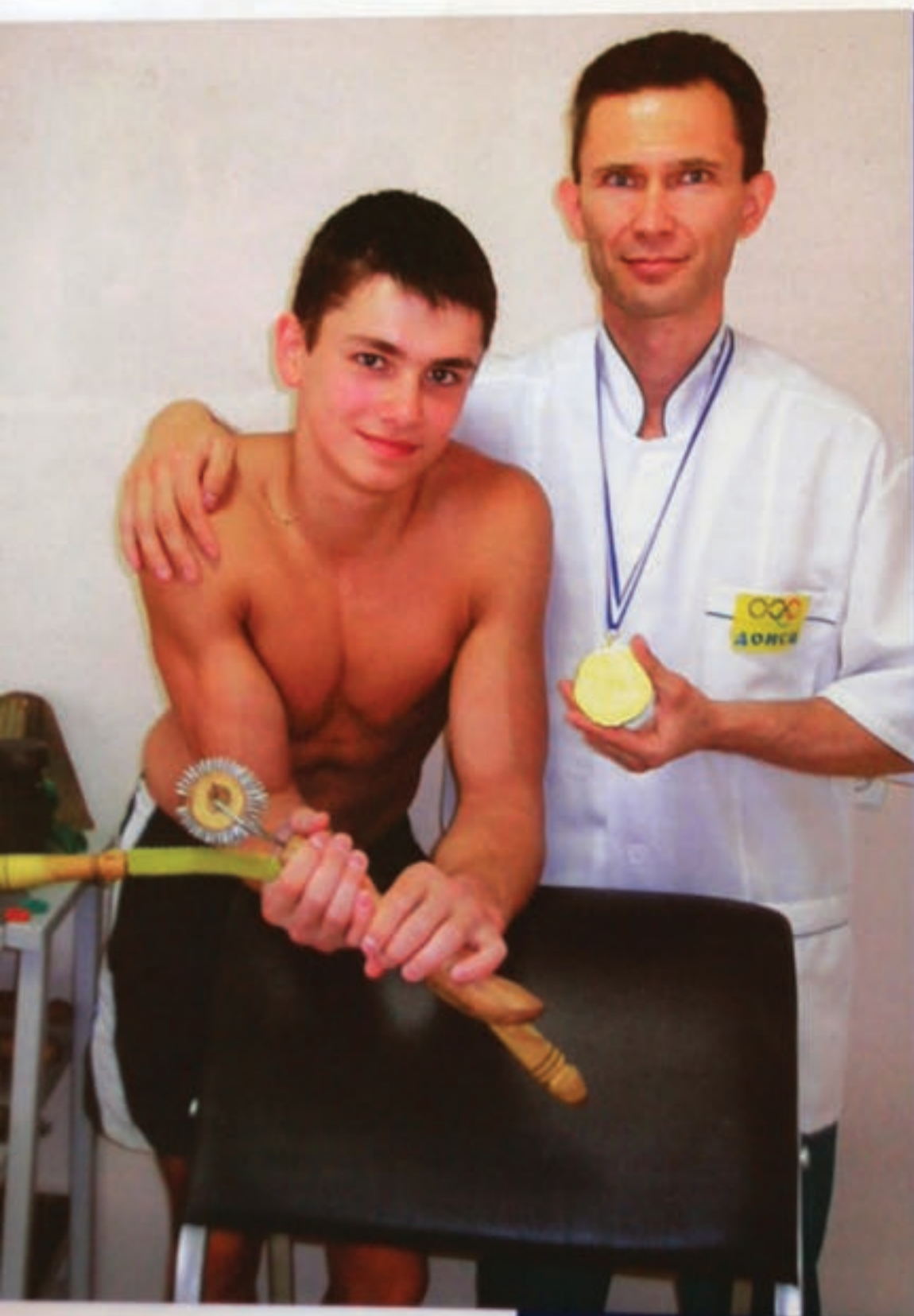


Капралов Сергей Юрьевич:

*«И один в поле воин,
если он по-казачьи скроен»*



«...Существуют города, в которых чувствуешь себя, как на чопорном посольском приеме: все время хочется поправить узел галстука. Киев – город на редкость интимный, домашний. История народа воспринимается здесь не как пышная летопись, а как история собственной семьи...», – так писал беззаветно влюбленный в свой город Леонид Киселев. А сама история Киева началась тоже как история семьи, хотя знаем мы ее именно из первой русской летописи, из «Повести временных лет» Нестора, чудом до нас дошедшей. «Были три брата: один по имени Кий, другой – Щек и третий – Хорив, а сестра их – Лыбедь. Сидел Кий на горе, где ныне подъем Боричев, а Щек сидел на горе, которая ныне зовется Щековица, а Хорив на третьей горе, которая прозвалась по имени его Хоривицей. И построили город в честь старшего своего брата, и назвали его Киев». По той же легенде, в IX веке в Киеве правили варяжские князья Аскольд и Дир, совершившие поход на Константинополь. А в 882 году было основано единое государство – Киевская Русь со столицей Киев.

Богата история всей Украины на значимые фигуры, творившие историю, воспетые в литературе, оставшиеся нам в наследие на монументальных полотнах. И не всегда уже можно отличить вымышленных героев от реально существовавших. Здесь и Вещий Олег, и Игорь князь, и Ярослав Мудрый, и Богдан Хмельницкий, и Тарас Бульба, и даже Добрыня Никитич, всех не перечислить. Одну из основных ролей в слиянии украин-

ского этноса сыграло казачество. Первое упоминание о казаках относится к 1493 году. Старейшим из всех казачьих формирований считается Запорожская сечь, основанная во второй половине XVI века на территории нынешней Украины. «Смекалка во всяком деле казака выручает», – говорили про себя сами казаки. Да и нынешних жителей Украины в отсутствии смекалки, упорства и находчивости не обвинишь. «И один в поле воин, если он по-казачьи скроен», – гласит старая поговорка. Сложно судить обо всех жителях Украины, однако и сегодня можно встретить примеры настоящего казачьего характера.

Сергей Юрьевич Капралов, кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент, заведующий реабилитационным отделением ГП «Олимпийский учебно-спортивный центр», генеральный директор ООО «Центр Капралова», внештатный массажист сборных команд Украины по футболу, коренной киевлянин, человек на Украине известный. Мир профессионалов говорит о нем с уважением, отдавая дань не только личным качествам и заслугам, но и тому делу, которое он развивает и популяризирует в своей стране.

Сергей Юрьевич родился в Киеве в 1967 году, в обычной семье, где отец был военнослужащим, а мать работала кондитером. Окончив в 1985 году школу, поступил в техникум железнодорожного транспорта, а после службы в армии четыре года работал по полученной специальности дежурным по станции в Киевском метрополитене. В это же время, с 1989 по 1994 год, учился на заочном



отделении Украинского государственного университета физического воспитания и спорта по специальности «Физическая культура и спорт», квалификация – «Преподаватель-тренер по спортивной гимнастике». С 1994 по 1995 годы учился на V кур-

се по специальности «Физическая реабилитация». Лечебную практику проходил на базе Института нейрохирургии Главного военного клинического госпиталя Министерства обороны Украины, Киевского областного лечебно-физкультурного диспансера, Института хирургии и трансплантологии АМН Украины и других лечебных учреждений Киева. В 1998 году окончил аспирантуру Национального университета физического воспитания и спорта Украины. В течение трех лет проводил исследования на базе госпиталя для военных-интернационалистов «Лесная поляна», где в это время работал врачом ЛФК. В 2000 году защитил кандидатскую диссертацию по теме «Физическая реабилитация больных нейроциркуляторной дистонией вследствие черепно-мозговой травмы». С 1991 года совмещал работу с тренерской деятельностью, и в 2000 году получил звание кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения».





Спорт в его жизни играл большую роль с ранних лет, когда, начиная спортивную карьеру, он еще и подумать не мог, что впоследствии будет иметь I-й взрослый разряд по спортивной гимнастике, футболу, легкой атлетике и военному троеборью, овладеет восточными единоборствами, станет неоднократным победителем и призером в личном и командном первенстве с. Киева по спортивной гимнастике, футболу, легкой атлетике и др. Одним из основных направлений деятельности Сергея Юрьевича стал массаж и реабилитация. Он закончил в общей сложности 30 курсов и семинаров по лечебному и спа-массажу, мануальной терапии, ароматерапии, лечебной гимнастике, психобиоэнергетике и нетрадиционной медицине. Является автором методики инструментального массажа (самомассажа), разработаны и модифицированы специальные массажеры (применение которых облегчает процесс массажа и самомассажа, сокращает его продолжительность

и, что самое главное, повышает терапевтическую эффективность). Разработал и внедрил в практику около 60 форм и видов игольчатых аппликаторов различных размеров и конфигураций. Вот их неполный перечень:

- Серия «Градиент», «Рельеф-волна», «Рельеф-квадрат»;
- «РЕЛЬЕФ-квадрат» и «РЕЛЬЕФ-волна» со вставкой для поясничного отдела позвоночника с шагом игл 5x5 мм (6x6 мм);
- «РЕЛЬЕФ-квадрат» со вставкой для поясницы с шагом игл 5x5 мм, переходящим в 6x6 мм;
- «Стопы Капралова» с шагом игл от 3x3 мм до 7x7 мм;
- аппликатор «Детский» с шагом игл 3x3 мм и размером 20x60 см;
- игольчатые шапочки с шагом игл 3x3 мм, 4x4 мм;
- игольчатый валик «Сустав» с шагом игл 3x3 мм, 4x4 мм с различными массажными насадками;
- раскручивающийся набор игольчатых валиков с разным шагом игл от 3x3 мм до 7x7 мм и др.

Сергей Юрьевич занимается восстановительным лечением более 70 заболеваний. Кроме традиционных методов (массаж, лечебная гимнастика) использует специальные приспособления (600 изделий из разных систем оздоровления – «Су-Джок»-терапии, рефлексотерапии, металло-терапии и пр. (более 300 из них являются авторскими или модифицированными) для профессиональной и самостоятельной реабилитации. С 2004 года внедрил авторские методики реабилитации на базе реабили-

тационного отделения МВЦ ГП «Олимпийский учебно-спортивный центр» в сборных командах Украины по спортивной гимнастике, вольной и греко-римской борьбе, легкой и тяжелой атлетике, дзюдо, самбо, джуджитсу, тэквондо, боксу, фехтованию, сборных командах Украины по футболу, сборных командах России, Молдавии по борьбе, Казахстана по спортивной гимнастике, с 2006 года – в подразделении специального назначения «Витязь» (Россия). Авторские методики реабилитации и массажа Капралова применяются на Украине, в Прибалтике, Польше, России, Казахстане, Белоруссии и др. Они являлись базовым научным и практическим материалом при проведении пяти курсов повышения квалификации для массажистов высшей и первой лиги Федерации футбола Украины (2004–2008 гг.), что послужило причиной их внедрения в футбольные команды Украины. Сергей Юрьевич имеет около 90 публикаций в центральных медицинских газетах и журналах по различным направлениям реабилитации, автор 8 методических пособий, более 150 научных публикаций, более 80 актов внедрения авторских методик применения лечебной гимнастики, массажеров, игольчатых аппликаторов, эфирных масел, тренажеров, методик реабилитации различных заболеваний, инструментального массажа в лечебных учреждениях, сборных командах, вузах Украины. За последний период им получено:

- 10 актов внедрения авторских методик от Федерации спортивной гимнастики Украины;
- 16 актов внедрения авторских методик в медико-восстановительный центр ГП «Олимпийский учебно-спортивный центр»;
- акты внедрения апробированных приспособлений и эфирных и массажных масел серии «Original АТОК» фирмы Cosmetic Karl Hadek International, а также акты внедрения на тренажер «Горбунок», каркасную пирамиду «НИКО-ПОЛ», фотонные матрицы академичка Корובה серии «Барва», японское массажное кресло «Family», массажеры «Акупресс» и др.

По материалам исследований Сергеем Юрьевичем сделано около 80 устных докладов на международных и всеукраинских научных конференциях и конгрессах, из них около 20 на пленарных заседаниях. Он регулярно демонстрирует мастер-классы по массажу и реабилитации на различных СПА мероприятиях, принимал

участие в 3-х международных выставках в России, Польше, Казахстане, Украине.

В сентябре 2007 года зарегистрировано ООО «Центр Капралова». А в феврале 2008 года на территории киевского выставочного центра «ЭкспоПлаза» в рамках выставки InterCHARM Украина прошел семинар «Форум массажных технологий», главным составителем программы и организатором которого являлся ООО «Центр Капралова». Впервые на одном мероприятии были представлены спа, велнес, фитнес, классический, восточный, инструментальный массаж, шоу-массаж и фундаментальные научные доклады по массажу. В сентябре 2008 года в Киеве состоялось событие, положившее начало новой эре в спа-истории Украины – Финал I-го открытого чемпионата Украины по спа-массажу. Сергей Юрьевич организовал его безупречно, практически один, с поддержкой лишь немногочисленных помощников.

В июне 2008 года ООО «Центр Капралова» организовал первый «PROFISPA-CLUB» на Украине. На сегодняшний день такие встречи профессионалов проводятся систематически.

В рамках «ESTET BEAUTY EXPO 2008» на тематическом семинаре «Мир массажей» ООО «Центр Капралова» был представлен 18 октября 2008 года. С самого момента создания ООО «Центр Капралова» регулярно занимается организацией всевозможных семинаров, обучающих курсов, проводит социальные программы.

Ученики Капралова успешно работают в сборных командах Украины по футболу (юношеских, молодежной и основной), в сборной по легкой атлетике, вольной борьбе, тяжелой атлетике, боксе, во многих СПА и фитнес центрах, медицинских и реабилитационных учреждениях не только на Украине, но и за границей (Турция, Россия, Латвия).

Среди прошедших обучение и подготовку у Капралова победителями и призерами различных соревнований по массажу стали:

Грицюк Виталий – победитель III-го Балтийского SPA Чемпионата на звание «Лучший SPA-Мастер-2008»; *Моисеенко Александр* – победитель I-го Открытого Чемпионата Украины по спа-массажу, номинация «Открытие года» 2008 г. и призер в номинации «Лучший классический массаж»; финалист II-го Чемпионата Мира по спа-массажу и номинант конкурса «За верность народным традициям»; лектор «PROFISPA-CLUB», преподаватель ООО «Центр Капралова»; *Власов Никита* – призер I-го Открытого Чемпионата Украины по спа-массажу, побе-



дитель в номинации «Лучший классический массаж» и «Самый молодой участник», победитель Открытого Чемпионата России по Велнес-массажу 2008 г., лектор «PROFISPA-CLUB», преподаватель ООО «Центр Капралова»; *Капралова Алена* – финалист I-го Открытого Чемпионата Украины по спа-массажу, обладатель номинации «Лучший СПА-реабилитолог» и «Самая молодая участница», победитель областного конкурса МАН в секции «Медицина», лектор «PROFISPA-CLUB»; *Закревский Василий* – финалист I-го Открытого Чемпионата Украины по спа-массажу, призер номинации «Мужество», лектор «PROFISPA-CLUB», и многие, многие другие.

Несколько недель назад (24 апреля 2009 года) на конференции главных врачей областных центров по спортивной медицине Украины по инициативе президента «Ассоциации специалистов по спортивной медицине и лечебной физкультуре Украины» Дехтярева Ю. П. было предложено организовать отделение массажа (в секции реабилитации), по аналогии с секцией «Медицинский массаж» РАСМИРБИ (Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов), которую при единодушном согласии участников возглавил Сергей Юрьевич Капралов. Отрадно отметить, что на Украине наконец-то появилась официальная организация, объединяющая специалистов в области массаж-

ных технологий, которая занимается настоящей работой, без громких выступлений, необоснованных амбиций и ничем не подкрепленных обещаний.

Всоголосающая верность общему делу, которому отдаются все душевные и физические силы, присущая издревле казачеству, сочетается в Капралове с даром убеждения, сметкой и смелостью. Способность одному сдвинуть стойкую гору системы, организаторский талант и творческое начало позволяют объединить людей из разных стран, заинтересованных и имеющих желание учить, учиться и познавать. Благодаря таким людям, как Сергей Юрьевич, становится крепче связь между Россией и Украиной в обход политических разногласий, растет востребованность славянского колорита на Западе, появляются бренды, с которыми не стыдно выходить на международную арену.

Мы вместе шли целые столетия, сформировали общее культурное пространство, сохраняя самобытность русского и украинского народов. Мы и сегодня говорим о глубинных корнях, которые объединяют нас. Россия и Украина должны укреплять уважительное отношение друг к другу. А что может сохранить отношения лучше, чем общее дело, профессиональные интересы и стремление вместе совершенствовать индустрию массажных технологий?

В. Г. Кремлевская