

# Библиотека познавательной литературы. Ч 3.

Библиотека Армавирского филиала ИРО Краснодарского края  
Составитель и редактор Бондаренко Е.А.



# Экстремальные виды спорта





15-12.1.3  
0-32

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# ГОРНЫЙ ВЕЛОСИПЕД

Йен Осборн

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА

15-12.9  
0-32

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ

Стив Глайввелл

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА

15-7  
0-32

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# СКЕЙТБОРДИНГ

Бен Пауэлл

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА

15-82  
0-32

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# СКАЛОЛАЗАНИЕ

Крис Окслейд

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА

15-119  
6-25

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# СНОУБОРДИНГ

Мэтт Барр  
Крис Моран

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА

15-721.7  
4-62

ЛИОТЕКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

экстремальные виды спорта

# ВМХ

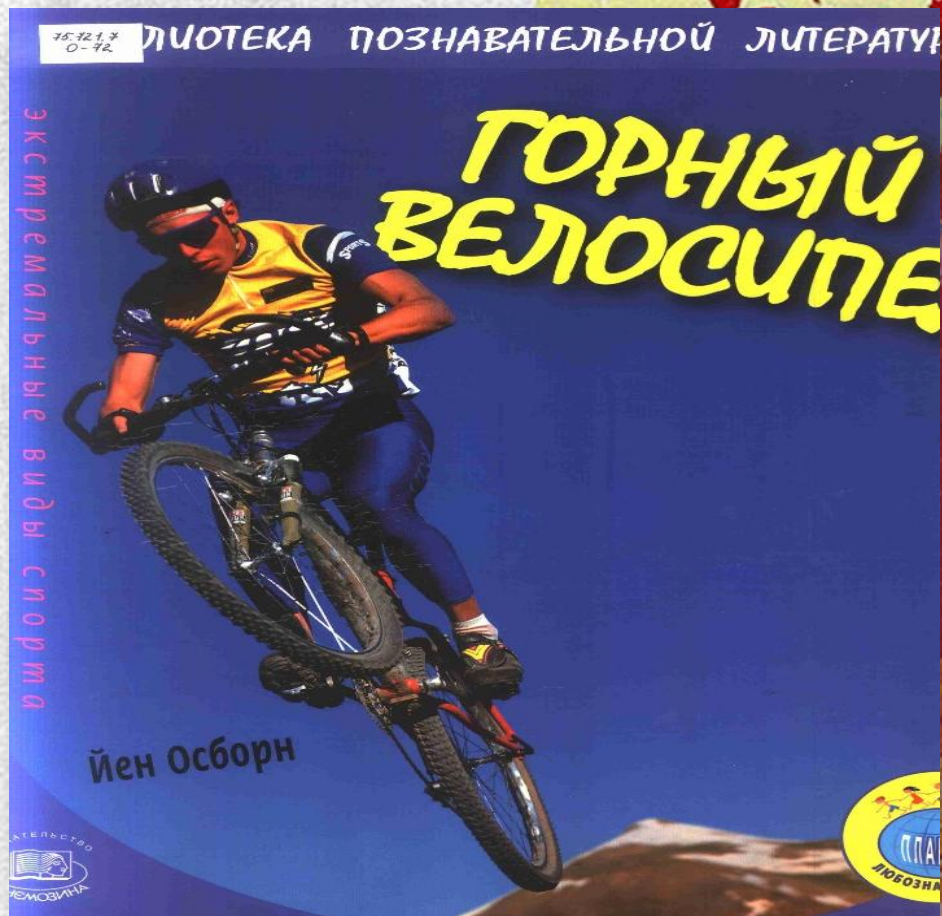
Крис Джоб

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ИРИС-СВЕТЛА

ПЛАН  
ПОКОЗНА



# Горный велосипед



Осборн, Й. Горный велосипед / Й. Осборн ; [ пер. с англ. Н. Полетаевой]. - М.: Мнемозина, 2009. - 32 с. : ил. - (Экстремальные виды спорта). - ISBN 978-5-346-00849-1 (рус). - Текст: непосредственный.



ББК 75.721.7  
О-72

Оригинальное название:  
EXTREME SPORTS  
MOUNTAIN BIKING

Автор: *Ian Osborne*  
Художник: *Gary Jeffrey*

Designed and directed by David West Children's Books  
7 Princeton Court  
55 Felsham Road  
London SW15 1AZ

**Осборн Й.**

О-72 Горный велосипед / Йен Осборн ; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. — М. : Мнемозина, 2009. — 32 с. : ил. — (Экстремальные виды спорта).

ISBN 978-5-346-00849-1 (рус.)

Настоящая книга — одна из шести книг серии «Экстремальные виды спорта». Вы узнаете об истории возникновения и развития горного велосипедного спорта, о том, как правильно подобрать велосипед и экипировку, овладеть базовыми навыками, куда поехать кататься, на кого равняться в этом виде спорта.

ББК 75.721.7

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Осборн Йен

ГОРНЫЙ ВЕЛОСИПЕД

Генеральный директор издательства *М. И. Безвизонная*  
Главный редактор *К. И. Куровский*  
Редактор русского текста *Б. А. Блюмкин*  
Спортивный консультант *Н. Маков* — технический редактор журнала «Mountain Biker», победитель финального этапа Кубка «Impulse Race Cup» по мини-даунхиллу (2006 г.)  
Художественный редактор *А. Г. Проскуряков*  
Технический редактор *И. Л. Ткаченко*  
Корректоры *Л. С. Щербакова, Е. Г. Карпова*  
Компьютерная верстка: *И. Н. Романовская*

Бумага мелованная. Гарнитура «Прагматика».  
Печать офсетная. Печ. л. 4,0. Тираж 3000 экз.

Издательство «Мнемозина».  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (499) 367 5418, 367 5627, 367 6781;  
факс: 8 (499) 165 9218.  
E-mail: [ioc@mnezozina.ru](mailto:ioc@mnezozina.ru)  
[www.mnezozina.ru](http://www.mnezozina.ru)

Магазин «Мнемозина» (розничная и мелкооптовая продажа книг).  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (495) 783 8284, 783 8285, 783 8286.

Торговый дом «Мнемозина» (оптовая продажа книг).  
Тел./факс: 8 (495) 665 6031 (многоканальный).  
E-mail: [td@mnezozina.ru](mailto:td@mnezozina.ru)

Copyright © David West Children's Books 2003  
© Перевод на русский язык. «Мнемозина», 2009  
Все права защищены

ISBN 978-5-346-00849-1 (рус.)  
ISBN 08225-1242-4 (англ.)

Исключительные права на публикацию и распространение русскоязычного издания книги принадлежат издательству «Мнемозина».

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы «Интерпресс».  
[interpress@interpress.eu](mailto:interpress@interpress.eu)

Объяснение использованных в книге терминов вы найдете в Словаре на с. 31.

СОДЕРЖАНИЕ

5. Введение
6. История МТВ
8. Маунтинбайк: дисциплины
10. Виды маунтинбайков
12. Подготовка к катанию
14. Защитное снаряжение
16. Базовые навыки
18. Совершенствуемся
20. «Продвинутое» катание
22. Безопасность
24. По странам и континентам
26. Где кататься?
28. Звёзды МТВ
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель





# Роликовые коньки



Глайдвелл, С. Роликовые коньки / С. Глайдвелл ; [ пер. с англ. Е. Вороничевой].- М.: Мнемозина, 2009. – 32 с. : ил. – (Экстремальные виды спорта). – ISBN 978-5-346-00852-1 (рус). – Текст: непосредственный.



ББК 75.729  
Г52

Оригинальное название:  
EXTREME SPORTS  
INLINE SKATING

Автор: *Steve Glidewell*  
Художник: *Gary Jeffrey*

Designed and directed by David West Children's Books  
7 Princeton Court  
55 Felsham Road  
London SW15 1AZ

**Глайдвелл С.**

Г52 Роликовые коньки / Стив Глайдвелл ; [пер. с англ.  
Е. Вороничевой]. — М. : Мнемозина, 2009. — 32 с. : ил. —  
(Экстремальные виды спорта).

ISBN 978-5-346-00852-1 (рус.)

Настоящая книга — одна из шести книг серии «Экстремальные виды спорта». Вы узнаете об истории возникновения и развития роллерспорта, о том, как правильно подобрать ролики и экипировку, овладеть базовыми навыками, куда поехать кататься, на кого равняться в этом виде спорта.

ББК 75.729

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Глайдвелл Стив

**РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ**

Генеральный директор издательства *М. И. Безвизонная*  
Главный редактор *К. И. Куровский*  
Редактор русского текста *Б. А. Блюмкин*  
Спортивный консультант *Е. Вороничева* — глава тренерского отдела  
Федерации роллерспорта России, прорайдер команды Rollerblade —  
Россия, чемпионка Европы по артистик-слалому (2003, 2004 гг.)  
Художественный редактор *А. Г. Проскуряков*  
Технический редактор *И. Л. Ткаченко*  
Корректоры *А. П. Пенская, Л. С. Щербакова*  
Компьютерная верстка: *И. Н. Романовская*

Бумага мелованная. Гарнитура «Прагматика».  
Печать офсетная. Печ. л. 4,0. Тираж 3000 экз.

Издательство «Мнемозина».  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (499) 367 5418, 367 5627, 367 6781;  
факс: 8 (499) 165 9218.  
E-mail: ioc@mnezozina.ru  
www.mnezozina.ru

Магазин «Мнемозина» (розничная и мелкооптовая продажа книг).  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (495) 783 8284, 783 8285, 783 8286.

Торговый дом «Мнемозина» (оптовая продажа книг).  
Тел./факс: 8 (495) 665 6031 (многоканальный).  
E-mail: td@mnezozina.ru

Copyright © David West Children's Books 2003  
© Перевод на русский язык. «Мнемозина», 2009  
Все права защищены

ISBN 978-5-346-00852-1 (рус.)  
ISBN 0-8225-1240-8 (англ.)

**Исключительные права на публикацию и распространение  
русскоязычного издания книги принадлежат  
издательству «Мнемозина».**

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы «Интерпресс».  
interpress@interpress.eu

Объяснение использованных в книге терминов  
в Словаре на с. 31.

СОДЕРЖАНИЕ

5. Введение
6. История роликовых коньков
8. Эволюция роликовых коньков
10. Защитное снаряжение
12. С чего начать?
14. Базовые трюки
16. Трюки для «продвинутых»
18. Стили катания
20. Стрит
22. Верт
24. Скейтпарки
26. Соревнования
28. Звёзды роликового спорта
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель

СТРИ  
Ролл  
«гри  
(от а  
to gr  
скре  
то ес  
со с  
скол  
пору  
Вып  
подо  
трюк  
ролл  
риск  
бала  
на п  
возм



\*Здесь  
примен  
перев



# Скейтбординг



Пауэлл, Б. Скейтбординг / Б. Пауэлл ; [ пер. с англ. Н. Полетаевой].- М.: Мнемозина, 2009. – 32 с. : ил. – (Экстремальные виды спорта). – ISBN 978-5-346-00853-8 (рус). – Текст: непосредственный.



# Содержание

Насекомые — кто они?	4
Как насекомые появляются на свет?	5
Кто заботится о потомстве насекомых?	8
Как детёныши насекомых растут?	11
Как насекомые кормятся?	14
Как насекомые избегают опасностей?	17
Когда насекомые становятся взрослыми?	20
Как насекомые размножаются?	21
Сколько живут насекомые?	25
Интересные факты	28
Классификация насекомых	29
Толковый словарь	30
Узнай больше	31
Алфавитный указатель	32

Наблюдайте, но не трогайте! Многие насекомые малы и беззащитны, однако могут ужалить или укусить. Если вы увидели какое-нибудь насекомое в саду, в лесу, в парке — не подходите слишком близко к нему. Просто наблюдайте за ним, но не берите в руки!

Разъяснение слов, выделенных **жирным шрифтом**, вы найдёте в Толковом словаре.



# СОДЕРЖАНИЕ

5. Введение
6. История скейтбординга
8. Дворовое противостояние
10. Экипировка
12. Защитное снаряжение
14. С чего начать?
16. Олли
18. Совершенствуемся
20. Где кататься?
22. «Продвинутое» катание
24. Соревнования и видео
26. Скейтбординг в мире
28. Звёзды скейтбординга
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель



# BMX



Джоб, К. BMX / К. Джоб ; [ пер. с англ. В. Мананкова].- М.: Мнемозина, 2009. – 32 с. : ил. – (Экстремальные виды спорта). – ISBN 978-5-346-00851-4 (рус). – Текст: непосредственный.



БК 75.721.7  
Д42

Оригинальное название:  
EXTREME SPORTS  
BMX

Автор: *Chris Job*  
Художник: *Gary Jeffrey*

Designed and directed by David West Children's Books  
7 Princeton Court  
55 Felsham Road  
London SW15 1AZ

**Джоб К.**  
Д42 ВМХ / Крис Джоб ; [пер. с англ. В. Мананкова]. — М. :  
Мнемозина, 2009. — 32 с. : ил. — (Экстремальные виды  
спорта).

ISBN 978-5-346-00851-4 (рус.)

Настоящая книга — одна из шести книг серии «Экстремальные виды спорта». Вы узнаете об истории возникновения и развития ВМХ, о том, как правильно подобрать велосипед и экипировку, овладеть базовыми навыками, где кататься и на кого равняться в этом виде спорта.

БК 75.721.7

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

**Джоб Крис**  
**ВМХ**

Генеральный директор издательства *М. И. Безвизонная*  
Главный редактор *К. И. Куровский*  
Редактор русского текста *Б. А. Блюмкин*  
Спортивный консультант *Н. Маков* — технический редактор журнала «Mountain Bike», победитель финального этапа Кубка «Impulse Race Cup» по мини-даунхиллу (2006 г.)  
Художественный редактор *А. Г. Проскуряков*  
Технический редактор *И. Л. Ткаченко*  
Корректоры *Л. А. Ключникова, Е. Г. Карпова*  
Компьютерная верстка: *И. Н. Романовская*

Бумага мелованная. Гарнитура «Прагматика».  
Печать офсетная. Печ. л. 4,0. Тираж 3000 экз.

Издательство «Мнемозина»  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (499) 367 5418, 367 5627, 367 6781;  
факс: 8 (499) 165 9218.  
E-mail: ioc@mnezozina.ru  
www.mnezozina.ru

Магазин «Мнемозина» (розничная и мелкооптовая продажа книг).  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (495) 783 8284, 783 8285, 783 8286.

Торговый дом «Мнемозина» (оптовая продажа книг).  
Тел./факс: 8 (495) 665 6031 (многоканальный).  
E-mail: td@mnezozina.ru

Copyright © David West Children's Books 2003  
© Перевод на русский язык. «Мнемозина», 2009  
Все права защищены.

ISBN 978-5-346-00851-4 (рус.)  
ISBN 0-8225-1244-0 (англ.)

Исключительные права на публикацию и распространение  
русскоязычного издания книги принадлежат  
издательству «Мнемозина».

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы «Интерпресс».  
interpress@interpress.eu

Объяснение использованных в книге терминов вы найдете  
в Словаре на с. 31.

## СОДЕРЖАНИЕ

5. Введение
6. 1970-е и 1980-е
8. 1990-е
10. Защитное снаряжение
12. С чего начать?
14. Стили катания
16. Совершенствуемся
18. «Продвинутое» катание
20. Катание в рампе
22. Стрит
24. Дёрт
26. Флэтленд
28. Звёзды ВМХ
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель

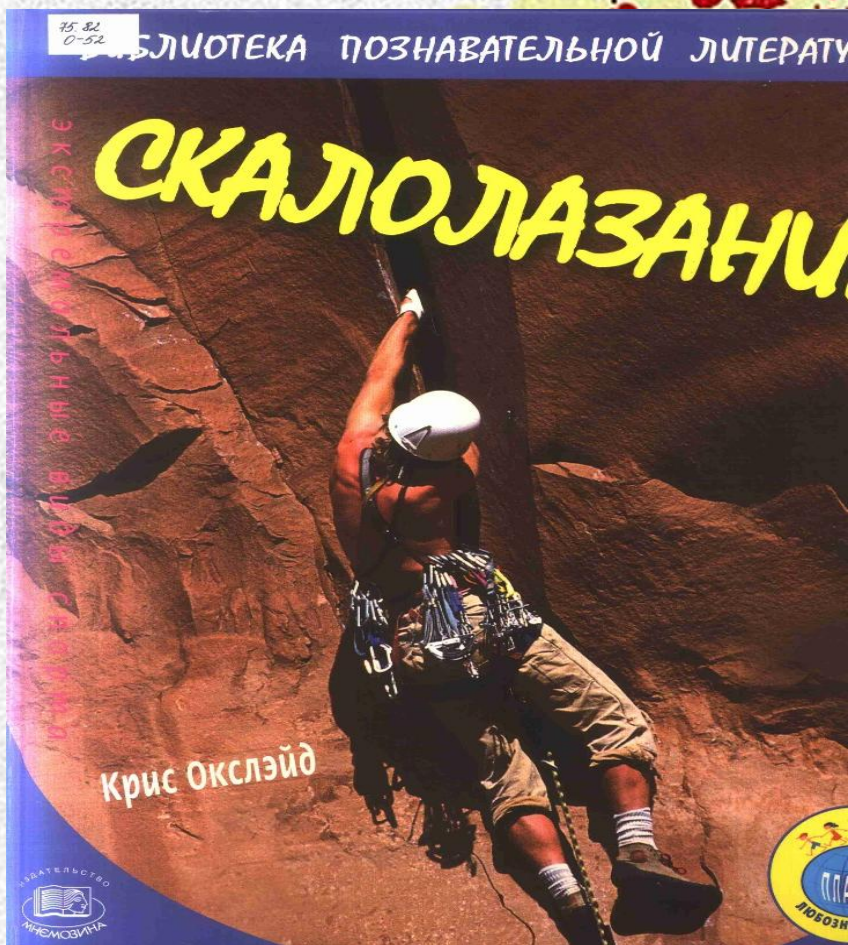
**ЛЕТИ  
КАК ПТИЦА!**

Вытянув тело параллельно раме, спортсмен выполняет прыжок супермена (superman jump).





# Скалолазание



Окслейд, К. Скалолазание / К. Окслейд ; [ пер. с англ. Н. Полетаевой].- М.: Мнемозина, 2009. – 32 с. : ил. – (Экстремальные виды спорта). – ISBN 978-5-346-00850-7 (рус). – Текст: непосредственный.



ББК 75.82  
О-52

Оригинальное название:  
EXTREME SPORTS  
ROCK CLIMBING

Автор: *Chris Oxlade*  
Художник: *Gary Jeffrey*

Designed and directed by David West Children's Books  
7 Princeton Court  
55 Felsham Road  
London SW15 1AZ

**Окслэйд К.**

О-52 Скалолазание / Крис Окслэйд ; [пер. с англ. Н. Полетаевой]. — М. : Мнемозина, 2009. — 32 с. : ил. — (Экстремальные виды спорта).

ISBN 978-5-346-00850-7 (рус.)

Настоящая книга — одна из шести книг серии «Экстремальные виды спорта». Вы узнаете об истории возникновения и развития скалолазания, о том, как правильно подобрать экипировку и снаряжение, овладеть базовыми техническими приёмами, где можно тренироваться, куда поехать, чтобы заняться скалолазанием.

**ББК 75.82**

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

**Окслэйд Крис**

**СКАЛОЛАЗАНИЕ**

Генеральный директор издательства *М. И. Безвизонная*  
Главный редактор *К. И. Куровский*  
Редактор русского текста *Б. А. Блюмкин*  
Спортивный консультант *Е. Кузнецова* — председатель квалификационной комиссии Федерации альпинизма России, тренер 1-й категории по скалолазанию

Художественный редактор *А. Г. Проскураков*  
Технический редактор *И. Л. Ткаченко*  
Корректоры *Л. А. Ключникова, Е. Г. Карпова*  
Компьютерная верстка: *И. Н. Романовская*

Бумага мелованная. Гарнитура «Прагматика».  
Печать офсетная. Печ. л. 4,0. Тираж 3000 экз.

Издательство «Мнемозина».  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (499) 367 5418, 367 5627, 367 6781;  
факс: 8 (499) 165 9218.  
E-mail: ioc@mnemozina.ru  
www.mnemozina.ru

Магазин «Мнемозина» (розничная и мелкооптовая продажа книг).  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (495) 783 8284, 783 8285, 783 8286.

Торговый дом «Мнемозина» (оптовая продажа книг).  
Тел./факс: 8 (495) 665 6031 (многоканальный).  
E-mail: td@mnemozina.ru

Copyright © David West Children's Books 2003  
© Перевод на русский язык. «Мнемозина», 2009  
Все права защищены

ISBN 978-5-346-00850-7 (рус.)  
ISBN 0-8225-1241-6 (англ.)

**Исключительные права на публикацию и распространение русскоязычного издания книги принадлежат издательству «Мнемозина».**

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы «Интерпресс».  
interpress@interpress.eu

Объяснение использованных в книге терминов вы найдёте в Словаре на с. 31.

# СОДЕРЖАНИЕ

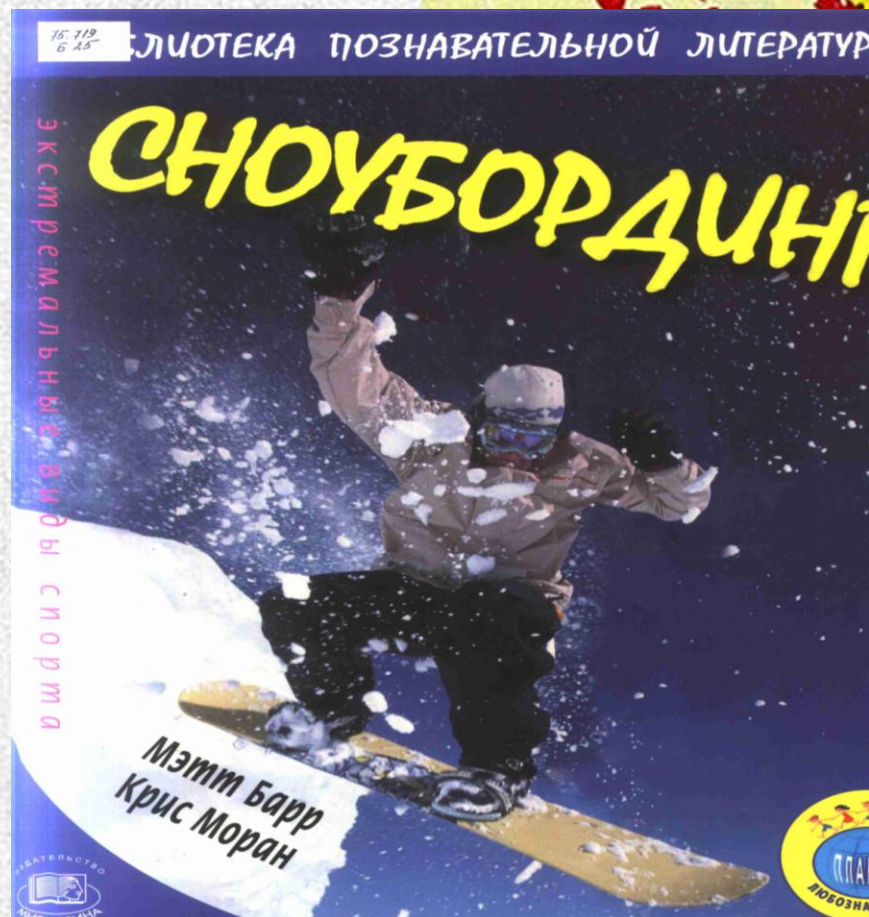
5. Введение
6. История скалолазания
8. Стили скалолазания
10. Традиционное и спортивное скалолазание
12. Экипировка скалолаза
14. Техника и хваты
16. «Продвинутое» скалолазание
18. На маршруте
20. Лазание в связке
22. Скалы и стены
24. Природа — скалолазам
26. Классификация маршрутов и этика скалолазания
28. Соревнования
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель



ВСЕГДА П  
О РИСКЕ!  
Скалолаз  
опасный  
спорта,  
и хороши  
скалолаз  
умный ск  
Если рис  
он предп  
отказате  
от скаль  
восхожде



# Сноубординг



Барр, М. Сноубординг/ М. Барр, К. Моран ; [ пер. с англ. В. Мананкова].- М.: Мнемозина, 2009. – 32 с. : ил. – (Экстремальные виды спорта). – ISBN 978-5-346-00854-5 (рус). – Текст: непосредственный.



ББК 75.719  
Б25

Оригинальное название:  
EXTREME SPORTS  
SNOWBOARDING

Авторы: *Matt Barr, Chris Moran*  
Художник: *Gary Jeffrey*

Designed and directed by David West Children's Books  
7 Princeton Court  
55 Felsham Road  
London SW15 1AZ

**Барр М.**

Б25 Сноубординг / Мэтт Барр, Крис Моран ; [пер. с англ. В. Мананкова]. — М. : Мнемозина, 2009. — 32 с. : ил. — (Экстремальные виды спорта).

ISBN 978-5-346-00854-5 (рус.)

Настоящая книга — одна из шести книг серии «Экстремальные виды спорта». Вы узнаете об истории возникновения и развития сноубординга, о том, как правильно подобрать доску и экипировку, как овладеть базовыми навыками, куда поехать кататься, на кого равняться в этом виде спорта.

**ББК 75.719**

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

**Барр Мэтт, Моран Крис**

**СНОУБОРДИНГ**

Генеральный директор издательства *М. И. Безвизонная*  
Главный редактор *К. И. Куровский*  
Редактор русского текста *Б. А. Блюмкин*  
Спортивный консультант *А. Потапов* — главный судья представителя Всемирной Федерации сноубординга WSF в России, сноуборд-судья по версии FIS  
Художественный редактор *А. Г. Проскуряков*  
Технический редактор *И. Л. Ткаченко*  
Корректоры *Т. С. Марголина, Е. Г. Карпова*  
Компьютерная верстка: *И. Н. Романовская*

Бумага мелованная. Гарнитура «Прагматика».  
Печать офсетная. Печ. л. 4,0. Тираж 3000 экз.

Издательство «Мнемозина»  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (499) 367 5418, 367 5627, 367 6781;  
факс: 8 (499) 165 9218.  
E-mail: [ioc@mnezozina.ru](mailto:ioc@mnezozina.ru)  
[www.mnezozina.ru](http://www.mnezozina.ru)

Магазин «Мнемозина» (розничная и мелкооптовая продажа книг).  
105043, Москва, ул. 6-я Парковая, 29 б.  
Тел.: 8 (495) 783 8284, 783 8285, 783 8286.

Торговый дом «Мнемозина» (оптовая продажа книг).  
Тел./факс: 8 (495) 665 6031 (многоканальный).  
E-mail: [td@mnezozina.ru](mailto:td@mnezozina.ru)

Copyright © David West Children's Books 2003  
© Перевод на русский язык. «Мнемозина», 2009  
Все права защищены

ISBN 978-5-346-00854-5 (рус.)  
ISBN 0-8225-1243-2 (англ.)

Исключительные права на публикацию и распространение  
русскоязычного издания книги принадлежат  
издательству «Мнемозина».

Отпечатано в Венгрии при участии фирмы «Интерпресс».  
[interpress@interpress.eu](mailto:interpress@interpress.eu)

Объяснение использованных в книге терминов вы найдете в Словаре на с. 31.

СОДЕРЖАНИЕ

5. Введение
6. История сноубординга
8. Эволюция сноубординга
10. Экипировка
12. Где кататься?
14. С чего начать?
16. Трассы
18. Совершенствуемся
20. Подготовка к катанию
22. Фристайл
24. Фрирайд
26. Лавина!
28. Звёзды сноубординга
30. Хотите знать больше?
31. Словарь терминов
32. Алфавитный указатель



**Спасибо за внимание**

