

Содержание

Российский азимут

Азимут выбран верный (Химки)	4
Им принимать эстафету (Сочи)	6
Новая традиция (Киров)	7
Самый массовый старт (Орел)	24
Ориентируйтесь на здоровье (Саратов)	25
«Российский азимут-2006» на набережной Уводи (Иваново)	42
Бег по томскому азимуту (Томск)	43

Международная федерация

Колонка президента ИОФ	9
Отчет Совета ИОФ	9

Сборная

Сборная смотрит в 2007 год	28
----------------------------------	----

Соревнования

Новые приключения сборной в Сосново	17
Югра – территория будущего	26
Серебряная Словения	44

Нормативные документы

Новые требования для присвоения спортивных разрядов и званий	34
---	----

Уроки ориентирования

Календарь соревнований	22
Факторы, влияющие на планирование соревновательных дистанций для юных спортсменов-ориентировщиков	40

Консилиум

О некоторых основах спортивного питания	14
Стадное чувство или как рассеять толпу	8
Ориентирование или отслеживание хода соревнований?	8

История

Нина Олейниченко	46
------------------------	----

RUSSIAN ORIENTEERING MAGAZINE Журнал "Азимут", № 3, 2006.
Редакционная коллегия: Виктор Елизаров, Юрий Никонов, Юрий Константинов, Александр Прохоров, Валентина Чешихина, Генрих Шур, Юрий Янин. Шеф-редактор: Виктор Елизаров. Главный редактор: Генрих Шур, выпускающий редактор: Юрий Янин, тел. (495) 196-90-89. Зам. главного редактора: Екатерина Карташева. Ответственный секретарь: Ольга Минаева, тел. (495) 196-90-89. Верстка и дизайн: Е. Баум, А. Пилявский. Дизайн, сканирование, компьютерная верстка, цветоделение – ООО "Издательский дом "Азимут" (лицензия: серия ИД, № 05319), тел. (495) 196-7889. Почтовый адрес редакции: 123060 Москва, а/я 57. Тел./факс: (495) 196-9089 (секретариат, подписка, рассылка), (495) 196-7155 (отдел рекламы), e-mail: rufso@rol.ru. Распространение: 109033 Москва, ул. Волочаевская, д. 38а, ЦДЮТ, тел.: (495) 362-8233, 362-8971, факс: (495) 362-8991. Транспортное обеспечение: "ТОКИ-АВТО", тел. (495) 196-7886. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Тираж 4500 экз. Отпечатано в типографии «Информполиграф». Цена свободная. Перепечатка материалов только с разрешения редакции журнала. Журнал зарегистрирован в Государственном комитете РФ по печати 30.04.97, рег. № 016043.

Токи
АВТО



Пассажирские
автобусные
перевозки

Тел.: (495) 196-78-86, 196-72-61
E-mail: arenda@tokiavto.ru
www.tokiavto.ru



АЗИМУТ

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

ВСЕ ВИДЫ ПОЛИГРАФИИ ОФСЕТНАЯ И ЦИФРОВАЯ ПЕЧАТЬ

- Листовки
- Плакаты
- Брошюры
- Буклеты
- Открытки и приглашения
- Фирменные бланки
- Календари настенные перекидные
- Календари квартальные
- Настольные календари
- Карманные календари
- Визитки
- Папки
- Кубарики
- Конверты

ПОДГОТОВКА И ИЗДАНИЕ СПОРТИВНЫХ КАРТ

(Лицензия Федеральной Службы
Геодезии и Картографии России
№ МОГ-02423К от 30 сентября 2004 г.)

Тел.: (495) 196-7889
E-mail: azimut-id@mail.ru