника, опирающегося в своем видении на наследие Токийских игр 1964 года и одновременно нацеленного в будущее.

Интерьер Олимпийского стадиона (рендеринг): проектные и строительные работы осуществляют «Корпорация Тайсэй», компания «Адзуса Сэккэй» СП «Кэнго Кума и партнеры»./Предоставлено компанией JSC.
Примечание: данное трехмерное изображение даёт представление о концепции сооружения на фазе завершения строительства и может быть подвергнуто изменениям.



空手

Karate

Японские боевые искусства Получение признания в мировом спорте

На Олимпийских играх 2020 года в Токио карате впервые станет официальным олимпийским видом спорта. Интересно, что дзюдо стало чрезвычайно популярным во всем мире после своего дебютного появления на Олимпийских играх 1964 года в Токио. В этой статье мы расскажем, чем привлекают к себе традиционные японские единоборства, чутко отзывающиеся на внешние влияния и продолжающие развиваться как соревновательные виды спорта.

Боевое искусство кристаллизовалось в красивые формы *ката*

Карате развивалось как боевое искусство, практикуемое голыми руками. Возникнув на базе традиционного окинавского боевого искусства под названием *те* (что означает «рука», по-окинавски произносится «тии»), карате оформилось в результате смешения с различными китайскими

техниками. С течением времени в месте своего рождения, на Окинаве, искусство развивалось и становилось все более изощренным. Около 1920-х годов карате распространилось по всей Японии. Выход на мировую арену ему обеспечили японские эмигранты. Сегодня карате стало универсальным «языком общения» международного сообщества с более чем 2 миллионами практикующих в Японии и 130 миллионами – во всем мире.

Карате состоит из наступательных техник, использующих все тело целиком, таких как удары кулаками и ногами, а также защитных техник для противодействия

наступательным техникам. Цель этих приемов – не сбить противника с ног, а прежде всего защититься от него. Поэтому техники и тренировки карате предполагают ситуации, когда в целях защиты приходится отражать атакующих со всех сторон противников.

В качестве нового вида спорта, включенного в программу Олимпийских игр 2020 года в Токио, карате будет состоять из двух видов соревнований. Одним из них является *ката*, что буквально означает «формы» и относится к детальным схемам движения в данном виде спорта. В этом случае участники соревнований выходят на татами в одиночку и демонстрируют комплексы *ката*. О них будут судить по выразительной силе их техники с точки зрения степени подготовки и мастерства. Итоги соревнований будут определяться на основе количества баллов, начисленных жюри. В дополнение к точности техники, очки начисляются за настрой и силу духа, за мощност ударов и перепады скорости, другими словами, за то, насколько реально выглядит выступление спортсмена, компетентен ли он в случае столкновения с противником в реальной жизненной ситуации.

Ката считаются квинтэссенцией физических приемов, используемых в карате. Они были отработаны предыдущими поколениями *каратека* (практикующих карате). Чтобы передать истинное значение *ката*, необходимо понимать значение техник, составляющих каждую *ката* – наступательных, таких как *уки* (удар кулаком) и *кэри* (удар ногой), а также защитных, таких как *укэ* (блокировка).

Каратека учатся выполнять мощные *ката*, занимаясь боевой практикой с опорой на серьезные внутренние установки, как если бы они имели дело с реальными соперниками, и тренируются настойчиво, ежедневно, не пренебрегая ни одним из аспектов техники.

Второе соревнование – *кумитэ* (спарринг) – это настоящее боевое соревнование, когда два соперника встречаются лицом к лицу на ковре. Здесь баллы начисляют за применение, в правильной форме и надлежащим образом, боевых приемов в отношении определенных точек на теле соперника. *Кумитэ* отличается динамичной атакой и обороной, в которой используются *уки* и *кэри*. Скоростное и энергичное, *кумитэ* отличается от постановочных *ката*.

Левая страница: Симидзу Киё, двукратная победительница в категории «Женские ката» на чемпионатах мира по карате. (Фото: Муцу Кавамури/«Афло») Правая страница: Киюна Рё, трехкратный победитель чемпионатов мира по карате в категории «Мужские ката». (Фото: Абака/«Афло»)

Как получить максимум впечатлений от соревнований по карате: руководство для новичков

Основные особенности ката

Узнайте больше о формате соревнований по карате на Олимпиаде

Десять представителей разных стран и регионов примут участие в соревнованиях по *ката* на Олимпийских играх Токио 2020. Спортсмены, которые выйдут в финал, выступают в общей сложности четыре раза.

На что обратить внимание

Участники могут использовать каждый вид *ката* только один раз в ходе соревнований. Обязательно обратите внимание на стратегию и тактику участников, так как именно от них зависит, когда будут исполнены лучшие *ката*.

Не пропустите момент *киай*

В соревнованиях по *ката* спортсмен произносит боевой выкрик *киай* в тот момент, когда поражает воображаемого соперника. Время выкрикивания *киай* у каждой *ката* свое, но обычно это пиковый момент, когда участник выполняет основную технику, такую как удары кулаком или ногой.



Киай при ударе кулаком



Киай в ударе ногой

Атлет прыгает из блокирующей позиции и выполняет *ката* в воздухе.



На что обратить внимание

Киай служит для акцентирования нескольких последовательных приемов. Это кульминация выступления. Не забудьте поаплодировать спортсмену и поприветствовать успешную реализацию техники.



На основании рейтинга после завершения полуфиналов будут проведены раунды плей-офф между спортсменами, занявшими 2-е место в Группе 1 и 3-е в Группе 2, а также между спортсменами, занявшими 3-е место в Группе 1 и 2-е место в Группе 2. Затем состоится финальный матч между спортсменами, занявшими 1-е места в группах.

Наслаждайтесь разнообразием стилей

Существует 98 типов *ката*, которые могут быть использованы в соревнованиях. Они подразделяются на четыре основных стиля карате: Сито-рю, Годзю-рю, Сётокан-рю и Вадо-рю. Сегодня большую часть исполняемых *ката* составляют *ката* из Сито-рю и Годзю-рю. Различия в технике в зависимости от стиля являются еще одним интересным аспектом, на который стоит обратить внимание во время выполнения комплексов *ката*.



Стиль Сито-рю, ката «Чатанъяра Кусянку»

Эта *ката* отличается быстрыми прямыми движениями, которые представляют себе соперника на небольшом расстоянии. *Ката* известна своей скоростью и резкостью движения.

Стиль Годзю-рю, ката «Супаримпэй»

Криволинейные движения, выполняемые с целью избежать атак воображаемого соперника в ближнем бою, являются главной особенностью этой техники. Здесь плавные медленные движения прерываются внезапными динамическими вспышками.



Кавасаки Эмико
Победительница 59-го Всеяпонского студенческого чемпионата по карате в категории «Женские ката», а также 10-го Чемпионата Азии по карате среди юниоров.
(Фото: Осака Сатоси)

На что обратить внимание

Просмотр *ката* станет еще интереснее, если вы представите себе виртуального соперника выступающего. А наблюдение за выступающим со спины создаст впечатление, что вы сражаетесь вместе с ним.

На что обратить внимание в кумитэ

Кумитэ проводится в формате турнира, когда соперники встречаются лицом к лицу, а победитель проходит в следующий этап. Цель состязания – набрать очки, применяя три техники атаки (*уки*, *кэри* и *ути*) в отношении определенных точек на теле противника. Однако, в отличие от полноконтрастного боя, соперники не будут наносить друг другу реальных ударов, а исполняют необходимые приемы и останавливаются непосредственно до столкновения (практика, известная как *сундомэ*).

Одним из основных моментов *кумитэ* является практика стратегического использования расстояния и времени. *Маай* – это термин, обозначающий расстояние, сохраняющееся между соперниками, когда они не атакуют друг друга или защищают себя во время атаки. Когда бой переходит в стадию *маай*, все может измениться в одно мгновение, так что постарайтесь не пропустить это мгновение.



Уэкуса Аюми (справа) вступает в состязание *кумитэ* с Чатзилляду Элени из Греции.
Фото любезно предоставлено журналом «Karatedo Magazine», JKFan.

柔道

Judo



Мукай Сёитиро (слева) завоевал титул в категории 90 кг на международных соревнованиях по дзюдо среди мужчин на Большом Шлеме 2018 в Осаке (международное соревнование по дзюдо) в матче против Ушанги Маргиани из Грузии.
(Фото: Мацуо/«Аффо Спортс»)

Успешный путь эволюции до вида спорта международного уровня

Дзюдо – это боевой вид спорта, произошедший от древнего японского боевого искусства *дзюдзюцу*. Он включает разнообразные техники, такие как *нагэ-вадза* (техника бросков) и *катамэ-вадза* (техника тактической борьбы), а его самой отличительной чертой является умелое использование силы противника в качестве оружия против него же самого.

Как соревновательный вид спорта, дзюдо проводится в форме матча между двумя спортсменами на ковре размером от 8x8 до 10x10 метров. Победителем объявляется участник, получивший оценку *иппон*. *Иппон* присуждается за *нагэ-вадза*, выполняемую со скоростью и силой, благодаря которым противник оказывается лежащим в практически плоском положении на спине; или за *катамэ-вадза*, когда противник остаётся прижат к полу в течение определенного времени. Если примененная техника *вадза* является успешной, но не в полной мере отвечает вышеуказанным требованиям, участник получает оценку *вадза-ари*. Когда участник дважды удостоивается *вадза-ари*, ему

присуждается оценка *авасэ вадза-иппон* и он объявляется победителем. Если ни один из участников не набрал ни одного очка *иппон*, победитель определяется решением судей по количеству присужденных оценок *вадза-ари*.

Мужское дзюдо стало официальным олимпийским видом спорта на Олимпийских играх 1964 года в Токио, а женское дзюдо – на Олимпийских играх 1992 года в Барселоне. Сегодня более 200 стран и регионов являются членами Международной федерации дзюдо, и в разных странах мира имеются очень сильные спортсмены. В особенности это касается Франции, где численность зарегистрированных спортсменов дзюдо превышает численность таковых в Японии. Поскольку дзюдо продолжает выходить за пределы родной Японии, его взаимодействие с другими культурами, несомненно, приведет к появлению новых уникальных стилей, что, в свою очередь, стимулирует дальнейшее развитие дзюдо как международного вида спорта.

Пара-дзюдо для спортсменов с нарушениями зрения

Дзюдо для людей с нарушениями зрения официально вошло в олимпийскую программу начиная с Паралимпийских игр 1988 года в Сеуле. Как и на Олимпийских играх, спортсмены делятся по полу и весовым категориям, независимо от уровня нарушений зрения.

В отличие от дзюдо, спортсмены пара-дзюдо держатся друг за друга и стоят неподвижно перед началом матча. Как только матч начинается, спортсмены вступают в силовой поединок с применением приемов, победителем объявляется тот, кто уложит соперника на татами. Главной особенностью пара-дзюдо является быстрое развитие поединка, удерживающее зрителей в постоянном напряжении.



Хиросэ Дзюнко (слева) завоевала бронзовую медаль в весовой категории до 57 кг на Паралимпийских играх 2016 года в Рио в матче против Сабины Абдуллаевой (Азербайджан).
(Фото: «Аффо Спортс»)

Матч по дзюдо начинается после того, как соперники схватились друг за друга.
(Фото: «Аффо Спортс»)



Икэда Дайскэ демонстрирует причудливый трюк. © FISE Hiroshima 2018/Cedric de Rodot – Hurricane Group – FISE)

Уличный спорт дебютирует на Олимпийской сцене

В программе Олимпийских игр 2020 года в Токио впервые за их историю будет представлена новая категория «городской спорт». Живая атмосфера этих видов спорта, в которых легкая атлетика сочетается с музыкой и модой, становится все более популярной, особенно среди молодежи. Они предлагают невиданный ранее стиль проведения Олимпийских игр, приглашая спортсменов и публику собраться вместе, чтобы сделать соревнования более захватывающими и интересными – как для участников, так и для зрителей.

Скейтбординг: улица и парк

Скейтбординг – это вид спорта, который лучше всего отражает молодежную уличную культуру. После дебюта в экстремальных видах спорта в Европе и США скейтбординг начал развиваться как соревновательный вид спорта, основанный на бальной системе. В Токио 2020 состоятся два соревнования по скейтбордингу: Уличное, которое будет проходить на прямой трассе с лестницами, перилами и другими элементами; и Парковое, местом проведения которого станет арена в форме чаши. Уникальные динамические трюки (различные элементы в воздухе, сальто и другие приемы) непременно получат не только высокие оценки судей, но и яркую поддержку публики.



BMX (Велосипедный мотокросс) Фристайл-парк

Фристайл-парк BMX – это новое событие в олимпийской велосипедной программе, участники которой будут соревноваться не в скорости, а в уровне сложности и зрелищности трюков. Спортсменам будет дана одна минута для выполнения серии трюков на арене, представляющей собой комбинацию различных изогнутых поверхностей разных размеров. Высококласные гонщики поразят публику серией сложных трюков, таких как прыжки в два раза выше пандусов, вращение по горизонтали и вертикали на велосипедах или переворачивание велосипедов в воздухе. Оригинальность программы также будет являться одним из критериев оценки мастерства участников конкурса.

Вверху: Накамура Риму (©JCF 2018)
Внизу: Судзуки Кэйта (№7) выполняет выстрел. ©3x3.EXE PREMIER 2017)

Баскетбол 3x3

Как вид спорта, который уже давно практикуется на улицах по всему миру, уличный баскетбол в 2007 году получил стандартизированные глобальные правила. Играть команды из трех человек, на половину уменьшенной площадке, одним баскетбольным мячом. Победитель – команда, набравшая за 10 минут больше очков или набравшая 21 очко первой. Время для бросков (также известное как «счетчик времени на атаку») составляет всего 12 секунд, что является оригинальным правилом, которое значительно ускоряет игру. Еще одной отличительной особенностью баскетбола 3x3 является его высокое развлекательное качество, достигаемое благодаря красочным комментариям игроков и энергичной музыке, звучащей на площадке.



Участники соревнований по скалолазанию соревнуются, кто сможет выше забраться. Альпинист на фото – Дохи Кэйта, победитель соревнований по спортивному скалолазанию в комбинированном многоборье среди мужчин на Юношеских Олимпийских играх 2018 года.
(Фото: LUKAS SCHULZE/OIS/IOC/AFP/«Афло»)



Из трех категорий только болдеринг проводится без страховочной веревки. На этой фотографии Нарасаки Томоа, который дважды становился победителем Кубка мира МФСС по скалолазанию (в 2016 и 2019 годах).
(Фото: «Афло Спорт»)

Спортивное скалолазание

Спортивное скалолазание – это разновидность скалолазания на природе, которая превратилась в соревновательный вид спорта. Альпинисты используют разноцветные зацепы для достижения поставленной цели без специального оборудования. В последние годы в Японии наблюдается настоящий бум спортивного скалолазания: число объектов, где можно им заниматься, растет. Это позволило увеличить численность энтузиастов скалолазания, создав благоприятные условия для появления сильных скалолазов-спортсменов.

Спортивное скалолазание дебютирует на Олимпийских играх 2020 года в Токио как событие, объединяющее три различные категории: скоростное скалолазание, болдеринг и отвесный подъем. Каждый участник соревнований будет соревноваться во всех трех категориях, с финишными местами по сумме набранных баллов. Кто победит – альпинист, который силен в одной конкретной категории, или всесторонне развитый спортсмен? Соревнование будет держать вас в постоянном напряжении.



Ногути Акиё (слева) и южнокорейская спортсменка Са Сол соревнуются по скоростному восхождению.
(Фото: JMSA/«Афло»)

Спортивные категории скалолазания

Скоростное скалолазание

Два спортсмена соревнуются, чтобы узнать, кто быстрее всего сможет подняться по двум одинаковым трассам, установленным на стене высотой 15 метров, нависающей над уровнем моря под углом 95 градусов. Спортсмены привязываются веревками в целях безопасности. В мужских соревнованиях время состязания составляет от пяти до шести секунд, а в женских – от семи до восьми секунд. Динамичный характер соревнований делает скоростное скалолазание невероятно интересным для наблюдения.

Болдеринг

В болдеринге альпинисты выбирают несколько фиксированных трасс на стене высотой от 4 до 5 метров, и победителем становится альпинист, который покоряет наибольшее количество трасс за отведенное для этого время. Если несколько альпинистов проходят одно и то же количество дистанций, победителем становится спортсмен, достигший наибольшего количества «зонных» зацепов (расположенных высоко на стене), или спортсмен, совершивший восхождение с наименьшими попытками.

Отвесный подъем

В лазании на трудность спортсмены в течение ограниченного периода времени поднимаются по стационарным трассам на стену высотой более 12 метров. Победителем становится спортсмен, который поднимается на самую высокую точку. Спортсмены привязывают к себе страховки в целях безопасности.



Наслаждайтесь скалолазанием всегда и везде! Площадки для скалолазания в Японии

Сегодня по всей Японии насчитывается более 600 спортивных залов, и скалолазание набирает популярность как вид спорта, который может попробовать каждый, независимо от пола и возраста.

(Фото: B-PUMP Токио Акихабара)



Вместе с параспортсменами

Паралимпийские игры опираются на многостороннюю поддержку со стороны большого числа людей. Эта статья познакомит вас с некоторыми из тех, кто находится рядом со спортсменами, чтобы оказать им поддержку – с гидом, который будет бегать вместе со слабовидящим спортсменом на паралимпийском марафоне, а также с компанией, которая повышает возможности спортсменов, разрабатывая специальные инструменты и оборудование.

Фото: Обара Такахио

Два спортсмена выступают как один

Конкурсант: **Иноути Нацуми**

Спортсмен-ведущий: **Хино Минако**

Вверху: паралимпийка Иноути Нацуми (слева) и ведущая Хино Минако вместе держат тросик для сопровождения. Справа: существует множество возможностей для совместных тренировок со спортсменами из университетских команд по легкой атлетике.



«Наша задача – не просто бежать вместе с конкурсантом», – объясняет спортсмен-ведущий Хино Минако. Важной частью обязанностей ведущего является помощь спортсмену с ограниченными возможностями в различных аспектах вне соревнований, таких как транспортировка, переодевание одежды и т.д. Часто ведущие тренируются вместе со спортсменами, а иногда даже консультируют их в качестве тренеров. «Наша работа заключается в создании условий, комфортных для реализации спортивной задачи атлета. Давая советы, я стараюсь использовать слова, которые позитивно настроят атлета».

Нынешним партнером Хино Минако является Иноути Нацуми, рекорсменка Японии на дистанции 1500 и 5000 метров*. Она очень доверяет своей ведущей и убеждена, что ее содействие поможет улучшить прежние результаты. Они тренируются вместе каждый день под девизом: «Никогда не используйте инвалидность как предлог для того, чтобы не делать все возможное».

* Класс T11, по состоянию на июнь 2019 года



Вверху: Сато Кэйта (слева) и Эндо Кэн на Легкоатлетическом стадионе Син-Тойосу Брилля, где расположена штаб-квартира компании Xiborg, занимающейся разработкой протезов для бегунов. Справа: Спортивные протезы, разработанные компанией Xiborg (генеральный директор Эндо Кэн) Внизу: расположенная на стадионе при компании «Библиотека протезов», управляемая НКО, дает возможность каждому желающему испытать спортивные протезы.



Повышая возможности протезирования

Спортсмен: **Сато Кэйта**

Инженер: **Эндо Кэн**

В течение многих лет Эндо Кэн занимается разработкой спортивных протезов для ходьбы с использованием роботизированных технологий, поскольку он уверен, что если бегуны с протезами имеют возможность бить рекорды здоровых спортсменов, это будет вдохновлять и поощрять людей с ограниченными возможностями.

Сато Кэйта был первым спортсменом, который добровольно согласился принять участие в этом соревновании. Он был единственным бегуном на короткие дистанции, участвовавшим в Паралимпийских играх 2016 года в Рио с использованием японского протеза. Он говорит, что идеальный протез для него – это тот протез, который будет подпрыгивать, будто бы получая энергию от земли. Эндо говорит: «Было бы лучше, если импульс от удара ногой по земле приходился выше центра тяжести, но протезы трудно настроить в соответствии с ощущениями каждого спортсмена». Несмотря на эти трудности, он продолжал свои разработки в тесном контакте со спортсменами. На предстоящих Паралимпийских играх 2020 года в Токио они воспользуются результатами своего сотрудничества для решения поставленных задач.



1964

Возрождение сцены страстей и волнений

Олимпийский стадион

Слева: впечатляющая церемония открытия Игр XVIII Олимпиады, которая состоялась 10 октября 1964 года на глазах у 75 000 зрителей. Стадион на этой фотографии был главным олимпийским объектом. Здесь проходили церемонии открытия и закрытия, а также соревнования по легкой атлетике, футболу и конному спорту.

(Фото: «Афло»)

Внизу: новый Олимпийский стадион излучает теплую атмосферу, ассоциирующуюся с деревянными конструкциями, и использует естественную вентиляцию для создания комфортных условий для зрителей. Универсальный дизайн применяется во всех деталях стадиона, начиная от сидений, расположенных с учетом разнообразного круга пользователей, и заканчивая плавными переходами высоты пола. В ходе Токио-2020 на стадионе пройдут церемонии открытия и закрытия, соревнования по легкой атлетике и футболу, а после игр он будет использоваться как площадка для проведения спортивных мероприятий.



Флагман современного архитектурного дизайна в Японии

Национальный стадион Йойоги

Национальный стадион Йойоги, символ модернизма, построенный к Олимпийским играм 1964 года в Токио, был спроектирован мастером современной японской архитектуры Тангэ Кэндзо (1913-2005). Динамичная конструкция с растягивающейся тентоподобной подвесной крышей, которая очень редко встречается даже в мировой практике, привлекла большое внимание в 1964 году. В 1-м спортивном зале (вверху слева) проходили соревнования по плаванию, а во 2-м (внизу справа) — соревнования по баскетболу. Однако

к Олимпийским и Паралимпийским играм 2020 года в Токио эта спортивная арена будет служить местом проведения Олимпийских игр по гандболу, Паралимпийских игр по регби на колясках-каталках и игр по паралимпийскому бадминтону. Для повышения сейсмостойкости спортивной арены была проведена реконструкция, после которой зал вернется к использованию в качестве спортивной площадки для проведения спортивных мероприятий и концертов.

(Фото: «Пикста»)



Священное место боевых искусств и легендарная концертная площадка

Ниппон Будокан

Дебют дзюдо в качестве олимпийского вида спорта состоялся на Олимпийских играх 1964 года в Токио, а для проведения соревнований по дзюдо и был построен Ниппон Будокан. Через два года после Олимпийских игр Ниппон Будокан стал местом проведения первых концертов всемирно известной рок-группы «Битлз» в Японии, погрузившей в безумие фанатов по всей стране. С тех пор Ниппон Будокан завоевал признание не только как священный дом боевых искусств, но и как культовое место проведения музыкальных концертов. О выступлениях там мечтают как японские, так и зарубежные музыканты. На Играх 2020 года Ниппон Будокан будет местом проведения соревнований по дзюдо и пара-дзюдо, а также по карате. В настоящее время здесь проводится реновация в целях повышения сейсмостойкости и обеспечения безопасного доступа.

(Фото: Ниппон Будокан)

Обновление облика наследия Олимпийских игр

Каким образом материальное и нематериальное наследие Олимпийских игр 1964 года в Токио было передано предстоящим Олимпийским и Паралимпийским играм 2020 года в Токио и как оно будет использовано после их завершения?

2020

©Проектные и строительные работы: «Тайсэй Кэнсэцу», «Адзуса Сэкэй» и «Кэнго Кума и партнеры»/ Материалы предоставлены JSC
Примечание: иллюстрация отображает планируемую концепцию завершенного строительства и может отличаться от действительного облика. Изображен предполагаемый вид озеленения к сроку примерно десять лет спустя после завершения строительства.



1964
,
2020

Международный плавательный комплекс нового поколения у Токийского залива

Токийский центр водных видов спорта

Токийский центр водных видов спорта был недавно построен в качестве места проведения олимпийских соревнований по водным видам спорта вместо Национального стадиона Йойоги. В Центре пройдут олимпийские соревнования по плаванию, дайвингу и художественному плаванию, а также паралимпийские соревнования по плаванию. После игр вместимость до 15000 зрительских мест будет сокращена до 5000, а Токийский

центр водных видов спорта будет использоваться в качестве места проведения международных соревнований по плаванию, а также в качестве плавательного комплекса для жителей Токио.

Иллюстрация будущего вида объекта во время Игр (по состоянию на январь 2019 года). Изображение любезно предоставлено столичным правительством Токио.

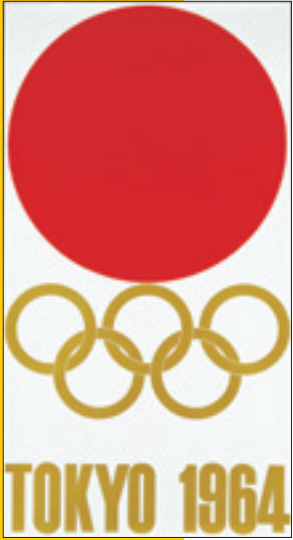


Олимпийский дизайн

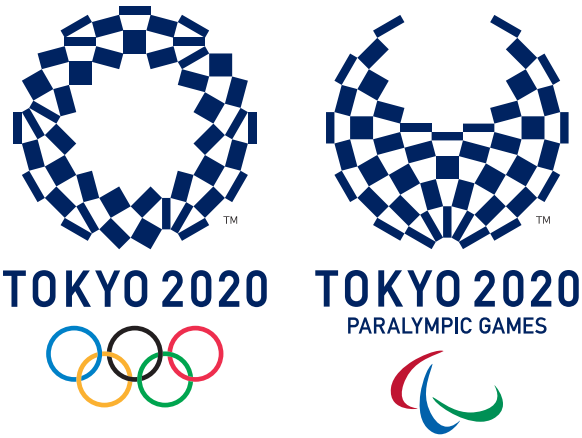
Олимпийская эмблема, эстафетный факел, спортивные пиктограммы. Креативные дизайнерские решения, передающие смысл без помощи слов, приносят особый колорит в прошедшие и предстоящие Олимпийские игры.

Эмблема

Олимпийская эмблема — это лицо Игр. На официальной эмблеме Олимпийских игр 1964 года в Токио были смело представлены пять золотых олимпийских колец и «Солнечный Круг» японского флага. Она выражала собой чистую и сильную страсть, присущую спортивным соревнованиям. Эмблема Игр 2020 года в Токио, в противоположность первой, выполнена в традиционном японском стиле — клетчатый узор (*итимацу-моё*) цвета индиго, состоящий из трех видов прямоугольных фигур, соединенных вместе и призванных передать идею преодоления различий и «гармонии в разнообразии».



Официальный плакат с эмблемой Олимпийских игр 1964 года в Токио. Арт-директор: Камэкура Юсаку; собственность Музея современного искусства префектуры Ниигата, Художественного музея Ниигаты Бандайдзима



Эмблемы Игр 2020 года в Токио ©Tokyo 2020



Олимпийский факел

Факел, который украсит эстафету Олимпийского огня Игр 2020 года в Токио, своим дизайном символизирует цветок сакуры. Для создания сложных бесшовных элементов факела из одного листа алюминия использовалась специальная технология экструзии, которая также используется при создании супер-скоростных поездов *синкансэн*. Пламя из пяти «лепестков» факела сходится в центре, чтобы осветить собой «Путь надежды». Материалы, использованные при изготовлении факела, содержат переработанный алюминий из временных жилищ, построенных в рамках восстановительных работ после Великого восточно-японского землетрясения. Это было способом донести до мировой общественности прогресс в восстановлении пострадавших районов. Олимпийский факел будет зажжен в марте 2020 года одновременно с началом сезона цветения сакуры в Японии, и в течение 121 дня он будет пронесен по всем 47 префектурам Японии.

©Токио 2020

История спортивных пиктограмм

После Олимпийских игр 1964 года в Токио пиктограммы распространились по всему миру в качестве графических символов, используемых для наглядного и легкого для понимания представления информации. В те времена не так много японцев и участников игр понимали английский язык, поэтому были созданы пиктограммы, представляющие 20 олимпийских видов спорта, а также различные объекты в местах проведения соревнований и в Олимпийской деревне. На самом деле, знак ванной комнаты, который был создан как пиктограмма для игр 1964 года, в настоящее время используется во всем мире. В рамках подготовки к Играм 2020 года в Токио были обнародованы более проработанные спортивные пиктограммы, изображающие движения спортсменов и спортивные снаряды: 33 вида спорта и 50 пиктограмм для Олимпийских игр, 22 вида спорта и 23 пиктограммы для Паралимпийских игр. Пиктограммы, созданные для Игр 2020 года в Токио, не только соответствуют первоначальной цели распространения информации, но и предназначены для наиболее привлекательного отображения динамичного движения спортсменов. Будет интересно увидеть, как ваши любимые виды спорта изображаются посредством пиктограмм.

©IOC ©Tokyo 2020

	Олимпийские игры 1964 года в Токио	Игры 2020 года в Токио Олимпийские — Паралимпийские
Легкая атлетика		
Фехтование		
Дзюдо		
Волейбол		
Баскетбол		
Стрельба		

Технологические решения для Игр 2020 года в Токио

В статье представлены различные японские технологии, которые будут приветствовать, развлекать и помогать спортсменам, зрителям, организаторам и всем, кто участвует в Олимпийских и Паралимпийских играх 2020 года в Токио.



Название официального талисмана Олимпийских игр 2020 года в Токио, Мирайтова (слева), представляет собой сочетание японских слов «мирай» («будущее») и «това» («вечность»). Талисман Паралимпийских игр 2020 года в Токио, Сомэйти (справа), чье имя создано из названия самого популярного сорта сакуры *Сомэй-ёсино* и английской фразы «so mighty» («очень сильный»). ©Tokyo 2020

Автобусы на топливных элементах привезут будущее в Токио

Автобусы на топливных элементах

Эти экологически чистые автобусы питаются от топливных элементов, которые вырабатывают электричество в результате химической реакции между водородом в баке и кислородом в атмосфере. Они не выбрасывают углекислый газ и не загрязняют атмосферу. Они также обеспечивают плавное ускорение и бесшумную работу для максимального комфорта пассажиров. Более 100 автобусов на топливных элементах будут введены в эксплуатацию к 2020 году в основном в Токио, и планируется, что они будут работать в районе аэропорта Ханеда во время Игр. Благодаря Токио 2020, транспортные средства будущего скоро станут частью повседневной жизни Японии.

(По состоянию на июль 2019 года)



SORA
(Фото: Toyota Motor Corporation)

Гоночное кресло-каталка, которое создает идеальную связь со спортсменом и работает как автомобиль Формулы-1

CARBON GPX – это кресло-каталка для легкой атлетики, разработанная и изготовленная компанией, которая изначально

специализировалась на мотоциклетном машиностроении. Коляски-каталки CARBON GPX, скрупулезно изготовленные вручную опытными инженерами, которые использовали свой богатый гоночный опыт для удовлетворения запросов и соответствия физическому состоянию каждого спортсмена, завоевали сердца паралимпийцев во всем мире. Рама инвалидной коляски изготовлена из углеродного волокна и композита для достижения оптимального снижения веса, что позволяет лучшим спортсменам достигать максимальной скорости более 35 км/ч.



(Фото: OX ENGINEERING Co., Ltd.)



(Фото: Toyota Motor Corporation)
©Tokyo 2020

Роботы-талисманы Токио 2020 приветствуют спортсменов и гостей на спортивных площадках

Робот, оснащенный камерой, установленной на голове, распознает приближающихся людей, и общается с ними, используя различные выражения глаз и естественные движения, создаваемые миниатюрными суставами, для выражения разнообразных «эмоций». Инженеры изучают способы для его связи с другими роботами, расположенными на удалении.



(Фото: NEC Corporation)

Точно и быстро

Система распознавания лиц

Олимпийские игры 2020 года в Токио станут первыми в истории Играми, на которых будет использоваться система распознавания лиц для идентификации личности. Аккредитованный человек просто стоит перед камерой и держит удостоверение личности со встроенным микрочипом перед считывающим устройством у входа. Затем система сверяет лицо человека и данные идентификационной

карты с предварительно зарегистрированным изображением лица для проверки личности. Производитель внедрил более 1000 систем с использованием методов биометрической аутентификации, включая распознавание лица, радужной оболочки, отпечатков пальцев, рисунков ладоней, вен на пальцах, голоса и отоакустики (идентификация с использованием звуков, неразличимых человеческим ухом) в более чем 70 странах и регионах по всему миру. Точность системы мирового класса обеспечит быструю и точную идентификацию личности.

Костюм для силовой поддержки снижает рабочую нагрузку во время Токио 2020

Оснащенный датчиком угла наклона, двигателем и другими передовыми японскими робототехнологиями, этот костюм легко надевается и снижает нагрузку на поясницу во время работы примерно на 40%. Предполагается, что он будет помогать организаторам соревнований и персоналу в выполнении их задач по перевозке продуктов питания или мешков с отходами, а также по погрузке багажа в автобусы. Костюм уже используется в строительных работах и сестринском уходе, его функции проверены и апробированы.



ATOUN MODEL Y (АТОУН МОДЕЛЬ Y)
(Фото: Panasonic Corporation)



HSR, DSR
(Фото: Toyota Motor Corporation)

Роботы-ассистенты обслуживают зрителей-пользователей инвалидных колясок

Один из самых известных автопроизводителей Японии, разработавший целую линейку роботов-компаньонов, объявил о выпуске робота, предназначенного для ассистирования пользователям инвалидных колясок на Играх Токио 2020. Робот может выдвигать руку из своего компактного корпуса для переноски еды или захвата предметов с земли. Пользователи инвалидных колясок также могут заказать напитки со своего места и попросить робота доставить их. Способности этого робота позволяют зрителям в инвалидных колясках в полной мере насладиться игрой.

Ёкан

Традиционная японская сладость завоевала новое признание благодаря «спортивным» преимуществам

Фотография: Кояма Сатихико (STUH) Фото: photolibrary



Традиционный нэри-ёкан

Ёкан — известная традиционная японская сладость, изготавливаемая из смеси красной бобовой пасты с сахаром и агар-агаром, которая варится и заливается в формы для последующего застывания. Как правило, ёкан прямоугольной формы, очень темного красновато-коричневого (почти черного) цвета и плотной текстуры. Блестящий полупрозрачный ёкан, нарезанный на кусочки и красиво разложенный на блюде, когда-то вдохновил известного писателя Танидзаки Дзюнъитиро (1886-1965) к использованию в отношении него эпитета «медитативный». Его отчетливый сладкий вкус прекрасно сочетается с горечью зеленого чая.

Считается, что Ёкан был ввезен в Японию примерно в 15 веке как часть культуры дзен-буддизма. Первоначально перемешивали бобовую пасту адзуки и крахмал корня кудзу, нагревали смесь на пару и готовили таким образом муси-ёкан («паровой ёкан»). В 19 веке появился новый тип ёкан, сделанный с агаром, — нэри-ёкан, который и по сей день остается

самым популярным видом этого лакомства. В разных уголках Японии можно встретить всевозможные разновидности ёкан, изготавливаемые не только из фасоли адзуки, но и из белой бобовой массы, сладкого картофеля, каштанов и японской хурмы. Ёкан также выпускается в различных видах, например, в форме горы Фудзи, которая выполняется в технике заливки нагаси-коми.

Приготовленный с большим количеством сахара и малым количеством воды, нэри-ёкан очень долго хранится, что делает его идеальным освежающим угощением, которое можно держать про запас. Кроме того, нэри-ёкан является легкодоступным источником энергии для спортсменов и альпинистов. Недавно специально для удовлетворения потребностей людей, занимающихся спортом, был разработан новый вид ёкан, получивший соответствующее название «спортивный ёкан». Так, выпущенный в 2012 году известным крупным производителем кондитерских изделий ёкан изготовлен с использованием

соли морских водорослей, содержащей минералы, которые спортсмены теряют при продолжительных тренировках. Кроме того, потребление сахара во время тренировок может привести к резким колебаниям уровня сахара в крови и, в конечном счете, вызвать гипогликемию. Спортивный же ёкан наоборот снижает риск гипогликемии, так как содержащийся в нем сахар медленно всасывается в кровь.

Еще одной отличительной особенностью спортивного ёкан является его упаковка. Каждый производитель спешит преподнести свою продукцию как удобный источник энергии во время спортивных тренировок, поэтому разрабатываются упаковки, которые можно легко открыть даже одной рукой, при этом не испачкавшись.

Являясь традиционной японской сладостью, ёкан сегодня завоевывает славу продукта высокой питательной ценности, и ожидается, что в будущем ассортимент его расширится и он получит еще большее распространение.

Содержимое упаковки можно легко выдавить пальцами одной руки, что делает продукт легкодоступным источником энергии во время занятий спортом.



Спортивный ёкан — продукт, разработанный компанией ИМУРАЯ ГРУП.



Аmanoхара — это кондитерское изделие, изготавливаемое из бобовой пасты, отлитой в форме горы Фудзи, и агар-агара, изображающего небо. Оно создано с использованием сложных технологий нового бренда «ЮИ», разработанного кондитерской фабрикой с 380-летней историей «Рёгүтия-Корэкиё».



2

1. Футуристический речной автобус (круизное судно) «Химико», автором дизайна которого стал мастер японской манга Мацумото Рэйдзи (наиболее известный по манга «Элзаси Экспресс 999»). Маршрут проходит от Одайбы и Тойосу до знаменитого туристического центра Асакуса.
2. Гандам – герой популярного японского аниме «Мобайл Сьют Гандам». Его статуя в реальную величину (высота 20 метров) возвышается над Дайвер Сити Токио Плаза в Одайбе. Магазин «Гандам Бэйс Токио» предлагает широкий ассортимент товаров, связанных с Гандамом, включая некоторые товары ограниченного выпуска.
©Sotsu/Sunrise *Фото статуи Гандама по состоянию на июнь 2019 г.
3. Рынок Тойосу является центром распределения продовольственных товаров в Токио. Некоторые ознакомительные туры начинаются в 5 утра, и к тому времени на рынке уже в полную силу идет торговля.



3

Район Токийского залива: пересечение традиций и тенденций будущего

Одайба и Тойосу

Одайба и Тойосу – это два искусственных острова в Токийском заливе, находящиеся в процессе реконструкции в рамках подготовки к Олимпийским и Паралимпийским играм 2020 года в Токио. Эти районы постоянно развиваются, им присущ ультрасовременный дух, и в то же время они граничат с историческими районами центра города, где ностальгическая атмосфера старого Токио ощущается до сих пор. В Одайбе и Тойосу красивые старые традиции соприкасаются с увлекательными современными тенденциями.

Фотография: Осака Сатоси

Первая намывная территория в Токийском заливе была построена в конце 16 века. Примерно 400 лет спустя территория искусственных островов продолжала расширяться, и на ней были построены новые микрорайоны. Сегодня Одайба и Тойосу становятся важными центрами проведения Олимпийских и Паралимпийских игр 2020 года в Токио, ведь именно там будут располагаться некоторые из главных спортивных объектов, а также Олимпийская деревня. Яркий энергичный дух происходящих здесь преобразований является частью привлекательности Одайбы Тойосу.

Лучше всего приезжать на Одайбу и Тойосу, используя традиционный, более точно передающий дух места, водный транспорт. Поездка на речном автобусе из одного из знаменитых туристических мест Токио, Асакуса, занимает около часа. Речной автобус скользит по поверхности моря, сначала в сторону Тойосу, затем к Одайбе, сопровождаемый криками водоплавающих птиц и нежным плеском волн.

Японское море

Осака

Токио

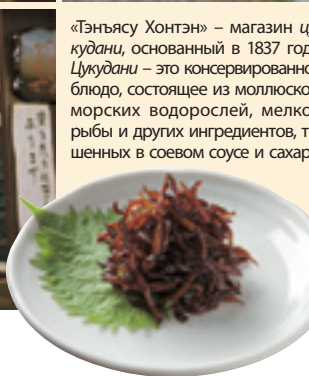
Тихий океан



4. Специализированный скейт-парк «H.L.N.A Sky Garden» открылся в 2013 году в торговом центре Дайвер Сити в Одайбе. В парке проводятся занятия для детей и взрослых, в которых могут принять участие все желающие, независимо от возраста и опыта.



5. Парк Дайба Коэн окружен красивыми каменными стенами. Отсюда открывается потрясающий вид на высотные здания в Одайбе.
6. Ожидается, что на этот круизный терминал в Одайбе, который начнет работу в июле 2020 года, зайдут некоторые из крупнейших в мире лайнеров класса «Люкс».



«Тэньясу Хонтэн» – магазин цукудани, основанный в 1837 году. Цукудани – это консервированное блюдо, состоящее из моллюсков, морских водорослей, мелкой рыбы и других ингредиентов, тушенных в соевом соусе и сахаре.

Слева: монзаяки – это смесь жидковатого теста, мяса, овощей и морепродуктов, приготовленная на гриле на железной тарелке. «Монкити» – известный ресторан, славящийся своим рецептом теста, для которого используется секретный бульон.
Справа: ингредиенты для приготовления монзаяки.

Название «Одайба» происходит от названия фортификационных сооружений («дайба»), построенных в Токийском заливе в середине 19 века для целей морской обороны. Сегодня на месте бывших военных объектов разбиты прекрасные живописные лужайки парка Дайба Коэн, который открыт для посещения. Поскольку рядом с парком нет зданий, небо кажется здесь очень большим, что создает непринужденную атмосферу для тех, кто хочет насладиться пейзажем набережной.

В последние годы Одайба превратилась в район развлечений, ставший популярным и оживленным местом с крупными торговыми центрами и большим разнообразием

развлекательных заведений. Токийский международный круизный терминал начнет работу в июле 2020 года, создавая новые морские ворота города, которые примут одни из крупнейших в мире роскошных лайнеров, такие как «MS Queen Elizabeth» и «Spectrum of the Seas». Также было решено, что в рамках Олимпиады 2020 года в Токио в Морском парке Одайба пройдут соревнования по триатлону и некоторым другим видам спорта.

В то же время, Тойосу – это район, искусственно созданный в рамках работ по расчистке завалов после Великого землетрясения 1923 года в Канто. Первоначально это была промышленная зона, занятая в основном

судостроительными верфями. Экскурсия по улицам Тойосу даст возможность увидеть многочисленные свидетельства промышленного прошлого, такие как старый железнодорожный мост Харуми, по которому проходила линия, соединяющая доки с грузовой станцией. Памятники искусства, созданные из реальных якорей и винтов, выставлены в 57 местах по всему Тойосу, что придает району свое очарование и делает его популярным местом отдыха как для пар, так и для семей с детьми.

В последние годы на Тойосу также ведется жилое строительство. Кластеры многоэтажных кондоминиумов превращают его в один из процветающих районов Токио. Театры и спортивные сооружения строятся в рамках программы городского развития, вдохновленной концепцией «Спорт и искусство». Так, парк Тойосу Гурури, имеющий U-образную конфигурацию и общую протяженность около 4,5 км вдоль всего района Тойосу, набирает популярность как одно из лучших мест для пробежек в Токио. Нельзя не отметить и открывшийся в 2018 году рынок Тойосу. Туристы со всего мира получают здесь теплый прием и смогут сделать покупки на различных демонстрационных площадках.

Посетителям, располагающим достаточным количеством времени, стоит также подумать о посещении близлежащих островов Цукисима и Цукуда. У подножия многоэтажных жилых домов здесь сохранились очаровательные традиционные кварталы, дающие путешественникам возможность отдохнуть в атмосфере старинного Токио. В Цукисиме есть улица с ресторанами, где подают знаменитое местное блюдо монзаяки – вкусное сочетание теста, мяса и овощей. Цукуда известна своими проверенными временем магазинами, которые продолжают делать цукудани (буквально «сваренное в Цукуда»), консервированное блюдо из морепродуктов, овощей, морских водорослей и др., тушеных в соевом соусе и сахаре, которое было названо в честь самого острова, где производится эта еда. Здесь путешественники могут попробовать традиционные вкусы Токио.

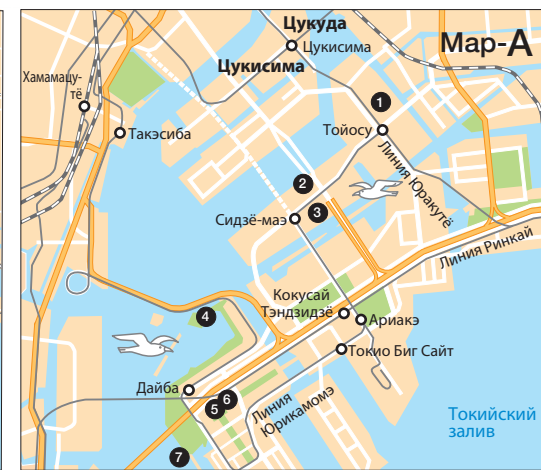
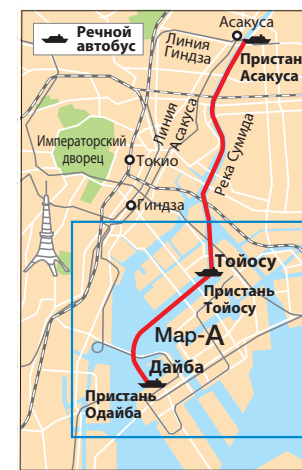
Одайба и Тойосу продолжают развиваться как новое лицо Токио и в то же время сохраняют свидетельства местной истории. Наслаждаясь прогулкой по этим местам, сравните эти два выразительных лица города – традиционный и современный.



7.8. Беговой стадион Син-Тойосу Бриллиа воплощает идею будущего городского развития района Тойосу, которая выражается словами «SPORTS x ART».



9.10. В Тойосу находится множество промышленных артефактов, таких как преобразованные в арт-объекты якоря (слева) или старый железнодорожный мост Харуми (внизу). Они символизируют историю Тойосу как некогда процветающего района судостроительства.



Карта районов Одайба и Тойосу

- ❶ Свидетельства индустриального прошлого
- ❷ Беговой стадион Син-Тойосу Бриллиа
- ❸ Центральный столичный оптовый рынок Тойосу
- ❹ Парк Дайба Коэн
- ❺ H.L.N.A. Sky Garden
- ❻ Гандам Бейс Токио
- ❼ Токийский международный круизный терминал

•**Как добраться**
Около 60 минут от аэропорта Нарита до Асакусы на Аксэс-экспрессе линии Кэйсэй Нарита Скай Аксэс. Речная поездка от Асакусы до парка Одайба Марин займет примерно 50 минут, до Тойосу около 70 минут.

•**Контактная информация**
Токио Круиз (речные трамвайчики)
<https://www.suijobus.co.jp/>
Официальный путеводитель по Токио GO TOKYO
<https://www.gotokyo.org>



Беговые *дзика-таби*: «МУТЭКИ» (в центре) и «Тоу-би» (вверху справа). (Фотографии предоставлены «Кинэя».)
 Вверху слева: *дзика-таби* очень удобны на строительных работах.
 Внизу справа: традиционные белые носки *таби*, которые носят с одеждой в японском стиле.

Устойчиво опирайтесь на землю

Обувь для бега в стиле *таби*

Фотографии: Осака Сатоси

Таби – это традиционные японские носки, в которых большой палец ноги отделен от других. Эта уникальная форма обеспечивает ощущение плотной посадки и комфорта при движении. Первоначально *таби* изготавливались из кожи, но позже более популярными материалами стали шелк и хлопок. В конце 19 века появился новый тип *таби* под названием *дзика-таби* (буквально «*таби*, которые касаются земли»). Они имели резиновые подошвы и могли использоваться на улице без обуви. Даже сегодня *дзика-таби* – это обувь, которую предпочитают строители и лесники. В *дзика-таби* они хорошо чувствуют землю под своими ногами, что помогает предотвратить скольжение.

Большинство японцев в наше время носят европейскую одежду, а *таби* и *дзика-таби* используют значительно меньше. Однако в последние годы возникают опасения, что чрезмерные защитные функции беговой обуви могут быть причиной травм, и это снова привлекло внимание к *таби*. Все больше бегунов выбирают обувь *дзика-таби*, обладающую беговыми функциями. Особенно их привлекает тонкая подошва, которая дает им ощущение бега почти что босиком. Почему бы не взглянуть по-новому на старинную, любимую многими обувь и не насладиться более комфортными условиями бега?

niponica

にぽにか
 〈ロシア語版〉

no.27

Министерство иностранных дел Японии
 Касумигасэки 2-2-1, Тиёда-ку, Токио 100-8919, Япония
<https://www.mofa.go.jp/> (официальный веб-сайт Министерства)
<https://web-japan.org/> (веб-сайт, предоставляющий информацию о Японии)