АЛЕКСАНДРА КОСТЕНЮК
12-Я ЧЕМПИОНКА МИРА ПО ШАХМАТАМ

Презентация

Контакты:
Оксана Костенюк
+7 (917) 571-52-44
oxanakosteniuk@mail.ru

АЛЕКСАНДРА КОСТЕНЮК
12-Я ЧЕМПИОНКА МИРА ПО ШАХМАТАМ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ГРОССМЕЙСТЕР

Биография

дата рождения – 23.04.1984

Александра начала играть в шахматы в 5 лет. В 14 лет стала самым молодым международным гроссмейстером. В 17 лет сенсационно дошла до финала чемпионата мира по шахматам среди женщин в Москве и стала вице-чемпионкой мира. В 2004 году Александре покорилось звание чемпионки Европы среди женщин. В 2005 году Александра победила на чемпионате России.
В августе 2006 года Александра стала первой чемпионкой мира по шахматам Фишера, а в 2008 году подтвердила это звание. В сентябре 2008 года на чемпионате мира по шахматам среди женщин в Нальчике Александра прошла всю турнирную дистанцию без поражений и одержала убедительную победу в финальном матче против китаянки Хоу Ифань со счетом 2,5-1,5. Победа в Нальчике принесла Александре звание 12-й чемпионки мира по шахматам. В октябре 2008 года на Первых Всемирных Интеллектуальных Играх, Александра выиграла первую в истории Игр золотую медаль, а в командных соревнованиях помогла сборной России по шахматам завоевать золотую и бронзовую медали. Александра является двукратной чемпионкой России (2005, 2016).

С 2002 года Александра выступает за сборную России по шахматам на международных командных соревнованиях. В составе сборной России Александра является пятикратной чемпионкой Европы (2007,2009,2011, 2015, 2017), победительницей командного чемпионата мира (2017), серебряным и бронзовым призером мировых чемпионатов (2011, 2013, 2015), а также 3-х кратной победительницей Всемирной Шахматной Олимпиады 2010, 2012, 2014. Александра — победитель и призер Всемирных Интеллектуальных Игр Sport Accord и IMSA (2011, 2012, 2013, 2014, 2016). Александра – вице-чемпионка мира по быстрым шахматам (2012, 2014, 2016), а также чемпионка Европы-2015 по быстрым шахматами и чемпионка Европы по блицу-2017.

Кроме выступлений в шахматных турнирах, Александра много времени уделяет популяризации шахмат в мире. Два ее девиза: «Шахматы – это здорово!» и «Красота и ум неразделимы». Каждый день веб-сайты Александры- www.chessqueen.com и www.chessblog.com посещает около 5 000 человек.

В зарубежной прессе Александра известна как Chess Queen (шахматная королева), на ее официальных страничках www.youtube.com/chessqueen; www.twitter.com/chessqueen; и www.facebook.com/chessqueen зарегистрировано более 20 000 любителей шахмат.

С 2007 года Александра проводит детский шахматный турнир «Кубок Александры Костенюк», в котором приняло участие уже более 1000 детей.

Александра является послом шахмат для мира в организации Sport for Peace, активно занимается благотворительной деятельностью, основатель школы-студии шахмат для детей “Александра”, автор четырех книг: «Как стать гроссмейстером в 14 лет», «Дневники шахматной королевы», «Как научить шахматам. Дошкольный шахматный учебник», а также учебно-методического комплекса «Шахматные прописи для самых умных ребят».

Рекламные контракты:

2002—2004 — швейцарские часы Balmain
2003 — сотрудничество с Excalibur Electronics,
выпуск электронного шахматного компьютера Alexandra the Great
2003—2004 — LG
2005 — Eagle Games, Alexandra Kosteniuk’s How to play chess
2005—2010 — Tarrito Rojo
2010 — Champion for Peace в организации Peace and Sport
2008—2012 — Лицо компании “Zimaletto”, коллекция одежды “Шахматная королева”

портрет

«Я не фанатею от шахмат. Но я на них столько времени потратила! Жаль, что жизнь так коротка»

6 LE FIGARO MERCREDI 9 OCTOBRE 2

RAIT POUR TRAIT *Alexandra Kosteniuk, dix-huit ans, vice-championne du monde d'échecs*

La joueuse

La jeune Russe, pin-up et prodige, sera à la coupe du monde d'échecs féminine qui débute aujourd'hui en Inde.

2001—2002

ШАХМАТЫ от «СЭ»

№ 5. Декабрь 2001

КРЕМЛЕВСКИЙ ДЕБЮТ

Александра КОСТЕНЮК

ВПЕРВЫЕ чемпионат мира по шахматам проходил в Кремле. ВПЕРВЫЕ здесь была увенчана лавровым венком новая шахматная королева –

LA STAMPA

La Nato si spacca sulla difesa della Turchia

Francia, Germania e Belgio dicono no. Rumsfeld: agiremo ugualmente

ALLEANZE SENZA CONSENSO

DIO NON VUOLE MAI LA GUERRA

DIO AMMETTE LA GUERRA GIUSTA

ERGASTOLO AL DISSIDENTE CINESE

2001—2002

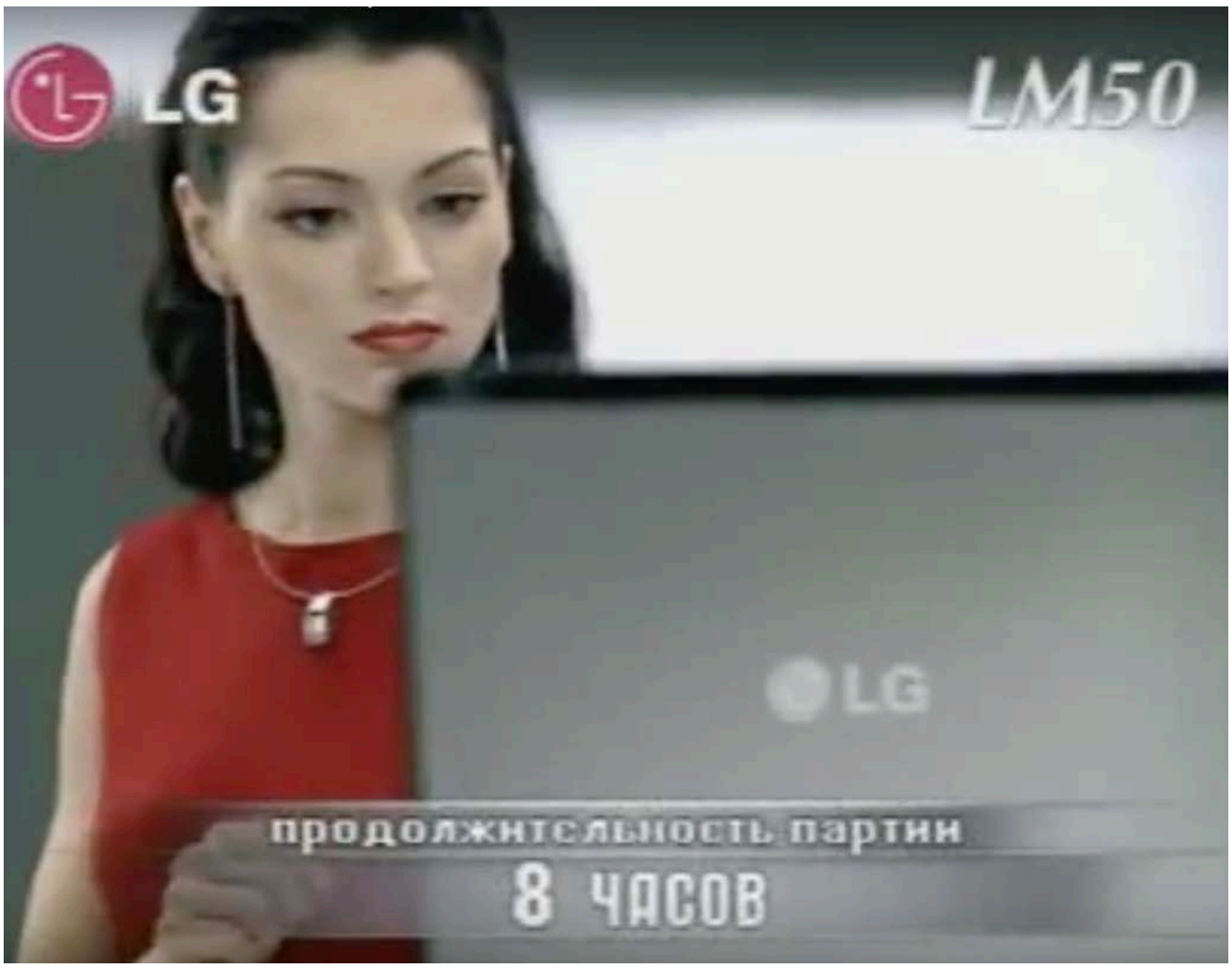
Le Matin SUISSE

ALEXANDRA KOSTENIUK Elle rivalise avec les grands maîtres

L'ANNA KOURNIKOVA DES ÉCHECS

PORTRAIT

BIENNE La jeune Russe glamour participe au 36e Festival international d'échecs. Quand elle ne joue



2003—2004

Александра Костенюк не ферзь, а королева

КТО ТАКАЯ? 19-летняя барышня, шахматистка, международный гроссмейстер, вице-чемпионка мира. Фотомодель, лицо часов Balmain. Актриса, снялась в фильме Станислава Говорухина "Хозяйка гостиницы" вместе с Александром Балуевым (премьера на TV в 2003 году).

ГОРОД Москва

ЧТО ЛЮБИТ Кататься на роликах, писать стихи, читать романы Достоевского.

ЧТО ТЕРПЕТЬ НЕ МОЖЕТ Слышать, как ее сравнивают с Анной Курниковой. Потому что Курникова, как правило, проигрывает, а Костенюк выигрывает в 95 случаях из 100.

ПОЧЕМУ ЛЮБИТ ШАХМАТЫ "В этой игре с любым противником сражаешься на равных. Это потрясающе, когда знаешь, что можно выиграть у кого угодно: молодого, старого, мужчины, женщины..."

ЧТО ПИШЕТ У нее вышел учебник "Как стать гроссмейстером в 14 лет". 19 уроков — и ты звезда!

The Moscow Times

SINCE 1992

NO. 2649 TUESDAY, APRIL 1, 2003 WWW.THEMOSCOWTIMES.COM

Mordashov Says Share the Wealth

Magnate calls for a smaller gap between rich and poor. Page 7.

Teenage Queen Of the Chessboard

18-year-old champion struts her stuff in the State Duma. Page 11.

Iraq War

Kiev denies sales, troops inch toward Baghdad. Pages 3, 12, 15-17.

CENTRAL BANK RATE 31.38 0

RTS INDEX 360.33 1.64%

Tuesday, April 1, 2003 CITY LIVING The Moscow Times ❖ 11

Kournikova of Chess Holds Own in the Duma

By Kevin O'Flynn
STAFF WRITER

Surrounded by 20 middle-aged men in suits, 18-year-old Alexandra Kostenyuk was in complete control.

On a stairway in the State Duma, the world female vice chess champion recently staged a lightening attack on deputies and officials. Dressed in a cream-colored designer suit, Kostenyuk took on all comers, spending a few moments with each competitor before walking swiftly on — starting by moving her pawn to G3 at each board.

Even in Russia, one of the few countries to consider chess a full-fledged

The web site www.kostenyuk.com, produced by Kostenyuk's father, allows fans to browse dozens of pictures of the photogenic teenager and buy souvenirs.

Dozens of framed pictures from Kostenyuk's numerous fashion shoots were placed on the Duma's stairways with lucky deputies allowed to pick one as a keepsake.

"Chess up to now has been strictly limited to middle-aged men," said Diego Garces, Kostenyuk's Swiss manager. "Sasha can bring a lot of excitement," he said, looking round the room at the competitors.

So much excitement that she has re-

Newsweek

The Chess Goddess

Speedy young players like Aleksandra Kosteniuk are bringing Russia reclaim its reputation as a world chess power

"History is cyclical and so is chess. We were down and now I think we're coming back up again."

Moscow has a lot of ground to reclaim. When communism collapsed in 1991, so did the renowned Soviet chess program that produced phenoms like Boris Spassky and Anatoly Karpov. Throughout the 1990s, government support of the game dwindled. Then last fall 10 of Russia's top players—including Kasparov and Garry Kasparov—lost to a team of leading players from around the world. New Russian officials are eager to popularize the game again and win back their former chessboard glory. A key strategy: promoting speedier matches to capture the short attention span of a younger audience. In addition to blitz chess, "fast matches"—which typically last less than an hour—are increasingly common, in part because they are far more television-friendly than the traditional seven-hour bouts. Tournaments that once lasted a whole year are now being compressed into a few weeks.

That suits Kosteniuk just fine. "It's not like you play for hours and then make a mistake," she says. "Everything is decided quickly." Decisiveness appears to be a family trait; her father, Konstantin, quit his job as an Army officer to train young Aleksandra when she was just 5. By 10 she was already a European girls champion. In 2001 she won round the women's world vice champion; today she travels to tournaments all over the globe. Soon her book, "How I Became a Grandmaster at 14" will be published in English.

Yet her rise already seems quaint by today's standards; training in Russia has undergone a radical rethinking since Kosteniuk learned to play. Computerized chess programs are routinely used to supplement Soviet-style training. And children are receiving instruction at ever earlier ages. "Before, there was fear of overstressing the child," says Russian parliamentarian Andrey Selivanov, who is president of the Russian Chess Federation and vice president of the international chess body FIDE. "Now we've got classes beginning as early as kindergarten." In Selivanov's home region of Perm, around 5,000 children now take chess classes. Chess is a required subject for all children in Kalmykia, a Buddhist region whose authoritarian president, Kirsan Ilyumzhinov, also happens to be the president of FIDE. For years Ilyumzhinov has been trying to make chess more appealing to television audiences by expediting the matches and encouraging running commentary. He even pushed successfully for mandatory drug testing for chess players—part of an effort to make chess an Olympic sport.

If that happens, chess aficionados are hoping Moscow will restore Soviet-era levels of support to the game. Back then chess masters were precious cargo, as symbolic of Soviet might as cosmonauts and living proof of communism's intellectual superiority. The breakup of the Soviet Union left people with more pressing concerns—namely, economic survival. As it became easier for top chess players to travel, the government withdrew its sponsorship, and the sport took a serious dive. "The top prize for our 1993 tournament was a samovar [a traditional Russian tea kettle]," says Selivanov with a sneer.

Now the prize for that same tournament is a car. That's because Russian banks and businessmen are rushing to fill the gap the government left behind. "Chess is an intellectual area, like banking. There is a very positive image connection," Alpha Bank's press rep Vadim Yurko says cheerfully. Alpha Bank is sponsoring the next [illegible] champion, a 12-year-old prodigy [illegible] Bryansk named Ian Nepomyashchy. Bank boss Mikhail Friedman, a chess [illegible] himself, has given Nepomyashchy a laptop computer and financed his [illegible] Spain, where the boy finished first [illegible] European Youth Championships. Other [illegible] like aluminum giant Sual [illegible] Gazprom and car manufacturer [illegible] as well as oligarchs Mikhail Khodorkovsky and Vladimir Potanin, have all [illegible] sponsored players or tournaments.

The big money still lies outside [illegible] though. Kosteniuk is sponsored [illegible] Balmain. "Most of the games in [illegible] are about prestige, not cash," she says [illegible] once you've hit a certain level at [illegible] you're good—you can start making money." The government is beginning [illegible] catch up: last fall President Vladimir [illegible] created a committee to stage a [illegible] championship tournament in the Kremlin [illegible] presidential mansion on the shore [illegible] Black Sea now hosts Russia's chess championships. "That way, when [illegible] to the West and stay in four-star [illegible] there won't be too much financial [illegible] FIDE's defenses. For fresh [illegible] Kosteniuk, that kind of luxury [illegible] become refreshingly familiar.

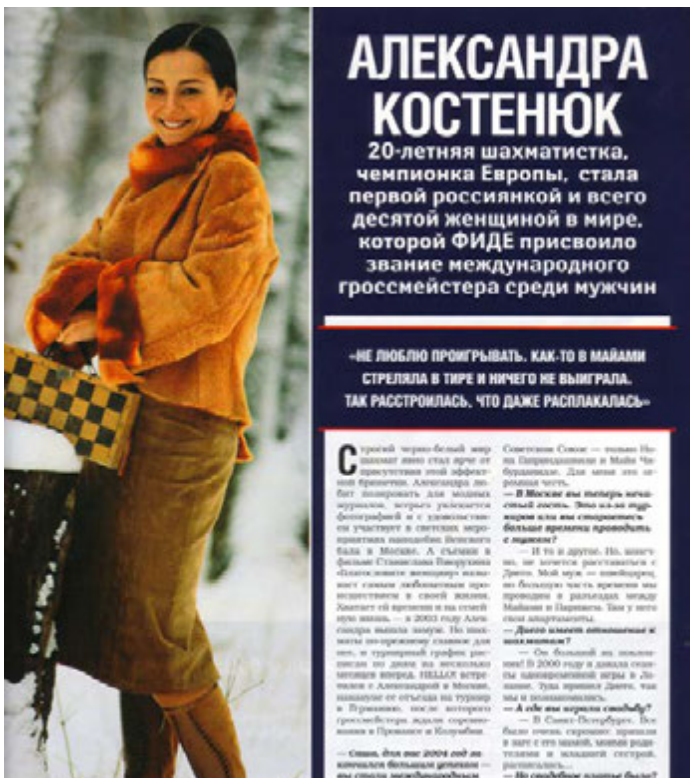
FUTURE CHAMP? Companies are eager to sponsor chess prodigies like Nepomyashchy

DOWNSHELL: Swiftie fans have proposed matches—as well as marriage

SUPERPOWER RIVALRY: American Bobby Fischer [illegible] shocked the world when he beat Spassky in 1972

www.kosteniuk.com, photo Pufichek

2003—2004



АЛЕКСАНДРА КОСТЕНЮК

20-летняя шахматистка, чемпионка Европы, стала первой россиянкой и всего десятой женщиной в мире, которой ФИДЕ присвоило звание международного гроссмейстера среди мужчин

«НЕ ЛЮБЛЮ ПРОИГРЫВАТЬ. КАК-ТО В МАЙАМИ СТРЕЛЯЛА В ТИРЕ И НИЧЕГО НЕ ВЫИГРАЛА. ТАК РАССТРОИЛАСЬ, ЧТО ДАЖЕ РАСПЛАКАЛАСЬ»

[LAB]E2E4

СПРИНТ + МАРАФОН

ШАХМАТИСТКА АЛЕКСАНДРА КОСТЕНЮК НЕ ОЧЕНЬ ВПИСЫВАЕТСЯ В ОБРАЗ МУЖСКОГО ГРОССМЕЙСТЕРА. ИРИНА СОКОЛОВА | ЖЕНЯ МИНКОВИЧ

Хрупкая, прямая и стремительная Александра Костенюк в свои 21 — вице-чемпионка мира 2001 года, чемпионка Европы 2004 года, чемпионка мира 2005 года по шахматам-дартс, чемпионка России 2005 года и десятая в истории шахмат женщина, которой покорилось звание мужского гроссмейстера — высшее звание в шахматах.
С нашей героиней мы встретились, чтобы поговорить не только и не столько о шахматах, сколько о том, что такое хорошо и что такое плохо — с точки зрения Александры.

[Я ЛЮБЛЮ]

Свою семью. Муж, папа, мама и сестра. У меня почему-то никогда не было друзей, недавно только появилась подруга. Поэтому семья для меня — это самые близкие люди. Всем, чего я достигла, и тем, кто я есть сейчас, я обязана своему папе. Это он начал со мной заниматься и был моим тренером целых 11 лет. Ради этого он оставил службу (он

России, муж — за границей. Чтобы поддерживать мой сайт, Диего освоил необходимые технические приемы, а в ходе работы увлекся фотографией.

Шахматы. Я играю уже 16 лет — большую часть своей жизни, а начала заниматься в пятилетнем возрасте. Шахматы — это справедливая игра, побеждает всегда только сильнейший.

Школу. Я ходила в школу 2 раза в неделю. Обычно дети не очень любят школу, а для меня это был праздник. Все так просто, так весело, много народу. В школе я по-настоящему отдыхала.

Тех, кто, достигнув невиданных высот, не загордился и остался нормальным человеком. Я помню Олимпиаду 2002 года. Я тогда играла за женскую сборную, а Гарри Каспаров — за мужскую. И перед последним туром он согласился мне помочь, а для меня тогда это было очень важно. Конечно, я не могу не уважать такого человека — не только как шахматиста, но и как личность. С Анатолием Карповым я, кстати, тоже общаюсь. На мой взгляд, они оба — совершенно незаурядные люди.

Побеждать. Встречается шахматный талант от природы, но это не про меня. Я скорее спортсменка, у меня очень сильная воля — к победе.

Блиц-турниры. Каждая партия по 5 минут. Есть люди, которых по характеру можно отнести к спринтерам, а есть марафонцы. Я — спринтер, не могу заниматься чем-то одним долго, устаю, мне надоедает, начинаю отвлекаться, а пять минут — это как раз мой формат. Обычно шахматный турнир идет 9–10 дней, а олимпиада — 16 дней, и каждый день ты играешь. Каждая партия — по 6–7 часов. Но если у меня есть цель, я могу стать и настоящим марафонцем. Сама удивляюсь, как мне это удается.

Играть в мужских чемпионатах. Это значительно сложнее и поэтому интереснее. Правилами это не запрещается. По сути, мужские и женские чемпионаты — это как высшая и первая лиги. Мужчины играют лучше— по крайней мере, пока. Разбирая партию, можно понять, кто играл — мужчина или женщина. У мужчин другой тип мышления, они случаях может, конечно, получиться очень красивая победа, а может — и бесславное поражение, когда вся комбинация разваливается, как карточный домик.

Театр. Последний раз была в Ленкоме — очень понравилось.

Достоевского. Прочитала всего Федора Михайловича и не устаю перечитывать. Хотя любимой книгой остается все же булгаковский роман «Мастер и Маргарита».

Японскую и итальянскую еду. Очень вкусно. В Москве часто обедаю в «Гино-таки».

[Я НЕ ЛЮБЛЮ]

Проигрывать. Если ты играешь в шахматы, ты должен быть готов проигрывать. Умом я это понимаю, но легче от этого не становится. Переживать поражения более менее спокойно я научилась совсем недавно. Стараюсь относиться к этому философски. Иногда даже получается —взрослею, наверное.

Неискренних, нечестных людей. Мне кажется, я неплохо разбираюсь в людях. Вижу, когда человек вроде улыбается тебе, а на самом деле терпеть тебя не может. Я как-то сразу вижу, можно на человека положиться или нет. Не люблю заискивающих людей, подлиз и, наоборот, тех, кто слишком высокого мнения о себе.

Людей, которые ничего не добились в жизни и ни к чему не стремятся. Моя бабушка, когда видела, сколько времени я провожу за шахматами, всегда ругала моего папу — говорила, что он лишает меня детства. Теперь она понимает, что это не так, она видит людей, у которых было «нормальное» детство, видит, как теперь они сидят на скамейке и пиво пьют, ничего в своей жизни не добившись. Для меня мое детство было настолько прекрасным, что даже ностальгия иногда охватывает.

Разговоры о том, какой сильный у меня будет соперник. Просто ненавижу это.

Критику. Дело в том, что я человек очень самокритичный. Я сама себя ругаю, а от близких я жду поддержки. Исключение — только для тренера.

Играть от защиты. Я предпочитаю атаковать. Характер, наверно. Но сейчас игра в шахматы достигла уже такого уровня, что просто необходимо быть универсальной.

Играть с компьютером. А все потому, что я ему всегда проигрываю. И у компьютера, и у меня, к сожалению, одинаковый стиль игры, только он видит практически все, а думает быстрее. А вот мой тренер, например, компьютер обыгрывает, потому что он играет позиционно, выстраивая свою собственную стратегию, а компьютер этого не умеет. Сейчас мы с тренером как раз над этим и работаем.

Играть с подругой. Единственная моя подруга — шахматистка. Для меня это большая проблема, я не могу играть с ней «до голых королей» [шахматный аналог выражения «до последней капли крови»]. Я чувствую себя не своем в своей тарелке, когда ее обыгрываю, поэтому обычный наш результат — ничья.

Планировать. Наверно, мне хватает того, что приходится многое просчитывать, сидя за шахматной доской. Единственное, что я сознательно запланировала — это дети. Собираюсь родить до 27 лет. Но как на самом деле получится, не знаю. Жизнь всегда вносит свои коррективы. После рождения детей шахматы я скорее всего оставлю, а лет в 40 надеюсь быть уже заслуженным тренером и воспитывать новых чемпионов.

Шопинг. Когда у меня все хорошо, мне это не интересно. А когда настроение плохое, то

2005—2006

“COMMENT JE CHAMPIONNE

PAR ALEXANDRA KOSTENIUK

MON PREMIER SENTIMENT LORSQUE J'AI TERMINÉ LA DERNIÈRE PARTIE DE MON DERNIER MATCH, ET OBTENU LE TITRE, LE 17 SEPTEMBRE, À NALCHIK, ÉTAIT INCROYABLE. J'ÉTAIS AU BORD DES LARMES. JE ME SENTAIS SI FATIGUÉE, ET CETTE DERNIÈRE PARTIE AVAIT ÉTÉ SI COMPLIQUÉE...

En réalité, c'est tout ce tournoi qui fut très dur. Mon mari m'a dit que j'avais reçu des tonnes d'e-mails, et que des gens se demandaient : « Comment peut-elle être fatiguée ? » C'est si simple, si facile... Seuls ceux qui sont connectés avec les échecs peuvent comprendre combien il est dur de tenir son jeu jusqu'au bout avec un tel stress. D'autres ont cru que cela avait été facile. Ce qui est sûr, c'est que je suis ressortie amaigrie de ce championnat. Il y a sept ans, j'avais déjà joué une finale de championnat du monde, à Moscou. Je pesais 55 kilos au début du tournoi et j'en avais perdu 5 à la fin. Cette fois, en arrivant à Nalchik, je pesais 52 kilos. Mais, au retour, j'ai refusé de monter sur la balance, de peur de voir s'afficher mon poids. Je n'étais encore jamais passée sous les 50 kilos... Cette fois, je vais me concentrer sur un nouveau challenge : revenir en forme en mangeant correctement.

À tous les enfants du monde

Cela fait près de 20 ans que je joue aux échecs. Aujourd'hui, je sais que ce n'était pas en vain. Quoi qu'il puisse arriver, mon nom restera gravé dans les livres d'histoire. Je suis devenue la 12e championne

• ДНЕВНИК НЕДЕЛИ • ДНЕВНИК НЕДЕЛИ • ДНЕВНИК НЕДЕЛИ • ДНЕ

HELLO!

НОМЕР 16(161), АПРЕЛЬ 17, 2007

АЛЕКСАНДРА КОСТЕНЮК СКОРО СТАНЕТ МАМОЙ

Александра Костенюк — самая известная в мире женщина-шахматистка. В 14 лет ей удалось стать международным гроссмейстером среди женщин, а в 20 — и среди мужчин. Скоро в жизни знаменитой шахматистки произойдет еще одно важное событие — она станет мамой. Сейчас Александра вместе с мужем, менеджером Диего Гарсесом, живет в Майами, где у них дом. «В Майами круглый год стоит прекрасная погода — лучшего места для ребенка не придумаешь», — считает Саша. Несмотря на беременность, Александра продолжает вести активный образ жизни: она дает мастер-классы для детей и по-прежнему участвует в соревнованиях. Недавно в Москве Костенюк открыла шахматную школу для самых маленьких. «Сейчас ею руководит моя мама, — говорит шахматистка. — Надеюсь открыть еще одну на Западе, возможно, в Майами. После рождения дочки,

Ю. СТОЯНОВ чем опасны для экономики... комары 3

Т. ГОЛИКОВА сулит пенсионерам много денег 7

«НОБЕЛЕВКА» на что годны научные открытия? 69

А. ДЖИГАРХАНЯН долгий путь на землю предков 71

А. КОСТЕНЮК сколько стоит королева шахмат? 67

Королева Александра Первая

Женская версия шахматной короны - наша!

ОБЫГРАВ китайскую гроссмейстершу Хоу Ифань, Александра КОСТЕНЮК стала 12-й по счёту шахматной королевой. Таким образом, после 17-летнего отсутствия шахматная корона вновь вернулась в нашу страну.

Допинг хронической усталости...

- АЛЕКСАНДРА, вы достаточно долго шли к чемпионскому титулу. Сказался ли на вашей победе тот факт, что вы стали мамой?

- После того как я родила ребёнка, у меня действительно появилась дополнительная мотивировка стать чемпионом мира. Хотя я чётко разграничиваю сферы своих интересов. Шахматная жизнь для меня важна, но я стала мамой, и это сейчас самое главное.

- Можно ли сказать, что вы играли под воздействием материнского допинга?

- Не знаю, можно ли усталость, хроническое недосыпание связывать со стимулирующим моментом... Почти все чемпионки сначала завоёвы-

африканцам не так нужны. Если в какой-то стране наш вид спорта непопулярен, то зачем надеяться на то, что там вдруг появятся великие гроссмейстеры? Вы меня никак не склоните к разговору о расовой предрасположенности к умственной или какой-то другой человеческой деятельности. Согласно исследованиям учёных, у людей больше общего, чем различий, а отличаемся мы друг от друга на генном уровне миллионными долями процента.

- На сколько ходов вперёд должен видеть шахматист?

- Всё зависит от позиции. Можно даже видеть на один ход, и этого будет достаточно. Чем меньше фигур на доске, тем дальше расчёт.

- А политик в своей деятельности сколько ходов вперёд должен просчитать? Например, Саакашвили?

- Вон куда вы завели беседу... Для меня удивительно то, что при высочайшем уровне цивилизации, всей нашей «продвинутости», накопленном веками гуманитарном и культурном багаже, негативном опыте всех мировых войн люди продолжают убивать себе подобных. И это дейс-

РЕЙТИНГ

Самые крупные призовые в истории шахматных поединков

5 млн. долл.
Фишер - Спасский, 1992 г.

4,1 млн. долл.
Карпов - Каспаров, 1990 г.

2,2 млн. долл.
Крамник - Ананд, 2008 г.

2 млн. долл.

SPORT WEEK

2007—2008

LA REINA DEL Ajedrez

Se la conoce como “la Kournikova del ajedrez”. Pero Alexandra Kosteniuk, al contrario que su compatriota tenista y modelo, es campeona del mundo. Esta rusa de 24 años ha agitado el mundo de un deporte muy cerebral. Por *Leontxo García.*

El Mundial femenino ha tenido una sede rara: Nálchik, capital de la república autónoma rusa de Kabardino-Balkaria, a un centenar de kilómetros de tres regiones peligrosas: Chechenia, Ingusetia y Osetia, lo que ha ahuyentado a muchos periodistas no rusos. Sin embargo, Kosteniuk habla por teléfono con *The New York Times* un par de horas después de ganar la corona, y a continuación recibe en su hotel a *El País Semanal;* su triunfo origina un interés mediático inaudito en el ajedrez femenino. Al día

Коммерсантъ

www.kommersant.ru | Коммерсантъ | Четверг 18 сентября 2008 №168

спорт

ШАХМАТЫ

Александра Костенюк послала Китай в нокаут

и стала первой российской чемпионкой мира

Александра Костенюк вчера завоевала звание чемпионки мира по шахматам. Мировое первенство в Нальчике 24-летняя шахматистка выиграла с подавляющим преимуществом. На равных бороться с ней не смогла даже ее соперница по финалу феноменальная китаянка Хоу Ифань.

Вчера, сделав ничью в четвертой, заключительной, партии финального матча мирового первенства по нокаут-системе, Александра Костенюк выиграла поединок у Хоу Ифань со счетом 2,5:1,5 и вошла в историю. Она стала первой в России чемпионкой мира по шахматам и прервала гегемонию китаянок, которые в нынешнем сто-

The New York Times

VOL. CLVIII . . No. 54,440 SUNDAY, SEPTEMBER 21, 2008 $5.00

CHESS

Fashion Model and Grandmaster, and Now World Champion

By DYLAN LOEB McCLAIN

Alexandra Kosteniuk can no longer be called the Anna Kournikova of chess.

For years, Kournikova, the tennis player, was more noted for her looks than her accomplishments on the court. Although she won two women's grand slam doubles titles, she never won a singles championship.

Like Kournikova, the 24-year-old Kosteniuk, a Russian grandmaster, has traded on her looks, modeling for fashion magazines like the European editions of

СПОРТ ЭКСПРЕСС

Газета издается с 14 августа 1991 года • WWW.SPORT-EXPRESS.RU 2008 год • № 242 (4822)

ЦАМ

Собеседницей корреспондентов «СЭ» была чемпионка мира по шахматам Александра Костенюк

46 БРИЛЛИАНТОВ ДЛЯ Саши КОСТЕНЮК

Юрий ГОЛЫШАК, Александр КРУЖКОВ

У нее удивительные глаза. От таких было не оторваться в течение всего часа с лишним, что мы разговаривали в редакции «СЭ».

Обычно шахматистки после замужества и рождения ребенка в профессиональном смысле теряются. Играют хуже от матча к матчу - и заканчивают с шахматами вовсе. У Костенюк все наоборот. Родила - и стала чемпионкой мира. Двенадцатой по счету.

ДВЕ ТЕЛЕГРАММЫ

- За последнее время вы дали сотню интервью. Самый дурацкий вопрос, который слышали?

- «Когда научились играть в шахматы?» Я считаю, если человек идет брать интервью, он может хоть чуть-чуть подготовиться.

- Мы долго готовились к встрече. И спрашивать об этом не станем.

- Вот и славно. Тем более везде написано, что я начала играть в пять лет. Когда слышу этот вопрос в очередной раз, думаю про себя: «Ой!»

- А какой вопрос особенно озадачил?

- После чемпионата мира давала интервью, и вдруг журналист начал сыпать политическими вопросами. Почему-то сразу пропало желание разговаривать. Поняла: у человека что-то свое на уме, что-бы я ни сказала, он переврет эти слова, напишет на свой лад.

- Про Грузию расспрашивали?

- Вот-вот, про Грузию. Но мне не нравится любой вопрос, касающийся политики. Становится неуютно.

- Однажды ваш добрый знакомый Станислав Говорухин отказался играть против Виктора Корчного - потому что тот прилюдно оскорбил Бобби Фишера. У вас есть люди, с которыми никогда не сядете играть?

- Нет. К тому же сейчас такое запрещено правилами ФИДЕ: попробуй отказаться играть, пожмешь руку... Если считаешь, что кто-то неправильно себя повел, - лучше всего сядь и обыграй его. Хоть это правило не для меня.

- Почему?

- Если человек чем-то не нравится - я плохо против него играю. Навручиваю себя, искорежение мысли мешают. Я не тот, кому нужно разозлиться, чтобы победить. Наоборот, должна быть спокойна внутри.

- Вы сказали: «не пожать руку». Был ведь случай - вам не пожал то ли Карпов, то ли Каспаров...

- Карпов мне не пожал, когда проиграл. Но если не пожимают после партии - это ерунда, не обращаешь внимания. В пылу борьбы человек, бывает, расстроен настолько, что ничего вокруг не видит. Главное - соблюсти ритуал перед первым ходом. Недавно был большой скандал на турнире в Вейк-ан-Зее: Чепаринов не подал руки Шорту. Вот после этого эпизода ФИДЕ внесла поправку в правила: рукопожатие до партии обязательно.

- Вас может вывести из себя любая мелочь?

- Меня очень легко вывести из себя! Я такая вспыльчивая! Одна фраза способна испортить настроение. Стараюсь работать над собой, не переломить характер сложно.

- Последняя ерунда, которая вывела из себя?

- В Пекине на Всемирных интеллектуальных играх меня одолевали вопросами, почему на турнир не прислала мужская сборная. Пыталась объяснить снова и снова, но под конец вопросы стали выводить из себя. Люди даже замечали: «Как-то вы очень нервно воспринимаете...» Конечно, нервно!

- С президентом Медведевым встречались? Или до вас дошла только телеграмма?

- Две телеграммы. Одна от Медведева, другая - от Путина.

- В квартиру с утра стучался почтальон - и вы расписывались за правительственную телеграмму?

- Я еще была в Нальчике, когда поздравил Медведев. Поэтому почтальон приходил в гостиницу. А телеграмма от Путина поступила в Российскую шахматную федерацию. Мне позвонил исполнительный директор, зачитал: «От Путина!» - «Ой, в самом деле? Спасибо. Заеду, возьму». Мы недавно переехали в новую квартиру, занялись ремонтом, и я заказала специальный шкаф для медалей. С такой витриной. Все завоеванное хранится там, подсвечивается. Эти телеграммы тоже будут лежать там.

Окончание - стр. 16

HIGH LIFE
знай наших

VOGUE

Vogue Russia 9-2009

Русский гамбит

К своим 24 годам москвичка Александра Костенюк успела сыграть в кино, стать чемпионкой мира по шахматам, молодой матерью и жительницей Майами. При этом сама она считает, что у нее все еще впереди.

Игра в шахматы – это круто». Так говорит Александра Костенюк. Чемпионка мира по шахматам и лицо мощного бренда Zimaletto. Автор бестселлера «Как стать гроссмейстером в 14 лет» и актриса, сыгравшая роль в фильме Станислава Говорухина «Благословите женщину». Еще про нее известно, что она родилась в Перми, а теперь живет в Майами. Одним словом, это фигура, с которой хочется разобраться.

Вот она входит в фотостудию: молодая восточная девушка, одетая, как эстеритка, только не русская, а американская, – в джинсы и свитер Ralph Lauren «с воздухом». Говорит тихо, вдумчиво. Оживляется, когда речь заходит о доче. Той два года, и ее назвали в честь бабушки Французской Марией. Это мама мужа, а муж – гражданин Швейцарии, полумексиканец по происхождению Диего Гарсес. Он вдвое старше Костенюк и ведет все ее дела. Они живут на три дома – Москва, Париж, Майами.

«Я стала известной за несколько месяцев матчевого марша, когда в 2001 году Международная шахматная федерация решила обновить имидж и сделать меня лицом »

2007—2008

LA REINA DEL Ajedrez

Se la conoce como "la Kournikova del ajedrez". Pero Alexandra Kosteniuk, al contrario que su compatriota tenista y modelo, es campeona del mundo. Esta rusa de 24 años ha agitado el mundo de un deporte muy cerebral. Por *Leontxo García.*

El Mundial femenino ha tenido una sede rara: Nálchik, capital de la república autónoma rusa de Kabardino-Balkaria, a un centenar de kilómetros de tres regiones peligrosas: Chechenia, Ingusetia y Osetia, lo que ha ahuyentado a muchos periodistas no rusos. Sin embargo, Kosteniuk habla por teléfono con *The New York Times* un par de horas después de ganar la corona, y a continuación recibe en su hotel a *El País Semanal;* su triunfo origina un interés mediático inaudito en el ajedrez femenino. Al día

СПОРТ

международным гроссмейстером. Играть в шахматы стало для нее так же естественно, как и дышать. Первые победы принесли азарт и вкус к триумфу, а поражения часто заканчивались девичьими истериками и рыданиями в голос. В многочисленных интервью она повторяет, что «не фанатеет» от шахмат, ведь в мире есть еще так много интересного.

Ее любимые писатели Достоевский и Булгаков. Она говорит по-английски без славянского акцента, проглатывая окончания, как это позволяют себе жители Южной Англии, выучила французский язык, чтобы общаться со своим мужем швейцарцем. Еще она пишет любовную лирику, штудирует книги по психологии, бегает десятикилометровые кроссы, плавает в бассейне. К этому еще надо добавить постоянные фотосессии для ведущих модных журналов.

Вех «пиара». Александра прекрасно понимает эту важную часть своей работы и занимается ею спокойно, будто разбирает на доске заковыристый гамбит. Тут надо сказать, что она потрясающе фотогенична. Костенюк стильно смотрится и в нарядах casual от восходящих звезд дизайна, и в вечерних платьях от мэтров моды. Визажисты стремятся сделать из нее роковую красавицу, а фотографы неймется показать ее сенсуальность, и они выбирают позы, более подходящие для супермоделей, нежели для гроссмейстера. Впрочем, ее взгляд растапливает всю эту глянцевую карамель. Взгляд человека, способного видеть, как шахматные фигуры самостоятельно двигаются на поле боя, повинуясь ее воле и желаниям. Влиятельные шахматные издания мира уже давно испуганно голосят, что в таком стиле не играла ни одна женщина-гроссмейстер.

Вот здесь хочется задать вопрос: сможет ли женщина играть за чемпионское звание наравне с мужчиной? Сама Саша так отвечает на это: «Мужчины думают быстрее. А женщины играют тактически, то есть выбирают наилучший ход из известного им набора комбинаций, однако им свойственны и совершенно нестандартные решения на грани эмоционального риска. Это заканчивается либо блистательной победой, либо катастрофой».

Сейчас если кто и может биться на равных с Гатой Камски, Вишванатаном Анандом и Владимиром Крамником, так это только Александра Костенюк. Это понял еще чемпион мира Анатолий Карпов лет десять назад. Тогда он страшно перенервничал, играя с девочкой. И хотя выиграл сеанс со счетом 3:1, был так подавлен, что покинул зал с мрачным лицом, даже не пожав сопернице руку, как того предписывает шахматный этикет.

Тренер Александры гроссмейстер Юрий Разуваев считает, что риск – это естественное состояние спортсменки. И в этом отношении Саша не уступа-

даровав ему жизнь.

Александра Костенюк занимается теорией средневекового боя. Она – шахматный гроссмейстер, более того – чемпионка мира среди женщин 2008 года. За свои двадцать четыре года она уже успела побывать вице-чемпионкой мира в 2001 году, чемпионкой Европы – в 2004-м. В этом же году она становится 10-й женщиной в истории, получившей от консервативной «маскулинной» Федерации звание международного гроссмейстера среди мужчин. Через два года она уже чемпионка мира в «случайных шахматах», а вот теперь, сокрушив боевые порядки феноменальной девочки-гроссмейстера Хоу Ифань, стала первой российской шахматной королевой.

Ее «канцлером», или, выражаясь современным языком, продюсером и промоутером выступает отец Константин Костенюк – офицер Советской армии, таланты которого генералов ВВС совершенно не интересовали. Таких людей в постперестроечной России оказалось изрядное количество. Они сделали ставку на единственный капитал, имевшийся

Королева ставит на пешек

Чемпионке мира по шахматам среди женщин вполне по силам обыграть чемпиона мира среди другой половины человечества. Все дело в том, что королева не желает бить короля.

DOSSIER ÉCHECS & INTERNET

EUROPE ÉCHECS

Alexandra Kosteniuk sur le site inca de Machu Picchu, où elle affronta en blitz la championne du monde des moins de 16 ans, Deyci Ceti. Ici 23 mai. Ce duel en haute altitude (2 350 mètres d'altitude) fut retransmis en direct par la télévision péruvienne. Son impact fut mondial grâce à Internet.

INTERNET ET LA RÉVOLUTION TWITTER

PAR ALEXANDRA KOSTENIUK

Les ordinateurs et Internet ont changé notre vie. Pas seulement celle des grandes entreprises, mais aussi la vie de tout le monde, et surtout celle des joueurs d'échecs. Je vais vous raconter comment ils ont changé la mienne. 2001 fut l'année où ma vie de joueuse d'échecs professionnelle prit un coup d'accélérateur radical. À 17 ans, j'étais parvenue en finale du championnat du monde, à Moscou. C'était tout à fait inattendu et un nombre incroyable de personnes voulait avoir des nouvelles. C'est justement pendant ce championnat du monde que j'ai inauguré mon premier site : www.kosteniuk.com. Je pouvais informer mes fans de mes parties et de mes résultats. Je recevais plus de 1 000 visiteurs par jour et des centaines d'e-mails d'encouragement du monde entier. Cela me donnait plus d'énergie !

Un challenge excitant

Ensuite, au cours des années, les internautes sont devenus de plus en plus spécialistes. Ils demandent toujours plus. Les joueurs d'échecs veulent pouvoir s'adonner à leur jeu préféré partout, en faisant du fitness avec leur iPod dans la poche, en regardant des vidéos éducatives, en jouant ou en kibbitzant des parties en ligne. J'ai donc répondu à ces attentes en créant des podcasts audio (chessicast.com) et vidéo (chessklicktips.com), qui sont devenus et restent des leaders dans leurs catégories. Mais les tendances évoluent tout le temps. C'est un challenge excitant que de répondre à toutes les nouvelles demandes. Un site de photos (chesspics.com) et deux sites consacrés à la vidéo en ligne (chessmovies.com et rubechess.com) ont suivi tout naturellement, ainsi qu'un blog (chessblog.com). Ils continuent à attirer de plus en plus de monde.

© Reine des échecs

Mais le développement le plus significatif, pour la plupart des gens, c'est l'explosion des « réseaux sociaux ». Ils permettent à chacun de créer un compte individuel, et de rester en contact permanent avec ses amis. Ils permettent aussi de s'intégrer à une communauté et d'entrer en connexion avec de « nouveaux amis », avec lesquels vous partagez les mêmes intérêts. Les plus grands sites sociaux actuels sont Facebook, YouTube et aujourd'hui Twitter. Si vous êtes sérieux et que vous avez quelque chose à partager avec vos amis, ou envie de le diffuser à tout le monde, vous devez y être ! L'une des étapes les plus importantes fut de créer mon «nickname», c'est-à-dire mon pseudonyme en ligne. J'ai choisi « chessqueen », « la reine des échecs ». C'est maintenant une marque déposée qui m'appartient. Je peux l'utiliser partout, bien entendu sur mon site www.chessqueen.com, et surtout sur tous les réseaux sociaux. Cet identifiant unique permet aux gens de me trouver plus facilement dans cet univers si vaste d'Internet.

Information en temps réel

Twitter compte aujourd'hui plus de 100 millions de membres. C'est moins que les 400 millions et plus de Facebook, mais nettement plus que les 50 millions de membres sur YouTube. Je pense d'ailleurs que Twitter est la dernière vraie révolution. C'est un site spécialisé dans le «micro-blogging», c'est-à-dire des messages écrits avec moins de 140 caractères.

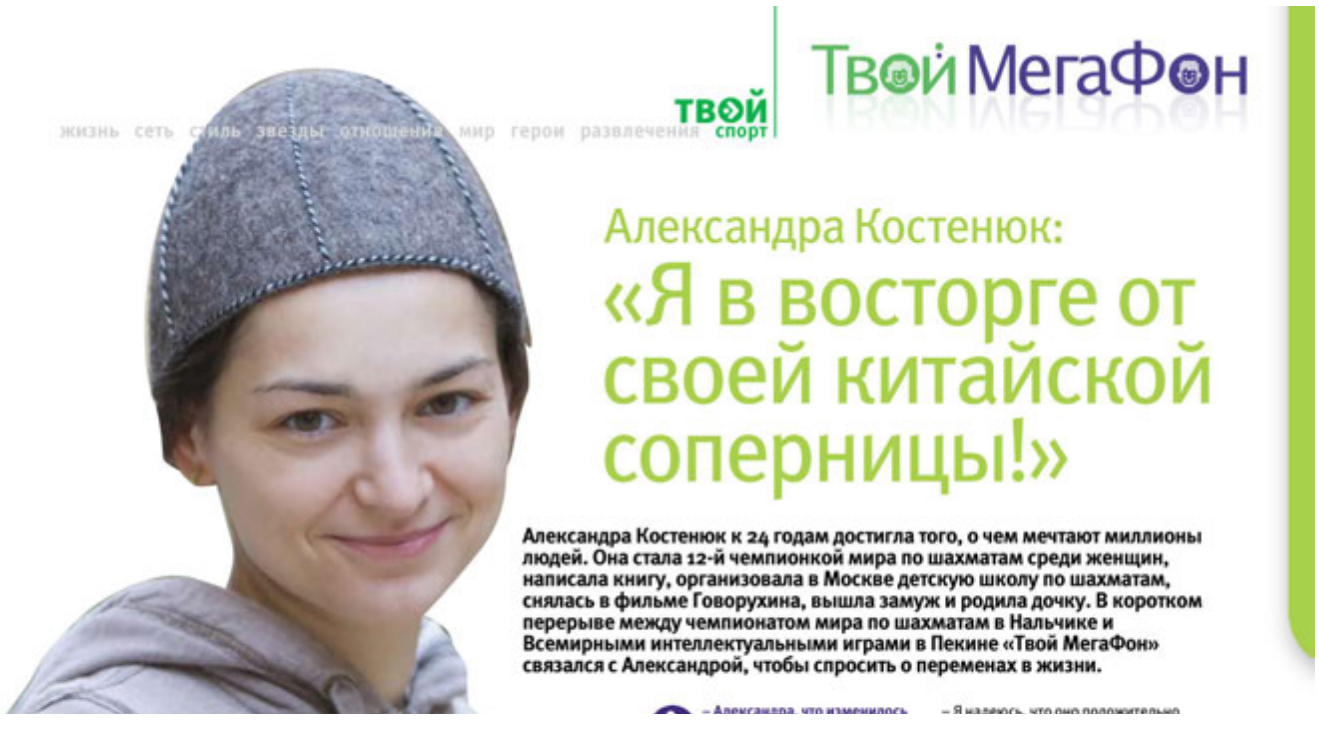
Information instantanée sur Twitter : la "reine des échecs" annonce à ses 70 000 "followers" qu'elle écrit un article pour Europe Échecs.

On peut être sûr que des milliers de gens, partout dans le monde, envoient des "tweets" à chaque seconde. Ce qui est merveilleux, c'est que Twitter est devenu un moteur de recherche, et c'est le plus rapide qui soit ! Si quelque chose se passe, vous le saurez d'abord sur Twitter, en "suivant" les gens qui vous intéressent. J'ai maintenant plus de 70 000 "followers" sur mon compte www.twitter.com/chessqueen. Ils reçoivent immédiatement mes "tweets" dès que je les envoie. Vous pouvez également placer les mots clés qui vous intéressent dans la "search box", la boîte de recherche en temps réel, par exemple "chess" ou "Anand" pendant le match de Sofia. Si vous êtes en déplacement et que vous avez seulement avec vous votre iPhone, c'est sur Twitter que vous trouverez le plus rapidement possible les nouvelles dont vous avez besoin : quand commence la partie ? Quel est le lien pour la retransmission en direct ? Qui a l'avantage ? Et finalement qui a gagné ?

Tous sur Twitter !

Il y a maintenant de très forts joueurs sur Twitter, comme Hikaru Nakamura (son pseudo est « gm1hikaru ») et Natalia Pogonina (« pogonina »). On retrouve aussi des milliers d'amoureux des échecs qui ont des nicks bien spécifiques comme « DrCheckmate », « hiphopchess », « ChessTweets », « Chessicom », « chessjolly », « ChessPuzzle », « lovechess », etc. L'omniprésent ChessBase a aussi son compte Twitter. C'est là où tout se passe ! Il n'est pas trop tard pour vous créer une identité échiquéenne bien à vous sur le web et partager votre amour pour notre noble jeu avec le monde entier. Avec Twitter, c'est cool ! ■

2009—2010



ТВОЙ спорт

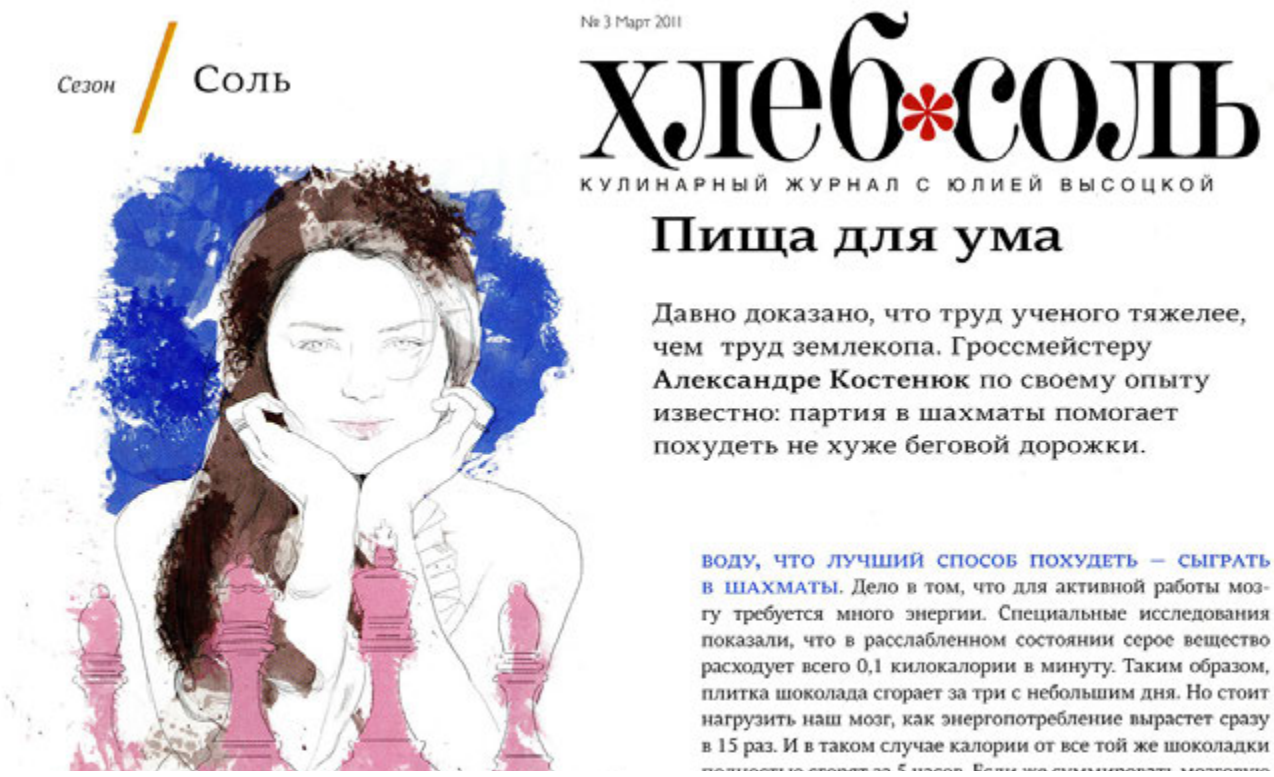
ТвойМегаФон

жизнь сеть стиль звезды отношения мир герои развлечения

Александра Костенюк:

«Я в восторге от своей китайской соперницы!»

Александра Костенюк к 24 годам достигла того, о чем мечтают миллионы людей. Она стала 12-й чемпионкой мира по шахматам среди женщин, написала книгу, организовала в Москве детскую школу по шахматам, снялась в фильме Говорухина, вышла замуж и родила дочку. В коротком перерыве между чемпионатом мира по шахматам в Нальчике и Всемирными интеллектуальными играми в Пекине «Твой МегаФон» связался с Александрой, чтобы спросить о переменах в жизни.



Сезон / Соль

№ 3 Март 2011

хлеб•соль

КУЛИНАРНЫЙ ЖУРНАЛ С ЮЛИЕЙ ВЫСОЦКОЙ

Пища для ума

Давно доказано, что труд ученого тяжелее, чем труд землекопа. Гроссмейстеру **Александре Костенюк** по своему опыту известно: партия в шахматы помогает похудеть не хуже беговой дорожки.

ВОДУ, ЧТО ЛУЧШИЙ СПОСОБ ПОХУДЕТЬ – СЫГРАТЬ В ШАХМАТЫ. Дело в том, что для активной работы мозгу требуется много энергии. Специальные исследования показали, что в расслабленном состоянии серое вещество расходует всего 0,1 килокалории в минуту. Таким образом, плитка шоколада сгорает за три с небольшим дня. Но стоит нагрузить наш мозг, как энергопотребление вырастет сразу в 15 раз. И в таком случае калории от все той же шоколадки

Содержание

Sparkler

26

ШАХМАТНАЯ КОРОЛЕВА

Любимая шахматная фигура Александры Костенюк — пешка. «Этот маленький незаметный воин, усердно выполняющий свои обязанности, движим мечтой. Ведь каждая пешка хочет рано или поздно стать ферзем. И иногда эта мечта сбывается»...

50

НА ИГРЕ

Игра — иллюзорный мир, уводящий от действительности, или всего лишь способ получить новые яркие впечатления? Так или иначе, она затягивает. Самые заядлые игроки города, ушедшие в омут с головой, рассказали

LIGHT! CAMERA! ACTION!

SPARKLER-КРАСОТА

ПРОЕКТ ВЕДОМОСТИ Как потратить

Громкие дать имена

Часовщики давно поняли, что звезды спортивных арен, модных подиумов, кино и эстрады – идеальные пер формирования имиджа брендов. Новый этап сотрудничества компаний и звезд – именные часы для "посла В этом году появилось сразу несколько моделей часов, носящих имена великих спортсменов.

Текст: Александр Губский

Александра Костенюк

Как возникла идея шахматных карманных часов, почему вы согласи нить на них свое имя?

А.К. Так как большая часть моей жизни так или иначе связана с ш я люблю окружать себя красивыми "шахматными" вещами. Я коллек красивые шахматы, ювелирные украшения, фарфоровые статуэтки с шахматной тематикой. Когда [учредитель часовой марки Ganglj] п Паскаль Гандже предложил мне создать эксклюзивные и элегантны часы с циферблатом шахматных часов, я с радостью согласилась.

Какое участие вы принимали в создании и доработке часов?

А.К. Мы встречались несколько раз с господином Паскалем Гандже вал ему о возможных вариантах шахматных часов, устройстве ци и фламмов. Из предложенных мной вариантов господин Паск тот, который больше всего подходил к дизайну часо своей выставки в Женеве [в январе этого года] ло много новых идей для будущего: несколь подобная комбинация карманных и шахм была сделана впервые, так что существу го пространства для творчества в дизай кальных часов.

Пользуетесь вы этими часами?

А.К. Шахматные часы в том или ином ви да с собой, так что в партии в шахматы я м

Лионель Месси

Почему вы согласились стать "послом" часовой марки Audemars Piguet?

А.М. Потому что мы с компанией Audemars Piguet думаем одинаково: Audemars Piguet – это семейная компания, и я то же представляю свою семью (семейную компанию Leo Messi Management) возглавляет его дядя. – "KZ"). Но я пока не кол лекционер часов, хотя их у меня все больше и больше.

Какое участие в создании часов принимали вы, почему была выбрана именно модель с хронографом?

А.М. Оливиер [Гарсия, главный дизайнер Audemars Piguet] представил мне разные идеи, и мы вместе решали, как будет лучше. Например, договорились увеличить диаметр модели с первоначальных 39 мм до 41 мм. Хронограф был выбран потому, что это спортивная функция, и ассоциации однозначны. От создания первых рисунков до прототипа прошло девять месяцев.

Пользуетесь вы этими часами?

А.М. Да. Всего будет выпущено 1000 экземпляров часов в трех разных вариантах – в стальном корпусе, в корпусе из розового золота и из платины. У меня – из розового золота.

14 КАК ПОТРАТИТЬ

2011—2012

Fashion

Chess Life

Dress Like a Grandmaster

Revenge of the Nerds, *meet* The Devil Wears Prada—*now mate and be fruitful.*

By NELLY ROSARIO

«Hart zu arbeiten, ist meine grösste Stärke»

SCHACH Alexandra Kosteniuk ist die erste Frau, die eine Schweizer Meisterschaft bei den Männern gewonnen hat. Die 29 Jahre alte russisch-schweizerische Doppelbürgerin wirbt für das königliche Spiel. Die Ex-Weltmeisterin verrät, weshalb sie sich nach einer Niederlage nicht mit einem Glas Rotwein tröstet.

Zum ersten Mal in der 113-jährigen Geschichte der Schweizer Schachmeisterschaften hat eine Frau das Männer-Titelturnier gewonnen. Gratulation, Alexandra Kosteniuk! Wie fühlen Sie sich als «Männermeister»?
Alexandra Kosteniuk: Ich bin glücklich, dass ich sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen das Titelturnier gewonnen habe. Und dass ich Schweizer Schachgeschichte schreiben konnte. Ich hoffe, dass es viele Mädchen inspirieren wird. Schach ist ein cooles Spiel, und es lohnt sich, es auszuprobieren. Ein Mädchen kann jeden Mann besiegen – es muss einfach besser spielen als er.

Sind die Chancen zwischen Frauen und Männern im Schach gleich?
Theoretisch ja. Auf internationalem Topniveau braucht man eine Menge Stehvermögen und muss gut vorbereitet sein. Wer Schach-

Die Dame im königlichen Spiel: Alexandra Kosteniuk hielt die Männer an der Schweizer Meisterschaft in Grächen in Schach.

Beschreiben Sie uns einen Trainingstag im Hause Kosteniuk.
Wenn ich nicht an einem Turnier bin, beginne ich den Tag mit Sport. Ich jogge 5 bis 10 Kilometer, dann trainiere ich 2 bis 3 Stunden Schach. Nach dem Mittagessen betreibe ich erneut Sport, Tennis oder Schwimmen zum Beispiel. Es ist wichtig, in einer guten körperlichen Verfassung zu sein – so kann ich gut Schach spielen.

Spielt Ihre 6 Jahre alte Tochter Francesca auch Schach?
Ja, sie liebt es, Schach zu spielen, und nahm bereits an verschiedenen Kinderturnieren teil. Ich spiele mit ihr nur, wenn sie Lust dazu hat. Aber ich hoffe natürlich schon, dass ich mit ihr gemeinsam ein Turnier bestreiten kann – vielleicht einmal die Schweizer Meisterschaften.

Wie hat Ihnen Schach im Leben geholfen?
Je härter du im Schach arbeitest, desto grösser ist der Erfolg. Arbeit und Resultat stehen im direkten Zusammenhang. Das ist auch beim Erlernen einer Fremdsprache so. Ich lernte Französisch, indem ich französische Lieder hörte und sie Wort für Wort zu verstehen versuchte – so wie ich im Schach Zug für Zug analysiere. Nach ein paar Hundert Chancen stellte ich

Президент Росс

УКАЗ

ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

О награждении государственными наградами Российской Федерации

За заслуги в развитии физической культуры и спорта и многолетнюю добросовестную работу наградить:

МЕДАЛЬЮ ОРДЕНА "ЗА ЗАСЛУГИ ПЕРЕД ОТЕЧЕСТВОМ" II СТЕПЕНИ

КОСТЕНЮК Александру Константиновну - спортсмена-инструктора по шахматам федерального государственного учреждения "Центр спортивной подготовки сборных команд России", город Москва

КАНЦЕЛЯРИЯ Президент Российской Федерации Д.Медведев

Москва, Кремль
8 апреля 2009 года
№ 366

2013—2014

osmo интервью

результата: в этой конкретной войне за шахматным столом я – победитель. Правда, чтобы чего-то достичь, выиграть одну партию недостаточно – и в шахматах, и в жизни. Приходится брать и выигрывать весь турнир.

С А посещают тебя во время игры посторонние мысли? Вдруг у мужчины-противника рубашка не отглажена – ты заметишь?

АК Я жена и ответственная мама, я не концентрируюсь на чужих рубашках. Нужно уметь сосредоточиться на игре. Бывает, мне вспоминаются обрывки мелодий и разговоров, отпечатывается поведение противника. Но чаще партия так увлекает, что внешний мир исчезает, и я полностью погружаюсь в борьбу. А спустя, оказывается, пять часов возвращаюсь в реальность. Со щитом или на щите.

С Сколько же времени ты проводишь каждый день за доской, чтобы возвращаться со щитом?

АК У меня нет норматива. Да и дисциплину уже соблюдаю не так строго, как раньше: хочется больше бывать с семьей. Но я считаю себя профессионалом, а это предполагает 4-6 часов занятий в обычные дни и 6-8 часов – во время сборов. Если много переездов, я прогуливаю. Голове тоже необходимо отдыхать. Хотя бы иногда.

С И вот тогда удается расслабиться и посмотреть сезон-другой любимого сериала?

АК В моем ежедневнике подобные мероприятия обозначены как "ничегонеделание". И они случаются со мной все чаще. Вообще я настоящий фанат спорта и голосую за активный отдых: плаваю, играю в теннис, участвовала в нескольких 5-километровых забегах в США и мечтаю пробежать марафон. До рождения дочери мне было сложно представить себя в кресле да с книжкой. Но сейчас день, полный домашних дел, вполне сопоставим с интенсивной кардиотренировкой, а потому я легко вижу себя сидящей и медитирующей на берегу озера.

Что касается сериалов, то долгоиграющий американский "Закон и порядок" – моя давняя слабость: сериал-другой про полицейских я баловалась, даже будучи беременной.

С А маникюр и массаж?

АК С удовольствием отдаю себя в руки профессионалов: люблю пробовать новые процедуры и примерять свежие образы. Для меня особенно важно хорошо выглядеть во время турниров: как человека публичного меня часто фотографируют. Кроме того, общая ухоженность придает уверенности, а значит, и сил для борьбы. Еще в этом помогает удачный шопинг. Я не шопоголик. Бывает, покупкой приятной вещицы в хорошем магазине я снимаю стресс. Но основную массу покупок я все же делаю онлайн и, как правило, в Америке, где живет моя семья.

С У тебя большой гардероб?

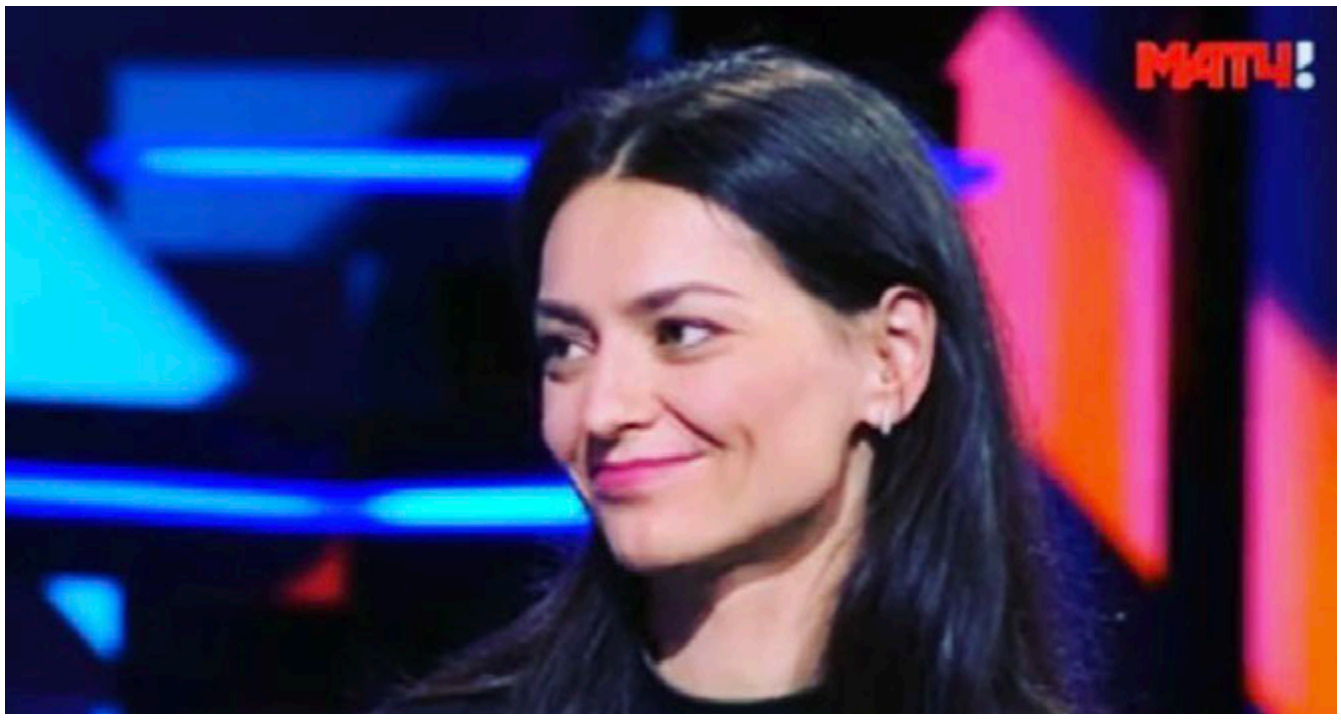
Так как я живу на три страны (Саша часто бывает еще и в Швейцарии, откуда родом ее муж. – *Прим. ред.*), моя гардеробная – это необъятный красный чемодан, в который можно вместить лишь треть моей одежды. О размере моего багажа ходят легенды, потому что появляться на людях два раза в одном и том же наряде не в моих правилах. Иногда передо мной стоит дилемма: взять любимую шахматную доску или же упаковать еще парочку платьев? Коллеги шутят, что двухнедельные турниры были придуманы специально для того, чтобы Саша смогла продемонстрировать все свои луки. Но я искренне недоумеваю, как может девушка, отправляясь куда-то недели на две, иметь при себе лишь один крохотный клатч, да у меня одна косметичка таких размеров!

С И чего же в твоем чемодане-гардеробной больше всего?

АК Удобной и качественной одежды, которая не слишком строга, но выглядит элегантно. А все неудобное остается на вешалке.

С Тебе нравится путешествовать?

АК Профессия шахматиста связана с постоянными переездами, поэтому разъезды у меня, как правило, продиктованы рабочей необходимостью. Перемена мест вполне по мне, но в последнее время в поездках скучается по дому, мужу и дочке. Поэтому отпуск

О РАЗМЕРЕ МОЕГО ГАРДЕРОБА ХОДЯТ ЛЕГЕНДЫ: ПОЯВЛЯТЬСЯ НА ПУБЛИКЕ ДВАЖДЫ В ОДНОМ И ТОМ ЖЕ НАРЯДЕ НЕ В МОИХ ПРАВИЛАХ!

2015—2017