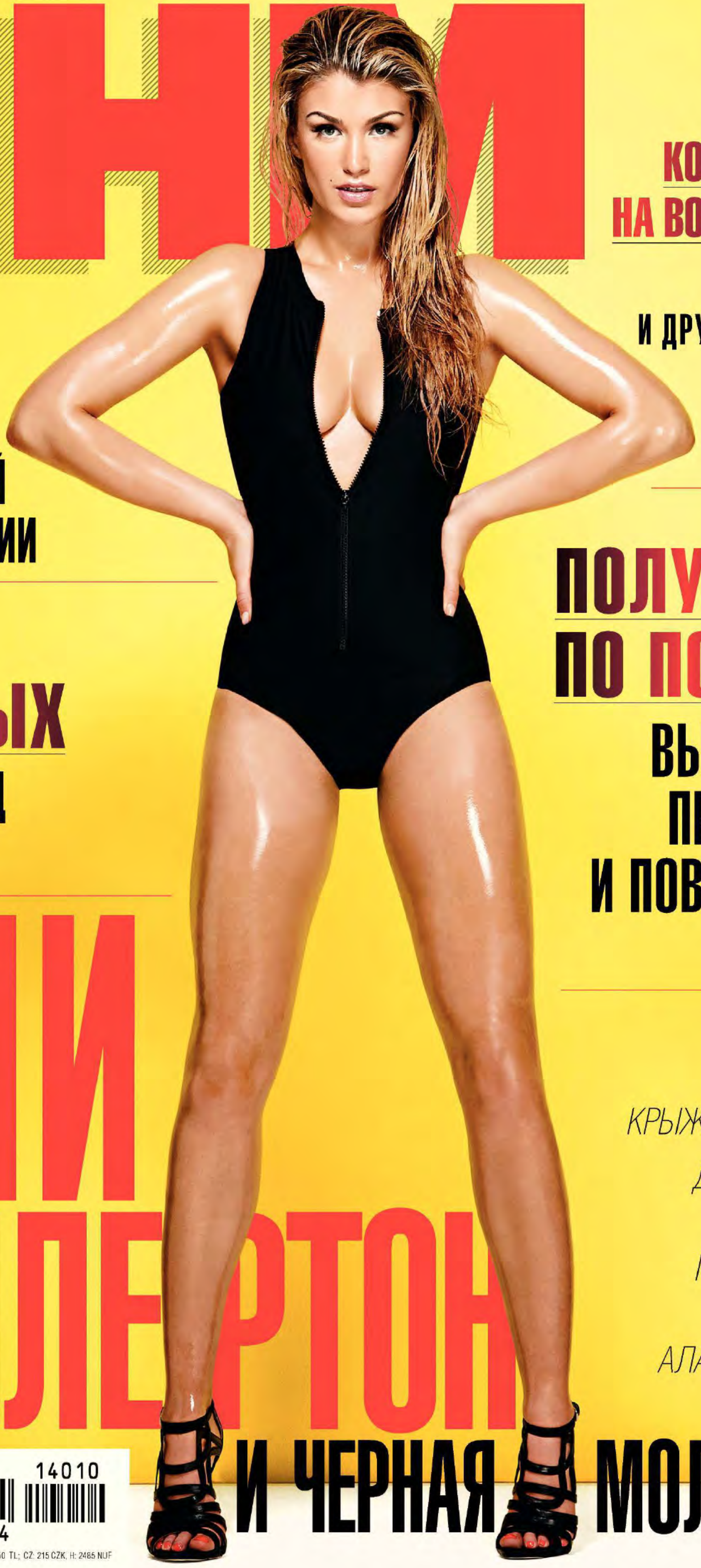
ЖУРНАЛ МУЖСКОГО РОДА
ЭФ-ЭЙЧ-ЭМ • ОКТЯБРЬ 2014

FHM



НА ВСЮ ГОЛОВУ
ИСТОРИЯ ОДНОЙ ТРАНСПЛАНТАЦИИ

В МИРЕ ЖИВОТНЫХ
КАК СТАФФОРД СЪЕЛ СКУНСА

ЭМИ УИЛЛЕРТОН
И ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ

КОШМАРИКИ НА ВОЗДУШНОМ ШАРИКЕ
И ДРУГИЕ РЕЦЕПТЫ ОТЛИЧНОГО ХЭЛЛОУИНА

ПОЛУЧИШЬ ПО ПОЛНОЙ
ВЫБИВАЕМ ПРИБАВКУ И ПОВЫШЕНИЕ

ЖОРА КРЫЖОВНИКОВ

ДОМИНИК КУПЕР

ГРИГОРИЙ ДРОЗД

АЛАН ШИРЕР

16+

14010
4 606895 000154

D: 7,00 ; A, CY, E, P, I: 7,20 ; F: 8,50 ; TR: 16,50 TL; CZ: 215 CZK, H: 2485 HUF

Стильный. Тонкий. Стальной.
Samsung GALAXY ALPHA*

SAMSUNG

РЕКЛАМА. ФОТО: ВЛАД АНТОНОВ. СТИЛЬ: ЕКАТЕРИНА МЕЛЬНИКОВА.
ПРОДЮСЕР ЕКАТЕРИНА РОМАНОВА

* Альфа.

СОДЕРЖАНИЕ 10/14



04 **СЛОВО РЕДАКТОРА**
06 **ТВОИ ПИСЬМА**

ФИЛЬТР

08 Как тебе прожить этот месяц так, чтобы не было мучительно скучно

FEATURES

32 **100 ВОПРОСОВ**
популярному режиссеру Жоре Крыжовникову

36 **ЭМИ УИЛЛЕРТОН**
Звезда реалити-шоу и светской хроники расскажет о том, как из девочки-ботана превратиться в секс-символ

42 **ГЕРОЙ FHM**
Один из величайших английских футболистов всех времен. Легенда «Ньюкасл Юнайтед» – Алан Ширер

46 **ДОРОГАЯ, Я УМЕНЬШИЛ СИДНЕЙ**
Мастер тилт-шифт-фотографии, австралийский фотограф Бен Томас

52 **ШОУ «ВОЛОС»**
FHM проверяет на себе эффективность нового метода пересадки волос

58 **ТАКАЯ РАБОТА**
Секреты профессии программиста от создателя популярных мобильных игр Feed Me Oil и Feed Me Oil 2 Александра Ильина

60 **С ПРИБАВЛЕНИЕМ**
Мы научим тебя правильно просить прибавки к зарплате и повышения в должности

СЕКС

64 **УЖАС БЕЗ КОНЦА**
Сексуальные страхи и фобии

36 Эми Уиллертон



42 Герой FHM – Аллан Ширер



46 Дорогая, я уменьшил Сидней



52 Шоу «Волос»



94 Девушка FHM



100 Выставка достижений



122 Выживет только один

СТИЛЬ

68 СТИЛЬ
Модные тенденции месяца
74 КОШМАР НА УЛИЦЕ
Неотъемлемые элементы осеннего гардероба
80 ХЭЛЛОУИН
Как весело, с пользой и удовольствием провести День всех святых
86 ВОПРОС/ОТВЕТ
88 СТЕКЛЯННЫЙ ДЕРЕВЯННЫЙ
Новинки парфюмерии
90 ПОДЪЕМНАЯ СИЛА
Тонизирующая косметика
91 О ВРЕМЕНА, О ТРАВЫ
Средства с лекарственными растениями

ОТДЕЛ КУЛЬТА

94 ДЕВУШКА FHM
Самая сексуальная девушка октября
98 ТЕСТ-ДРАЙВ
Тестируем новую Acura MDX
100 ВЫСТАВКА ДОСТИЖЕНИЙ
Новости Московского автосалона
106 ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ
Электронные новинки

ТЕЛОСТРОИТЕЛЬ

108 ДРОЗДЬЯ ГНЕВА
Перед самым главным боем в своей жизни боксер Григорий Дрозд вместе с FHM провел для тебя тренировку

112 КЕСАДИЛЬЯ ДЛЯ ЗОМБИ-АПОКАЛИПСИСА
Самый брутальный кулинарный эксперт в мире DJ BBQ расскажет тебе, как приготовить кесадилью, которая поможет тебе легко и непринужденно пережить зомби-апокалипсис

НАКОНЕЦ

114 ВЕСЬ МИР В КАРМАНЕ
122 ВЫЖИВЕТ ТОЛЬКО ОДИН
Отдыхая после приключений, экстремальный путешественник Эд Стаффорд рассказал FHM, как ел скунса, замерзал в горах Трансильвании и спасался от наркоторговцев
128 ЗНАЙ КАК
Учимся распознавать в девушке ту самую единственную и неповторимую, с которой не жалко провести всю свою жизнь

ИДР-ФОРМАТ

FHM

FOR HIM MAGAZINE/RUSSIA №10 (157) ОКТЯБРЬ 2014

Вопрос месяца: Чего ты боишься больше всего на свете?

Главный редактор Алексей М. Исаков
Растеряться с ответом.

Шеф-редактор Мария Арзамасова
Глупых людей.

Арт-директор Борис Захаров
Я боюсь, что пока мы сдаем номер, соберут все грибы.

Редактор Алексей Сальникофф
Женщин-бодибилдеров, карликов-клоунов и морских ежей

Младший редактор Анастасия Бочарова
Что мои неприличные мысли кто-нибудь прочтет.

Фоторедактор Вероника Петрова
Маньяков, высоты и змей.

Дизайнер Наталья Пыльнева
То ли змей, то ли мышей, точно не помню.

Специалист по препресс Максим Макаров
Повторно затопить соседей

Корректор Любовь Петрова
Утратить чувство юмора.

МАТЕРИАЛЫ В НОМЕР ПРЕДОСТАВИЛИ

Слова – Сергей Белоусов, Антон Бондаренко, Анна Заболотная, Алина Краснова, Сергей Оболонков, Анатолий Петров, Константин Подстрешный, Клариса Пульсон, Елена Тихонова

Фотографии и иллюстрации – Борис Захаров, Антон Кузнецов, Shutterstock.com

Шрифты – Алексей Чекулаев, Paratype

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ СВЯЗИ

Адрес редакции: 109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, 17
Телефон: + 7 495 745 84 12 Факс: + 7 495 678 52 05
E-mail: fhm@fhm.ru Сайт: www.fhm.ru
Индекс в каталоге «Газеты и Журналы» агентства РОСПЕЧАТЬ: 81179
Индекс в объединенном каталоге «Пресса России»: 83768
Индекс в каталоге «Почта России»: 99012
Учредитель и издатель: ООО «ИДР-Формат»
109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, 17
Служба распространения + 7 495 745 84 27

КОММЕРЧЕСКАЯ СЛУЖБА

Директор по рекламе «ИДР-ФОРМАТ» Елена Юданова
Директор отдела рекламы FHM Елена Кочергина
ekochergina@idr.ru
Телефон отдела рекламы: +7 495 745 84 02
Факс: +7 495 678 52 48
Менеджер по маркетингу Наталия Фокина nfokina@idr.ru
Отдел маркетинга: pr@idr.ru

FHM INTERNATIONAL

FHM Australia Guy Mosel
FHM China Jacky Jin
FHM Czech Republic Dalibor Demel
FHM France Laurent Giraud
FHM Germany Markus Boden
FHM Holland Sander Kersten
FHM India Kabeer Sharma
FHM Indonesia Richard Sam Bera
FHM Latvia Sandris Metuzals
FHM Malaysia Eugene Phua
FHM Norway Martin Thronsen
FHM Philippines Allan Madrilejos
FHM Romania Eduard Tone
FHM Russia Aleksei Isakov
FHM Singapore David Fuhrmann Lim
FHM Slovenia Uros Majcenovic
FHM South Africa Hagen Engler
FHM Spain Rafael Benitez
FHM Taiwan Pan Jiawei
FHM Thailand Jakaphatchara Buranabutr
FHM Turkey Berk Iybar
FHM UK Joe Barnes

International Director Simon Greves +44 207 182 80 74
Head of International Content Anouska Christy +44 207 182 80 75
International Content Executive Ellie Bond +44 207 520 65 61

© 2012, ООО «ИДР-Формат». Редакция не несет ответственность за достоверность информации, содержащейся в рекламных материалах. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов опубликованных в журнале статей. Полное или частичное использование материалов возможно только с письменного согласия редакции и с обязательной ссылкой на ООО «ИДР-Формат».

Журнал зарегистрирован в федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций («РОСКОМНАДЗОР») свидетельство ПИ № ФС77-47954 от 23.12.2011г. Тираж 110 000 экземпляров.
Дата выхода 24.09.2014. Цена свободная.
Отпечатано на бумаге Galerie One Gloss.

Отпечатано в ОАО «Можайский полиграфический комбинат»
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93
www.oaompk.ru, www.оаомпк.рф тел.: (495) 745-84-28, (49638) 20-685

紳士 SHIN SHI

wamiles
COSMETICS







1 Пенка для умывания

Подходит для ежедневного умывания, при желании может быть использована для бритья. Благодаря аминокислотам, ферментированному экстракту японской сливы и конденсированной глубоководной морской воде восстанавливает внутриклеточный метаболизм и укрепляет защитный барьер кожи.

3 Крем для лица

Насыщенный аминокислотами легкий по текстуре крем оздоравливает клетки изнутри, способствуя регрессии признаков старения. Обладает противовоспалительным действием, предохраняет кожу от раздражения, отлично увлажняет и заряжает энергией.



2 Увлажняющий лосьон для лица

Богатая аминокислотами и витаминами эмульсия — идеальное средство для ежедневного ухода после умывания или бритья. Способствует ускорению регенерации, улучшает структуру кожи, глубоко питает и увлажняет, обладает противовоспалительным действием, сужает поры.

Комплексный уход за телом и волосами

Тонизирующий гель для душа прекрасно очищает и увлажняет кожу; шампунь-кондиционер восстанавливает структуру волос и устраняет перхоть; тоник для волос предотвращает выпадение и стимулирует рост новых волос.

СИЛА МИНЕРАЛА

Шесть новых средств японского бренда SHINSHI разработаны в Японии в лабораториях компании Wamiles. В основе продуктов, созданных с применением высоких технологий — ценные минералы из глубоководной морской воды, целебных горячих источников и редкие растительные компоненты.

АКАДЕМИЯ WAMILES
Торговая галерея "Модный сезон",
Охотный ряд, 2, 3-й этаж, +7 905 586 43 74

ARTICOLI ГУМ
Красная площадь, 3, 1-й этаж, +7 495 620 31 39

WWW.OTOME.RU **WWW.WAMILES.RU**

Реклама

ОТ РЕДАКТОРА

10/14

#157





Тебе жить не страшно? Или ты телевизор не смотришь? На юго-западных наших границах тлеет гражданская война. В Экваториальной Африке свирепствует эпидемия Эбола. В Ираке и Леванте радикальные исламисты создали натуральное террористическое государство и планируют в дальнейшем захватить весь мир, за исключением, возможно, Земли Франца Иосифа. Тем временем арктические ледники стремительно тают, уровень Мирового океана поднимается, продукты из ГМО вот-вот превратят твою девушку в скорпиона, а тебя в Водолея. К тому же в Америке случился Зомби-Апокалипсис, по Луизиане бродят тысячи вампиров больных гепатитом-ви, а вчера я своими глазами видел по Первому каналу, как взбесившаяся бытовая техника уничтожала, впрочем вполне хладнокровно, невнимательных домохозяек.

Отличать настоящую опасность от выдуманной, становится все сложнее. Еще сложнее ответить на вопрос: зачем мы вообще выдумываем себе самые разнообразные ужасы, будто нам реальных кошмаров не хватает? Некоторые считают, что культ ужастиков – атрибут зажравшегося западного общества, в котором никаких всамделишных опасностей вроде как не существует. Непонятно только, почему сказки народов мира – какие только ни вспомнишь – дадут сто очков вперед любому «слэшеру».

Может быть, выдуманные страхи нужны нам с детства именно для того, чтобы учиться их преодолевать? Выдумал буку под кроватью, поджег кровать, прогнал чудовище, чувствуешь себя героем! Решил, что родители убьют тебя за сожженную кровать, и испытал облегчение, когда дело ограничилось обычной поркой. Так, испуг за испугом, из мальчика вырастает мужчина. Такой, что не побоится заступиться за девушку, которую обижают трехлетние дети, рискнет закусить текилу яблоком, отважится прийти без галстука на прием black-tie. Или согласится изуродовать себя ради хэллоуиновской вечеринки.

Алексей ИСАКОВ, *главный редактор* ***FHM***

НА СВЯЗИ

e-mail: letters@fhm.ru

Почтовый адрес: 109544, Москва, ул. Большая Андроньевская, 17

16+

MOSCOW megapolis 89.5fm

МЕГАПОЛИС 89.5 FM

СТИЛЬНОЕ РАДИО МОСКВЫ



8 (495) 921 19 15
www.megapolis895.fm
www.facebook.com/megapolis895.fm
instagram - megapolis_fm

РЕКЛАМА

ПИСЬМА

10/14



Письмо месяца

РАССКАЖИ НАМ О ТОМ, КАКИЕ МЫСЛИ ВОЗНИКАЮТ У ТЕБЯ ВО ВРЕМЯ ЧТЕНИЯ ЖУРНАЛА FHM

Безудержное веселье

Почему у одного женского журнала есть ежегодный девичник, а у мужского нет? Я предлагаю провести одно большое мероприятие. И чтобы там мастер-классы и лекции специалистов по всяким разным мужским вопросам были, и не забыть, конечно, про развлечения и знаменитостей. Но только без алкоголя и полуголых женщин.

Денис

Денис, тебе надо меньше читать один женский журнал. А наш журнал, наоборот, читать внимательнее. Тогда ты заметишь, что девичники, как и лекции с семинарами, вообще не наш формат. Но тебе мы, конечно, не запрещаем ходить ни на лекции, ни на мастер-классы, ни на вязание. Можем даже выдать сумку ECCO, чтобы конспекты и нитки помещались.



ПРИЗ! стильная сумка от ECCO

НА СВЯЗИ

e-mail: letters@fhm.ru

Почтовый адрес: 109544, Москва, ул. Большая Андроньевская, 17



Ложные показания

Кармен Электра – кумир моей юности. И с каких ракурсов ее только не показывали, пока она бежала в красном купальнике в «Спасателях Малибу». И вот когда вышла обложка FHM с фразой «Кармен Электра без купальника», я уж думал, что моя мечта сбылась и я увижу ее без одежды. Но не тут-то было...

Никита

Никита, к сожалению, Кармен согласилась на съемку в обнаженном виде при условии, что только в каждом тысячном напечатанном экземпляре будут эти фотографии. Так что тебе просто достался не тот номер. Но ты уже близок – проверь еще 999.





ПРИЗ! кошелек от Lee

ФОТО ДНЯ

Присылай смешные фотки на mms@fhm.ru или на номер +7 985 180 4858

Смех продлевает жизнь, а значит, благодаря этой рубрике ты сможешь жить вечно. Самое смешное mms месяца нам прислал Антон. За фото «Air Benz» он получает кожаный кошелек от Lee.



Отсутствие по уважительной причине

Я жутко расстроен! Почему среди 40 лучших игр нет Counter-Strike? Я годы посвятил этой стрелялке.

Кирилл

Кирилл, наш 41 пункт был именно таким, но дизайнер его не включил, за что, конечно, был тут же был лишен своего джойстика и премии.



Стечение обстоятельств

После материала про Джеймса Дина, успешного порноактера, я решил серьезно изучить этот бизнес. Нет, ну а что? Деньги, кажется, неплохие. Вот только про этого Дина я никогда раньше не слышал. Решил загуглить видео с его участием. Он, конечно, личность выдающаяся от природы. Но когда его главное рабочее место показали во весь экран, в комнату зашла моя девушка. Посмотрела, чем я занимаюсь, собрала вещи, и больше я ее не видел. А я ведь только из интереса глянул на этого парня!

Ваня

Ваня, а ты уверен, что она испугалась твоего повышенного интереса к этой персоне? А то, может, взглянув на доспехи мистера Дина, девушка пошла искать кого-то, похожего на него?



Трудовой кодекс

А что это американцы забыли в наших лесах? Им что, своих мало?

Коля

Коля, мы готовы договориться, чтобы этот тур отменили, но тогда тебе придется встать на их место и рубить леса при –76°С.



В активном поиске

Я уже давно читаю ваш журнал, но июльский номер почему-то нигде не могу приобрести. Более того, женщины, которые сидят за прилавком, даже и названия такого не слышали. Я хотел бы узнать, где мне купить новый номер с Плетневой на обложке. Или, может, вы сможете мне его переслать? Жду ответа.

Влад, Курск

Влад, с радостью подарим тебе номер с Аней. Приезжай к нам в редакцию. А женщинам за прилавками четче и громче произноси: «Фор хим магазин» – они только так наш журнал идентифицируют.

160 СИМВОЛОВ +7 985 180 4858

Мы очень любим читать твои SMS

Крутая вышла обложка с Кармен Электрой!

Почему не написали, как связаться с Аделиной Шариповой?

Не верю, что американцы устоят перед русской зимой.

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

ФИЛЬТР

Вещи, которые имеют значение в этом месяце



01

АВТО

ПРИКРЫТАЯ МУЖЕСТВЕННОСТЬ

С момента появления бесплатной порнографии в Интернете в мире больше не случалось событий, которые могли бы сильно повлиять на жизнь мужчины. Все бы так и шло своим чередом, но вот покой нарушил Harley-Davidson, выпустивший электрический мотоцикл. Все такой же щетинистый, но теперь с любовью к спальным районам и тварям земным

Ребята из Harley-Davidson сравнивают проект LiveWire с изобретением электрической гитары – некая эволюция, которая не перечеркивает достоинства классики, а дарит новое звучание привычным вещам. Кит Ричардс, например, отжигает на сцене всеми струнами души и электрогитары, но ничто не мешает ему возносить до звезд акустическую. Кстати, о звуке. Насколько (мы надеемся) тебе известно, электромоторы издают что-то вроде легкого свиста, который никак не ассоциируется со скоростью и мощностью. Поэтому специалисты компании оснастили LiveWire динамиками, из которых доносится что-то вроде шума, издаваемого реактивным двигателем при взлете истребителя. Тут мы можем порадоваться, что им не пришла в голову мысль засунуть в динамики грохот, возникающий в момент преодоления звукового барьера. Американская мотокомпания вообще с особым пиететом относится к звучанию техники. Они, например, пытались запатентовать известное всем «брааабррррр», проникающее сквозь самые толстые окна, как фирменное звучание Harley-Davidson.

Пока нам показали опытный образец, который сейчас колесит по Америке. Аппарат имеет электромотор мощностью 74 л. с., что разгоняет его до сотни менее чем за 4 секунды. Показатели динамики несколько меньше, чем у заядлых спортбайков, но заметно выше, чем у Harley-Davidson с типичным ДВС.

А теперь о грустном: запас хода у LiveWire в районе 100 километров, а максимальная скорость ограничена 153 км/ч, что сравнимо с динамикой детских машинок в парках. Но мы не унываем, ведь для того компания и построила прототип, чтобы его улучшать! **FHM**

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

02
АКТЕР

ДОМИНИК КУПЕР

Дебютировал в мелодрамах по Джейн Остен, прославился ролью сына Саддама и недавно сыграл охотника на вампиров. Теперь Доминик Купер пошел дальше. В новом фильме «Дракула» он – в роли противника легендарного кровопийцы. Только в этой версии Влад Цепеш – хороший парень





Ты начинал с исторических фильмов. И вот теперь ты снимаешься в «Дракуле», а до этого в «Президенте Линкольне: Охотнике на вампиров» – фильмах, которые, прямо скажем, вольны с историей. Это совпадение?
Ха-ха, и правда. Я об этом совсем не думал. Не знаю, насколько это был сознательный выбор, но параллель интересная. Может быть, я подсознательно выбираю ленты, которые как-то связаны с историей. В «Дракуле» я вообще играю Мехмеда Завоевателя – персонажа, которого списывали с исторической личности. И мне нравится, что у его отношений с Дракулой есть бэкграунд.

Расскажи про Мехмеда.
Он был отвратительным. Вообще, потрясающе, какую империю он при этом построил – турки ведь тогда захватили полмира. Конечно, мне было дико интересно играть кого-то настолько безжалостного, настолько одержимого своей целью и настолько всесильного человека. Можно только гадать, откуда вообще в людях берется это неудержимое желание власти.

Ты много про него читал, когда готовился к съемкам? Ты вообще считаешь, что надо это делать?
Это твой выбор, по большому счету. Если речь идет об исторической персоналии, то, конечно, ты можешь что-то почитать – в ином случае тебе потом придется самому сочинять весь этот бэкграунд. Хотя, с одной стороны, это не так уж плохо – начинать работать с чистого листа.

Что, по-твоему, двигало Мехмедом?
Я много обсуждал это с режиссером Гари Шором, который со мной согласен: Мехмед завидовал Владу, с которым они вместе росли. Не мог ему простить того, что сам он никогда не сможет стать таким же сильным и доблестным человеком. Поэтому Мехмед и захотел его уничтожить, рискнув всем, чего уже достиг. Ему казалось, что это будет легкая победа над вчерашним товарищем, которого родной отец Мехмеда ему явно предпочитал. Так что в основе этой истории лежат отношения Мехмеда Второго с отцом.

Но согласись, парадокс, что в фильме про Дракулу плохой парень не Дракула, а именно Мехмед?
Ну да. Это очень странно на первый взгляд. Но мне на самом деле нравится, как тут обыгрываются наши ожидания касательно того, каким должен быть Дракула, и как все поворачивается с ног на голову. Он поступает так, как поступает, чтобы защитить семью, и в итоге сам превращается в это отвратительное существо без выбора. Ничего себе конфликт, согласитесь? Но ты пойдешь на все ради семьи. Так, собственно, и выглядит наша версия того, кем на самом деле был Дракула. Но я в этой истории тот еще мерзавец, и я же выступаю катализатором его превращения по сути.

Ну и нравится тебе играть плохого парня?
Как ни странно, да. Когда ты играешь положительного героя, то все просто. За всеми его действиями, так или иначе, стоят благие намерения, и его мотивы всегда очевидны. Со «злом» все сложнее. Отрицательный персонаж всегда говорит одно, а подразумевает противоположное. И ты об этом догадываешься, но ничего не можешь доказать. И это все очень интересно играть. Ты чувствуешь себя просто королем ситуации, когда знаешь, что внутренние мотивы твоего персонажа еще отвратительнее, чем можно подумать по его действиям.

Фильм снят в потрясающих декорациях. Это помогало?
Декорации у нас были феерические. Вообще, к большим проектам всегда подходишь с опаской, гадая, а не придется ли тебе пять месяцев провести на фоне зеленого экрана. Когда попадаешь на один такой проект, понимаешь, что не справляешься и что у воображения есть свои пределы. Здесь же было все по-другому. Я был поражен тем, как они все отстроили. Проработанные декорации подстегивают воображение. Мой шатер был нереальным. В таких интерьерах как-то сразу чувствуешь себя настоящим султаном и сразу же понимаешь, к какой роскоши он привык. FHM

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
КРЕМЛЕВСКИЙ ДВОРЕЦ

19 НОЯБРЯ В 19:00

РЕАЛЬНАЯ ПРЕМИЯ MUSICBOX 2014

www.realmusicbox.ru



RUSSIAN MUSICBOX
INTERNATIONAL MUSIC TELEVISION

ЖИВОЙ ЗВУК
САМЫЕ ЯРКИЕ ЗВЕЗДЫ
НЕЗАБЫВАЕМОЕ ШОУ
НАГРАДЫ АВТОРАМ
И ЛУЧШИМ
ИСПОЛНИТЕЛЯМ

РЕКЛАМА

Генеральный директор – художественный руководитель ГКД - Петр Шаболтай

Билеты в продаже в кассах Государственного Кремлевского Дворца и на сайте
www.kremlinpalace.org

КАССЫ ГОСУДАРСТВЕННОГО КРЕМЛЕВСКОГО ДВОРЦА
628-52-32
ул. Воздвиженка д.1

12+

www.kremlinpalace.org

03 КИНО



ИСЧЕЗНУВШАЯ

Любитель темной стороны человеческой души Дэвид Финчер выпускает параноидальный триллер про мужа, который то ли любил, то ли убил свою пропавшую жену

В основе истории – разошедшийся двумя миллионами экземпляров бестселлер, экранные права на который студия оторвала с руками при первой возможности. Сценарий к фильму написала автор книги и в прошлом телекритик Гиллиан Флинн. Она же обозвала свой роман историей «самых нездоровых отношений на земле». И не без причины.

Аккурат на пятую годовщину свадьбы симпатичная блондинка Эми пропадает прямо из супружеского гнезда, где все было готово к празднованию – от бутылки вина до кружевных трусов. Следов взлома нет, но видно, что была борьба. Еще есть муж, который ведет себя, по мнению прессы и полиции, уж слишком апатично. Более того, у мужа есть мотив в виде порядочной страховки за жизнь супруги и порядком разладившихся отношений. Однако нет ни тела, ни орудия убийства, поэтому посадить его нельзя. Можно только надавить, чтобы тот сам раскололся. Но муж признаваться не спешит. Его не случайно играет Бен Аффлек, который, что-что, а каменное лицо держать умеет.

В лучшем духе Финчера история раскучивается два с лишним часа и после серии серпантинных поворотов приходит к такому финалу, который заставит многих пересмотреть взгляды на матримонию, симпатичных блондинок и, может быть, актерские таланты Аффлека. Испортить удовольствие можно разве что прочитав книгу. Впрочем, Финчер подготовился и здесь. Под его началом Флинн перелопатила весь финал так, что даже литературная подготовка от сюрпризов по-настоящему не спасет.



ВООБРАЖАЕМЫЕ ДРУЗЬЯ ДЕВОЧКИ-АУТИСТА ПРОСТО ОБОЖАЛИ ЩЕКОТКУ

РЕЖИССЕР: ДЭВИД ФИНЧЕР

В РОЛЯХ: РОЗАМУНД ПАЙК, БЕН АФФЛЕК, МИССИ ПАЙЛ, НИЛ ПАТРИК ХАРРИС

Ярость



Четыре бывалых американских танкиста и один зеленый, но решительный новобранец отправляются на убийственную миссию в самое сердце нацистской Германии. Пафос несколько снижает то обстоятельство, что на дворе апрель 1945 года и Гитлер в бункере уже полирует свой «вальтер». Но кино все равно надо смотреть - хотя бы ради хипстерских висков Брэда Питта и эффектных танковых сражений.

РЕЖИССЕР: ДЭВИД ЭЙР

В РОЛЯХ: БРЭД ПИТТ, ЛОГАН ЛЕРМАН, ШАЙА ЛАБАФ, ДЖОН БЕРНТАЛ, МАЙКЛ ПЕНЬЯ

Судья



«Железная» отрада гиков всей планеты временно возвращается в драматический жанр. В спродюсированной его же супругой ленте Роберт Дауни-мл. играет беспринципного адвоката, который вынужден защищать собственного папашу – принципиального судью. Дело осложняется тем, что оба родственничка терпеть друг друга не могут. При этом отцу шьют не мелкое хулиганство, а умышленное убийство. В роли патриарха – патриарх и обладатель «Оскара» Роберт Дювалл.

РЕЖИССЕР: ДЭВИД ДОБКИН

В РОЛЯХ: РОБЕРТ ДАУНИ МЛ., РОБЕРТ ДЮВАЛЛ, ЛЕЙТОН МИСТЕР, ВЕРА ФАРМИГА, БИЛЛИ БОБ ТОРНТОН, ВИНСЕНТ Д'ОНОФРИО

Бивень



Уже второй фильм ужасов от заскучавшего комедианта Кевина Смита. Журналист, берущий интервью у фриков, попадает в плен к сумасшедшему деду, который считает, что его однажды спас морж, и теперь, как следствие, пытается сделать моржа из злополучного парня. Ну там бивни пришить, ласты. Опережая комментаторов, сам Смит уже отчитался, что снял «странненькое кино».

РЕЖИССЕР: КЕВИН СМИТ

В РОЛЯХ: ДЖЕНЕЗИС РОДРИГЕЗ, ХЭЙЛИ ДЖОЭЛ ОСМЕНТ, ДЖАСТИН ЛОНГ, ХАРЛИ КУИНН СМИТ, МАЙКЛ ПАРКС

Общак



Однажды Боб был бандитом, но потом завязал и теперь по-тихому заправляет баром, куда бруклинские воротилы отдают на сохранение свои заработки. Но одним неудачным вечером общак выносят грабители в масках, и Боб оказывается крайним. Сценарий написал Деннис Лихейн, по чьим книгам снимали Скорсезе и Иствуд. В главной роли Том «Бэйн» Харди. Разобраться в себе и прошлом ему помогает ныне покойный Джеймс Гандольфини («Клан Сопрано»).

РЕЖИССЕР: МИХАЭЛЬ Р. РОСКАМ

В РОЛЯХ: ТОМ ХАРДИ, НУМИ РАПАС, ДЖЕЙМС ГАНДОЛЬФИНИ, МАТТИАС ШОНАРТС

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

Реклама

12+

Europa Plus TV



HOT&TOP*

ПРЯМОЙ ЭФИР

ЗВЕЗДЫ, КЛИПЫ, ИНТЕРАКТИВ

ВЕДУЩИЕ:

ЧАК, ИРЕНА ПОНАРОШКУ, ИЛЬЯ БУЦ

С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ
С 16:00 ДО 18.00 (МСК)

ОНЛАЙН ВЕЩАНИЕ НА САЙТЕ WWW.EUROPAPLUSTV.COM

ЗАГРУЗИТЕ НА Google play

Загрузите в App Store

ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПРОГРАММАХ И ПОДКЛЮЧЕНИИ НА САЙТЕ WWW.EUROPAPLUSTV.COM

* ХОТ ЭНД ТОП

04 ИГРЫ

СОЛДАТЫ СИСТЕМЫ DESTINY

КАКИМИ ТОЛЬКО АКТИВИТИ НЕ ЗАЗЫВАЮТ ТУРИСТОВ ПЛЯЖИ ПРЕФЕКТУРЫ ФУКУСИМА

Апокалипсис – явление сугубо невежливое. Не звонит, не пишет, приходит без предупреждения и не вытирает ноги от радиоактивной пыли. Апокалипсису все равно, пробили ли часы двенадцать и скоро ли ожидается ближайший парад планет. Апокалипсис явился – и с этим фактом нельзя не считаться

А ведь недавно у человечества в Destiny все было хорошо: на Марсе обнаружился инопланетный артефакт, в артефакте обнаружилась прорва полезных технологий, и пятилетка по освоению Солнечной системы была перевыполнена настолько, что курортные города появились не только на Марсе, но и на Венере, а Меркурий и вовсе превратился в планету-сад. Тут-то на огонек и заглянул Апокалипсис, прихватив с собой подружку Тьму. Не ту, которая «неучение», и не библейско-мифическую разновидность, а вполне осязаемую Тьму, сверкающую красными глазками, хрустящую хитинистым панцирем и бряцающую огнестрельным оружием. В общем, во Вселенную опять пришла война, и каждому игроку в ней отведена роль универсального солдата на страже человечества, в чьем распоряжении есть силовые щиты и гранаты, пистолеты и снайперские винтовки, дробовики и гранатометы. Впрочем, «универсальный» не значит «одинокий»: Destiny взяла многое от ММО-игр, поэтому какую-нибудь шушеру ты в одиночку перестрелять еще сможешь, а вот на серьезные задания, вроде уничтожения гигантских мехопауков, лучше ходить организованной группой. Да и в классических матчах смерти против других игроков с проверенной командой победить проще. Так что собирай друзей – и вперед, нести свет в высокотехнологичный постапокалипсис.



ДАЖЕ КОГДА ОТ РАДИАЦИИ У НИХ ВЫРОСЛА ГРУДЬ, УЧАСТНИКИ СОПРОТИВЛЕНИЯ ОСТАВАЛИСЬ МУЖИКАМИ

ПЛАТФОРМЫ: PS3, PS4, XBOX 360, XBOX ONE

The Sims 4



Виртуальный кукольный домик пережил очередное перерождение, сменив движок, но не суть: как принято в серии, послушные твоим приказам симсы опять ходят на работу, едят, спят, ссорятся и прожигают жизнь за компьютером. Однако четвертая часть расширила простор для экспериментов, введя систему эмоций, столь же гипертрофированных, как и все остальное: скажем, от любимого коллеги здесь можно избавиться, обрадовав его до смерти.

ПЛАТФОРМЫ: PC

King's Bounty: Dark Side



Избыток света, как выясняется, нарушает баланс фэнтези-миров не меньше, чем избыток тьмы, поэтому в Dark Side придется исправлять все то, что наворотили излишне рьяные рыцари, священники и прочие герои. То есть освобождать орков, чинить пропагандистскую машину Тьмы, налаживать отношения с суккубами и, конечно, командовать армией плохишей в походовых тактических сражениях.

ПЛАТФОРМЫ: PC

Risen 3: Titan Lords



Жизнь пирата состоит из одних лишений: сегодня ты лишаешь кого-то золота и корабля, завтра цинга лишает тебя зубов, а шальная стычка – руки или ноги. Но это если не повезет. А вот герою Risen 3 повезло – у него отобрали только душу, поэтому о пропаже можно не слишком беспокоиться, а заниматься традиционными пиратскими промыслами: исследовать вдоль и поперек тропические острова, искать сокровища и грабить мирное население.

ПЛАТФОРМЫ: PC, PS3, XBOX 360

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

При поддержке
Правительства
Москвы

Банк Москвы
Кубок Кремля

WTA

250
ATP
WORLD TOUR



6+
реклама

XXV МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТЕННИСНЫЙ ТУРНИР
БАНК МОСКВЫ КУБОК КРЕМЛЯ

спортивный комплекс «Олимпийский»

11-19 ОКТЯБРЯ 2014

www.kremlincup.ru
(495) 956-33-60

Титульный спонсор

Банк Москвы

Официальные партнеры

JAGUAR

RICOH
imagine. change.

RADO
SWITZERLAND

05 ГАДЖЕТ

РОБОТЯГА

Вот и настал тот день, когда ты можешь позволить себе робота в качестве домашнего животного

Техпаспорт:

Вес: 180 г

Размеры: 185x150x110 мм (с расставленными колесами) и 143x150x110 мм (с убранными колесами)

Скорость: 2 м/с (7 км/ч)

Радиус действия: до 50 метров при отсутствии препятствий

Разрешение: 640x480 пикселей, 15 кадров в секунду

ОС: Linux

Съемная литий-полимерная аккумуляторная батарея Продолжительность автономной работы 20 минут и полная зарядка за 90 минут

Блок инерциальных датчиков с гироскопом и акселерометром

Устройство порождает собственную сеть WiFi

Приложение FreeFlight 3 совместимо со смартфонами и планшетами на платформах iOS, Android, Windows 8.1 и Windows Phone 8.1

Широкое поле обзора: передача данных идет в поточном режиме на дисплей смартфона или планшета, с которого ведется пилотирование

Jumping Sumo от Parrot способен бросаться вперед, передвигаться зигзагами, совершать резкие повороты на 90 градусов и молниеносно прыгать на 80 см в высоту и в длину – в общем, делать все то же, что и обычный домашний кот. Мы даже попробовали взять его на руки, но устройству это не очень-то понравилось: светодиодные индикаторы загорелись красным цветом, сообщая о блокировке прыжка. Мини-дрон работает точнее, чем любая радиоуправляемая машинка и поддерживает сразу три режима пилотирования. Во-первых, он может прыгать и всегда приземляться на колеса. Во-вторых, в режиме резких поворотов робот отскакивает от любых препятствий, встречающихся ему на пути. И, наконец, Jumping Sumo может спокойно стоять на месте, благодаря самобалансирующему режиму (что-то похожее на «сегвей»). Акробатические трюки гаджет выполняет через бесплатное приложение FreeFlight 3, в котором можно запрограмировать маршрут и действия робота.

PARROT JUMPING SUMO ЦЕНА: 8990 РУБ.

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

24TECHNO

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ НАУЧНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ТЕЛЕКАНАЛ О ТЕХНИКЕ, ТЕХНОЛОГИЯХ И НЕВЕРОЯТНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТАХ



РЕКЛАМА

ЦИФРОВЫЕ ЧУВСТВА

В XXI веке «цифра» сопровождает, облегчает, улучшает и непредсказуемо изменяет весь наш чувственный опыт, наше взаимодействие с миром. Фильмы расскажут о том, как мозг обрабатывает визуальную, слуховую и прочую информацию; какие технологии приходят на помощь человеку, дополняя его собственные системы восприятия — зрение, слух, обоняние, осязание, вкус и чувство равновесия. Пять органов чувств — пять каналов, по которым технологии входят в нашу жизнь.

24techno.ru fb.com/24techno.ru vk.com/24techno twitter.com/#!/24techno 24techno.livejournal.com

16+

СПРАШИВАЙТЕ У ВАШЕГО ОПЕРАТОРА ПЛАТНОГО ТЕЛЕВИДЕНИЯ

06
АКСЕССУАРЫ



РУЧНАЯ РАБОТА

Если еще недавно, летом, ты вел активный образ жизни, то сейчас, в пасмурную и дождливую погоду, заставить себя двигаться практически невозможно. Поэтому обрати внимание на устройства, способные расшевелить тебя даже самым скучным рабочим днем

01
БРАСЛЕТ JAWBONE UP24

Что обещает производитель: Браслет, сделанный из медицинской резины, с помощью Bluetooth подключается к устройствам, работающим на платформе iOS и Android, и круглосуточно собирает статистику твоей активности.

Что думаем мы: Устройство способно давать рекомендации, ставить новые задачи и даже награждать за победы. Браслет также подсчитывает момент, когда ты находишься в короткой фазе сна, и будит жужжанием в это время. Короче, Jawbone UP24 способен полностью контролировать твои жизненные процессы: начиная от сна и заканчивая приемами пищи. Главное – не забывать его носить.



Время работы без подзарядки: 7-10 дней
Водонепроницаемость: Выдержит душ или мойку посуды
Вес: 19 г
Где купить: re-store.ru
Цена: 6990 руб.

04
СМАРТЧАСЫ И ФИТНЕС-ТРЕКЕР MYKRONOZ ZEFIT

Что обещает производитель: Это умные часы, которые не только отображают время, но и отслеживают твои шаги, рассчитывают пройденное расстояние и количество сожженных калорий, а также анализируют, сколько часов ты спал. ZeFit имеет только одну кнопку и OLED-дисплей для общения с тобой.

Что думаем мы: С помощью браслета можно устанавливать себе цели и напоминания и, конечно, следить за уровнем физической активности. Вот только ради 72 часов работы в активном режиме часы нужно заряжать целых 120 часов.



ВЫБОР FHM

Время работы без подзарядки: 3-4 дня
Водонепроницаемость: Устоит перед брызгами и каплями воды
Вес: 20 г
Где купить: madrobots.ru
Цена: 3250 руб.

02
ФИТНЕС-БРАСЛЕТ И ТРЕКЕР CHA GARMIN VIVOFIT

Что обещает производитель: Экран показывает несколько цифр: ежедневное количество шагов, близость к цели дня, пройденное расстояние, израсходованные калории, время суток и частоту пульса. Ночью же устройство следит за твоими перемещениями по кровати. В конце каждого дня VivoFit анализирует твои возможности и корректирует цель для следующего дня.

Что думаем мы: Это единственный представитель в своем классе, способный погружаться на 50 метров. Конечно, мы надеемся, что так глубоко опускаться тебе придется только с аквалангом, но тем не менее характеристика впечатляет. Более того, это единственный фитнес-браслет, способный работать на двух батарейках больше года. Для максимального эффекта советуем прикупить пульсометр, чтобы получать более точные показания тех же калорий, например, во время утренней пробежки.



Время работы без подзарядки: 1 год
Водонепроницаемость: 50 метров
Вес: 25,5 г
Где купить: garmin.ru
Цена: 7130 руб. (без пульсометра)

03
ПУЛЬСОМЕТР POLAR V800

Что обещает производитель: Пульсометр оснащен встроенным GPS-модулем, который контролирует скорость, расстояние и маршрут. Счетчик активности хранит в своей памяти тренировочные программы, а также поддерживает датчики для бега и велосипеда. Polar V800 может оценить твое состояние, благодаря ортостатическому тесту.

Что думаем мы: Дисплей Polar V800 имеет сенсорное управление. В памяти можно создать до 20 спортивных профилей с индивидуальной настройкой параметров для каждого вида спорта: скорость, расстояние, число шагов, пульс. Там же в памяти может храниться дневник тренировок продолжительностью до 80 часов.



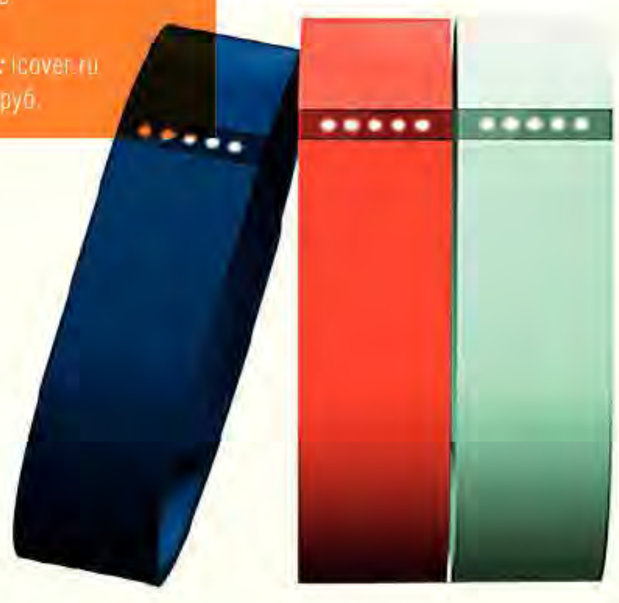
Время работы без подзарядки: 14 часов тренировок, 50 часов в эконом-режиме GPS и 30 дней с мониторингом активности
Водонепроницаемость: 30 метров
Вес: 79 г
Где купить: mfitness.ru
Цена: 29 000 руб. (без пульсометра)

05
ШАГОМЕР FITBIT FLEX

Что обещает производитель: Шагомер тщательно мониторит твою физическую активность и передает все данные на твой смартфон или планшет по Bluetooth. Устройство не имеет экрана – лишь пять вмонтированных светодиодных индикаторов, которые днем будут мотивировать тебя встать и пройтись, а ночью отслеживать качество сна. Всю статистику браслет передаст по Bluetooth, и ты увидишь ее в приложении Fitbit.

Что думаем мы: Каучуковый браслет защищен от различных климатических, химических и механических нагрузок и отличается хорошей противоударностью. И тебе больше не будет надоедать звонок будильника – шагомер разбудит тебя легкой вибрацией.

Время работы без подзарядки: до 7 дней
Водонепроницаемость: до 50 метров
Вес: 36 г
Где купить: icover.ru
Цена: 4990 руб.



06
ЧАСЫ-ПУЛЬСОМЕТР MIO ALPHA

Что обещает производитель: Канадская компания Mio особое внимание обратила на точность измерения сердцебиения без подгрудных поясов. На часах с обратной стороны есть несколько источников, которые проецируют лучи света, с помощью которых датчик чувствует, как пульсируют сосуды. Поэтому носить дополнительные стесняющие телодвижения устройства не нужно.

Что думаем мы: Если ты думаешь, что для стройности и мышц нужно бежать максимально долго и быстро, то это не так. Нужно следить за пульсом и контролировать темп. С этим силиконовым ремешком можно разбегаться до 20 км/ч, и устройство все равно выдаст точный результат.

Время работы без подзарядки: до 10 часов непрерывной работы
Водонепроницаемость: до 30 метров
Вес: 360 г
Где купить: madrobots.ru
Цена: 7990 руб.



Встроенное решение

Ну а если ты не расстаешься со своим айфоном даже во время утреннего забега, любой браслет легко заменит спортивное приложение



Сэм Клафлин, актер из фильма «Голодные игры: И вспыхнет пламя» для занятий спортом, и в целом здорового образа жизни использует RunKeeper и Fitness Pro: «RunKeeper – отличный помощник в занятиях бегом, который записывает пройденные мной маршруты при помощи GPS и позволяет устраивать соревнования с самим собой, стимулируя меня побивать предыдущие рекорды, а Fitness Pro – нечто наподобие Священного писания из сферы тренировок и упражнений на все группы мышц».



Бронзовый призер Олимпийских игр-2012 в Лондоне, баскетболист **Тимофей Мозгов,** выступающий за команду NBA «Денвер Наггетс», использует Moves: «Прочитал где-то в спортивных изданиях про это приложение и ради интереса захотел его попробовать. Жаль, конечно, что следить за своей физической активностью в течение дня нельзя, учитывая игры и тренировки, но остальное время в движении там отображается. Думаю, для тех, кто хочет быть в тонусе и при этом не переборщить с нагрузками, – вещь незаменимая».



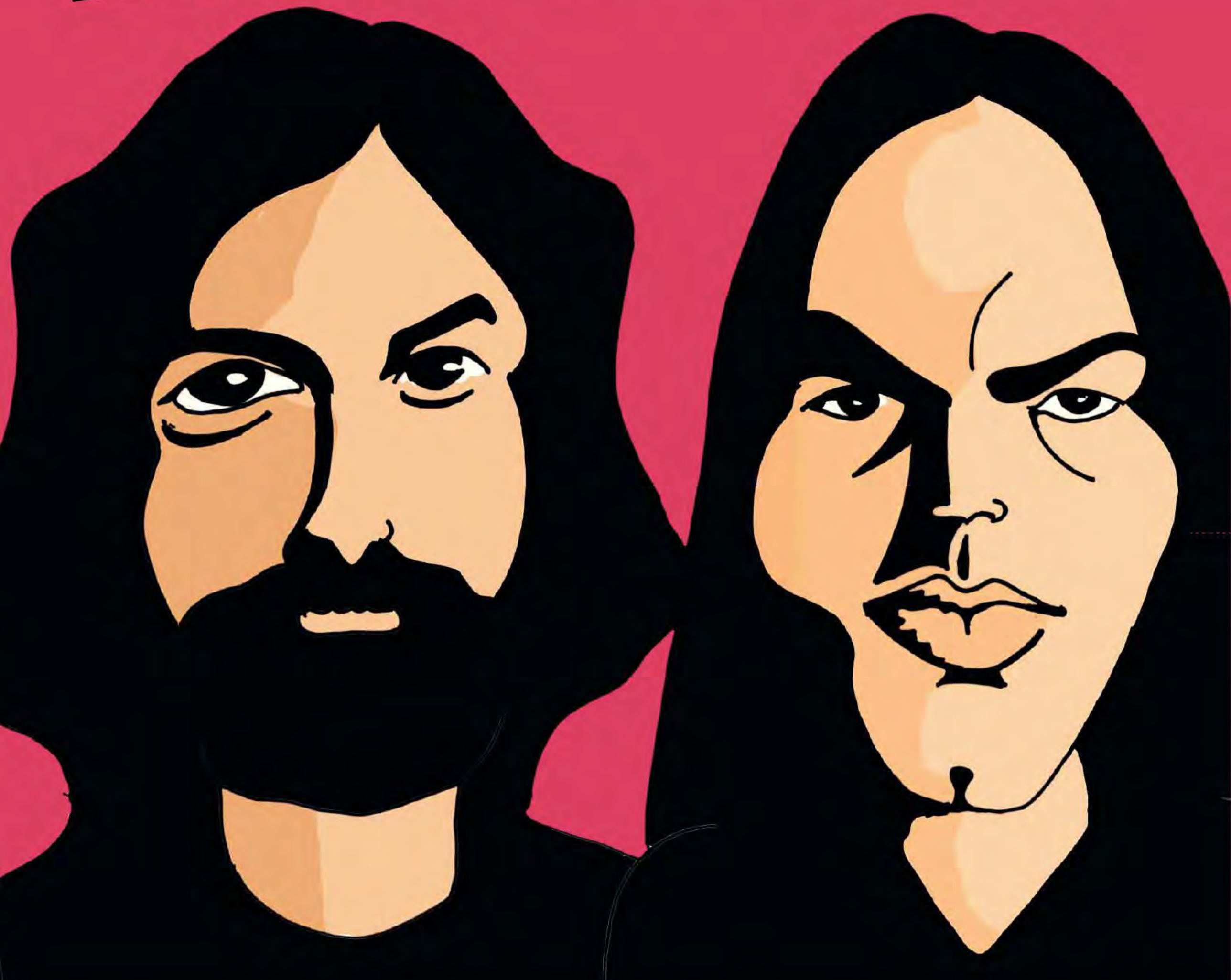
Модный дизайнер **Такун Паничгул,** входящий в Совет модных дизайнеров Америки, рассказывает, что тренируется вместе с iPhone и приложением Nike Training Club: «Персонализированный сервис для тренировки в спортзале. Здесь есть множество вариантов упражнений, так что ты не успеешь заскучать».



Французский теннисист **Жо-Уилфрид Цонга** одержал в прошлом году на турнире Большого шлема «Ролан Гаррос» эффектную победу над Роджером Федерером, а спортивные комментаторы окрестили его новой «восходящей звездой». В его iPhone можно найти miCoach: «Все равно как если бы у меня был собственный тренер. Приложение помогает составлять график тренировок и оценивать их эффективность».

07
МУЗЫКА

PINK FLOYD
THE ENDLESS RIVER



В октябре 2014-го британская группа Pink Floyd намеревается выпустить свой 15-й альбом. Этот факт заслуживает внимания сам по себе, но ситуацию делают еще более интересной некоторые нюансы. Во-первых, Pink Floyd не издавали пластинок ровно 20 лет. Во-вторых, в состав группы, доходивший иногда аж до квинтета, сегодня официально входят всего двое: гитарист и вокалист Дэвид Гилмор и ударник Ник Мэйсон. FHM вспоминает и других людей, без которых 15-го альбома Pink Floyd никогда бы не было

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

Полли Самсон

Британская писательница и журналист, благодаря которой мир и узнал о выходе нового альбома Pink Floyd. В июле 2014-го она опубликовала в Twitter сообщение, снабдив его беззаботным вводным словом «кстати». В 140 знаков Самсон уместила самое важное: пластинка будет называться «The Endless River», поступит в продажу в ближайшем октябре, некоторая часть материала для альбома была записана еще в середине 90-х при участии клавишника Рика Райта, звучит все «красиво». Оснований не верить Полли нет – в конце концов, она – законная супруга текущего лидера Pink Floyd Дэвида Гилмора. Их брак был заключен в 1994 году – тогда же, когда в продажу поступила последняя на сегодняшний день студийная запись группы (довольно спорный альбом «The Division Bell»). Кстати, Полли – соавтор семи из одиннадцати новых песен группы.





Дурга Макбрум

Певица и актриса, на протяжении многих лет принимавшая участие в концертах Pink Floyd в качестве бэк-вокалистки. Благодаря ей поклонники группы узнали о новом альбоме кое-что новое: треки из «The Endless River» будут содержать вокал. Записи, над которыми музыканты работали 20 лет назад, не предполагали песенных структур – речь шла об инструментальных композициях. Но Дурга выложила в Facebook фото, на котором видно, что она сама, еще две вокалистки и Гилмор записывают в студии вокальные треки. Причем Макбрум подчеркнула: в работе находится не сайд-проект или сольник Дэвида (тоже на подходе), а полноценный новый альбом Pink Floyd.

Ричард Райт

В чем Полли и Дурга сходятся – так это в том, что новый альбом является «лебединой песней» Рика Райта. Один из основателей Pink Floyd, знаменитый клавишник, благодаря которому сформировалось уникальное звучание группы, скончался в 2008-м на 66-м году жизни. По слухам, перед смертью он готовил к выпуску сольный альбом, который (внезапное совпадение) также должен был состоять из инструментальных композиций. Примечательно, что на альбомах Pink Floyd Райт все-таки время от времени пел – например, его голос можно услышать в треках «Astromomy Domine», «Echoes» и «Time». Так или иначе, коллеги Ричарда по группе решили отдать дань памяти музыканту – но так, чтобы без халтуры. За основу действительно взяли наработки Райта, появившиеся во времена записи «The Division Bell», но идеи развили и дополнили.



Роджер Уотерс

Гитарист, вокалист, автор песен и в давние времена фронтмен Pink Floyd – пожалуй, главная из персон, не занятых в новом проекте. Уотерс, входивший в группу фактически с момента основания, расстался с ней в 1985-м; еще два года ушло на попытки уговорить оставшихся музыкантов не использовать оригинальное название коллектива. В 2005-м Уотерс впервые за 20 с лишним лет воссоединился с коллегами; Pink Floyd дали благотворительный концерт в Лондоне. Однако от тура, за который группе предлагали круглую сумму, музыканты отказались. Многие считают, что после всего случившегося Гилмор был обязан привлечь Уотерса к записи «The Endless River». Тут, однако, стоит отметить, что сам Роджер не так чтобы торопится вернуться в состав Pink Floyd.





Сид Барретт

И напоследок давай совершим небольшую экскурсию в прошлое: середина 1960-х, гитарист Сид Барретт, друг детства Уотерса, присоединяется к коллективу под названием The Tea Set. Когда группа выяснила, что на одном из концертов им придется делить сцену с одноименным проектом, Сид – фантазер, беспрерывно генерирующий идеи – предложил другое название: Pink Floyd Sound. Поначалу Барретт был неоспоримым лидером коллектива. Первый альбом Pink Floyd, вышедший в 1967-м, состоял преимущественно из его песен. Однако затем поведение Сида стало непредсказуемым, а его творческий вклад – менее значимым, по крайней мере так казалось остальным участникам. Через несколько месяцев после релиза дебютной пластинки Pink Floyd наняли нового гитариста – Гилмора, чуть позже окончательно расстались с Сидом. От Pink Floyd в форме квинтета остались один студийный альбом «A Saucerful of Secrets» и единственное известное широким массам черно-белое фото. Сам же Барретт скончался в 2006-м, ему было 60 лет. Не будет большим преувеличением сказать, что, не возвращаясь в состав группы, он всегда оставался вместе с Pink Floyd. «The Endless River» – в каком-то смысле и его «лебединая песня».

08 КНИГИ

В книжной подборке этого месяца учебник великого мастера – Брюса Ли, подробный прогноз человечеству на ближайшие полвека и лучшая в мире инструкция по продуктивному ничегонеделанию







О пользе лени

Эндрю Смарт

★★★★

(ЗА ЛЕГКОСТЬ)

Хроническая занятость вредна для мозга и здоровая вообще. Одного-двух дел в день достаточно для внутреннего расписание. Иначе – сердце, депрессия и никакого карьерного роста! Автор знает, что говорит, он нейрофизиолог и утверждает: не слушайте трудоголиков, они несчастные лузеры, суетятся не по делу, а все заработанное в бесконечных метаниях потратят на лекарства. Подзаголовок книги вдохновляет еще больше – «Инструкция по продуктивному ничегонеделанию». А если точнее, толковые рекомендации, как превратить свой мозг в настоящий творческий орган и добиться реальных успехов… не вставая с дивана.



Путь опережающего кулака

Брюс Ли

★★★★

(ЗА МАСТЕРСТВО)

Брюс Ли опять живее всех живых. Через сорок лет после смерти его личные заметки, рисунки, схемы, наброски, собранные под одной обложкой, стали сенсацией. Книга мгновенно попала в топы.
В принципе это подсказки для продвинутых, тех, кто уже знает, умеет и понимает. Понимает, что речь в книге идет не только о боевых искусствах, подготовке, атаках и ударах, а в первую очередь о философии жизни. «Интеллект иногда определяют как способность индивидуума приспособиться к окружающей среде или приспособить среду к своим нуждам».

50 ИДЕЙ, О КОТОРЫХ НУЖНО ЗНАТЬ: БУДУЩЕЕ

Ричард Уотсон

★★★★

(ЗА ГЛОБАЛЬНОСТЬ)

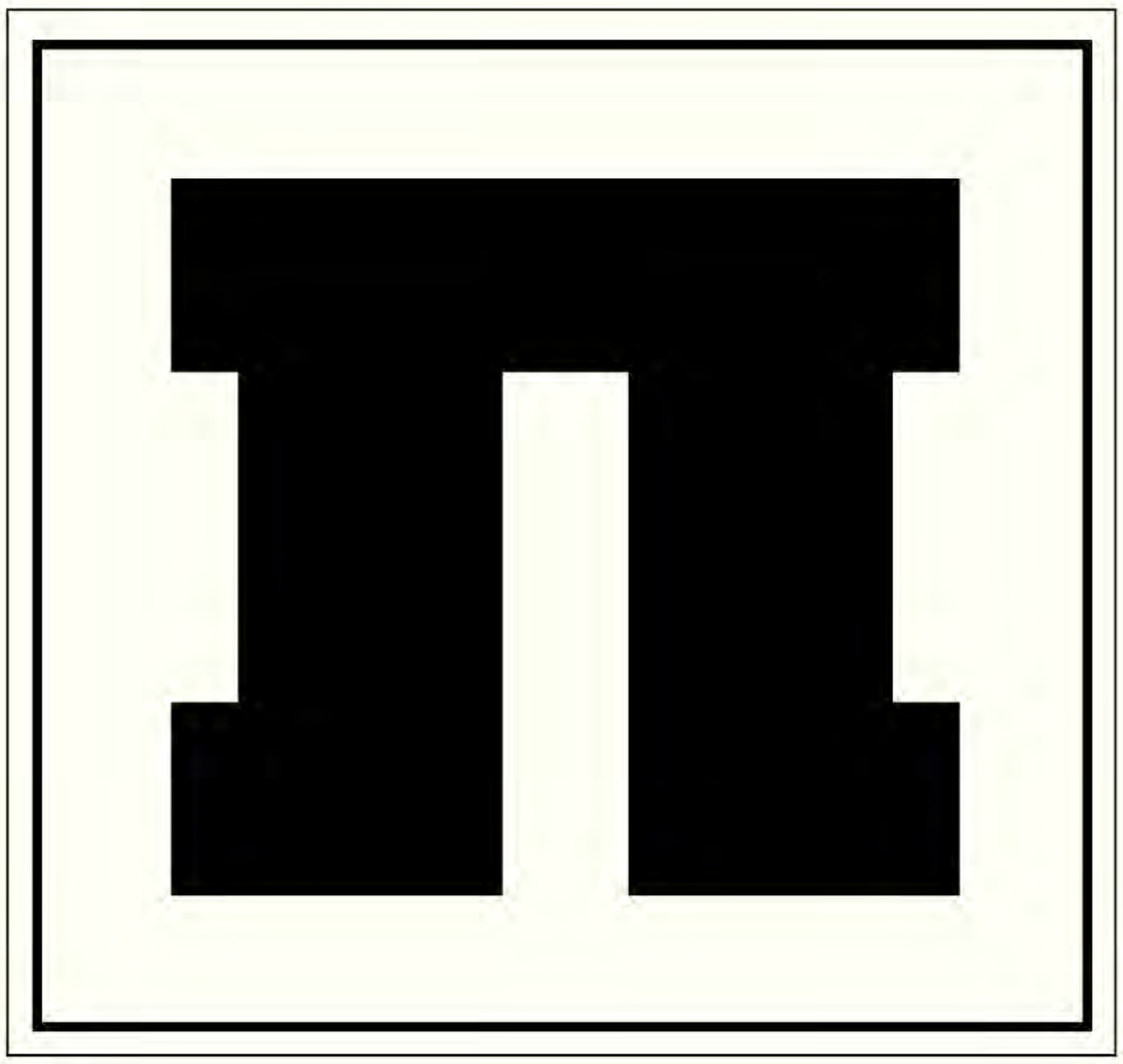


Большой Брат уже следит за каждым из нас. Детей делают в пробирках. Компьютеры встраивают в человеческий организм, космический туризм существует… Эффектная фраза «Будущее уже наступило» – любимый парадокс современных футурологов – стала реальностью.
В принципе с этим можно согласиться, но только если у вас плохо с фантазией или нет соответствующего образования. В этой книге собраны самые смелые и достоверные прогнозы, подкрепленные авторитетными мнениями специалистов мирового уровня. Чтобы не заплутать в перспективах, автор сгруппировал самые яркие и актуальные «эскизы будущего» по темам. От «Политики и власти», «Энергии и окружающей среды», «Городского пейзажа» и «Технических перемен» до перемен социальных, «Постчеловеческого общества» и возможных вариантов конца света. Авторы сценариев голливудских фильмов-катастроф отдыхают. Секретари в приемных, кассиры в банках и супермаркетах, турагенты, киномеханики и мальчики на побегушках – вы вымираете. Будущее за профессиями, которые пока не существуют, но очень скоро будут нарасхват: инженер сенсорного интернета, консультант по вопросам личной репутации, культиватор человеческих органов, директор по конфиденциальной информации, советник по отношениям с роботами, переговорщик с хакерами и консультант по межпоколенческим конфликтам. И вопрос на засыпку: какой ресурс в ближайшем будущем станет самым важным? Ученые не сомневаются, что главным объектом вожделения, вплоть до вооруженных конфликтов, станет простая вода, запасы которой стремительно истощаются. К 2050 году будут введены мировые цены за баррель воды, а пить настоящую родниковую смогут позволить себе только миллионеры. Перспективы, в целом, невеселые. К чему готовиться? Тут как всегда две новости – хорошая и плохая. Плохая – за прогресс надо платить, и чем дальше, тем больше. Хорошая – человечество изобретательно, так что без паники, прорвемся! **FHM**

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

еще одно слово на букву «п»

WWW.PROFILE.RU





новый сайт журнала

профиль

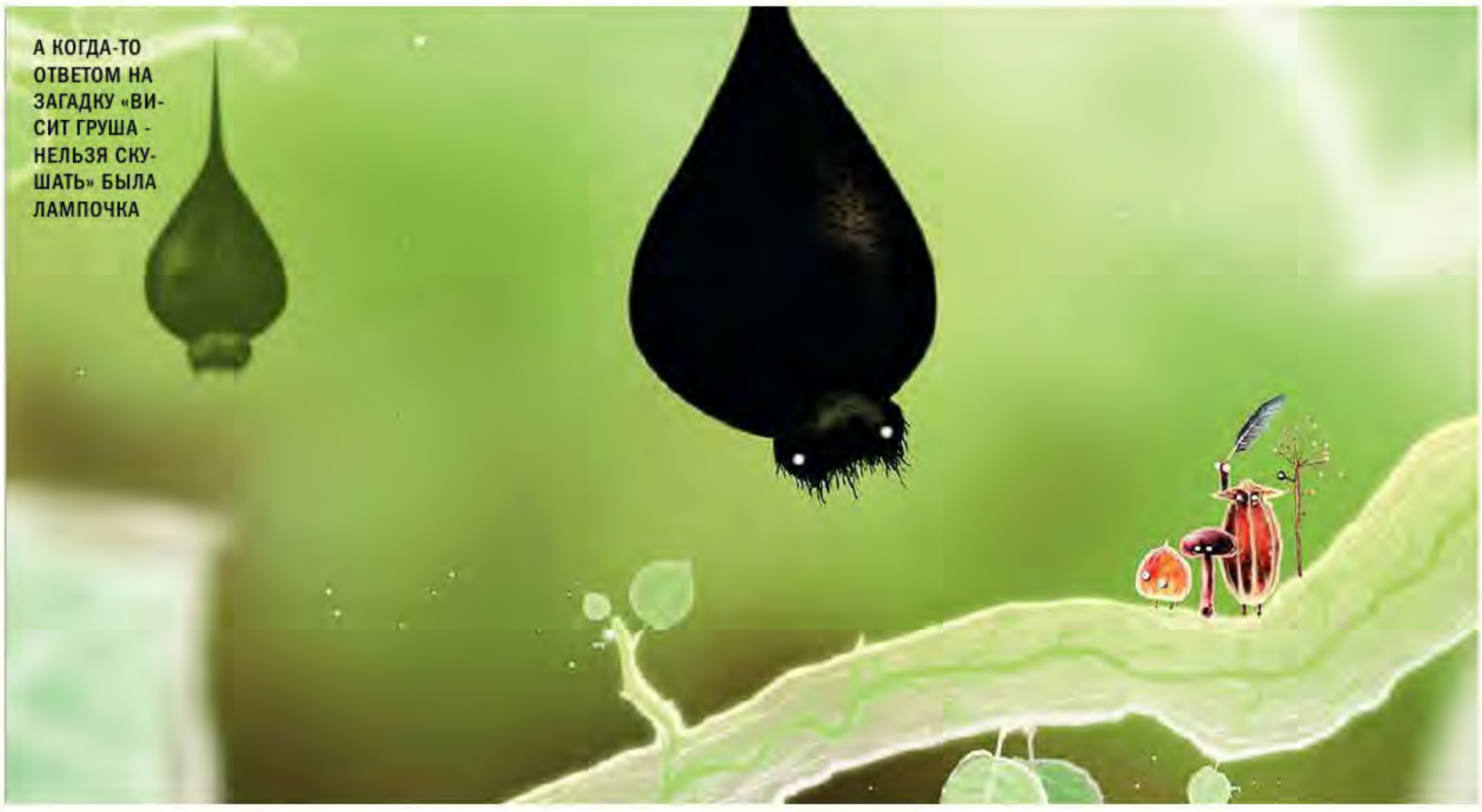
другие слова на букву «п» присылайте по адресу nabukvyp@profile.ru

09
ПРИЛОЖЕНИЯ



Инди-игры – альтернатива «условно бесплатной» жвачке, в которой ты платишь за виртуальное сено и цифровых коров. ***Анна Заболотная,*** *автор блога GeekChick.ru, выбрала самые красивые «независимые» игры*

ИНДИ-ПОШИВ



А КОГДА-ТО ОТВЕТОМ НА ЗАГАДКУ «ВИСИТ ГРУША - НЕЛЬЗЯ СКУШАТЬ» БЫЛА ЛАМПОЧКА

LIMBO

169 рублей в App Store





Черно-белый мальчик исследует чужой, довольно мрачный, но при этом завораживающий мир. Элементарное управление не дает отвлекаться – даже не от сюжета, а от того, что обычно ищут в хорошей книге или арт-хаусном фильме под настроение. Инди-игры больше всего ценят за атмосферу – LIMBO в ее создании преуспел больше всех.

THOMAS WAS ALONE

199 рублей в App Store

Игра о путешествии одинокого прямоугольника вышла сначала на PC, потом на приставках и теперь появилась на iPad. Томас одинок только первые несколько уровней – буквально через пять минут он впервые встречает друзей: набор других прямоугольников со своими характерами и свойствами. Покупка за 200 рублей игры, в которой фигурки из «Тетриса» помогают друг другу прыгать по двухмерному миру, звучит безумием, но там Правда. Очень. Хороший. Сюжет. Ну и, в принципе, Thomas Was Alone – идеальный пример инди-игры: маленькая команда придумала что-то очень странное, и у них все получилось. И у Томаса все получится.





BOTANICULA

169 рублей в App Store





Если ты пропустил ее в 2012 году, когда «Ботаникулу» назначили игрой года в App Store, то тебе можно даже позавидовать. Немного безумная, очаровательная и запутанная аркада тоже рассказывает о дружбе – на этот раз пяти семечек, дерево которых инфицировано паразитами. Помнишь «Машинариум»? Эту игру придумали и нарисовали его авторы, парни из Брно. Фирменный стиль сохранен: ты изучаешь воображаемый мир, тыкая в разные его части, и слушаешь бессвязное чириканье желудей, прутиков, веточек, жуков, грибов и чего только не. Приятно, что хорошие и не самые простые квесты кому-то еще интересно делать.

DEVICE 6

129 рублей в App Store

Жутковатый триллер-книжка, играть в который можно только в хороших наушниках. Игра написана текстом, и тебе придется не только крутить смартфон в разные стороны, но и вслушиваться в хрипение патефона, отслеживать шаги и считывать ключи на английском языке. Игра очень необычная, и ей стоит дать шанс, даже если ты не поклонник жанра. Текст выступает одновременно картой, сюжетом и интерфейсом – поворачивая строчки, ты передвигаешься за своей героиней и открываешь новые двери.





MONUMENT VALLEY

129 рублей в App Store





Один из самых восхитительных релизов этого года, Monument Valley можно использовать как сборник культурных цитат. Невозможные миры Эшера, ленты Мёбиуса, парадоксальная топология, игра Portal, фильмы Тарсема Сингха... даже если тебе вообще ничего все эти имена и названия не говорят, просто посмотри скриншоты. Ида, молчаливая принцесса, карабкается по лестницам многомерной долины, обходя недовольных воронов, чтобы выяснить, что тут случилось и при чем тут она. Игра проходится за один вечер – но фанаты проводят месяцы, перерисовывая и осмысляя уровни и историю Иды.

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

10
НАПРАВЛЕНИЕ

ЦЕННЫЕ УКАЗАНИЯ

Пока остальные привозят из командировок и отпусков магниты на холодильник, ты можешь набить свой чемодан чем-то более интересным, полезным или дорогим



ЛОНДОН
ДЖЕНТЛЬМЕНСКИЙ ОТБОР

На крыше дома №3 по Сэвил-Роу группа The Beatles дала свой последний концерт, но тебе мы советуем зайти туда не в поисках ностальгии. Гораздо проще здесь найти идеальный мужской костюм, а заодно сорочку, туфли, запонки, шляпу и любой другой атрибут денди. Gieves & Hawkes, Dege & Skinner, Cad and the Dandy – если эти названия ничего тебе не говорят, то, возможно, скажут имена покупателей, предпочитающих или предпочитавших отовариваться здесь: Уинстон Черчилль, принц Чарльз, Джуд Лоу, Рассел Кроу и Мик Джаггер. Если вдруг обнаружишь, что тебе вся эта роскошь не по карману, утешься походом в Abercrombie & Fitch – чуть ли не единственный в районе Mayfair заповедник демократизма.

ДУБАЙ
ЗОЛОТОЕ СТЕЧЕНИЕ

Каждый год в столице одноименного эмирата продают товаров почти на 17 миллиардов долларов (примерно в три раза больше, чем в Москве). И хотя весь небоскребный мегаполис забит под завязку сверхсовременными торговыми центрами, тебе мы советуем отправиться едва ли не в самую старую торговую точку: Gold souk. Этот золотой рынок пользуется заслуженной популярностью уже почти сотню лет, и дело тут не только в национальном колорите мастерских и лавочек. Крайне дружелюбная налоговая политика местных властей позволяет торговцам продавать золото и драгоценные камни дешевле, чем в любом другом месте на земле. Так что именно отсюда тебе проще всего привезти своей девушке кольцо для помолвки или пару сережек, чтобы загладить отсутствие кольца.



АРХИВ



ПАРИЖ
ИСТОРИЧЕСКИ СЛОЖИЛОСЬ

Ты только на прошлой неделе выбросил из дома 4 тонны старых вещей, включая два трехколесных велосипеда, три двухколесных, постер Олимпиады-80, плюшевого медведя и проигрыватель пластинок? Поздравляем, теперь тебе придется покупать новые вещи и ждать, пока они благородно состарятся, чтобы было что показать внукам. Ну или ты можешь отправиться в Париж, на один из блошиных рынков: Marché aux Puces de Montreuil, Puces de la Porte de Vanves или огромный Les Puces de Saint-Queen рядом с Монмартром – почти две тысячи магазинов с антикварными книгами, мебелью и одеждой. Внукам будешь врать, что с этой саблей из папье-маше ты сражался в Крымской войне.

АНТАЛЬЯ
МЕХ ДА И ТОЛЬКО

Большинство из нас приезжают на Анатолийское побережье Турции за солнечными ожогами, перманентным похмельем и десятью лишними килограммами. Однако дома, в родном Норильске твой впечатляющий загар смоется буквально через неделю. А вот роскошная волчья шуба или ондатровая шапка согреют тебя и в лютые холода. Впрочем, возможно, в мега-бутике кожи и меха WOUX ты сможешь найти что-то не только для себя, но и для своей Снегурочки. Осталось понять, что ей больше нравится: Gianfranco Ferre, Roberto Cavalli, Oscar de la Renta или Yves Salomon. Ну и не стоит забывать, что вы хоть и в окружении европейских брендов, но на Востоке – а значит, на скидку можно рассчитывать не только в сезоне распродаж.



11 ДЕВУШКА

НА ВЫСОТЕ

В будущем Наташа Кальчук обязательно станет режиссером, а пока что она тренируется на нашем фотографе, объясняя, как ему лучше снимать ее. Тебе остается оценить результат

Текст: Анастасия Бочарова **Фото:** Serge Romanov

ОГОНЬ!







Чем ты занимаешься в свободное время, у тебя есть какие-то увлечения, хобби?
У меня мои увлечения, хобби, свободное время и работа – это одно целое любимое дело. Я человек творческий и увлекаюсь много чем, а в будущем я буду режиссером, ну конечно же, я очень люблю фотографироваться, это приносит мне массу удовольствий.

Опиши свои идеальные выходные дни.
Как все девушки, я люблю отдыхать и проводить время с любимым человеком. Я считаю, что это идеальный отдых – проснуться с милым и провести с ним весь день.

Если бы ты могла побыть на один день в теле любого человека на земле, кто бы это был и почему?
На самом деле мое тело мне безумно нравится, но если бы у меня появилась такая возможность – побыть кем-то, то я бы стала агентом 007, он настоящий мужчина.

Какое любимое место в мире?
Я очень люблю море, солнце и когда тепло. Любимого города и страны еще нет, так как не везде побывала.

Любишь осень?
Осень я люблю, когда не идут дожди, так как осенью невероятно красивая цветовая гамма.

Какое вообще твое самое любимое время года?
Самое любимое – это весна, так как все зеленеет и расцветает после долгой и холодной зимы. И девушки вместе с весной становятся еще прекрасней.

Как считаешь, на съемку в мужском журнале способна только уверенная в себе девушка?
Сняться в мужском журнале может та девушка, которая сама не стесняется своего тела и считает его красивым, а также та девушка, которая сильна духом так как для того, чтобы слушать критику как негативную, так и положительную, нужны дух и хорошие нервы.

Устраивала ли когда-нибудь своему любимому сексуальные сюрпризы? Какие?
Мне кажется, что утренний минет это один из лучших сюрпризов на весь день.

Какой костюм, на твой взгляд, привлекательнее: доктор или учитель-



Я очень люблю фотографироваться. Это приносит мне массу удовольствий

ОГОНЬ!

ница? Сама наряжалась когда-нибудь?
Меня привлекают больше учительницы, потому что они учат чему-то новому. Но мне не приходилось быть учительницей в постели.

Кстати, скоро Хэллоуин. Отмечаешь этот праздник?
Не люблю его. Боюсь страшилок и не люблю кашу из тыквы.

Какие мужчины тебе нравятся больше: брюнеты или блондины?
Мне нравится тот мужчина, который будет себя достойно вести со мной, а цвет волос или глаз, это совсем не важно.

На какой самый рискованный эксперимент со своей внешностью ты бы пошла?
Экспериментом было бы для меня, если бы я поправилась, покрасилась в брюнетку и обрезала волосы.

У тебя есть чувство юмора и важно ли оно в мужчине для тебя?
Чувство юмора – это очень важная деталь в человеке, и у меня эта деталь присутствует. Считаю, что мужчина должен быть хотя бы с

КТО ОНА

Имя:
Наталия
Возраст:
19 лет
Рост:
172
Вес:
50
Параметры:
90-60-90
Знак зодиака:
Телец

В будущем я буду режиссером на семейной площадке

ОГОНЬ!

минимальным юмором, так как без юмора тяжело.

Какие еще мужские качества для тебя важны?
Мужчина должен быть умным и уверенным в своих силах, а также с характером. Чтоб умел настоять на своем. В какой-то мере я даже люблю упертых мужчин. А так же он должен быть немножко романтичен и способен удивлять и делать сюрпризы. И конечно, чтобы ценил девушку и баловал ее своим вниманием, заботой и теплом.

Ты активна в социальных сетях?
Я люблю быть близка с обществом, но не люблю быть ему открыта на все 100%, так что мне достаточно быть в двух сетях – «Вконтакте» и «Инстаграме» – для того, чтобы общаться с теми людьми, с которыми нет возможности встретиться.

Поделишься своим Инстаграмом?
Я там natakalchuk24. Там можно более детально углубиться в мою жизнь, и там есть много привлекательных фото. Жду от вас лайков.

А тебе кто-нибудь передавал эстафету ice bucket challenge?
Да, в моем Инстаграме есть мое сексуальное обливание водой.

Какая из твоих вредных привычек самая вредная?
У меня есть вредная привычка – есть много сладкого.

Кто тебе больше нравится: актеры или футболисты?
Конечно же, актеры, это люди, которые близки мне по интересам и по жизненному ритму. В будущем я буду режиссером на семейной площадке.

Что делаешь, когда тебе грустно?
Когда мне грустно, я звоню друзьям, и мы решаем эту проблему вместе.

Боишься щекотки?
Очень боюсь щекотки. Я ревнивая собственница.

Опиши свой любимый наряд.
Люблю вещи, в которых мне комфортно, и люблю платье по фигуре.

Брюки или юбка?
Больше люблю шорты, так как в них видно ноги, но при этом очень комфортно. FHM



ТЕСТ НА ИСПОРЧЕННОСТЬ

Правила просты: мы не просим героиню вслух перечислять свои проступки, а спрашиваем сумму, которая получилась у нее в уме, по нашему прейскуранту. Вот он:

Просыпалась рядом с незнакомым человеком ***$50***
Занималась сексом на кровати родителей ***$20***
Носила одежду противоположного пола ***$10***
Давала деньги стриптизеру ***$50***
Целовала незнакомого человека ***$25***
Занималась сексом с коллегой ***$25***
Водила в пьяном виде ***$25***
Напивалась на работе ***$50***
Использовала сексуальные игрушки ***$100***
Напивалась до беспамятства ***$25***
Купалась нагишом ***$25***
Занималась сексом в бассейне ***$50***
Целовала человека такого же пола ***$15***
Доводила партнера до оргазма оральным сексом ***$25***
Украла что-нибудь ***$25***
Снимала откровенное домашнее видео ***$100***
Занималась сексом втроем ***$150***
Занималась сексом на природе ***$50***
Занималась сексом с кем-то, кто старше тебя на 10 лет ***$50***
Ходила голышом в людном месте ***$100***
Была арестована ***$50***
Писала в бассейн ***$15***
Играла в «бутылочку» ***$5***
Делала что-то, о чем сожалеешь ***$10***
Обманывала партнера, что секс понравился ***$30***

Результат Наташи: $245 из 1080

100 ВОПРОСОВ

ЖОРА КРЫЖОВНИКОВ

Когда Жора (он же Иван, он же Андрей) снял первую часть «Горько!», мы проявили силу воли, чтобы не задать ему 100 фирменных вопросов FHM. Но когда узнали про «Горько! 2», удержаться было уже невозможно

Интервью: Константин Подстрешный

001 Был ли в «Горько!» момент, популярность которого стала сюрпризом для тебя самого?
Успех как таковой оказался одним большим сюрпризом.

002 Во время съемок первой части Бекмамбетов сильно вмешивался в процесс?
Нет, Тимур Нуруахитович вообще не вмешивался, мне кажется, это самый лучший продюсер в России.

003 Был ли персонаж, которого он добавил в сценарий?
Нет, не было такого.

004 Когда появилась мысль снять сиквел?
А вот это – идея Тимура. Он сказал, что если и делать вторую часть, то надо снимать ее про поминки. Мне идея показалась достаточно провокационной, чтобы оправдать продолжение.

005 Есть ли повод привести на поминки Светлакова?
Есть, а какой – не скажу.

006 Когда и при каких обстоятельствах появился Жора Крыжовников?
Четыре или пять лет назад. Мне хотелось поучаствовать в одном конкурсе, но я был знаком с организаторами и решил сделать это под псевдонимом.



005 ИЗ ВЫРЕЗАННЫХ СЦЕН ПРОДЮСЕРЫ СОБИРАЮТСЯ СМОНТИРОВАТЬ БОЕВИК ПРО ЗОМБИ

007 Одного псевдонима мало было? Откуда появился Иван Тохтамыш?
Иван Тохтамыш снимает сериалы на телевидении, а Жора работает в кино.

008 А что делает Андрей?
Отдыхает, купается, баклуши бьет...



004 – НУ, ТАК СНИМАТЬ НЕЛЬЗЯ! НИ ОДНОЙ ПУЛИ В ЗАМЕДЛЕННОМ ДВИЖЕНИИ

009 Что думаешь по поводу тенденции сперва снимать фильм, а потом показывать его в виде сериала?
Да черт его знает, оценки раздавать – это не ко мне. Я не кажусь себе специалистом по рецензированию работ своих коллег.

010 Что бы ты поменял на телевидении, если бы была такая возможность?
Мне телевидение по большому счету неинтересно, чтобы там что-то менять.

011 Что нужно знать человеку, который решил работать в кино?
Чтобы сейчас работать в кино, нужно не знать, а хотеть. Если хочешь – будешь. Такой большой спрос сейчас на все профессии, что главное – желание

012 Ты можешь уволить профессионального сотрудника, если тебе будет некомфортно с ним работать?
Увольняю исключительно по профессиональным соображениям. Нанимаешь по одежке, а увольняешь по профессионализму.

013 Можешь ли озвучить свой минимальный гонорар?
Так много, что завистники меня порвут. Из соображений безопасности не могу это сделать.

014 На кого сегодня не обращают внимание, а зря?
Короткометражный конкурс «Кинотавра» мне всегда казался интереснее основной программы. Много талантливых молодых ребят, считаю, там искать надо.

015 Твое первое воспоминание?
Сижу на кухне и грызу деревянную ложку прорезающимися зубами, мне восемь месяцев.

016 Предмет, с которым у тебя были нелады в школе?
Со всем, кроме литературы и истории, у меня были нелады.



100 ВОПРОСОВ

017 Какой самый ужасный поступок ты совершил до 16 лет?
Один раз струсил в драке и убежал.
018 Поступок, которым гордишься?
Нет такого.
019 Ты когда-нибудь воровал?
Да, в институте по пути домой я воровал шоколадки из магазина.
020 Когда в твоей семье появился видеомагнитофон?
Рано. Году в 1990-м.
021 Можешь вспомнить, какой первый фильм на нем посмотрел?
Ярко помню, какой первый фильм посмотрел в видеосалоне: «Нечто» Джона Карпентера. Совершенно незнакомое кино, которого в Советском Союзе не видели. Было очень страшно.
022 Когда у тебя появился первый компьютер?
В 1986 году. У меня папа радиолюбитель, он сам спаял – РК-86 назывался.
023 Последняя видеоигра, которую ты запускал?
Hitman Contracts.
024 Причина, по которой ты не служил в армии?
Я уклонист.
025 За что получил первый рубль?
Поехал с папой из Сарова в Москву. Купил блок жвачек по рублю штука и продал по два.
026 Когда лучше всего побывать в Сарове?
Саров – это закрытый город, просто так туда не попасть, но вообще лето и осень в Сарове просто потрясающие. На некоторых улицах деревья смыкаются над проезжей частью и получается лесной тоннель.
027 Самый странный способ, которым зарабатывал деньги в 90-х?
Торговал пепси-колой.
028 Правда ли, что ты занимался организацией свадеб?
Да, но это было уже в нулевые.
029 Сколько можно заработать на свадьбе?
Очень много. Последняя свадьба, в организации которой я участвовал, прошла в Барвихе Luxury Village, где какой-то газовик в пятый раз женился.
030 Что важно помнить организатору?
Вторая часть свадьбы всегда одинакова – пьянство, в лучшем случае – веселое. А вот первая часть должна быть красивой.
031 В каком возрасте получил права?
Поздно, лет в 29.





032 Самая серьезная авария, в которую ты попадал?
Полгода назад передо мной тормозила машина, я уходил от столкновения и попал под пассажирский автобус. Он меня откинул на отбойник и половину машины стесал. Пришлось продать на металлолом.
033 Известные девушки, которых ты считаешь привлекательными?
Очень нравится Одри Хепберн и категорически не нравится Мэрилин Монро. Мне кажется, это знаковый выбор.
034 Как относишься к порнографии?
Хорошо.
035 Ты когда-нибудь дрался из-за девушек?
Легкие потасовки, без пулевых ранений.
036 Кто в доме хозяин?
В нашей семье – жена. Это не значит, что я как-то ущемлен в правах, но она свила гнездо по своим законам, я по этим законам стараюсь существовать.
037 Как правильно ответить на вопрос: «Скажи правду, я толстая?»
Сказать, что худая.
038 В каком возрасте и от кого ты узнал, что есть такая штука – секс?
В начальной школе, лет до девяти. Позже, когда стал подростком, появились такие сфотографированные книжки про секс. У меня такая была, в ней какие-то подробности раскрывались.



039 В каком возрасте потерял невинность?
В 14 или 15, не помню.
040 Ты когда-нибудь просыпался в кровати с незнакомой женщиной?
Нет, со всеми предварительно знакомился.
041 Лучшая черта в женщинах?
Умение быть разной. Умение меняться.
042 Худшая черта в женщинах?
Попытка управлять мужчиной, чего я лично не терплю.
043 Что делать, если влюбился в девушку друга?
У меня был такой случай. Закончилось тем, что она ко мне ушла, а дружба распалась. Но тут просто надо выбирать, что сильнее: дружба или любовь.
044 Ты ревнив?
Я – нет.
045 Ты бы разрешил своей жене сняться для нашего журнала?
Не уверен!

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ



046 В каком возрасте впервые попробовал спиртное?
Лет в 13.
047 Когда последний раз выпивал более трех рюмок?
Года три назад на Новый год девять «маргарит» выпил.
048 Виски или водка?
Виски.
049 Ты крещеный?
Нет.
050 Ты верующий?
Нет.
051 Ты сова или жаворонок?
Сова.
052 Что тебе нельзя, но очень хочется?
Такого нет.
053 Есть такая работа, которую бы хотел вычеркнуть из своей биографии?
«Валера ТВ» – скетч-ком для канала СТС, который я снимал несколько лет назад, и он не получился.
054 Ты можешь слушать песни Лепса?
До первой части «Горько!» я не слышал Лепса. А теперь во второй части у нас одна из основных песен – «Рюмка водки». Поэтому могу! Могу слушать.
055 Музыкальный инструмент, на котором не умеешь, но хотел бы научиться играть?
На рояле.
056 Microsoft или Apple?
У меня оба.
057 Музыка, которая играет у тебя в машине?
В основном аудиокниги слушаю.
058 Главная группа XX века?
«Битлз».
059 Какую mp3 ты скачал последней?
Генри Перселл – Cold Song.
060 Последняя строчка в твоем торрент-клиенте?
Я не качаю торренты.
061 Какую книгу ты прочел последней?
Научно-популярная – «Неслучайная случайность» Млодинова.
062 Фильм, который не переключишь?
«Особое мнение», «Афоня», «Психо», много таких...
063 Твое самое яркое путешествие?
Нью-Йорк.
064 Ты пьешь энергетики, чтобы взбодриться?
Ни в коем случае, а кофе пью постоянно.
065 Вид спорта, который тебе не претит?
Смотреть все могу, а играть тянет в баскетбол.
066 Блюдо, которое ты можешь приготовить без вреда для здоровья?
Сосиски.
067 Домашнее животное, которому не грозит гибель, если ты его заведешь?
Мейн-кун.
068 У тебя есть псевдоним в Сети?
Отдельного нет. Просто Жора Крыжовников в Фейсбуке.
069 Когда последний раз вбивал свою фамилию в поисковой строке Google?
Фамилию – очень давно. А псевдоним – недавно, посмотреть, что там говорят в связи с ближайшей премьерой.
070 Что может вывести тебя из себя?
Непрофессионализм. Пофигизм.
071 Главная беда современного российского мужчины?
Да как-то за всех мужчин я не могу сказать...
072 Твой кризис среднего возраста уже был или еще будет?
Еще идет.
073 Главное качество для отца?
Внимание.
074 Почему многим мужчинам после 30 ничего не хочется?
Я вот этот же вопрос хотел задать.
075 Голосовал на последних выборах?
На президентских – да.
076 Тебя звали участвовать в политических движениях?
Нет.
077 Что думаешь о попытках ограничить торренты?
Я считаю, за любую работу надо платить. Но самое главное – доступность легального контента.
Появились сайты, где за небольшие деньги можно смотреть свежий продукт, я ими пользуюсь.
078 Есть способ быстро решить национальные проблемы России?
Способ есть, только он, боюсь, никому не понравится, так что я о нем рассказывать не буду.
079 Что думаешь о присоединении Крыма?
Сложный вопрос. Но у меня негативного отношения нет.
080 Ходорковский высказался против, продолжаешь его поддерживать?
Мое отношение к людям не зависит от их мнения по присоединению Крыма. К Михаилу Борисовичу я отношусь с уважением, дело не в его отношении к той или иной проблеме, а в том, как он жил последние десять лет.
081 Что ты думаешь о Советском Союзе?
Советский Союз – это зло.
082 Нужно ли отменить мораторий на смертную казнь?
Думаю, да.
083 Нужно ли наказывать за занятие проституцией?
Нет.
084 Если бы ты мог отправить себе SMS в прошлое, о чем бы она была?
«Все будет хорошо».
085 Какой самый нелепый слух о тебе?
Я не такой медийный персонаж, чтобы обо мне слухи распускали.
086 Сделать работу хорошо или вовремя?
Хорошо.
087 Что последнее ты потерял?
Права.
088 А что нашел?
Не везет мне, ничего не находил.
089 Что последнее у тебя украли?
Боюсь, что права и украли...
090 Есть бизнес, в который ты вложил гонорары?
Есть.
091 Деньги меняют тебя к худшему?
Деньги меняют меня к лучшему!
092 Когда ты последний раз испытывал чувство полного счастья?
Вчера.
093 Сколько стоит пакет молока?
Не знаю.
094 Подаешь ли ты нищим?
Нет.
095 Какая картинка стоит у тебя обоями на рабочем столе?
Пустой стул из короткометражки «Проклятье».
096 Расскажи о себе что-нибудь, что еще никому никогда не рассказывал?
Я такой болтун, что мне кажется, я уже все кому-то рассказывал.
097 Чем ты занимался до того, как отвечать на эти вопросы?
Жил.
098 Что хочешь делать через 20 лет?
Писать сценарии, снимать кино.
099 За время интервью ты хоть раз соврал?
Думаю, да.
100 Как расшифровывается FHM?
Я вот как раз об этом размышлял перед интервью. Как? **FHM**



Эми Уиллертон ВСЕ КАК ПО МАСЛУ

ДЖОРДАН УОЛЛЕР МАРШАЛЛ ДЖОНС

Представь, что мы попросили тебя написать на бумаге список качеств идеальной девушки Бонда. Вероятнее всего, ты включишь в него следующее: отличная фигура, умение соблазнительно выходить из моря, сексуальный заморский акцент, жажда приключений, поставленные боевые удары. Эти же пункты включены в личное дело девушки с обложки этого номера, которая, впрочем, становится самым популярным объектом экспорта британской культуры. Ее обгоняет разве что сам Джеймс Бонд. Интересно, смогла бы Эми Уиллертон попасть в шпионскую сагу, когда следующая подруга агента 007 уже определена? «Это моя мечта! – говорит Эми нам. – Только представь, как круто было бы в шестьдесят лет рассказывать всем, как я была девушкой Бонда. Вот бы это интервью прочитал кто-нибудь из продюсеров фильма...»

Ничего, время добраться до большого кино у девушки еще есть. В свои двадцать один мисс Уиллертон уже получила звание самой сексуальной женщины Великобритании и даже Вселенной. Она появилась в последней серии «Я знаменитость, заберите меня отсюда», где своим приходом отодвинула Класс и Флэнаган на второй план и задала новую планку, как правильно принимать душ прилюдно. Теперь Голливуд находится в ее досягаемости, и девушка твердо намерена добавить актерский опыт в свое резюме.

Дорог в кино ведет множество. И после победы в реалити-шоу талантов Эми решила найти свою. Она стала Мисс Великобритания задолго до телевидения. Но только в 2013-м, когда мы впервые опубликовали заметку об Эми на FHM.com, материал собрал рекордное количество просмотров и практически сломал сервер.

Но не стоит думать, что с конкурсами красоты было все так плохо и никто не знал девушку за пределами судейской скамьи. По крайней мере в Азии так не было.

«Я привыкла, что меня узнают на другом конце света довольно часто, – говорит она. – Они там действительно интересуются конкурсами красоты, поэтому победительница Британии, для них этот титул кое-что значит. У меня очень часто просят автографы в Таиланде, когда в Бристоле люди понятия не имеют, кто я такая». Так кто такая Эми Уиллертон? «Я обычная девчонка из Бристоля, которая однажды захотела стать принцессой».

Когда ты поняла, что знаменита?

Сразу после шоу «Я знаменитость». Я отправилась на рождественский шопинг и меня обступили со всех сторон. Один человек попросил сфоткаться – и понеслось. Тогда я поняла, что жизнь изменилась и мой шопинг будет проходить онлайн не только в Рождество.



Это должно нехило напрягать…
Да, но если я не хочу излишнего внимания, тогда я не должна появляться в телевизоре. Так что я не могу жаловаться. Не так сложно быть капельку вежливой. Хотя надо признаться, что после джунглей (Эми участвовала в реалити-шоу, съемки которого проходили в настоящих джунглях. – **Прим. ред.**) я приехала неподготовленной к такому интересу к моей персоне.

А что обычно тебе говорят, когда подходят?
Меня спрашивают, как там было в дикой природе, и потом просят сфотографироваться, так как их брат – мой фанат. Мне никогда не говорят, что я нравлюсь им. Снимок всегда делается ради «брата». (*Смеется.*)

Есть ли у знаменитостей льготы?
Обычно я стараюсь их избегать, но вот сейчас мне подарили автомобиль. Это Jeep Wrangler, собранный исключительно под меня.

В ПЕРВЫЙ ЖЕ ДЕНЬ Я ЛЕЖАЛА В КОРОБКЕ С ПИТОНОМ НА ЛИЦЕ

В нем установлены двухметровые колонки и огромная плазма?
О боже, нет. О такой популярности я могу только мечтать.

Мы брали интервью у Вика Ривса (английский комик, участвующий в шоу. – Прим. ред.), и он сказал, что это вот шоу «Я знаменитость» – полнейшая ерунда. Это правда?
Смотря с какой стороны посмотреть. В детстве я ходила в походы чуть ли не каждые выходные, поэтому я люблю природу. Но многим вдали от цивилизации было нелегко. Не скажу, что мы там были как на курорте.

Бывали моменты, когда ты жалела, что подписалась на это?
В первый же день. Я лежала в коробке с питоном на лице. Тем не менее тот факт, что я жила как пещерный человек, спала под открытым небом и ползала через яму пауков, заставляет меня гордиться собой.

Ты любишь приключения?
Еще как! Я обожаю экстремальные виды спорта: дайвинг с акулами, бейсджампинг. Я люблю принимать вызов и выводить себя из зоны комфорта.

Если бы тебя позвали на первое свидание банджи-джампингом, согласилась бы?

Эми Уиллертон



Эми Уиллертон



Это было бы нереально круто! Если бы парень сказал мне: «А давай просто полетаем где-нибудь, устроим себе приключение», – то сбылась бы моя мечта. Спонтанность – это круто.

Все эти конкурсы красоты, должно быть, сумасшедшие?
На самом деле они никогда не бывают злобными, никаких стекол в каблуках и оскорблений. По крайней мере со мной такого не было. На «Мисс Вселенная» все девчонки уже имели национальный титул, так что самолюбие у всех давно уже удовлетворено и вы соревнуетесь на равных.

У тебя есть особый талант, который ты демонстрируешь на конкурсах?
На «Мисс Мира» мой талант был язык глухонемых. Мой брат не говорит, так что я так с ним общаюсь.

Кого, кроме британцев, ты находишь сексуальными?
Мне нравятся итальянские женщины. Они так естественно привлекательны. Чем естественнее девушка, тем сексуальнее она.

А ты естественная?
Целиком и полностью! Я действительно обычная девчонка, не особенно клевая и даже немного странная. В школе я вообще была ботаном в брекетах и очках. Я не из тех, кто с детского сада супермодель.

И насколько же ты ботан?
Я люблю средневековые штучки, например, читать про казни, когда людям отрубали головы. Я безумный фанат истории. Мне и сериал «Тюдоры» очень нравится. Я могу рассказать все про шестнадцатый век. По выходным я хожу в музей, а не по магазинам.

Тогда и «Игра престолов» тебе должна бы нравиться?
Еще как! Это невероятное шоу. Мне особенно понравилось, когда они… (*Этот фрагмент разговора FHM был вынужден вырезать, чтобы избежать спойлеров.* – **Прим. ред.**)

В ШКОЛЕ Я ВООБЩЕ БЫЛА БОТАНОМ В БРЕКЕТАХ И ОЧКАХ

В мире Вестероса за кого бы ты сражалась?
Определенно за Калесси (роль Эмилии Кларк. – **Прим. ред.**). Я бы прокатила на драконе. И я обожаю Эмилию Кларк, она такая стройняшка. И Натали Дормер тоже. Когда я участвовала в Лондонском марафоне, Натали стояла около меня. А я так пялилась, как если бы это была сама Анна Болейн из «Тюдоров». Вышло довольно неловко.

Что произошло?
Сначала я подумала: «Черт, да это же Натали Дормер стоит рядом со мной». Потом повернулась к ней и ляпнула: «Натали, я люблю тебя!» И она знала, кто я. И не хотела ничего говорить, но в голове просто вертелись мысли: «Ты не представляешь, как ты мне нравишься, какой я большой фанат твоего творчества, и вообще выходи за меня».

Это чувство было взаимным?
Я надеюсь. Мы бы были прекрасной парой, и у нас были чудесные детишки, если бы, конечно, нас не возбуждал противоположный пол.

Кто твой пример для подражания?
Может быть, Моника Белуччи или Жизель Бюндхен.

Каково оказаться в претендентках на звание «Самой сексуальной девушки планеты» по версии FHM?
Это очень классно – быть частью чего-то культового. Когда мне было 18 лет, я впервые пришла в офис FHM, чтобы обсудить участие в «Девушке месяца». Я помню, что сказала: «Это здорово, но я лучше вернусь и снимусь для вас, когда вы поставите меня на обложку». Сейчас довольно неловко об этом говорить, но ведь так оно и случилось.

Мы слышали, ты пробежала марафон, так что, должно быть, находишься в хорошей форме. Оцени себя по десятибалльной шкале.
Ну, скорее всего, я поставила бы себе «семерку», хотя я легко могу добраться до состояния 9+.

Ты очень гибкая?
Моя сестра в этом плане куда способнее. Но я могу запрокинуть ногу за голову. Наверно, что-то семейное.

Так ты говоришь, ты родом из Бристоля. Может быть, ты знаешь, кто на самом деле Бэнкси?
Вообще, один из моих школьных учителей говорил, что дружит с ним и что его зовут Роб.

Откуда нам знать, что ты не врешь? Признавайся, это ты рисуешь граффити ночами?
Вы никогда не узнаете правду…

А что бы ты нарисовала, если бы мы снабдили тебя баллончиками?
Наверное, я бы просто пошла на могилу Генриха VIII и написала на ней: «Убийца Анны Болейн».

Твоя вторая любовь – лыжи. Занималась непристойностями в снегу?
Я каталась в таком месте, где в середине склона был горячий источник. Все раздевались и прыгали в него – было довольно весело.

Как лучше всего затащить тебя на каникулы на лыжах?
Парню нужно быть очень быстрым и не отставать, потому что за мной сложно угнаться. FHM

ОБИНСТАГРАМЬСЯ

На Инстаграм Эми **@missamywillerton** подписано 461 630 человек, и их число растет с каждый днем. Следуй ее советам и, кто знает, однажды ты тоже сможешь стать селфи-мастером.

1 Будь собой
«Публикуй фотографии, которые рассказывают что-то о тебе, будь это пение в душе или глупая рожа. Не загружай псевдоумные фотки в попытке выглядеть круто. Это выглядит просто скучно».

2 Найди правильный угол
«Выбери свой удачный ракурс. Я, например, хорошо получаюсь, когда меня снимают сверху вниз».

3 Раскручивай себя
«Если никто не знает, что ты публикуешь фотки, как ты собираешься найти фолловеров? Соедини аккаунт в Инстаграме со своим Твиттером и Фейсбуком и используй хэштеги, тогда тебя заметят больше людей».

АЛАН ШИРЕР СМОТРИТ НА ТВОИ РОЗОВЫЕ БУТСЫ, КАК НА Г****



Вдобавок один из лучших английских бомбардиров в истории отказывается именовать себя легендой... FHM не согласен

Алан Ширер зол. По-настоящему. Если что-то и выводит из себя легенду футбола и заставляет повысить голос, то это современная цветовая вакханалия.

«Цветные бутсы? На взрослых мужиках? Ребята, ну вы серьезно, что ли? Я только что видел Яя Туре в разноцветных бутсах. Одна – розовая, а вторая – нежно-голубая. Это, по-вашему, мужской спорт? Что случилось с нормальными черными бутсами, как в старые добрые времена?» Мы думаем, ты понял, что такие припадки в последнее время случаются с господином Ширером все чаще и чаще, потому как на чемпионате мира в Бразилии добрая половина футболистов от Серхио Агуэро до Оливье Жиру нарядилась в эти пумовские вырвиглаз-бутсы. «Футбол стал слишком показушным. Даже у ветеранов бутсы сейчас будто радуга, – сокрушается Алан. – Что уж говорить о молодых пацанах, которым деньги падают с неба, когда они едва закончили школу. А потом все удивляются, что в Англии так мало нормальных футболистов. Откуда им взяться? У нашей молодежи жизнь уже удалась, им нечего хотеть, не к чему стремиться».

Алан Ширер – такой. Умудренный опытом поклонник аутентичного цвета обуви режет правду-матку сразу и не юлит при обсуждении самых скользких тем: «Как комментатору мне платят за то, чтобы я говорил о футболе, что я и делаю. Все, кому не нравится мой стиль, всегда могут переключиться на другой канал».

Кто-кто, а Алан имеет право на громогласное высказывание своего мнения. Такую карьеру, как у него, не сделаешь, держа язык за зубами. Вернее, даже не карьеру, а карьеры: лучший бомбардир АПЛ, капитан сборной Англии, тренер клуба высшего дивизиона и комментатор, половины его достижений в каждой из областей многим хватило бы на всю жизнь, а Ширер всегда всего мало. Именно поэтому свою последнюю ипостась – главного эксперта-аналитика в программе Match of the Day на BBC – он увлеченно начал развивать с нуля в возрасте 43 лет, уже имея статус национального достояния. «Ой, да какая я легенда, я вас умоляю. Легенды выигрывают чемпионаты мира и Европы, Лигу чемпионов, а я ничего такого не выигрывал. Конечно 422 гола за карьеру

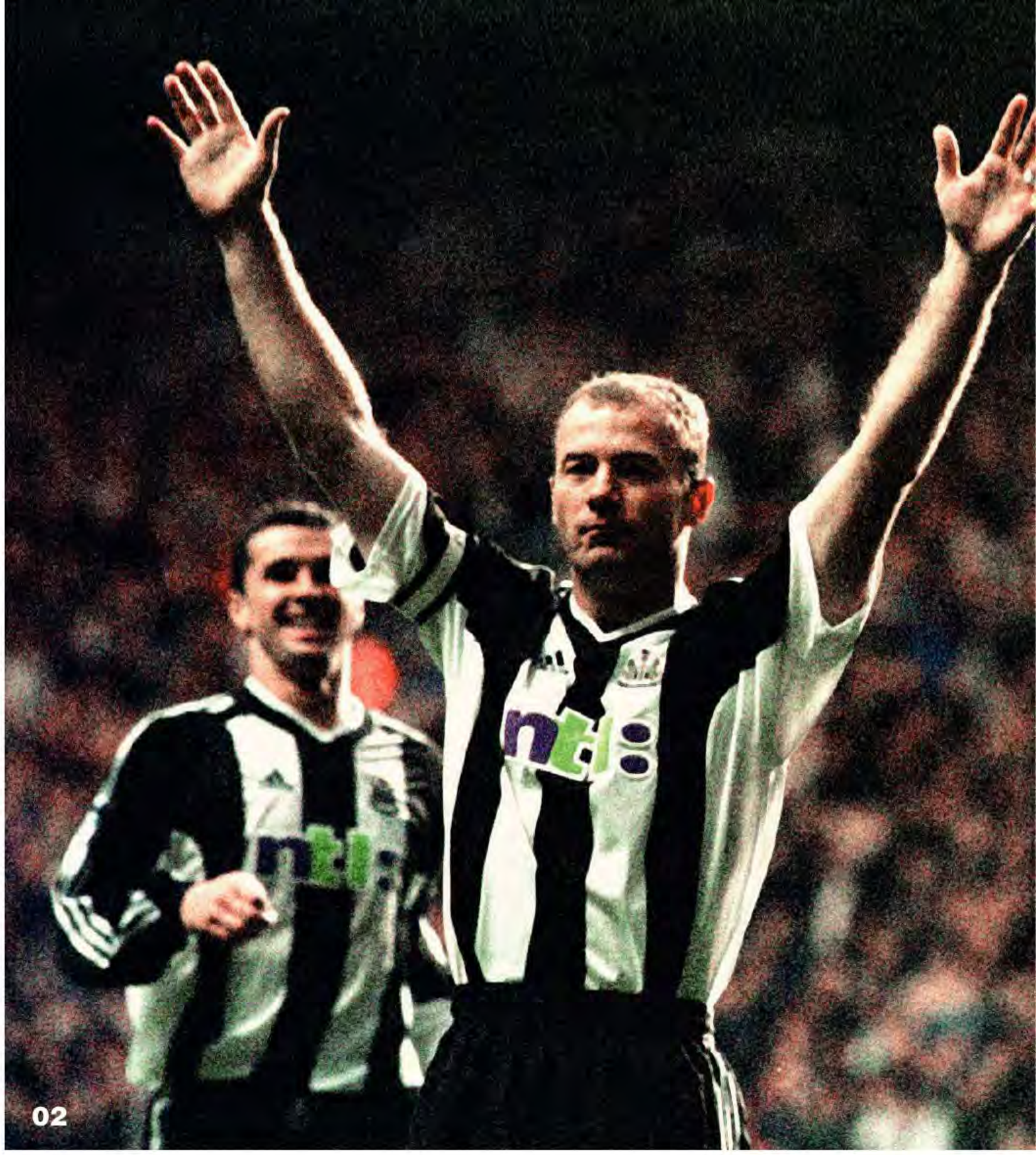
EAST NEWS

FHM HERO

не каждый нападающий забивает, так что хоть с этим мне повезло».

На Чемпионате мира-2014 Алан комментировал для Би-Би-Си, а после сменил великого Алана Хансена во главе Match of the Day, накануне 50-летнего юбилея самой популярной спортивной программы в Британии. «Конечно, я буду скучать по Алану, – говорит Ширер. – Последние 22 года он был настоящей иконой телеэфира. В его уходе лишь один положительный момент: мне больше не придется быть его мальчиком на побегушках». На побегушках? «Ну, как «младший по званию», я всегда заваривал Хансену чай перед эфиром. Как только мы прибываем на эфир, Алан сразу же прекращает всякую деятельность и с 11 утра до вечера просто сидит на диване, как король на троне, а все вокруг него суетятся. Единственный способ завладеть его вниманием, это принести ему чай».

К счастью, с повышением Алана у него теперь появится свой «чайный мальчик». Встречайте: ходячая реклама шампуня – златовласый Робби Севидж. Робби уже успел поработать с Аланом в кадре и поделился своим мнением о старшем коллеге: «Многие думают, что в жизни Алан такой же суровый и серьезный, как на экране, но как только звучит команда «снято», он главный весельчак на площадке».



02

Сын сталевара Ширер родился всего в трех километрах от стадиона «Сент-Джеймс Парк» в Ньюкасле, с которым у Алана будут связаны самые яркие воспоминания. Но начинал он в Саутгемптоне, где отметился хет-триком в первой же игре, а после завоевал славу в Блэкберне, куда перешел в год рождения английской Премьер-лиги, где в 1995-м добился чемпионства и титула лучшего футболиста года. Но детские мечты рано или поздно должны были привести его домой. Алан не смог устоять перед предложением «Ньюкасл Юнайтед», который выкупил его контракт за рекордные по тем временам 15 миллионов фунтов. За «сорок» (прозвище футболистов «Ньюкасла». – *Прим. авт.*) Ширер забил 206 голов в 404 играх, периодически отвлекаясь на матчи сборной (30 голов в 63 играх, включая «Золотую бутсу» Евро-96). Главный тренер той сборной Англии состава 1996 года Терри Венейблс утверждает: «Термин «легенда» уже сильно заезжен, конечно, но если речь идет об Алане Ширере, то «легенда» – это даже слабо сказано. Он был просто гениальным футболистом по всем пунктам, он был смелым, быстрым, с хорошо поставленным ударом, забивал с любой позиции и расстояния, с игры или стандартных положений».

Увы, ничто не вечно, в 1999-м годы потихоньку начали брать свое, и Алан вынужден был отказаться от карьеры в сборной и сосредоточиться только на клубных выступлениях. «Мне очень не хотелось заканчивать играть за сборную, но организм просто не мог больше выдерживать двойных нагрузок, – сожалеет Алан. – Конечно, возраст мой не был таким уж критическим, мне было всего 29, но я просто не мог позволить себе делать что-либо ниже уровня своих возможностей. Играть вполсилы – это не по мне». «Ньюкасл Юнайтед» от такого решения Ширера выиграл больше всех. Алан отыграл за клуб еще целых 7 лет, уйдя на покой в возрасте 36 лет в 2006-м.

Популярность Алана в «Ньюкасле» делала его карьеру в роли тренера практически неизбежной.

50 ЛЕТ ПРОГРАММЫ MATCH OF THE DAY. А ЗАЧЕМ ЕЩЕ ТЕБЕ YOUTUBE?

1964
MATCH OF THE DAY ВПЕРВЫЕ ВЫХОДИТ НА БИ-БИ-СИ 2 С ОБЗОРОМ ИГРЫ «ЛИВЕРПУЛЬ» – «АРСЕНАЛ» НА СТАДИОНЕ ЭНФИЛД РОУД И ПРИВЛЕКАЕТ К ЭКРАНАМ 20 000 ЗРИТЕЛЕЙ.

1971
ПОЯВИЛИСЬ ЗАМЕДЛЕННЫЕ ПОВТОРЫ ГОЛОВ. ПЕРВЫЙ ЖЕ ПОВТОР ПОКАЗАЛ, ЧТО ГОЛ ВЕСТ-БРОМВИЧА В ВОРОТА ЛИДСА БЫЛ ЗАБИТ ИЗ ОФСАЙДА.

1983
ПЕРЕВОРОТ В МИРЕ СПОРТИВНОГО ТЕЛЕВЕЩАНИЯ. BBC И ITV ПОДПИСЫВАЮТ КОНТРАКТ С ФУТБОЛЬНОЙ ЛИГОЙ НА СЕМЬ ТРАНСЛЯЦИЙ В ГОД ДЛЯ КАЖДОГО КАНАЛА.

1992
BBC ЗАКЛЮЧАЕТ КОНТРАКТ СО SKY SPORTS И ТРАНСЛИРУЕТ ОТЧЕТЫ С ЛУЧШИМИ МОМЕНТАМИ МАТЧЕЙ АПЛ. В ПЕРЕДАЧУ ПРИХОДИТ ЗНАМЕНИТЫЙ ФУТБОЛИСТ АЛАН ХАНСЕН.

2006
В ПРОГРАММУ В КАЧЕСТВЕ ПОСТОЯННОГО ЭКСПЕРТА ПРИХОДИТ АЛАН ШИРЕР. ПОСЛЕ УХОДА НА ПЕНСИЮ ХАНСЕНА ОН СТАНОВИТСЯ ГЛАВНЫМ ВЕДУЩИМ MATCH OF THE DAY.





(03) АЛАН ШИРЕР (ТОГДА ЕЩЕ В СОСТАВЕ БЛЭКБЕРНА) ПОДНИМАЕТ НАД ГОЛОВОЙ КУБОК ЗА ПОБЕДУ В АНГЛИЙСКОЙ ПРЕМЬЕР-ЛИГЕ
(02) МНОГИЕ ЛЮДИ ДО СИХ ПОР ПЫТАЮТСЯ УТВЕРЖДАТЬ, ЧТО ТОТ УДАР С ЛЕТУ АЛАН ЗАДУМЫВАЛ КАК НАВЕС, НО ЛИЦО ПЕТЕРА ШМЕЙХЕЛЯ ПОСЛЕ ГОЛА – ЛУЧШЕЕ ДОКАЗАТЕЛЬСТВО ТОМУ, ЧТО ЭТО БЫЛ УДАР ПО ВОРОТАМ.
(01) ОДИН ИЗ САМЫХ ЭФФЕКТНЫХ ГОЛОВ ШИРЕРА. В МАТЧЕ С ЧЕЛСИ В 2004-М ОН ОБЫГРАЛ МАРСЕЛЯ ДЕСАЙИ И ПОСЛАЛ МЯЧ В ВОРОТА ПО ДУГЕ МИМО НЕШЕЛОХНУВШЕГОСЯ ВРАТАРЯ



И в 2009 году, когда под конец сезона у тренера главной команды Джо Киннера случился сердечный приступ, именно Ширера, тренера молодежки на тот момент, попросили подменить его на посту на последние 8 игр сезона. Увы, блин этот оказался комом, и Алану оказалось не под силу спасти вылетающий из Премьер-лиги «Ньюкасл». Команде не хватило всего одного очка, чтобы оказаться вне зоны вылета. «Если бы во время моей футбольной юности меня спросили, что я намерен делать по окончании карьеры, я бы не задумываясь ответил, что стану тренером. К сожалению, на деле все пошло не так. Конечно, если бы у меня тогда, в 2009-м, было больше времени, я уверен, что результат был бы другим. Хочу ли я снова на тренерскую скамейку? Трудно сказать. Чем дольше ты «вне игры», тем труднее возвращаться. Я же пока не спешу это делать».

Безусловно, чтобы согласиться принять управление командой, находящейся на грани вылета, нужно быть очень смелым. Впрочем, и в нынешней профессии Алана публичного внимания хватает, и каждое его слово, становится поводом для оживленного обсуждения, ничуть не меньшего, чем послематчевые комментарии тренеров Премьер-лиги. «Да, поначалу было сложно, – соглашается Алан. – Выходить в эфир гораздо сложнее, чем на футбольное поле в присутствии 60 тысяч зрителей. Ошибки на газоне тебе могут простить гораздо легче, чем ошибки в эфире. Трудно особенно вначале, когда ты только закончил играть и тебе неудобно критиковать своих вчерашних коллег-футболистов. Впрочем, ты быстро понимаешь, что лести от тебя никто не ждет и в эфир нужно выдавать самую жесткую правду. Иначе какой тогда из тебя эксперт?»

Футбол футболом, но время поджимает, а мы так и не узнали, чем наш герой занимается в свободное от спорта №1 время. Ответ прост и краток – караоке. «У меня слабость к хорошим старым песням, – смеется Алан. – Мой коронный номер – All Night Long Лайонела Ричи». А еще Алана можно запросто встретить в пабе «Даймонд-Инн» в пригороде Ньюкасла – Понтеланде. Каждую пятницу Ширер заходит пропустить туда стаканчик другой. С хозяином заведения они давние приятели. «Конечно, я по-прежнему хожу в свой старый добрый местный паб. Я стараюсь ничем не отличаться от любого посетителя этого места».

Нам начинает казаться, что таким образом Ширер хочет отвлечь наше внимание от караоке, но мы настаиваем на продолжении. На вопрос, с кем из знаменитостей он хотел бы спеть, Алан отвечает: «Дуэты – это не мое. Я всегда пою соло». Доказательством этому факту могут служить видео на Ютьюбе, на которых Алан поет песню «Sex on Fire» Kings of Leon и все ту же «All Night Long». Есть даже ролик, снятый дочерью Ширера, на котором Алан за рулем авто подпевает «Elevation» группы U2. «О нет, – стонет Алан. – Я же не знал, что она снимает. Она только недавно созналась, что отослала это видео своему другу, который и выложил его в Сеть. Хотя я и вправду люблю некоторые песни U2».
Когда Алан не говорит о футболе и не поет, его можно найти в его особняке за 3 миллиона фунтов в 15 минутах езды от дома, где он родился, в объятьях жены Лайнии, с которой они вместе уже 22 года или пинающим мячик на лужайке с 13-летним сыном Уиллом. Обе его дочки Хлоя и Холли (21 и 19 лет) оставили отчий дом ради соблазнов и возможностей Лондона. «Я очень беспокойный отец и ничего не могу с этим поделать. Я постоянно волнуюсь за своих девочек. Я стараюсь быть устрашающим, как в свои игроцкие времена, но, видимо, дети не сильно хорошо помнят тот период и не всегда слушаются».

В беседе с Аланом становится понятно, что за этой нахмуренной бровью и приталенной рубашкой скрывается гораздо больше, чем он любит показывать. Главное из его достоинств – самоирония, такое чуждое современным футболистам качество. Он – это то, за что мы когда-то полюбили игру под названием «футбол»: фанат клуба своего детства, имеющий абонемент на все матчи и выпивающий в одном и том же пабе вот уже два десятка лет, трезвомыслящая легенда футбола, отрицающая свою легендарность. Мы бы еще говорили и говорили, но Алан сигнализирует, что ему пора бы уже и заняться своим любимым делом – смотреть футбол. Пока он собирается, выясняется, что есть все-таки кое-что, что бесит Ширера больше, чем разноцветные бутсы, а именно – опоздание. «Опоздание – это отвратительно. Всегда нужно быть в оговоренном месте немного раньше. Если ты пришел вовремя – ты уже опоздал, а если явился на несколько минут позже намеченного – то это вообще никуда не годится. Я никогда не опаздываю и никогда никого не жду, если нет уважительной причины, причем не такой, как пробка на дороге». FHM

FOTOBANK.COM, ИТАР-ТАСС

ДОРОГАЯ, Я УМЕНЬШИЛ СИДНЕЙ

Бен Томас живет в Австралии и свое время посвящает уменьшению в размерах всего, что попадает ему под руку. Лучше всего у него это получается с городами

Текст: **Анастасия Бочарова**
Фото: **Бен Томас**
www.benthomas.net.au
Твиттер @cityshrinker
Инстарам @cityshrinker





Ты знал, что твои работы пользуются большим спросом на просторах русскоязычного Интернета?
Понятия не имел! Это так круто, что народ в России знает обо мне.

Когда ты начал снимать?
Серьезно я занялся фотографией в 25 лет. Сейчас мне уже 32, но семь лет – это все равно не такой уж большой стаж.

Помнишь свою первую камеру и первый снимок?
Ага, у меня была какая-то дешевая модель Fujifiilm, и я почти уверен, что на первой фотографии виднелась лишь крышка объектива.

Тебя считают одним из основателей жанра тилт-шифт-фотографии. Согласен?
Я действительно заинтересовался техникой довольно рано. Помню, как впервые увидел такой снимок. Это было в Национальной галерее Виктории в Мельбурне – я часами рассматривал эту технику.

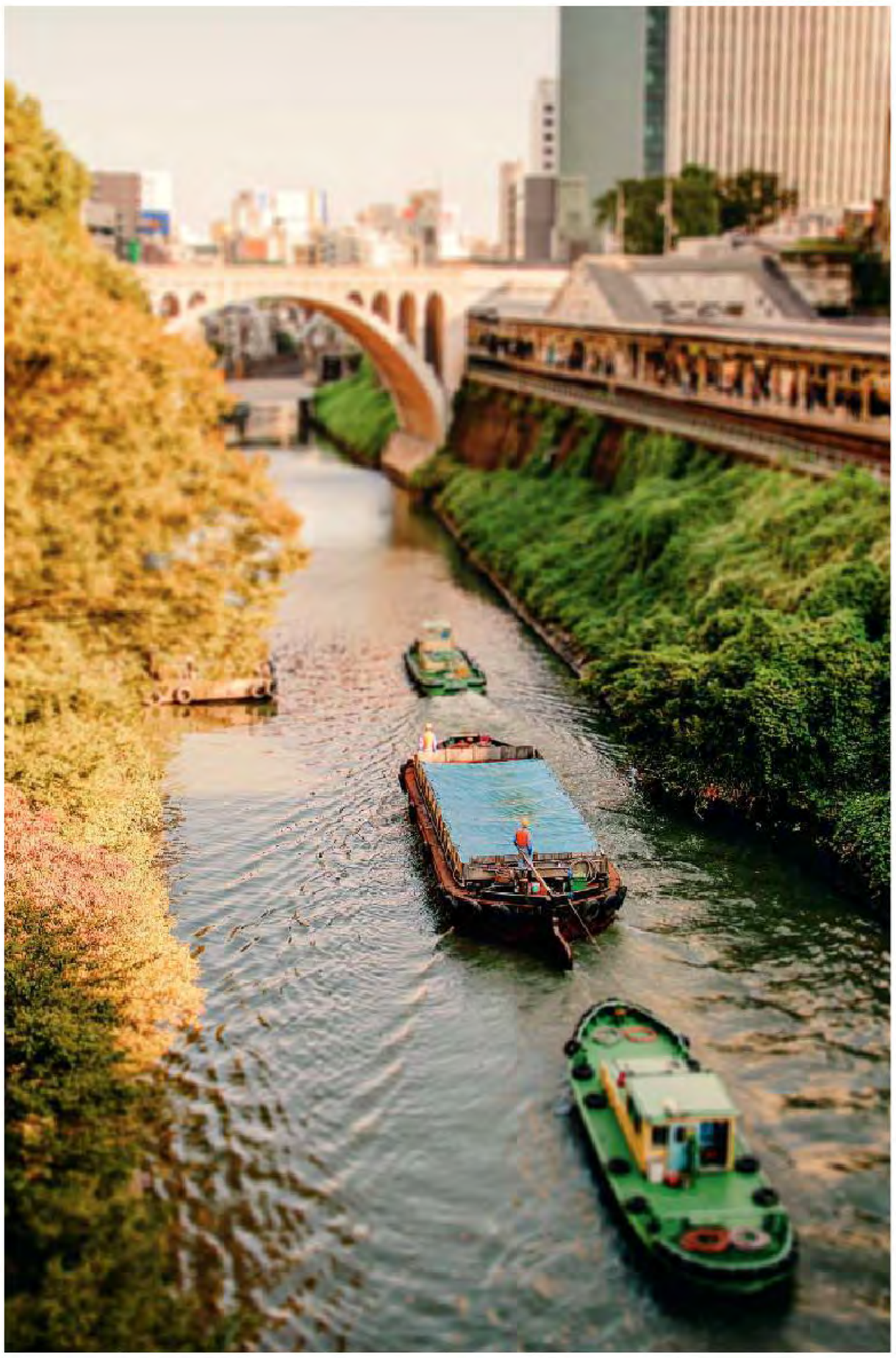
И как начался твой путь?
С переезда из Аделаиды в Мельбурн. Мне захотелось изучить свой район, и я забивал айпод музыкой и все выходные гулял. В конечном итоге я дошел до железнодорожных путей у Площади Федерации и сделал там свою первую тилт-шифт-фотографию. Никогда не забуду этот момент.



У МЕНЯ БЫЛА КАКАЯ-ТО ДЕШЕВАЯ МОДЕЛЬ FUJIFIILM, И Я ПОЧТИ УВЕРЕН, ЧТО НА ПЕРВОЙ ФОТОГРАФИИ ВИДНЕЛАСЬ ЛИШЬ КРЫШКА ОБЪЕКТИВА




学生ローン
レンド
DEN
名古屋きそば
東京





ВСЮДУ ЖИЗНЬ

Так что же это все-таки такое – тилт-шифт-фотография?
Это такая техника, при которой регулируется глубина резкости, чтобы уменьшить область изображения с фокусом. Таким образом создается иллюзия миниатюры или диорамы.

Как ты пришел к проекту City Shrinker (от англ. «сокращенный город». – *Прим. ред.*)?
Я был сразу поражен возможностью так изменять фотографию. И это происходило в то же время, когда я тратил все силы и средства на путешествия. Так я собрал приличное портфолио с городской жизнью, которое никак по-другому было не назвать.

Я правильно понимаю, что этот эффект достигается с помощью специального объектива?
Да, у меня есть линза, которая так и называется «тилт-шифт», но на самом деле есть и другие пути достижения этого эффекта. Достаточно скачать приложение на телефон, которое имитирует эту технику.



ТИЛТ-ШИФТ – ЭТО ТАКАЯ ТЕХНИКА, ПРИ КОТОРОЙ РЕГУЛИРУЕТСЯ ГЛУБИНА РЕЗКОСТИ, ЧТОБЫ УМЕНЬШИТЬ ОБЛАСТЬ ИЗОБРАЖЕНИЯ С ФОКУСОМ

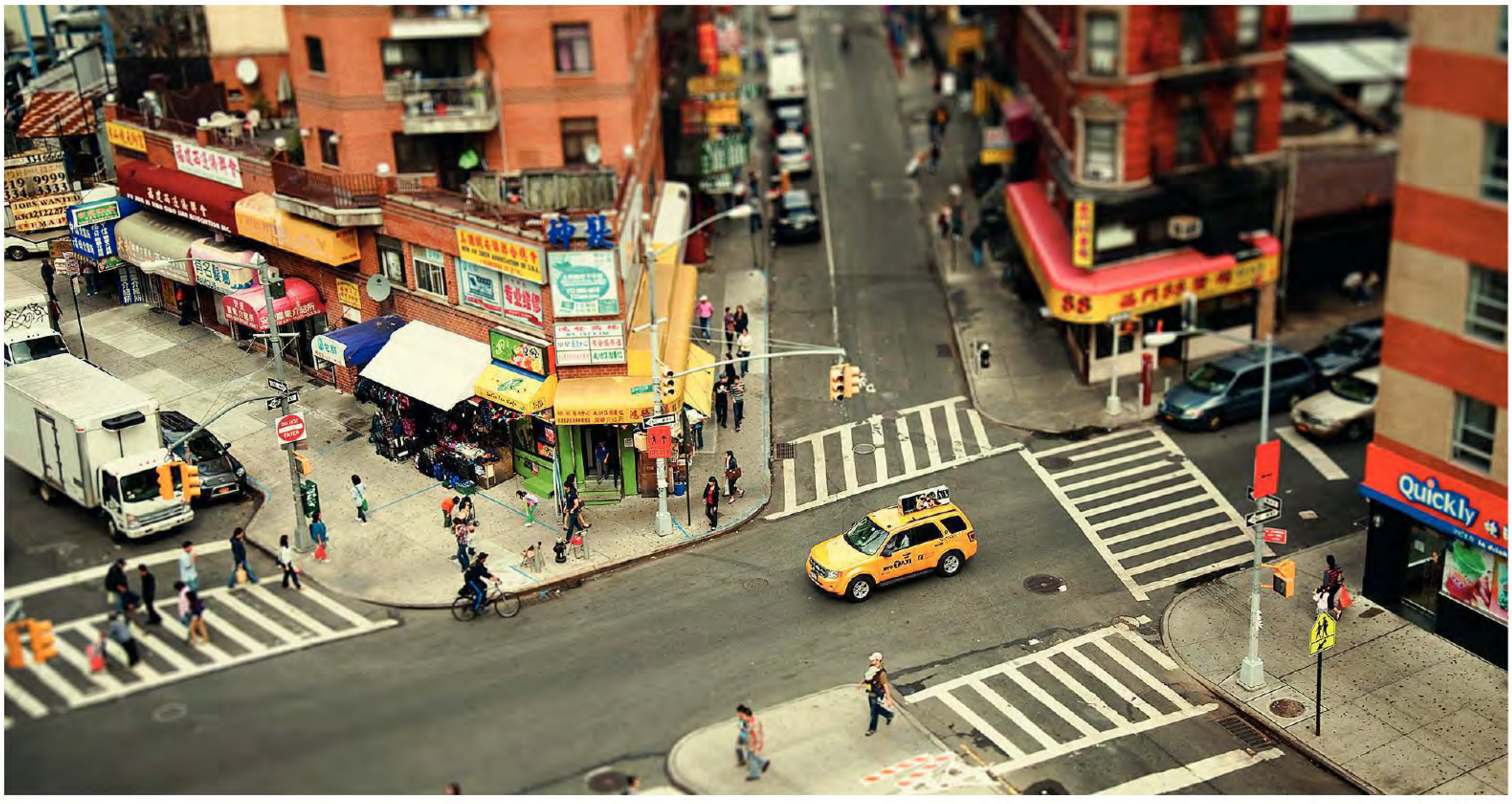
Есть какие-нибудь интересные особенности самой съемки?
Мне лично нравится снимать сверху. Такой ракурс помогает построить в композиции ощущение масштаба и перспективы, что очень важно в таком жанре, как тилт-шифт.

Какое место в мире наиболее идеально подходит для уменьшения?
Токио просто невероятен! Город настолько огромен, что слегка уменьшить его кажется отличной идеей. Хотя я еще не встречал мест, на которых эффект бы не работал. **FHM**








Quickly





ШОУ «ВОЛОС»

Некоторые утверждают, что благодаря технологическому прогрессу облысение скоро перестанет быть проблемой. FHM выясняет правду на шкуре собственной лысины

Текст: Дэн Джуд

Фото: Майкл Томас Джонс

СЕЙЧАС 10.30 СРЕДЫ И Я СМОТРЮ НА ВРАЧА ВВЕРХ НОГАМИ

Двое мужчин в зеленых медицинских одеяниях смотрят на меня поверх масок на своих лицах. У одного в руках нечто похожее на фаллоимитатор, завернутый в хирургическую перчатку, у другого – десятисантиметровая игла. Докторам знаком страх, который читается на моем лице, поэтому они утверждают, что больно не будет и я вообще ничего не почувствую. Я закрываю глаза.

Место действия – частная клиника трансплантологии на Харли-стрит в Лондоне и сегодня здесь под нож ляжет не какая-нибудь звезда вроде Уэйна Руни или Гордона Рэмзи, а я – обычный редактор журнала FHM, 29 лет от роду.

Человек с иглой – это доктор Рагху Редди, ведущий в стране специалист в области трансплантологии (а если вас все еще беспокоит «вибратор» в руках его ассистента, то сразу скажу, что это прибор, призванный массажировать мне череп, чтобы побыстрее прошла боль от уколов и наступила полная анестезия).

Процедура, которую мне предстоит пройти в этой клинике, не такая уж и дорогая, особенно когда за нее платит редакция. Каждый новый пересаженный за 20-часовую операцию волосок мне обойдется приблизительно в 150 рублей. Умножив их на 8000 фолликул, мы получаем 1 200 000 рублей – цену неплохого авто. 60 000 рублей в час, конечно, неплохая выручка для клиники, но я уверен, что в мире есть масса людей, которые заплатили бы гораздо большие деньги, лишь бы не сталкиваться с облысением, которое вообще-то является самой частоупоминаемой причиной переживаний, страхов и депрессий у мужчин.

И вообще, еще несколько лет назад ты бы ни за что не нашел, где бы тебе пересадить себе волосы за такую смешную сумму, а сегодня в мире ежегодно делается около 100 тысяч таких процедур. Причем медицина достигла наконец того уровня, когда большая часть опрошенных, которым показывают обычный волос и пересаженный, не может отличить один от другого.

Статистика пересадок очень привлекательна даже в том, что касается безопасности и безболезненности, но даже под местной анестезией, как только игла пронзает мой свежевыбритый скальп, я испытываю целую бурю эмоций. Но чувство скорого освобождения от напасти, которая подрывала мою уверенность в себе на протяжении последних 10 лет, заставляет меня держаться молодцом.

Я знаю, что облысение – это не болезнь, что оно никак не влияет на мое здоровье и самочувствие, многим парням вообще «ни холодно ни жарко» от того, что они облысели, но со стадным инстинктом, ничего не поделаешь. Мужчины в массе своей считают, что без волос им хуже чем с волосами. Конечно, те, у кого с наличием волос полный порядок, могут посмеяться над надуманными проблемами тех, кому легкий бриз регулярно продувает черепушку, но вот последним от этого легче не становится.

ПРОШЛО УЖЕ 10 ЛЕТ С ТЕХ ПОР, КАК МАТЬ ПРИРОДА НАЧАЛА НАПОМИНАТЬ МНЕ О СВОЕМ СУЩЕСТВОВАНИИ

Первый раз я проснулся и обнаружил на своей подушке выпавшие волоски еще в институте, после серьезной попойки на свой 19-й день рождения. Сначала я не обратил на это внимания, списав это на студенческую диету из выпивки и джанк-фуда, но постепенно я начал все чаще замечать волоски, дезертирующие с моей головы в душе или просто после легкого почесывания. Присмотревшись к своему отражению в зеркале, я заметил, что линия роста волос сместилась, и цепь логических выводов после этого меня потрясла. Я лысею. В 19 лет! Вот же ж дерьмо.

Одно из главных сопутствующих подростковому облысению чувств – чувство одиночества. Тяжело осознать и привыкнуть к тому, что большую часть оставшейся жизни ты проведешь без копны пышных густых волос, к которым ты как-то сильно привязался за почти два десятка лет. Даже несмотря на то, что признаки облысения до 21 года появляются более чем у 25% мужчин на планете, разделить свою печаль не с кем.

Мы живем в обществе, в котором у большинства богатых и знаменитых волосы все-таки имеются. В кино и на телевидении лысым, как правило, отводится роль злодеев и растяп. Не согласен. Назови последнюю романтическую комедию в главной мужской роли, в которой занят лысый чувак. То-то же. Это все игры с массовым подсознанием, которые имеют прямое отношение к твоей самооценке.

Как и все 19-летние, я не имел проблем с самомнением, но всего лишь пару месяцев борьбы на фолликулярном фронте – и вот я уже застенчивый мямля, трясущийся от страха при мысли, что какая-нибудь девчонка увидит мои залысины, едва я подойду к ней, чтобы познакомиться.

И хотя залысины эти еле заметны, в моем сознании дефект этот стал сопоставим с отрубленным пальцем или небольшим горбом.

В глубине души ты-то знаешь, что в облысении нет ничего страшного, что ты все тот же прекрасный человек, что и был с волосами, но этот глубоко личный

МИФЫ О ВОЛОСАХ (ПРАВДА ИЛИ ВЫМЫСЕЛ)

1 НОСИШЬ ШАПКУ – ОБЛЫСЕЕШЬ

Пока еще не было ни одного научного подтверждения этому. Даже исследований по ношению шапки до облысения не проводилось.

Вердикт: Миф

2 ГЕН ОБЛЫСЕНИЯ ПЕРЕДАЕТСЯ ПО МАТЕРИНСКОЙ ЛИНИИ

Хотя это больше похоже на бабушкины сказки, но материнский генетический код действительно больше влияет на твою волосатость, чем отцовский. Процентов на 40 больше.

Вердикт: Правда

3 ОТ ОСВЕТЛЕНИЯ ВОЛОС ОНИ ВЫПАДАЮТ И НЕ РАСТУТ

Химикаты в красках для волос действительно приводят к потере волос, но те практически всегда снова вырастают. Правда, от окрашивания в темные цвета вреда намного меньше, чем от высветления.

Вердикт: Миф

4 НЕПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ПРИВОДИТ К ОБЛЫСЕНИЮ

Множество лысых чуваков действительно питаются одной яичницей и гамбургерами. Но вот связи между конкретным типом еды и облысением пока что не зафиксировано.

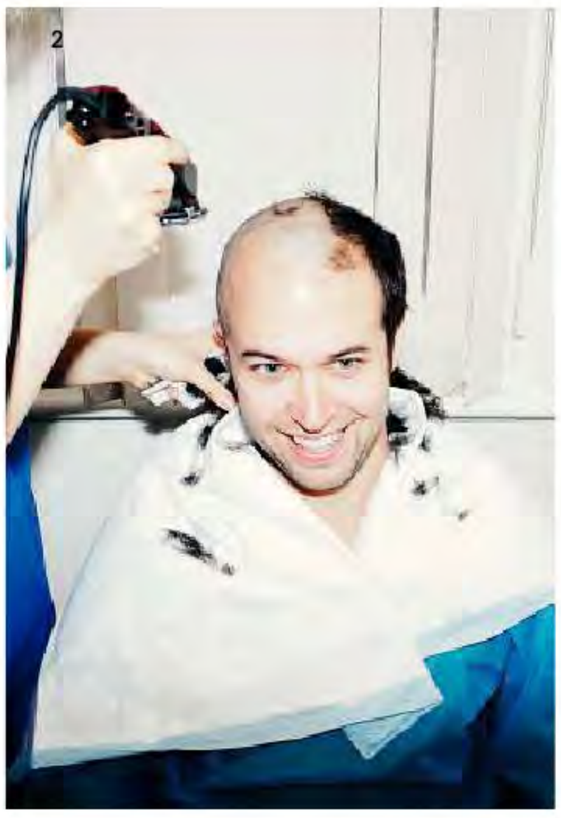
Вердикт: Миф

5 СТЕРОИДЫ ВЫЗЫВАЮТ ПОТЕРЮ ВОЛОС

Гормоны в стероидах ускоряют многие процессы в организме, в том числе и облысение, если оно у тебя уже началось. Ах да, и еще – количество волос, это не единственное, что у тебя уменьшится от стероидов.

Вердикт: Правда


1


2


3


4



5

(1) НАЧАЛО ПУТИ
(2) ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЕ БРИТЬЕ
(3) НАЙДИ НА ЭТОМ ФОТО ДИЛДО И ПОЛУЧИ ПРИЗ
(4) ДОКТОР РЕДДИ ПОЧТИ КАК РОБОКОП
(5) СКАЗАНО – СДЕЛАНО!
(6) СЕМЬ РАЗ ОТМЕРЬ, ОДИН РАЗ ОТРЕЖЬ


6

6 ВОЛОСЫ ВЫПАДАЮТ ОТ ИЗБЫТКА ТЕСТОСТЕРОНА

Дело не в количестве тестостерона в твоем организме, а в чувствительности к нему твоих волосовых фолликул.
А это уже снова вопрос к генам.

Вердикт: Миф

7 СОБИРАНИЕ ДЛИННЫХ ВОЛОС В ХВОСТ – ВЕРНЫЙ ПУТЬ К ЛЫСИНЕ

Плохие новости для всех фанатов хаера, а также любителей классических ирокезов и рогов, как у Кейта Флинта. Любое давление оказываемое на фолликулы с целью вытягивания растущих из них волос куда-либо, чревато потерей последних.

Вердикт: Правда

8 ОТ СТОЯНИЯ НА ГОЛОВЕ ВОЛОСЫ БУДУТ РАСТИ НАЗАД

Прилив крови к голове вообще никак не влияет на способность роста твоих волос. Если бы гравитация влияла на рост волос, то пятки бы у нас были самыми волосатыми.

Вердикт: Миф

9 ЛЫСЫЕ МУЖЧИНЫ ЗАРАБАТЫВАЮТ МЕНЬШЕ

Американское исследование 2011 года подтвердило, что 63% лысых мужчин сообщили о более низком заработке, чем их волосатые коллеги. Но зато они на 13% сильнее физически и имеют гораздо более выдающиеся лидерские качества.

Вердикт: Правда

10 ОТСУТСТВИЕ ВОЛОС – СЕРЬЕЗНАЯ ЭКОНОМИЯ

Средний метросексуал (ну ладно, вообще парень) тратит около 60 000 рублей в год на продукты по уходу за волосами. А вот лысым – хоть бы хны, пару лишних шлепков солнцезащитного крема летом и всего делов.

Вердикт: Правда

феномен обитает не глубоко внутри, а на самой поверхности. В итоге почти весь свой третий десяток я провел в борьбе с облысением и в постоянном неустанном наблюдении за выпадением волос. Как последний фетишист, я наблюдал за прическами прохожих, сравнивая свою шевелюру с чужими.

Я также преуспел в искусстве маскировки. Зимой я при любой возможности прикрывал голову шапкой, летом стригся как можно короче, но попытка скрыть облысение сравнима по эффективности с замазыванием огромного прыща на лице. Даже если людей вокруг тебе удастся обмануть с помощью мейкапа, то себя ты обмануть не сможешь.

ЧТО ОБЩЕГО У БРЭДЛИ КУПЕРА, МЭТТЬЮ МАККОНАХИ, УЭЙНА РУНИ И МНОГИХ ДРУГИХ ЗВЕЗД?

Если верить Интернету, все они делали трансплантацию волос. Некоторые пересаживают волосы открыто, некоторые тайно, одни используют это как медиаповод и рекламируют попутно клинику, в которой проходили процедуру, некоторые передают новости об открытии хорошей клиники из уст в уста. Но так или иначе проблема облысения касается не только обычных парней.

Один из них – я – провел в бесплодных попытках найти средство против своей напасти очень долгое время, одни клиники предлагали помочь моей беде с помощью лазеров за очень неадекватную сумму денег, вторые предлагали втирать чудо-лосьон, который за год сделал меня на 120 000 рублей беднее и еще лысее, чем в начале «исцеления». Странствуя по форумам для единомышленников. я обнаружил, что не один такой и миллионы мужчин отдали бы любую сумму за то, чтобы вернуть свою волосатость, если бы что-то реально работало. Но, увы...

Я уже был готов сдаться и попрощаться со своими волосами навсегда. И тут неподалеку от дома я обнаружил одну клинику, получасовая консультация в которой наполнила меня давно забытым воодушевлением. Врач объяснил мне, как действуют эти препараты (Пропеция и Регейн) и обнадежил статистикой эффективности (30% для первого и 85% для второго, и более чем 90% для комбинированного приема) и хотя я не поверил, что вот-вот зарасту волосами с ног до головы, но пара тысяч – это не сотня-другая тысяч, так что я решил попробовать.

И вот спустя пару месяцев я заметил, что мои волосы не только не выпадают, но немного растут в тех местах, где борьба, казалось, проиграна окончательно. Конечно, я не вернулся к уровню юношеской густоты, но это было уже кое-что. Вместе с Регейном и Пропецией я снова начал ощущать уверенность в себе (по крайней мере я перестану лысеть дальше, если буду продолжать применять препараты).

Но все же я не переставал мечтать о полном восстановлении волосяного покрова черепа. И всего лишь один пост в Твиттере заставил мое сердце биться сильнее. Речь идет о посте Уэйна Руни, в котором он поведал миру, что пересадил себе волосы. «Если Уэйну можно, то почему нельзя мне?» – подумал я.

РЕШИТЬСЯ НА ПЕРЕСАДКУ БЫЛО НЕЛЕГКО

После нескольких недель чтения отзывов в Сети, я остановился на клинике доктора Редди, имя которого значит для трансплантологии столько же, сколько имя Стивена Хокинга для физики – пионер, поднявший технику науки на новый уровень.

Подавляющее большинство хирургов, занимающихся трансплантацией волос, пересаживают полоски волос вместе с кожей с других участков головы. Учитывая долгий послеоперационный период адаптации и остающиеся шрамы – это не самый лучший вариант.

Доктор Редди же, напротив, использует метод пересадки фолликул, именуемый в оригинале Follicular unit extraction (FUE). Волосы с чрезмерно волосатой затылочной части перемещаются в облысевшие области поштучно. Процедура гораздо более трудоемкая и долгая, но зато не оставляет шрамов.

С 2007 года Редди повидал у себя множество мужчин от 17 до 70 лет. Сантехников и футболистов, актеров и журналистов. К нему обращалось более 15 тысяч человек, но лишь 20% поддавались лечению, остальные же упустили облысение за точку невозврата. Мне повезло, у меня было что пересаживать.

В итоге я оказался на операционном столе, где ассистент доктора Редди массирует мне голову перчаткой с дилдо, а сам доктор удаляет из моей головы здоровые волоски передавая их ассистенту для подготовки к пересадке. Процедура, конечно, не самая комфортная, но вполне выносимая. В перерывах между редкими моментами едва ощутимой боли мне в основном скучно. 20 часов на одном месте кого угодно заставят заскучать. Постепенно ты становишься похожим на парня из «Восставшего из ада», а вся твоя голова полна кровоточащих микроранок, но чего не сделаешь ради красоты.

БОРЬБА С ОБЛЫСЕНИЕМ (ЧТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО РАБОТАЕТ?)

ПЕРЕСАДКА
На самом деле очень действенный способ, единственный недостаток которого – цена. Где-то от 1 000 000 рублей.

ПРОПЕЦИЯ (ПРЕПАРАТ)
Этот препарат для лечения облысения у мужчин и правда на диво эффективен. У 85% людей, пользовавшихся препаратом, отмечены сохранения существующих объемов волос, а у 30% – солидные увеличения.

РЕГЕЙН (ПРЕПАРАТ)
Препарат и сам по себе эффективен процентов на 30, а при совмещении с Пропецией ты сразу почувствуешь результаты.

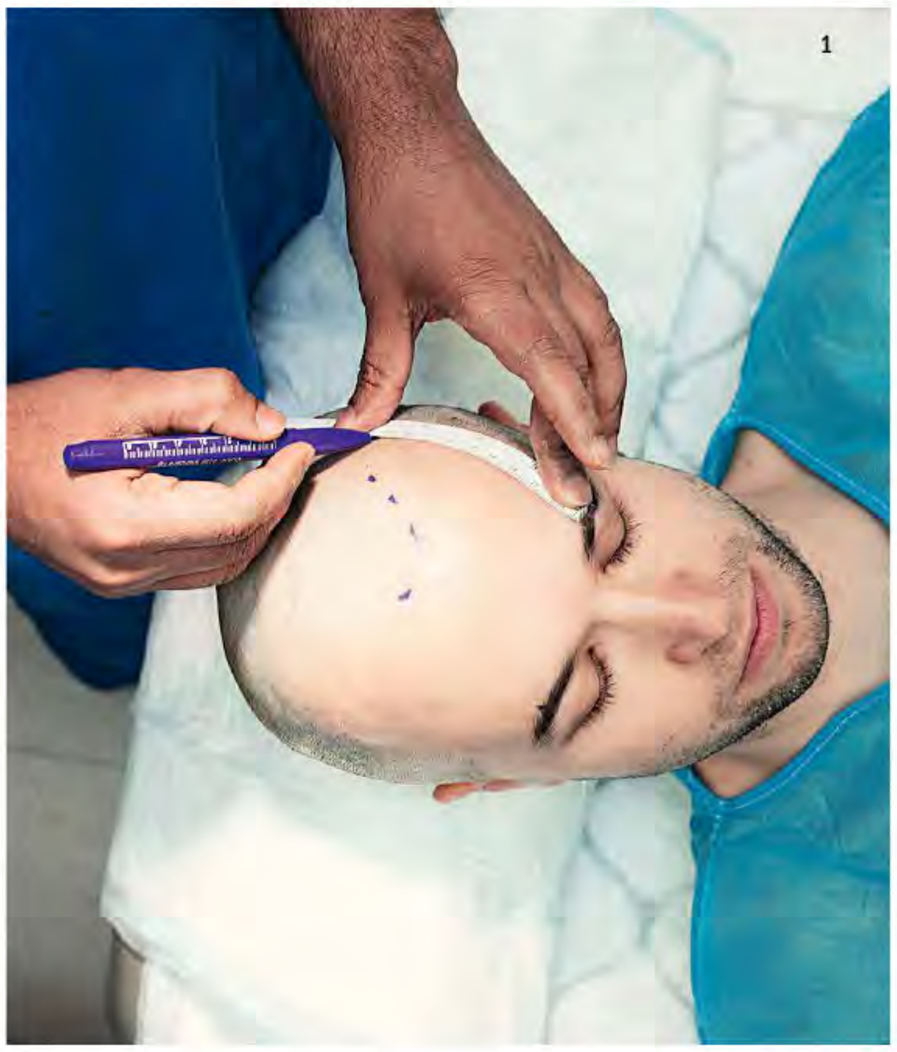
ХИРУРГИЧЕСКАЯ ПЕРЕСАДКА
Тебе просто пересадят полоску кожи с неоправданно волосатого места головы на, к несчастью, облысевшее. Дешевле, чем FUE, но останется шрам.

Я ПИШУ ЭТОТ ТЕКСТ СПУСТЯ ПОЛТОРА МЕСЯЦА ПОСЛЕ ПРОЦЕДУРЫ

Период восстановления после операции крайне невелик. Спустя неделю отваливаются струпья и новые волоски начинают пробиваться немедленно. Правда, полное обновление займет от 9 до 12 месяцев. Но я уже доволен результатом и улыбаюсь каждый раз, когда провожу рукой по отрастающим спереди густым новым волосам.

После операции многие спрашивают меня, не стыдно ли мне признаваться в том, что я пересадил волосы. Отвечаю – нет. Первое, что я сделал, придя домой после операции – запостил селфи с хэштегом #пересадилволосы. Селфи стало самым популярным в моем аккаунте, набрав за час больше 100 лайков и комментариев.

Возможно, для кого-то в том, чтобы следить за собой, по-прежнему есть что-то бабское, но времена потихоньку меняются. 10 лет назад парни вообще не пользовались увлажняющими средствами для кожи, а сейчас продуктов по уходу для мужчин почти столько же, сколько и для женщин. Каждый парень, с которым я общался на тему трансплантации волос, говорил, что если бы он лысел и у него были деньги на пересадку, то он наверняка бы сделал ее. Пока что цена на эту процедуру и количество специалистов мирового уровня, которые могут ее оказать должным образом, не позволяют надеяться на ее общедоступность уже завтра, но подождем еще несколько лет. Время покажет. Чем больше звезд шоубизнеса и спорта будут служить примером успешных персадок, тем большее количество простых парней поймут, что за абсолютную уверенность в себе и чувство внутреннего комфорта переплатить нельзя. А значит, у трансплантологов работы точно меньше не станет. **FHM**





(1) РАЗМЕТКА НОВОЙ ЛИНИИ РОСТА ВОЛОС
(2) ГОТОВЫЕ К ПЕРЕСАДКЕ ВОЛОСЫ
(3) КОМАНДА ДОКТОРА РЕДДИ ЗА РАБОТОЙ
(4) НОВЫЕ ВОЛОСКИ СПУСТЯ ДВЕ НЕДЕЛИ
(5) 4000 НОВЫХ ВОЛОСЯНЫХ ЕДИНИЦ НА СВОЕМ МЕСТЕ







МИКРОПИГМЕНТАЦИЯ

Слыхал, про перманентный макияж, тату-аж и прочие женские выдумки? Это то же самое, по сути тебе просто закрашивают микротатуировками проплешины. Сам суди, как тебе перспектива быть в итоге в крапинку.

ПАРИК

Надеемся, что на этом слове ты немедленно мысленно представил себе образ Кобзона и не будешь заниматься такими вещами никогда. Даже полная нищета не может быть оправданием мохнатой накладке.

ТАКАЯ РАБОТА

Текст: Анастасия Бочарова

РАЗРАБОТЧИК МОБИЛЬНЫХ ИГР

В твоей голове вертится идея идеальной гоночной игры для смартфона? Пока ты мечтаешь, 31-летний Александр Ильин из Владимира создает мобильные игры и зарабатывает на этом неплохие деньги

У меня мама программист, и я в детстве часто играл в компьютерные игры у нее на работе: Heroes Of Might And Magic 2, Warkraft 1, Doom. Учиться пошел в этом же направлении – поступил на факультет информатики и вычислительной техники.

Идея делать игры долгое время казалась неосуществимой, пока не появились айфоны и App Store. Инструменты разработки на этой платформе на порядок лучше, чем то, что предлагает Android, поэтому для iOS делать приятнее. И здесь больше пользователей, готовых платить.

На четвертом курсе я пошел работать по профессии – разрабатывал десктоп- и веб-приложения, но дело не очень пошло. В голове сидела навязчивая идея: нужно идти на рынок мобильных игр. Тогда, в 2008 году, первые аппы только-только выстрелили. И вот я, вдохновившись трейлером к так и не созданной игре Unfinished Swan, где ты идешь в темноте и стреляешь из ружья краской, понял, что главным героем моей игры будет жидкость. Потребовалось около года на разработку движка, который ее симулирует. Вечерами я читал научные статьи о физике воды. Так родилась первая версия Feed Me Oil.

Чтобы вывести на рынок Feed Me Oil потребовалась помощь компании-издателя Chillingo. Я обратился именно к ним, потому что тут издавали Angry Birds. Chillingo получила право на распространение игры, но авторские и прочие права остались у меня как у разработчика.

На игру я потратил 300 000 рублей, но сказать, сколько заработал, не могу – запрещает издатель, и количество людей, купивших игру, назвать не могу. Но речь идет о сотнях тысяч скачиваний.

После первой версии Feed Me Oil я зажил по-новому. Хотя внешне это не сильно заметно: я продолжаю жить в родном городе, просто в гораздо более комфортных условиях. Есть возможность заниматься только тем, что интересно и прибыльно. 2 января этого года вышла Feed Me Oil 2. И сейчас еще работаю над двумя новыми проектами: одна игра из жанра racing, другая – типа «тетриса». Выйдут они в 2015-м.

Строгого рабочего графика у меня нет, хоть я и пытаюсь его наладить. Обычно где-то между 10.00 и 14.00 я прихожу в офис и работаю за компьютером. Это может продолжаться как три часа, так и семь.

Чтобы придумывать игры, специального образования не нужно, но вот для реализации нужны программисты, иллюстраторы, композиторы, аниматоры. Каждый из этих видов деятельности требует спецподготовки, хотя, конечно, не обязательно заканчивать институт. Все, что касается технической стороны разработки игр, я могу делать сам. Но финальные иллюстрации и звук делают другие люди.

За последние годы разработчиков в России стало достаточно много. Если раньше все мечтали создать прибыльный веб-сервис, то сейчас все внимание сместилось к мобильным устройствам.

В этом бизнесе конкуренция очень высокая. Огромное количество талантливых разработчиков со всего мира, плюс сейчас на мобильные устройства уже пришли и лучшие игровые студии: Blizzard, EA, Ubisoft.



ЕЩЕ ЗАДОЛГО ДО РЕАЛИЗАЦИИ СВОЕЙ ПЕРВОЙ ИГРЫ FEED ME OIL АЛЕКСАНДР РЕШИЛ, ЧТО ГЕРОЕМ ЕГО ГОЛОВОЛОМКИ БУДЕТ ЖИДКОСТЬ

Если не брать в расчет Angry Birds или Candy Crush, то на создании игр вполне реально заработать от 100 тысяч до нескольких миллионов долларов. Но большинство приложений и игр много не зарабатывает.

Платные и бесплатные игры нужно оценивать по разному. Например, если игра стоит $0,99 и ты ее выпускаешь без издателя, то за 100 тысяч скачиваний заработаешь примерно $70 000. Для кого-то это отличный результат, а для кого-то – полный провал. Для маленьких студий миллион платных скачиваний можно считать успехом. Но тут надо отметить, что Apple, Google и все остальные платформы забирают 30% от выручки.

Секрет популярности Angry Birds, думаю, не знают даже разработчики этой игры. У меня в планах аналогичного проекта нет. Мне не нравятся игры, в которых надо разрушать. Я люблю создавать.

Пока делаешь игру, проходишь ее раз двадцать, поэтому после выпуска не тянет играть, даже смотреть не хочется.

Я стараюсь все интересные игры скачивать, но если игра по скриншотам не нравится, то она в телефоне не появится. Еще у меня можно найти Viber (для общения), Kindle (для книжек), Songsterr (для игры на гитаре), Airbnb и Google Maps (для путешествий).

Самое сложное в работе – это долго представлять в голове красивую и интересную игру, а потом понять, что многие идеи слишком сложно воплотить в жизнь. Вот этот момент я бы даже назвал самым разочаровывающим в моей работе. FHM

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ



СТОИМОСТЬ ИГРЫ FEED ME OIL2
В APP STORE ВСЕГО 33 РУБ.



С ПРИБАВЛЕНИЕМ!

Ты считаешь себя самым лучшим работником в мире? Тебе никогда не делали замечаний и выговоров, все свои задания ты выполняешь качественно и в срок, а начальство ставит тебя в пример всем остальным твоим коллегам – лодырям и тунеядцам? Так почему тогда ты по-прежнему получаешь те 20 с лишним тысяч, на которые тебя брали стажером много лет назад на испытателный срок? Может быть, настала пора просить прибавки и повышения?

С просьбой о повышении, впрочем как и с просьбой о прибавке, дело обстоит очень просто. Нужно всего лишь дать понять начальству, чего ты на самом деле стоишь и заслуживаешь, прозондировав ситуацию, выбрать момент, в который судьба к тебе будет наиболее благосклонна, и собственно попросить. Три простых шага, правда? Ну, так действуй же.

Повышение

ШАГ №1: НАБИВАЕМ ЦЕНУ

Еще древние мудрецы говорили, что то, за что дешево платишь, ценишь не сильно, ну или что-то вроде того. В общем, как прикажешь начальству ценить тебя, если ты сам о себе не особого, скромного мнения? Засунь свою скромность в далекий сейф и начинай продавать себя.

Во-первых, о твоем большом опыте и полезных навыках должны знать не только в отделе кадров. О самых ярких строках твоего резюме в ненавязчивой устной форме должны быть в курсе как можно больше твоих сотрудников. Естественно, такой драгоценный ты не может проводить рабочее время в безделье, и если не работой, так видимостью работы заниматься нужно постоянно, всячески намекая на свою загруженность при малейшем запахе начальства из-за угла.

Во-вторых, что касается реальной работы, если ты уж берешься за что-то, то оно должно полностью соответствовать твоей

ВСЕ ВЫШЕ И ВЫШЕ...

51% работников хотя бы раз просили повышения зарплаты

Мужчины чаще просят повышения оклада, чем женщины. Повысить им зарплату предлагали **57%** мужского рабочего состава в отличие от **45%** дамского.

Зато женщины гораздо чаще получают повышение в нужном им объеме. **32%** женских против **29%** мужских.

АРХИВ


FEDERAL RESERVE NOTE
GL 64739922 A
FW D 63
THE UNITED STATES OF AMERICA
THIS NOTE IS LEGAL TENDER FOR ALL DEBTS, PUBLIC AND PRIVATE
SERIES 2004 A
Anna Escobedo Cabral
Treasurer of the United States.
GL 64739922 A
Secretary of the Treasury.
10
TEN
HAMILTON
DOLLARS



ЗА ЧТО?

Причиной повышения в должности сотрудника или прибавки ему жалованья начальники назвали:

37%
упорный труд

20%
неординарность мышления

19%
лидерские качества

16%
личное обаяние и дипломатичность сотрудника

8%
амбициозность

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПРОСИТЬ ЧЕГО-ТО, НУЖНО ЗНАТЬ, КУДА ТЫ МЕТИШЬ, И ПОНИМАТЬ, ТО ЛИ СЕЙЧАС ВРЕМЯ ДЛЯ ЭТОГО

квалификации, а то и быть достойной компетенции более высоких чинов. А когда ты работу эту выполнишь, в идеале – раньше оговоренного срока, не забудь отметить свое мастерство в узком кругу руководителей.

И наконец, раз уж ты такой прекрасный и удивительный работник, ты ведь не можешь выполнять еще чью-то работу ,кроме своей, да еще и в факультативное время без факультативных денег. Нагружают спецзаданиями – требуй дополнительных печенек и/или солидных скидок, например, на сроки выполнения основных обязанностей. Исключение составляет работа, которую ты будешь выполнять под пристальным вниманием и контролем начальства. Ради такой возможности стоит и поднапрячься. Думаем, что излишне тебе напоминать, что при любых обстоятельствах ты должен выглядеть как огурчик, одет по всем дресскодам и дружелюбен, как голодный енот в зоопарке.

ШАГ №2: ГОТОВИМСЯ

Понятно, что просить повышения, когда между тобой и гендиректором просто нет еще одной должностной ступеньки, – глупо. Естественно, что прежде, чем просить чего-то, нужно знать, куда ты собственно метишь, и понимать, то ли сейчас время для этого.

Лучшим моментом будет тот, в котором с тебя еще не сошел флер успешного внедрения проекта, волшебной сдачи отчета, эффектного выполнения сложного задания, а желаемой должностью – следующая по старшинству за твоей, которую ты, по сути, уже давно заслужил.

Причем если верить начальству на слово, дело хорошее, то закрепить успех пись-

АРХИВ

менно в отделе кадров – вообще святое, а потому, прежде чем просить похлопотать о твоей карьере в самых верхах, уточни в отделе кадров: на чье имя в твоей фирме принято подавать прошение о повышении, соответствует ли твой стаж или квалификация намеченной должности по правилам или уставу данной компании и позволяет ли тарифная сетка предприятия карьерный рост через несколько ступеней, если ты из инженера решил вдруг стать заместителем гендиректора.

ШАГ №3: ПРОСИМ

Итак, звезды сошлись в магический четырехлистник клевера, твоя счастливая кроличья лапка греет карман, и у тебя при этом чешется левый мизинец – нужно просить... Для этого подготовь письменное предложение о повышении себя в должности в форме служебной записки. В этом хвалебном тексте не забудь упомянуть все свои достоинства как профессионала и человека, вскользь упомяни обо всех своих выдающихся достижениях во благо компании, заверив, что в новом качестве ты сможешь принести вашей фирме еще больше пользы вплоть до полного светлого будущего уже в ближайшее время.
Чтобы вызвать меньше вопросов у самого высокого начальства, свое рационализаторское предложение следует завизировать у начальства непосредственного. Увидев одобрительную закорючку младшего начальника, старший куда охотнее поставит на твою служебку и свой автограф, отправляя в отдел кадров «на исполнение». Вот и все. Наливай и празднуй!

Прибавка

ШАГ №1: НАБИВАЕМ ЦЕНУ

Если бы каждый начальник был чуток к нуждам своих работников и повышал зарплату по первой просьбе оных из обычного человеколюбия, экономика всех стран давно бы пережила окончательный и необратимый крах. Задача работодателя – получать максимум пользы за минимум вкладываемых средств. Но из любого сатрапа можно выдавить хотя бы немножечко желанных денежных знаков сверх положенных тебе по первому трудовому соглашению.
Конечно, есть шанс, что начальник расчувствуется в процессе исповеди о твоих персональных нуждах и лишениях, которые претерпит твоя семья без твоей прибавки. Быть может, он даже ужаснется перед перспективой твоего увольнения в случае отказа прибавки, но все-таки результат беседы будет гораздо более позитивным, если она будет напоминать переговоры о взаимовыгодной сделке.
Для этого ты, во-первых, должен удостовериться, что чист перед начальством и с его позиции у тебя нет невыполненных заданий или текущих проектов, которые отобразят полную картину твоих профессиональных качеств лишь по завершении. Во-вторых, ты должен быть уверен, что желаемая тобой сумма банально по карману твоему работодателю. Для этого проведи небольшое исследование рынка, узнай, где люди на твоей позиции зарабатывают больше.
А также будь готов взять на себя повышенные обязательства и исполнять дополнительные функции, чтобы даже не желавший увеличивать тебе зарплату начальник утешал себя мыслью, что ты за большую сумму хотя бы делаешь больше работы.
В-третьих, сделай акцент на качестве выполняемой тобой работы, приводя примеры среднестатистических работников с твоей зарплатой, выполняющих пусть и тот же объем работы, но не так блестяще.

ШАГ №2: ГОТОВИМСЯ

Естественно, требовать прибавки стоит не в день обвала биржи и не в туалете на корпоративе. Нужно подобрать удачное время и место. Когда время будет лучшим, начальство тебе само даст понять. Похвалили? Намекни, какой ты на редкость старательный. Обмолвились об очевидной выгоде, принесенной тобой фирме, и ты попроси начальство представить сколько бы ты мог сделать за большую зарплату.
Хотя, конечно, не стоит требовать повышения жалованья после первого же успешно выполненного задания или эффектно завершенного проекта, являющегося твоей прямой обязанностью. Чтобы претендовать на повышение зарплаты, работу свою блестяще нужно выполнять регулярно, а



некоторыми своими действиями приносить неожиданную сверхпользу и сверхвыгоду. Вот они-то и станут поводом для постоянного обогащения тебя на энную сумму в зарплатной ведомости.

ШАГ №3: ПРОСИМ

При любых переговорах, а мы же не с бейсбольной битой выбивать прибавку идем, следует знать основы успеха в оных. А успешными переговоры бывают только у спокойных и уверенных в себе людей. Так что идти на эмоциях выбивать «прибавку или смерть» – не стоит. На всякий случай, если здравый рассудок даст трещину, лучше иметь с собой план-шпаргалку переговоров, чтобы ловкий босс не сбил вас с пути истинного.
Во время разговора с начальником при перечислении своих достоинств и тяжести взваливаемых на себя за дополнительные деньги дополнительных функций следует искренне верить в их титаничность. Ведь если начальство поймет, что то, за что ты требуешь прибавку, ты и так давно выполняешь или будешь делать за две-три минуты в день, то операция «прибавка» провалится.
Неплохо бы также отрепетировать беседу с боссом перед зеркалом и в двух вариантах. Так как если ты не решил в случае отказа прибавки немедленно увольняться, то тебе придется жить с этим начальством и старой зарплатой с человеческим лицом, которое еще нужно уметь держать. **FHM**

УСПЕШНЫМИ ПЕРЕГОВОРЫ БЫВАЮТ ТОЛЬКО У СПОКОЙНЫХ И УВЕРЕННЫХ В СЕБЕ ЛЮДЕЙ

УЖАС БЕЗ КОНЦА

Текст: Алина Краснова

В октябре, когда мир отмечает Хэллоуин, мы решили посвятить рубрику «Секс» страшным вещам. Нет, не накладным ресницам, которые сползли с девушки во время минета, а настоящим фобиям. Сексолог Евгений Кульгавчук и психотерапевт Галина Поддо рассказали, как обнаружить у себя сексуальные страхи и комплексы и что потом с ними делать. Не бойся, мы с тобой!

Для начала давай по понятиям. Если ты нервничаешь перед первой ночью с девушкой, в которую влюблен, это не фобия. Бить тревогу надо, если тебя так ужасает перспектива близости, что дело даже не доходит до знакомства, не то что до секса. «Тревога по поводу той или иной проблемы может доставлять сильный дискомфорт, но позволяет вести сексуальную жизнь и выстраивать отношения с партнершей, – говорит к.м.н., психотерапевт и ведущий консультант клиники Telo's Beauty Галина Поддо. – А страх доминирует и мешает мужчине получать удовольствие от жизни». Поэтому не стоит приписывать себе комплексы, если ты вспоминаешь о них только во время похмелья или аврала на работе, когда жизнь вообще сахар. Но когда речь идет о навязчивом состоянии, которое не отпускает, наши эксперты единодушны: пора к специалисту. Сексолог и психотерапевт Евгений Кульгавчук (doctorsexolog.ru), президент «Профессионального объединения врачей-сексологов»: «Если мужчина постепенно преодолевает тревогу, это можно рассматривать как этапы приобретения опыта. Если же он робеет настолько, что прекращает даже пробовать, то такой страх может перерасти в огромную проблему и даже изменить судьбу. Поэтому одним достаточно прочитать наши рекомендации, набраться смелости и сделать шаг вперед. А другим необходима помощь. Нередко при этом требуется разбор детства, воспитания, отношения родителей и самого пациента к своим первым ошибкам».

ЧУР, НЕ Я!

Быть первым у девушки очень волнительно. Даже если потом она захочет забыть тебя, как страшный сон, у нее это вряд ли получится, так что облажаться нельзя. Хотя, даже если ты напортачишь, откуда ей знать, что так не должно быть? Если это тебя успокоило, ты в порядке. А вот холодный

АРХИВ

ПСИХИЧЕСКИ ЗДОРОВЫМ ЛЮДЯМ КАЖЕТСЯ, ЧТО В РУКАХ У ДЕВУШКИ – ВЕСЛО. ВООБРАЖЕНИЕ ШИЗОФРЕНИКОВ ДОРИСОВЫВАЕТ ТОПОР

пот при одной только мысли о невинной барышне говорит о фобии. В принципе, это распространенный мужской страх, и при этом относительно безобидный: встречи с девственницей (в наше-то время!) избежать не так уж трудно. Хуже, если ты всерьез влюбился в одну из них. Евгений: «Осторожность по отношению к девушке абсолютно нормальна. Но страх, который ведет за собой избегающее поведение, требует коррекции. Мужчина может переживать по поводу многих факторов: сможет ли он ее дефлорировать, не истечет ли кровью его подруга. Здесь требуется подтянуть знания, почитав литературу или обратившись к сексологу. Те же, кто, наоборот, «коллекционирует» девственниц, однозначно самоутверждается».

БЕСКОНЕЧНОЕ МНОЖЕСТВО

Самоутверждаться можно не только за счет девственниц, но и с помощью вполне себе распутных девиц. Главное, чтобы девушек было много и разных. Друзья завидуют, хотя повод для гордости сомнительный. Комплекс Дон Жуана проявляется в нежелании (а зачастую, неумении) строить отношения. И если в твоей жизни не было чего-то, даже отдаленно напоминающего роман, стоит задуматься.

Галина: «В основе этого комплекса лежит предназначение самца оплодотворить как можно больше самок. Новая связь, как наркотик, дает сильный драйв. Еще бы: выделяются биологически активные вещества, обладающие морфиноподобным действием. Но за внешней картинкой рокового соблазнителя часто скрывается неуверенность в себе».

Доктор Кульгавчук добавляет, что Дон Жуаном также может руководить желание отомстить через других женщин той, которая когда-то обидела: «Человек сомневается, что он хороший, и постоянно пытается удостовериться в этом. Такой мужчина бывает недохвален в детстве, а многих, кстати, не кормили грудью, не привив нежности и доверия к противоположному полу. Мамы Дон Жуанов часто ставили на первое место карьеру. Мужчина, чувствующий, что женщины ненадежны, бросает их первым, поэтому для избавления от этого страха нужно учиться доверять».

НИЧТОЖЕСТВО ВАМ ИМЯ

Женщина за рулем – путь к глобальной катастрофе. Как и женщина в кресле начальника. Впрочем, присутствие женщин везде, кроме кухни – дурной знак, не так ли? Рассуждающая женщина вызывает у тебя зуд, а обиженные тобой дамы шепчутся, что причиной

ДОН ЖУАНОМ МОЖЕТ РУКОВОДИТЬ ЖЕЛАНИЕ ОТОМСТИТЬ ЧЕРЕЗ ДРУГИХ ЖЕНЩИН ТОЙ, ЧТО ОБИДЕЛА

твоего агрессивного шовинизма может быть скрытый гомосексуализм (правда, выражения выбирают попроще).

Евгений: «Ориентация может быть ни при чем. Часто причины здесь – дисгармоничная родительская семья: неуважение отца к матери либо унижение сына матерью. Часто такие мужчины имеют пробелы в психосексуальном развитии: вовремя не носили портфели девочкам, не писали записки, не приглашали в кино. А кто-то в подростковой, дворовой среде впитывал пренебрежительное отношение к девушкам. Мужчина, осознающий свою проблему, должен понять, что любить нужно учиться. Любовь – это и уважение, и дружба, и страсть. Иные модели являются усеченными».

АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ

Женоненавистничество – это точно не про тебя. Как можно не любить этих неземных созданий, которые не просто нежнее, добрее и аккуратнее мужчин, так еще и дарят новую жизнь. Твоя мама, например, женщина, а твоя жена в будущем тоже станет чьей-то мамой (если еще не стала). А поэтому все эти грязные штуки в постели невозможны с твоей любимой. Даже если она сама об этом просит. Даже если просит очень сильно. Слушай, а тебе не кажется, что богини тоже любят погорячее?

Галина: «Обожествление женщины свойственно мужчинам с гипертрофированным материнским комплексом, когда чрезмерное преклонение перед матерью и материнской функцией женщины мешает им воспринимать партнершу реально. Как же можно с Богиней заниматься «этим грязным делом»! Такой комплекс формируется, если мать постоянно демонстрировала сыну свое превосходство».

Евгений: «Такое часто бывает при злоупотреблении порнографией, которая искажает восприятие секса как акта любви. Для преодоления барьера к «святому образу» нужно постепенно добавлять элементы сексуальности: чулки, пояс, яркую косметику, туфли в постель».

ПЕРВЫЙ ПАРЕНЬ ВО ДВОРЕ

И почему тебе попадаются одни дуры? Вокруг столько красоток, но стоит узнать их поближе, тут же пропадает все желание. Одна не читала Пастернака, у другой, если присмотреться, косоглазие, а третья – о ужас! – однажды ковыряла в носу. Ты просто не заслуживаешь второсортную подружку, поэтому предпочитаешь оставаться в одиночестве.

Евгений: «Комплексом Нарцисса страдают избалованные дети, которые превратились в инфантильных взрослых с завышенной самооценкой. Постоянные разочарования заставляют умных мужчин думать, что они не являются центром вселенной, а лишь ее частью (кстати, так и есть. – *Прим. ред.*). Чтобы стать более терпимым, начинать надо с принятия себя и с самокритики. Как только мужчина понимает, что он не идеален, ему проще найти себе неидеальную девушку, которую он сможет полюбить».

МАТЬ ТВОЯ...

Вычислить в себе эдипов комплекс сложнее всего. Что плохого в том, что ты любишь маму и мечтаешь найти девушку, похожую на нее? Ничего, если только уже десятая по счету кандидатка не выдерживает сравнения с потенциальной свекровью. Ты не поверишь, но есть множество достойных женщин, которые при всех положительных качествах мнут пюре хуже, чем это делает твоя мама, и не готовы менять тебе горчицу в носках при температуре 37,2. Это не значит, что тебя не любят. Просто ты уже взрослый мальчик.

Евгений: «Для подросткового периода сравнение с мамой еще может быть тенденцией, но для мужчины уже перебор. Конечно, уважать родителей нужно, но гораздо важнее жить своей жизнью. Кстати, мама, желая быть вечно на первом месте, часто критикует самых первых пассий, обучая делать это своего сына и превращая его в несамостоятельного мальчика. Что делать? Обрезать пуповину и взрослеть: переезжать наконец, жить отдельно, встречаться с девушками и принимать решения самому».

ЭТО НЕ КОНЕЦ

Начинать каждый секс, заранее беспокоясь о конце, приятного мало. Страхи по поводу эякуляции (кончишь либо слишком быстро, либо не сделаешь этого вообще) мешают расслабиться, а напряжение и стресс могут на самом



деле сказаться на качестве секса. Как разорвать этот замкнутый круг?
Евгений: «У мужчин часто встречается синдром тревожного ожидания сексуальной неудачи. Он может быть с сопряжен с нарушением как эякуляции, так и эрекции. В этом случае стоит пройти курс психотерапии и специальной физиотерапии, восстанавливающей правильные рефлексы. Также нужно понять, что если женщина любит вас только за секс, то это не отношения, а бартер. Но любящая партнерша понимает, что на притирку требуется время. Поэтому в случае неуверенности в собственных силах нужно строить отношения, а не перебиваться с дамы на даму».
Но даже если ты укладываешься в среднестатические показатели, не затягивая процесс и не выстреливая слишком быстро, где гарантия, что партнерша получила множественный оргазм? Почему она не истекает в сквирте и не теряет сознание в финале? Может, с бывшим ей было лучше и она скоро бросит тебя?
Евгений: «Некоторые мужчины ожидают стопроцентной оргастичности от женщины, как у себя (хотя в норме у женщин этот показатель лишь 50%). Конечно, есть случаи, когда женщины уходили из-за отсутствия оргазма. Иногда и озвучивая это вслух. Причем порой придумывая эту причину, желая обидеть. Нужно понять, что отношения могут просто не складываться, и не из-за того, что у мужчины член не тот. А желание «добыть оргазм» часто вызвано тем, что женщина не хвалит своего мужчину в принципе, а тот вымаливает комплимент самым очевидным способом. Бывают, к слову, и сконцентрированные на себе варианты одержимостью женским оргазмом, когда перфекционист озабочен тем, насколько он хорош».

НОВЫЙ ПОВОРОТ

Мы часто пишем, как уговорить девушку попробовать что-то новое в постели, но ни разу не говорили о том, как приготовить к экспериментам себя самого. А ведь это бывает сложнее, чем совратить скромную гимназистку. И даже если гимназистка сама предлагает тебе отвязные ролевые игры с использованием клиторальных бабочек, тебя терзают смутные сомнения, что эта идея удачна.
Евгений: «Важно понять, боитесь ли вы экспериментов или просто не хотите. Некоторым мужчинам, уже понявшим, что им нравится, постоянные эксперименты не нужны. А вот если хочется и колется, это дело другое. Могут возникнуть опасения, что пропадет эрекция и это испортит женщине праздник. Дело также портят установки, что порядочная девушка так не делает и не предлагает подобное. Но важно понять, что эксперимент – это прежде всего игра, которую затеяли не дети во дворе, а двое взрослых в спальне, и относиться к чему-то новому надо максимально расслабленно». FHM

СТИЛЬ

Главные трен[illegible]го месяца

ХОТЕЛОСЬ БЫ ОТМЕТИТЬ

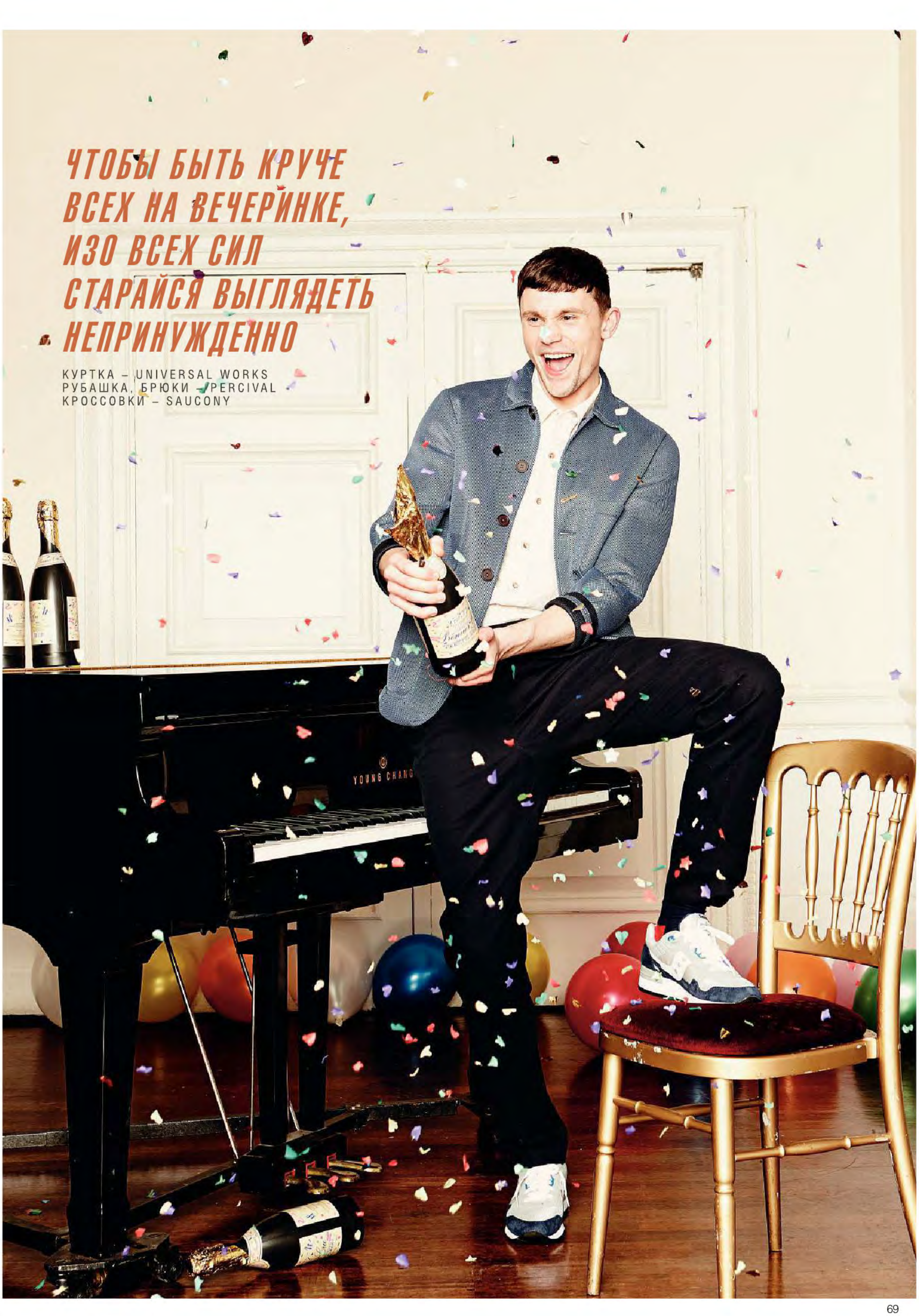
Зажигательная вечеринка – лучший способ побороть осеннюю хандру, октябрьскую депрессию и банальный насморк. Мы поможем тебе прийти на праздник в лучшем виде

Фото: Robin Mellor
Стиль: William Barnes
Прическа: Laura Dexter

КОСТЮМ – DUCHAMP
СОРОЧКА – HARDY AMIES
ГАЛСТУК – REISS

ЧТОБЫ БЫТЬ КРУЧЕ ВСЕХ НА ВЕЧЕРИНКЕ, ИЗО ВСЕХ СИЛ СТАРАЙСЯ ВЫГЛЯДЕТЬ НЕПРИНУЖДЕННО

КУРТКА – UNIVERSAL WORKS
РУБАШКА, БРЮКИ – PERCIVAL
КРОССОВКИ – SAUCONY



ШОРТЫ — ИДЕАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ ДЛЯ ТЕХ, КТО, ТАНЦУЯ НА СТОЛЕ, БОИТСЯ ИСПАЧКАТЬ САЛАТОМ БРЮКИ

ДЖЕМПЕР И РУБАШКА – ASOS
ШОРТЫ – SO POPULAR
БОТИНКИ – UNITED NUDE

РУБАШКА –
UNIFORM FOR THE
DEDICATED
БРЮКИ – GAP
РЕМЕНЬ – RUSSEL
& BROMLEY
ТУФЛИ – POINTER

КУРТКА – PAUL SMITH
ПОЛО – LACOSTE
БРЮКИ – PLECTRUM
КРОССОВКИ – NIKE

УКРАВ У ИМЕНИННИЦЫ ТОРТ, МОЖНО УСТРОИТЬ СЕБЕ ВЫСОКОКАЛОРИЙНЫЙ УЖИН ПРИ СВЕЧАХ

КУРТКА – SOULLAND
БРЮКИ – LIBERTIN-LIBERTIN

Кошмар на улице

Чтобы встреча с тобой стала незабываемой, внеси небольшие изменения в свой привычный гардероб. Не бойся – если девушка от страха начнет заикаться, ты всегда сможешь похитить себе новую

На Майкле Майерсе джинсы GAP, кроссовки Saucony, простыня Primark

ЛОГОМАНИЯ

1 Свежая кровь

Логотипы премиум-брендов на твоей широкой груди – веский повод снизить твою зарплату. Будь хитрее.

INDCSN

Вообще-то мы не готовы называть дизайнерами всех, кто выпускает футболки с логотипами. Но засевшая в Лидсе контора Indecision вполне заслуживает уважения. *INDCSN 1800 руб.*





Grind London

Футболка со смешным рисунком не раз выручала тебя в студенческие годы. Дай ей еще один шанс. *Grind London 1800 руб.*



Villainous Visard

Злодейский черный цвет и нетривиальные рисунки. Что, черт возьми, тебе еще нужно от жизни? Ну или от футболки? *Villainous Visard 2100 руб.*

Небольшой оммаж Канье Уэсту

ДЖИНСА

2 Темная сила

Мы бы не продали свою душу дьяволу за эти джинсы, но вот твою – запросто. Радуйся, что мы не торговались.

Когда покупаешь новую пару джинсов, нужно на многое обращать внимание: тип денима, крой, длина, обработка ткани, положение Луны в Сатурне, цены на нефть. А можно не заморачиваться и просто купить эти классические, черные, как зависть, штаны. Производитель обещает, что они не скоро потеряют цвет. Но ты все же не стирай их слишком часто. *Cheap Monday 3000 руб.*



ОСТАЕТСЯ ДОБАВИТЬ

В свободное от работы на кладбище время рекомендуем носить эти джинсы с жизнерадостными кедами.

КРОССОВКИ

3 Одной левой

Этому набору обуви позавидовал бы и Джон Сильвер. Но если у тебя до сих пор две ноги – попроси принести второй.

1. New Balance 3000 руб.
2. Superga 2700 руб.
3. Asics 6000 руб.
4. Puma 3000 руб.
5. Palladium 2900 руб.



АРХИВ

ВЕРХНИЙ СЛОЙ

4 Еще не остыл

Полы полупальто не только звучат как скороговорка, но и скрывают от посторонних глаз твой черный пиджак и темные намерения.

НА ВКУС И ЦВЕТ

Антрацитовый, вопреки твоим представлениям, не единственный брутальный оттенок на свете.





ТЕПЛЫЕ РУБАШКИ

5 Детки в клетках

Стиль американского захолустья добавит тебе одновременно простоты и загадочности: из фильмов мы знаем, от этой деревенщины можно ожидать чего угодно.



Reebok
5290 руб.



Reebok
5290 руб.



Reebok
5290 руб.

СТРОГИЙ ПИДЖАК

6 От заката

Наивные и доверчивые блондинки до сих пор считают, что прилично одетый мужчина не представляет опасности.

Джентльмен в черном смокинге представляется всякой Золушке принцем. Так почему бы не предложить ей отправиться на бал? О том, что это бал у Сатаны, можно благоразумно умолчать.
Gant 27 550



АРХИВ

ЛИЦО СО ШРАМОМ

Если не хочешь, чтобы свежекупленный костюм пропах бензином – покупай электрическую цепную пилу.

На Кожаном Лице пиджак, брюки, рубашка – все H&M. Пила – Argos

ШАПКА ГОРИТ

Как имитировать ожоги, ты узнаешь прямо в этом номере. Осталось научиться имитировать хороший вкус в одежде.

На Фредди Крюгере рубашка ASOS, шапка Just Hype

ПРОСТЫЕ РУБАШКИ

7

Засучив рукава



Джинсовая

Скромная синева этой джинсовой рубашки будет неплохо смотреться, например, в морге, если вдруг ты решишь именно там встретить свою любовь.

Рубашка ASOS 1700 руб. Часы Swatch 2600 руб.

Оксфордская

Кипятить белые рубашки давно считается дурным тоном и вчерашним днем. Тем более что пятна крови нужно отстирывать только в холодной воде. Будь внимателен и аккуратен.

Рубашка Burton 1200 руб. Часы Timex 2800 руб.

Трикотажная

Мягкие линии, приятная на ощупь ткань, непревзойденный ретро-образ. Идеальная рубашка для проникновения со взломом или похода на выставку.

Рубашка River Island 1800 руб. Часы Casio 1600 руб.

ПО РАЗМЕРУ

8

Лужи крови

Слякоть и сырость – не повод выбирать скучную обувь. Цветная кожа и замша при должном уходе не ударят в грязь лицом.

1. Burton
2400 руб.
2. River Island
2700 руб.
3. Carlo Pazolini
16 800 руб.



ЗНАКОМЫЕ ЛИЦА

Бери пример

У главных героев твоих кошмаров определенно есть чему поучиться.



Монстр Франкенштейна

(Франкенштейн, 1931 год)

Мастер совмещать несовместимое. Например, классический костюм с идиотской стрижкой.



Кэндимен

(Кэндимен,1992 год)

Доказал, что шубы из фальшивого меха носят и ребята посерьезнее сутенеров. Хотя тебе мы все равно не советуем..



Джек Торранс

(Сияние, 1980 год)

«Американская готика» его стараниями превратилась из скучного полотна в интересный повседневный стиль.



Фредди Крюгер

(Кошмар на улице Вязов, 1984 год)

Есть подозрение, что Курт Кобейн именно у него позаимствовал идеи для гардероба. Так что перед тобой первопроходец гранжа.

ЕЙ ПОНРАВИТСЯ

Мы прекрасно понимаем, что ты гладишь брюки не ради нашего одобрения, а из предсказуемого желания нравиться красивым девушкам. Таким, например, как владелица модельного агентства Fashion Виктория Гирба. Она разъяснит тебе, что к чему



ВИКТОРИЯ УМЕЕТ ОДЕТЬСЯ ТАК, ЧТОБЫ У ВСЕХ ПЕРЕХВАТИЛО ДЫХАНИЕ. ТЕБЕ ЭТОМУ ТОЛЬКО ПРЕДСТОИТ НАУЧИТЬСЯ

Аккуратный пробор больше подходит кремлевским курсантам, чем покорителям женских сердец. Тебе же больше подойдет прическа средней длины, ***ВЗЪЕРОШЕННАЯ И НЕБРЕЖНО УЛОЖЕННАЯ.***



Гладкие щеки есть у каждой девушки, так что мне нравится чувствовать под своей ладонью ***ЛЕГКУЮ НЕБРИТОСТЬ***. Хотя, сам понимаешь, целоваться это немного мешает.



ЧАСЫ – пока что единственное украшение, которое ты можешь себе позволить. Хотя рано или поздно придет время для обручального кольца. Не увешивай себя золотом, как индийский раджа.



Вместо того чтобы гнаться за модой, постарайся найти себе ***ИДЕАЛЬНО СИДЯЩИЙ КОСТЮМ***. И не забывай, что статусность вещи определяется прежде всего качеством ткани.



Пока мы тщательно обдумываем каждую деталь гардероба, мужчины умудряются приходить на свидания в стоптанных туфлях. Купи ***ОБУВЬ, ДОСТОЙНУЮ СВОЕГО НОВОГО КОСТЮМА***.

МИНУСЫ

Ты правильно сделал, что купил спортивный костюм. Пора бы начать носить его в спортзал – а больше никуда.

Гавайская сорочка – возможно, неплохой выбор для гавайца или, на худой конец, пенсионера из Майами. Но тебе она в ближайшие 30 лет не пригодится.

АРХИВ

ВОПРОС/ОТВЕТ

Вопросов нет только у матросов, у религиозных фанатиков и у школьников на физкультуре. У тебя же есть полное право поинтересоваться тем, что можно и нельзя носить, мазать и втирать







В Я в некотором замешательстве. Я очень люблю рубашки с пуговицами на уголках-воротника, а мне говорят, что сейчас такие никто не носит. И надевать с такой рубашкой галстук – вовсе дурной тон. Не хотелось бы идти против общественного мнения, но и полностью менять гардероб как-то неохота.
Влад, 27 лет, Москва

О Ну менять мы тебе не предлагаем, а вот обновить было бы неплохо! Все эти твои закидоны про галстук с рубашкой top-bottomed, среди специалистов и тех, кто прикидывается специалистами, называются «скандинавским стилем». Ну это когда свитера носят с костюмами, кардиганы с брюками хаки, а массивные кожаные ботинки надевают вообще со всем, что хорошо сидит. Наглядные примеры ты сможешь найти не только в своем воображении, но и в новой коллекции BOSS от HUGO BOSS. Кстати, кроме подтверждения своей правоты ты найдешь там отличные двубортные пиджаки, смокинги из бархата и вязаные галстуки.

В Дорогой журнал, у меня проблема. Я неуютно чувствую себя в костюме, натурально как ботан какой-то. Меня родители в школе всего 11 раз смогли в него запихнуть – на 1 сентября. Ну еще двенадцатый раз – на выпускной. А сейчас я уже взрослый и не могу сам себя заставить. Боюсь, что на работе введут дресс-код, что я тогда делать буду?
Артем, 22 года, Санкт-Петербург

О Тогда ты будешь просить милостыню у Казанского собора или грабить туристов в ближайшей к собору подворотне. Чтобы не доводить свою жизнь до такого неприятного выбора, посмотри несколько фильмов из американской классики: «Братья Блюз», «Твин Пикс» или, на худой конец, «Люди в черном». Глядя на Джона Белуши, Кайла Маклахлана или Томми Ли Джонса, ты, возможно, сообразишь, что пиджак с брюками носят не только маменькины сынки, но и крутые веселые ребята: музыканты, агенты ФБР, борцы с инопланетянами. Только не пытайся сразу во всем им подражать: ты едва ли готов прямо сейчас залабать гитарное соло или подбить звездолет. Вот и абсолютно черный костюм тебе носить рановато. Начни с цветов поскромнее: серого или синего, например. Такие оттенки ты без труда найдешь в новой специальной коллекции костюмов MEXX, которая поступила в продажу в августе. Надеемся, что еще не все раскупили.

В Правда ли, что на свете есть книжка, в которой записаны все вечные модные табу. Ну что нельзя носить белые носки, носить носки с сандалиями, носить куртку короче пиджака и ходить с барсеткой. В общем, если есть – подскажите, где купить.
Алексей, 33 года, Москва

О Спешим тебя обрадовать. В октябрьском номере журнала FHM за 2014 год, в рубрике «Вопрос-ответ», наш читатель Алексей из Москвы перечислил все мыслимые и немыслимые табу. Правда, большинство из них немного устарели: куртки короче пиджака сегодня считаются наивным заполярным продолжением стиля «преппи», белые носки легализовались вместе с кроссовками, а по подиумам уже несколько лет ходят каменнолицые манекены в сандалиях, надетых прямо поверх черных носков. Так что забудь все эти глупости, Леха. Никаких табу нет. Есть просто вещи, которые не одобряет редакция FHM. И ты их, судя по всему, отлично знаешь.

АРХИВ



В Каждый год осенью, когда начинает ухудшаться погода, портится и состояние моей кожи. Это взаимосвязанные процессы? Можно ли подготовить кожу к смене сезона? И есть ли волшебное средство, которое моментально избавляет от прыщей?

Вадим, 25 лет, Москва

О *Отвечает* **Екатерина Добрыднева,** ***старший тренинг-менеджер, медицинский эксперт La Roche-Posay, Inneov***

За лето кожа подвергается воздействию множества негативных факторов, особенно во время отпуска в жарких странах: УФ-излучение, высокие температуры, соленая морская вода. К осени она становится обезвоженной и грубой, начинает шелушится. А загар лишь создает видимость хорошей и сияющей кожи. И вот, чтобы восстановить потерянный баланс, начинается избыточная выработка кожного сала, появляется жирный блеск и, как следствие, прыщи и воспаления. Поэтому встречать это время года рекомендуется со средствами, которые помогут убрать отмершие клетки с поверхности кожи и сделать ее более ровной. Например La Roche-Posay Effaclar K – корректирующая эмульсия, в состав которой входит липогидроксикислота, которая бережно отшелушивает отмершие клетки, сужает поры и помогает избавиться от черных точек. Для локального воздействия на прыщики лучше всего искать средства с антибактериальными и противовоспалительными компонентами, которые быстро уберут воспалительный элемент. Средство лаборатории La Roche-Posay Effaclar A.I. справляется с этой задачей буквально на следующий день. И, конечно, не забывай про витамины, ведь осень – это стресс не только для кожи, но и для всего организма.

В Я очень обеспокоен состоянием моих волос – они стремительно выпадают. То ли дело в экологии города, то ли я просто ленюсь и никак не подберу себе нормальный шампунь. Может, посоветуете, как преждевременно не облысеть? Еще меня волнует вопрос о стрижках – что сейчас в моде?

Олег, 33 года, Санкт-Петербург

О *Отвечает* **Виолетта Ли,** ***ведущий мастер салона красоты Jean Louis David на Покровке***

Для защиты волос с нашим климатом наш салон предлагает для профилактики в домашних условиях шампунь-ванну Stimuliste GL от Kérastase. Бороться с выпадением волос нужно уже на этапе мытья головы. Это средство уплотняет структуру истонченных волос. Его нужно использовать при заметном риске выпадения волос. Если самому заморачиваться в ванной не хочется, мы предлагаем в период межсезонья уходы за кожей головы и волос в салонном формате: процедура Aminexil Force R подходит при временном выпадении волос, что часто происходит осенью. Активные компоненты используемого средства помогут тебе забыть о выпадении, увеличат скорость роста и густоту волос (+5% после 6 недель) и в целом продлят жизнь каждой волосинки. Что касается причесок, то стильным трендом этого сезона становится классическая стрижка «боб». Сейчас также модно ходить с самыми разными челками: длинными, короткими, косыми. При этом волосы на затылке оставляют средней длины, а височные коротко состригают. Челку можно зачесать вбок и назад, пригладить или взъерошить.



В Все ароматы делятся на дневные и вечерние, летние и зимние. А как выбрать что-то для октября? Да и как вообще правильно подобрать аромат?

Кирилл, 28 лет, Курск

О *Отвечает* **Алексей Дубинский,** ***создатель и владелец бутика нишевой парфюмерии «Ароматека»***

Для начала нужно нанести аромат на блоттер (отрезок/кусок бумаги), подождать 10 минут и послушать его. Если парфюм тебе понравился, протестируй его на себе. Это нужно, чтобы понять, не вызывают ли какие-нибудь ингредиенты аллергии. И аромат важно «разносить» на коже, чтобы понять, как он раскрывается. Для этого потребуется не менее часа (чем больше времени, тем лучше). Как правило, если ты не чувствуешь запах, но его улавливают окружающие, это значит, что он тебе подходит. Я лично считаю признаком хорошего парфюма, когда спустя 6 часов его носки девушка (в идеале незнакомая) спрашивает, что это за аромат. Для октября я бы посоветовал что-то с мягкими согревающими нотами. Например, Parfumerie Générale 18 Cadjméré – древесный, кашемировый, мягкий и теплый. А вообще среди парфюмеров никакой моды на ароматы нет. Вот среди покупателей есть. В последние пять лет, например, популярны удовые ароматы. А у продвинутой публики сейчас в фаворе красивые cologne (одеколоны) и шипровые ароматы. Но на самом деле модно только то, что тебе идет.



СТЕКЛЯННЫЙ ДЕРЕВЯННЫЙ

Когда от листвы на улицах постепенно остаются лишь отметки под ногами, в знак солидарности с голыми стволами душись древесными ароматами

Bruno Banani MAN
Туалетная вода
1731 руб.

Byredo Oud Immortel
Парфюмерная вода
10 080 руб.

UERMI VELVET
Парфюмерная вода
6000 руб.

Olfactive Studio Autoportrait
Парфюмерная вода
4500 руб.

Le Labo Santal 33
Парфюмерная вода
16 720 руб.

АНТОН КУЗНЕЦОВ

Serge Lutens Santal Majuscule
Парфюмерная вода
6500 руб.

Terre d'Hermes Eau Très Fraiche
Туалетная вода
4860 руб.

Nu_Be Oxygen
Парфюмерная вода
5890 руб.

Kenzo Homme Boisée
Туалетная вода
4040 руб.

SOLO Loewe Platinum
Туалетная вода
4700 руб.

CEFINE Beauty Refresh Energy Water
Освежающая энергетическая вода
1980 руб.

Less is More Grapefruit+ Cardamon
Гель для душа
1330 руб.

System professional Refresh men
Освежающий шампунь для волос и тела
1200 руб.

Shiseido Men Active Energizing Concentrate
Омолаживающий концентрат
2999 руб.

Therme Thalasso
Скраб для душа
355 руб.

Vichy Homme Hydra MAG C
Увлажняющий легкий крем
1060руб.

ПОДЪЕМНАЯ СИЛА

День уменьшается, и просыпаться все сложнее. С этими средствами вставать по утрам тебе станет чуть легче

АНТОН КУЗНЕЦОВ

О ВРЕМЕНА, О ТРАВЫ

Осень – подходящий сезон, чтобы освоить народную медицину и зельеварение. Но если у тебя нет подписки на «Вестник ЗОЖ», просто обзаведись этими средствами

Yves Rocher
Бодрящий гель для душа «Мята»
290 руб.

CND Scentsations «Зеленый чай и лимон»
Лосьон для рук и тела
550 руб.

Malin+Goetz
Шампунь для волос «Мята»
1050 руб.

Jardins d'écrivains Shaman
Ароматический фумигатор с шалфеем
3500 руб.

Paul Mitchell Tea Tree Shave Gel
Освежающий гель для бритья для мужчин
1100 руб.

Bottega di LungaVita
Гель для душа «Спорт»
395 руб.

КАК МЕРТВОМУ ПРИПАРКИ

Этой ночью тебе может пригодиться все что угодно: от жвачки со вкусом верблюжьих яиц до чеснока от вампиров

6



1



2



3



4



5



7



8



9





01 ВОЛОСЫ ДЫБОМ

На Хэллоуин можно позволить себе что угодно на голове. *Текстурирующая глина Schwarzkopf 3D Men Texture Clay, 720 руб., гель для укладки Moroccanoil Styling Gel, 1030 руб., моделирующая пудра Fudge Textures Creative Styling Dust, 1890 руб., моделирующая винтажная глина Fudge Textures Raw Vintage Clay, 1890 руб.*

02 У ТЕБЯ ТАКИЕ ГЛАЗА

Ни один костюм не переплюнет физиологические превращения. *Линзы (circle-lens.ru), от 870 руб.*

03 ЗАЖЕВАЛО

Chicle Camel Balls и Bull Shit. Несмотря на названия, на вкус эти жвачки безобидны. *Amgum.ru, от 20 руб.*

04 УЛИЧНЫЙ ЗВОНОК

Эта колонка то, что надо для проигрывания зомби-микса. *JBL Charge 2, 5990 руб.*

05 СКЕЛЕТЫ В ШКАФУ

Хэллоуин – отличный повод надеть что-то с костями. *Футболка Quiksilver, 795 руб.*

06 СТРАННО ПАХНЕТ

Спрей Zombie for him от Demeter Fragrance Library пахнет мертвечиной лучше ее самой, а аромат сандалового дерева превращает флакон Antaeus от Chanel в кол для вампиров. *Туалетная вода Chanel Antaeus, 3367 руб., спрей Zombie for him от Demeter Fragrance Library, 1250 руб.*

07 ЗАКРОЙ УШИ

Если в эту ночь ты думаешь спать, то прикупи хоть наушники цвета тыквы. *SteelSeries Siberia V2 Heat Orange, 4500 руб.*

08 ТЫКВА-БОТ

Почти все можно делать виртуально, даже тыкву вырезать. *Pumpkin Creation, бесплатно в App Store*

09 С ПОКРЫТОЙ ГОЛОВОЙ

Свои неудачные попытки уложить волосы можешь прикрыть кепкой с хэллоуинской символикой. *Кепка Burton, 1650 руб.*

10 ЛЕГКОЙ ПОХОДКОЙ

Это только говорят, что встречают по одежке. На самом деле сначала смотрят на обувь. *Кроссовки Reebok Classic, 6990 руб.*

11 КИНОПОИСК

В День всех святых можно отправиться компанией не в шумный бар, а в большой кинотеатр. *Билет в IMAX от 250 руб.*

12 ЧТО ВНУТРИ?

Праздничная амуниция должна быть даже под костюмом. *Трусы Topman, 566 руб.*

13 ИСТОРИЯ В ДЕТАЛЯХ

Ценовая политика Swatch позволяет купить смешные часы, чтобы надеть их лишь один раз. *Часы Swatch Geisterstund, 2200 руб.*

14 ЗАРЯЖАЙ МОЗГИ

Хэллоуин длится до рассвета. Чтобы не заснуть, закупи пару ящиков хорошего энергетика. *Энергетический напиток Redbull, от 56 руб.*

15 ВИДЕОРЯД

А когда ты в последний раз брал ящик пива, игровую приставку и звал друзей, чтобы всю ночь рубить зомби? *Комплект Xbox One + диск с игрой, 20 990 руб.*

ПО ЛОКОТЬ В КРОВИ



Грим: Юлия Бочарова



Тебе понадобится: клей ПВА, мука, вода, краски гуашь, косметичка подруги, пинцет или ножницы, синтетическая кисть и мрачная подставка, чтобы не заляпать всю квартиру (у нас – от Pichshop).

Смешай воду и муку в пропорциях 2:1. Добавь пару чайных ложек клея ПВА и тонального крема своего цвета кожи.



01
Нанеси жирным слоем смесь на руку, сделав плавный переход по краям у настоящей кожи.



02
Пока смесь не застыла, положи сверху тонкие салфетки.



03
Еще раз замаскируй переходы к коже тональником. Сомни салфетки, чтобы место ожога казалось шершавым.



04
Пинцетом начинай аккуратно разрывать салфетки, создавая иллюзию обожженной и потрескавшейся кожи.



05
Лопнувшие пузырии от ожога обведи по внутренним краям черным карандашом для глаз или тенями.



06
Начинай хаотично заполнять все ярко-красной кровью, сделанной из краски.

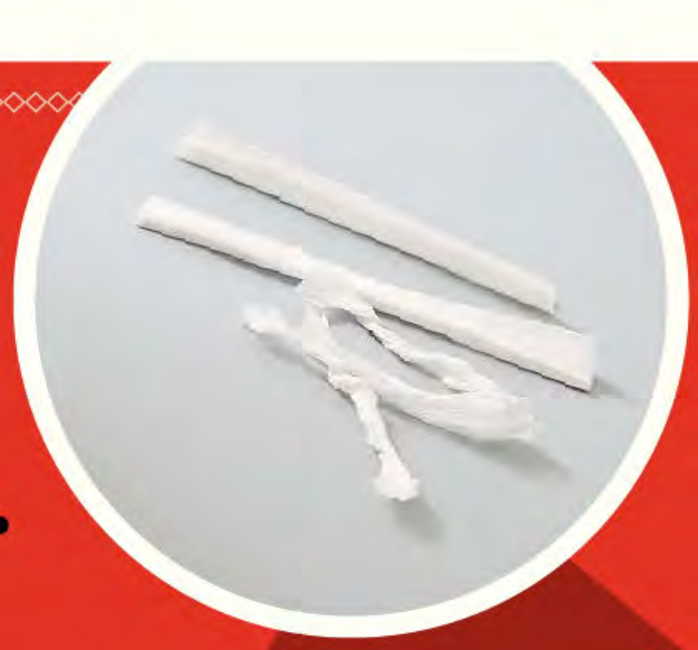


07
Можно добавить пару капель искусственной крови (продается в магазине приколов). Готово.



НАСТОЯЩИЙ ДЖЕНТЛЬМЕН ВЫГЛЯДИТ УТОНЧЕННО В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ

Если уж и наряжаться в Ночь всех святых, то делать это максимально страшно. Более подходящего элемента, чем кровь и человеческое мясо, мы не придумали. Но не торопись в морг за обновками





Профессиональный силиконовый гель можно заменить набором из муки, клея, воды, тональника и салфеток.



01
Все той же смесью построй толстые и высокие края будущей раны.



02
Чтобы они были прочнее, добавь салфетки, сложенные в плотную трубочку.



03
Налей на ладонь еще смеси.



04
Используй ватные палочки или съеденные чупа-чупсы, чтобы сделать кости. Закрепи их на ладони смесью.



05
Тонкие рваные салфетки положи на остальную часть руки, создавая рельеф мышечной ткани.



06
Внутренние границы обведи черным карандашом для глаз.



07
Начинай заполнять все красной и черной краской.



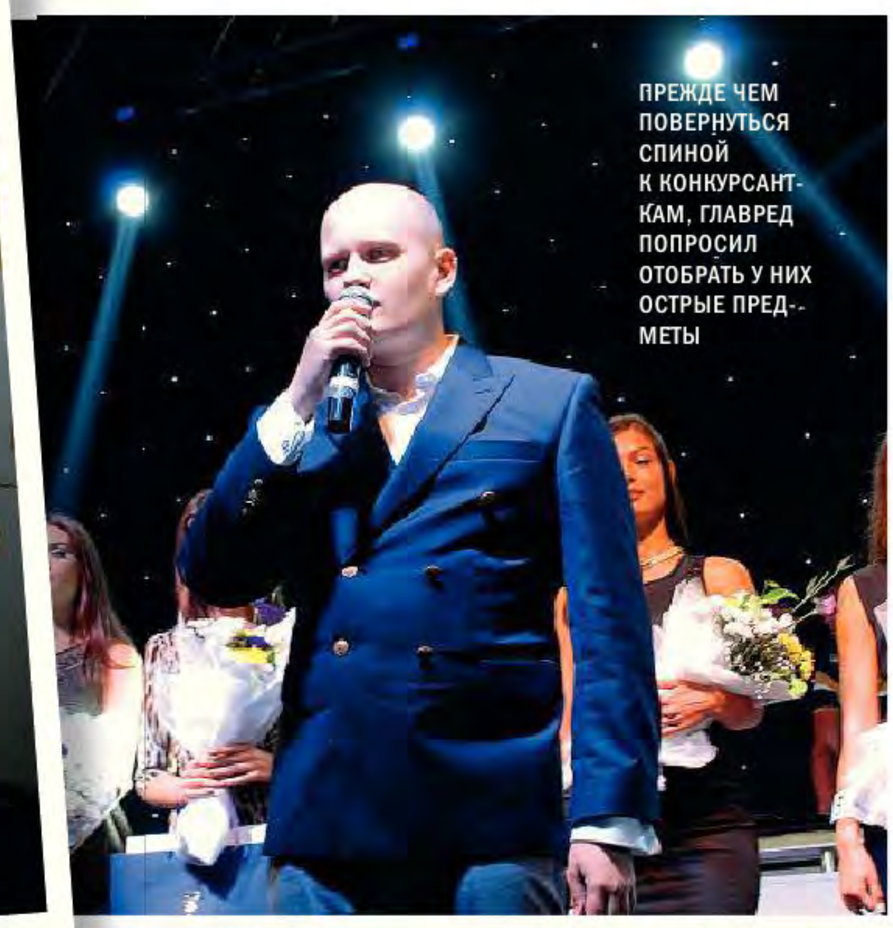
08
В завершение набери на кисть побольше черно-красной краски и побрызгай на всю руку. Готово.



ОТ ДОЛГИХ ПЕРЕПИСОК С ПОДРУГОЙ У ПАРНЯ РУКА ПРОСТО ОТВАЛИВАЛАСЬ



ДОВЛАТОВ СЧИТАЛ, ЧТО САМЫЕ КРАСИВЫЕ ДЕВУШКИ ОБИТАЮТ В МОСКОВСКОМ МЕТРО. НА ТУРЕЦКИХ КУРОРТАХ ОН ПРОСТО НЕ БЫЛ



ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПОВЕРНУТЬСЯ СПИНОЙ К КОНКУРСАНТКАМ, ГЛАВРЕД ПОПРОСИЛ ОТОБРАТЬ У НИХ ОСТРЫЕ ПРЕДМЕТЫ

Попали в десятку

Выбрав с вашей помощью сто самых сексуальных девушек планеты, FHM решил немного передохнуть и отправился в турецкую Анталью, в беззастенчиво роскошный пятизвездочный Mardan Palace. Оказалось: что из собравшихся на этом курорте красавиц можно было бы создать отдельный рейтинг, ничуть не уступающий мировому. Но поскольку определять сотню лучших – тяжелый труд, главный редактор решил ограничиться десяткой. А чтобы снять с себя ответственность (и не убегать по пляжу от разгневанных фотомоделей), главред вошел в состав представительного жюри. Два дня девушки соревновались в таких дисциплинах, как позирование, дефилирование и ораторское искусство, и даже на объявлении результатов ни разу не вцепились друг другу в волосы.



ПЕВИЦА МИРА И ПОБЕДИТЕЛЬНИЦА КОНКУРСА НАДЕЖДА ГУСЬКОВА



ВЕДУЩИЕ МАРИЯ ГУЗЕЕВА И ДМИТРИЙ ПИСАРЕВ ВЫДЕЛЯЛИСЬ НА СЦЕНЕ НЕ ТОЛЬКО ЯРКИМ ГАРДЕРОБОМ



ПЕВИЦА ДАНА РЕЛЛИ (И НЕ ОНА ОДНА) НЕ УСТОЯЛА ПЕРЕД ОЧАРОВАНИЕМ СВОЕГО КОЛЛЕГИ ЧЕРИМА



ВОКАЛИСТ ГРУППЫ ПИЦЦА ОТЖИГАЛ НА ТАНЦПОЛЕ НЕ ХУЖЕ ЧЕМ НА СЦЕНЕ



АНДЖЕЛИНА ГЕОРГИЕВА УВЕЗЛА ДОМОЙ В МАКЕДОНИЮ СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПРИЗ ОТ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА FHM



АНТОН ЗАЦЕПИН СМОГ ЗАЦЕПИТЬ ЗАЛ С ПЕРВЫХ ТРЕХ НОТ



ДЖЕЙМС СПЭЙДЕР

МЕГАН БУН

SONY ENTERTAINMENT TELEVISION

set-russia.com

16+

ЧЕРНЫЙ СПИСОК

ТЕРРИТОРИАЛЬНАЯ ПРЕМЬЕРА, 2 СЕЗОН

По пятницам в 23:15 (мск)

реклама

© 2014 Sony Pictures Television. All rights reserved.

SONY ENTERTAINMENT TELEVISION

КАЖДЫЙ ДЕНЬ – ТОЛЬКО ТВОЙ!

ДЕВУШКА
октября
FHM

НАТАЛЬЯ

Имя: **Наталья Олметова**,
начинающая актриса, модель
Параметры: 85-59-85
Рост: 175 см

ФОТО : БОРИС ЗАХАРОВ
СТИЛЬ: АЛЕСЯ МАТЯЩУК
МАКИЯЖ И ПРИЧЕСКИ:
АННА МИНАЕВА

«Я люблю конный спорт, играю в гольф. Еще я влюблена в Тибет и занимаюсь йогой. Придерживаюсь мнения: человек должен постоянно расти, выходить за рамки сознания и не жить в шаблонах и стереотипах»

КУПАЛЬНИК – HERVE LEGER, УКРАШЕНИЯ – KO JEWELRY

БОДИ –
ERMANNO
SCERVINO

БОДИ –
HEARTS OF 4,
УКРАШЕНИЯ –
KO JEWERLY

«Мне близка философия Стива Джобса: он всегда ходил в простых джинсах и черной водолазке»

БЕЛЬЕ – LANIKKA,
ОЖЕРЕЛЬЕ –
FABULOUS FAKES

Тест-драйв

ЯПОНСКИЙ ИММИГРАНТ

НРАВИТСЯ:
САМАЯ КРАСИВАЯ ПЕРЕДНЯЯ ОПТИКА В МИРЕ

НЕ НРАВИТСЯ:
РАССКАЗЫВАТЬ ЧТО ЭТО ЗА КОМПАНИЯ ACURA

Acura – богатый кузен Honda – имеет такое же отношение к Японии, как, скажем, наш журнал к дошкольному образованию детей из Средней Азии. То есть совсем небольшое. Бренд был придуман японцами для Америки и 27 лет просидел взаперти в границах США. И вот наконец его выпустили на российский рынок

Текст: **Максим Пепеляев**

На тест нам достался первенец или, так сказать, главная надежда компании – модель MDX. Это семиместный кроссовер, который почти полностью был спроектирован американцами. Базируется он на платформе Honda Pilot. Если ты не горазд в автомобилях, специально для тебя отметим, что Acura – это та же история, что и Toyota и Lexus или Nissan и Infiniti. Так сложилась политика японских компаний, которые давным-давно решили для американского рынка создать суббренды пороскошней да с прицелом на потребителя. Так Acura MDX получил 3-й ряд сидений, массивный кузов, отделанный изнутри оливковым ясенем и кожей, и мощный мотор – все, как заказывали янки. Их вкусы не очень-то и отличаются от наших. Но всеже Acura MDX подверглась ряду технических изменений и перенастроек. Российский вариант кроссовера, например, имеет на 4 «лошади» меньше в мощности и на 15 миллиметров больше в клиренсе. Головной боли с доводкой было бы больше, но MDX изначально создавался с прицелом на экспансию, поэтому и тестовые испытания проходил не на идеально ровной взлетной полосе, а на Северной петле Нюрбургринга. Но какой гоночный трек сравнится с российскими дорогами? Поэтому мы устроили тест по Подмосковью. Заплатки, дыры, волны – на общественной трассе, как на Дмитровском полигоне, все виды препятствий. И со всеми MDX справляется отлично. Единственное замечание – стук подвески, как оказалось, проблема многих Honda. На плавности хода это нисколько не сказывается, но акустический дискомфорт на уровне премиум-сегмента – вы шутите? Еще одно важное замечание касается мультимедийной системы. По центру торпедо располагаются два цветных дисплея. Они частично дублируют функции друг друга, да и графика слабовата в сравнении с конкурентами.



Но вот динамика MDX потрясла. Я не помню ни одной другой столь крупной машины, которая бы управлялась с такой легкостью. В виражах тяжелый кроссовер как будто преобразуется. Только что он вальяжно, разрывая воздух, двигался по прямой, но на подходе к повороту будто собрался с духом, напряг каждую деталь и с легким намеком на крен изысканно прошел шпильку. До 70% тяги может переходить за считаные секунды на заднюю ось, что позволяет пройти поворот с легким заносом. 290 «лошадок» атмосферного V6 доступны в любой момент без промедления. В спортивном режиме шестиступенчатая коробка передач не заботится о потраченных литрах топлива, выдерживая выбранную ступень до последнего. Кроме коробки, нажатием на кнопку IDS, водитель может выбрать один из трех режимов движения: «Комфорт», «Нормальный» или «Спортивный». Эти алгоритмы меняют отзывчивость педали газа, степень усилия на руле, звук мотора и работу полного привода.
Только после того, как сядешь за руль Acura, ты поймешь, отчего такой переполох вокруг выхода компании в Россию. MDX – это одна большая порция драйва. **FHM**







АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

КУЗОВ
Длина 4936 мм
Ширина 1960 мм
Высота 1730 мм
Снаряженная масса 1970 кг

ДВИГАТЕЛЬ И ТРАНСМИССИЯ
Тип бензиновый V6
Рабочий объем 3500 см³
Максимальная мощность 290 л. с.
Максимальный крутящий момент 355 Нм на 4500 об/мин
Трансмиссия автоматическая 6-ступенчатая

ДИНАМИКА И ЭКОНОМИЧНОСТЬ
Максимальная скорость 220 км/ч
Разгон с 0 до 100 км/ч 7,6 с
Расход топлива в смешанном режиме 10,4 л
Средний расход во время теста 14,2 л

Парковка

ВЫСТАВКА ДОСТИЖЕНИЙ

120 тысяч квадратных метров площади, заполненной автомобилями и позирующими на их фоне девушками. Примерно так выглядит рай, и точно так выглядит Московский международный автомобильный салон, о новинках которого мы тебе сейчас расскажем



INFINITI Q50

Модель нельзя назвать новинкой. В Европе она уже вовсю навязывает борьбу конкурентам в классе, это в России встретить ее на улице пока еще редкая удача. Возможно, дело в цене, подумали японцы и снизили ее. Так на Московском автосалоне появилась новая недорогая модификация – заднеприводная версия среднеразмерного седана с двухлитровым бензиновым двигателем. Новый мотор Q50 имеет турбонаддув и развивает 211 лошадиных сил с крутящим моментом в 350 ньютон-метров. Агрегат работает в паре с 7-ступенчатой коробкой-автоматом. Больше о маленькой премьере сказать нечего, поэтому мы напомним тебе об особенностях самого Q50. Первое – ходовую, как говорят, настраивал сам Себастьян Феттель. Второе – это первый серийный автомобиль, руль которого не имеет механической связи с колесами. Да-да, ты поворачиваешь обод, действие преобразуется в сигнал, который направляется к колесам по проводам, там еще что-то происходит, и машина поворачивает. Никаких железок! Те, кто уже приобрел автомобиль, говорят, что технология просто чума. Ты, наверное, подумал о том, насколько это безопасно? Не переживай, система многократно дублируется, а в случае неполадки в работу оперативно должна вступить стандартная рулевая рейка.





JEEP RENEGADE

Самый маленький Jeep оказался и самым милым, что ли. Мы даже не знаем, какой еще эпитет можно подобрать. Представь себе котенка, который играется с шерстяным клубочком – то же умиление вызывает и новый Jeep Renegade, если на него взглянуть. Никакой брутальности, никакого намека на военную историю – это чистой воды пацифист со снимающимся верхом. Автомобиль построен на платформе, разработанной коллегами из Италии для Fiat 500L, но американцы хорошо потрудились, и сходство почти не различимо. Новинка обещает удивить, как и положено марке, своей высокой проходимостью. В линейке четыре мотора, два из которых бензиновые и два дизельные. Самый мощный 2,0 выдает 170 «лошадок». Не знаем как тебя, но нас новинка заинтриговала – впервые Jeep выпустил что-то, на чем не стыдно ездить до выхода на пенсию.



ОПРОС АВТО MAIL.RU

Ради чего вы бы смогли отказаться от автомобиля навсегда?

Ради бесплатного кругосветного путешествия **6%**

Ради бесплатной выпивки на всех вечеринках **2%**

Ради экологии своего города **6%**

Ради трехкомнатной квартиры в Москве **24%**

Я никогда не откажусь от автомобиля **62%**

Всего голосов: 33 881

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ



KIA SOUL EV

Электричество подвели уже и к KIA Soul. Вместо бака под полом авто разместились 96 литий-ионных батарей, которые настолько умело распределены, что почти не съедают места, выделенного пассажирам еще на бензиновой версии. От блока энергия подается в электромотор мощностью 110 «лошадок» и невероятным крутящим моментом – 285 Нм. По данным компании, EV до сотни (а точнее до 97 км/ч) разгоняется за 12 секунд и может развить скорость, равную 145 км/ч. Запас хода авто ограничен в районе 130-160 километров, зато зарядить машину можно от бытовой розетки на 240 вольт за пять часов. Цифры заманчивые, но новые технологии в нашу страну выводят с осторожностью. Так что неизвестно, попадет она в продажу или нет.

GT4 STINGER

Концептуальное купе построено командой энтузиастов в американсом офисе компании. Шансов на серийное производство у него почти нет. Авто получило 315-сильный мотор и «механику» - пацаны бы оценили. Таким образом инженеры хотели возродить дух купе и скорости без современных электронных примочек.



АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

NISSAN SENTRA

Наконец, японцы заполнили брешь в своем модельном ряду. Они тянули и выжидали и вот решились ввязаться в борьбу за потребителя в популярном С-сегменте. Седан получился довольно привлекательным и современным, правда, силовая установка пока что только одна – 117-сильный 1,6-литровый бензиновый мотор. Кстати собирать автомобиль Nissan намерена на Ижевском заводе.





LADA VESTA

Мы не думали, что настанет тот день, когда на страницах FHM мы будем писать про отечественные автомобили. Но оставить без внимания новый концепт из Тольятти просто невозможно. Vesta – дело рук Стива Маттина. Седан собран итальянской компанией Vercarmodel, всего в мире на сегодняшний день их существует два. На наш взгляд, получилось довольно неплохо, если принять во внимание все то, что в России делается сегодня. На ВАЗе обещают наладить производство автомобиля в 2015 году, а вместе с ним начать использовать уже давно популярное во всем мире выражение «Дизайнерская концепция».



БОНУС CHEVROLET NIVA

Над проектом работало китайское отделение GM. Пока что публике представили только концептуальную модель, но не исключено, что за минусом больших колес, лебедки, багажника на крыше и другой мишуры именно так будет выглядеть серийная версия. Нам обещают, что «Нива» останется настоящим внедорожником для охоты, рыбалки и шопинга (не всем она дается просто). Под капотом 1,8-литровый мотор Peugeot на 135 л. с.

P Парковка



MERCEDES S-CLASS COUPE

Пятиметровое купе! Ты только представь себе: двухдверная модель длиной с премиум-седан. Кому как не немцам могло прийдти это в голову? Нас травили концептами и скетчами, и только в Женеве, а теперь и в Москве Mercedes показал серийную модель. Самое крутое – то, что машина оснащена V8 с двумя турбинами на 455 «лошадей» и целых 700 Нм. Конечно, купе может наклоняться перед входом в поворот для большей устойчивости и еще поблескивать кристаллами Swarovski в оптике. Само собой, сиденья отделаны самой нежной кожей самых нежных коров, а панель – деревом самых редких пород.



АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

NISSAN PATHFINDER

Эта премьера Nissan значительно интересней. Хотя бы потому, что базовая версия оснащена V6 на 250 л. с. Кроме того, будет доступна гибридная версия, силовая установка которой суммарно выдает те же 250 «лошадок». Если ты помнишь предыдущее поколение, то его главной особенностью была утилитарность: рамная конструкция, все блокировки и интерьер пещеры. Новинка же прибавила роскоши: трехзонный климат-контроль, кожа, подогрев руля и сидений, дисплеи для задних пассажиров и аудиосистема Bose. Уверены, многих такие изменения разочаруют. Также новый Pathfinder получил новую полноприводную систему All Mode 4x4i с тремя режимами – только передний привод, передний с подключаемым задним или 4WD Lock с постоянным полным приводом.





AUDI TT

Если ты следишь за новостями, то уже видел эту модель на Женевском автосалоне. Но в Россию она попала впервые. Третье поколение спортивного купе оснащено мотором 2,0-литра, который выдает 230 л. с. и этого достаточно для разгона до сотни за 5 с линим секунд.

Кроме купе компания показала на стенде TT offroad concept. Это обычный спорткар на больших колесах, что автоматически означает успех в России. Концепт оснащен гибридной силовой установкой мощностью 408 «лошадок» и по документам расходует меньше двух литров на сто километров пути.

ТЕХОСМОТР

ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ

Зима близится, и нужно запасаться не только продовольствием, но и современной техникой, которая спасет тебя от скуки долгими тоскливыми вечерами

Текст: Анастасия Бочарова



03



02



01



01
Toshiba Canvio AeroMobile

Беспроводной твердотельный накопитель оснащен интерфейсом USB 3.0, и Wi-Fi-модулем, а значит, способностью передавать информацию 8 устройствам одновременно. Благодаря слоту для SD-карт емкость накопителя (128 ГБ) можно увеличить. Легкое (120 г) и компактное (63 x 123.2 x 12.5 мм) устройство может работать до 8 часов без подзарядки, так что хватит на весь рабочий день.

Цена: 7050 руб.

02
ASUS MeMO Pad 7

Семидюймовый планшет (ME572C/CL) с экраном формата Full-HD работает на ОС Android 4.4 KitKat, имеет 64-битный четырехъядерный процессор Intel Atom Z3560, модуль LTE и две встроенные камеры (5 Мпикс с автофокусировкой на тыловой и 2 Мпикс на фронтальной). Все это умещается в компактном корпусе толщиной 8,3 мм, который весит 269 г. Работать в автономном режиме планшет может до 11 часов.

Цена: от 9990 руб.

03
BORK C805

Робот-бариста, который совершает все этапы приготовления – от заваривания до подогрева чашки – без твоей помощи. Так что если ты не представляешь свое утро без глотка хорошего кофе, неплохо было бы инвестировать в такое устройство. Кофе-машина оснащена LCD дисплеем. И даже чистится самостоятельно. Тебе остается лишь выбрать сорт кофе, одну из 45 степеней помола, крепость напитка и температуру молока.

Цена: 139 990 руб.

04
Genius GX Gaming Manticore и DeathTaker

Эта модель легко распознает с десяток комбинаций одновременно нажатых кнопок. Клавиатура поддерживает «горячие» клавиши, два USB-порта и три зоны подсветки. А корпус мышки из этой же серии подстраивается под пользователя: шесть грузов позволяют комфортно сбалансировать вес мыши. 9 кнопок, время отклика в 1 мс, разрешение сенсора до 5700 dpi.

Цена: 2700 руб. (клавиатура) и 1900 руб. (мышь)

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

05



06





04





07



08

05
Cat B15Q

Надоело трястись за каждую царапину на смартфоне? Купи телефон от Cat, который не боится 25-градусного холода, 55-градусной жары, падения на бетон с высоты 1,8 метра и погружения под воду на 1 метр. Ну а заодно: четырехъядерный процессор MediaTek с частотой 1,3 ГГц, четырехдюймовый экран, прочное стекло Gorilla Glass II, камера 5 мПкс с LED-вспышкой, Android 4.4 KitKat, до 21 дня в режиме ожидания, и конечно, фонарик.

Цена: 14 990 руб.

06
MacBook Pro

Обновленные модели MacBook Pro с дисплеем Retina оснащены более быстрыми процессами (Intel Core i5 и Intel Core i7 с технологией Turbo Boost, повышающей частоту до 4,0 Ггц в топовой версии) и восемью гигами оперативки. Толщина корпуса – всего 1,8 см, а аккумулятора хватает на 9 часов работы. Скоро для них будет доступна и OS X Yosemite – улучшенная версия с новым дизайном.

Цена: от 56 990 руб.

07
Electrolux Ergorapido ERGO13

Переходи на вертикальные пылесосы. Они компактнее, а эта новинка от Electrolux и вовсе беспроводная. Аккумулятора хватит на 35 минут работы. За это время ты успеешь убрать минимум двухкомнатную квартиру. Пылесос имеет маневренность 180 благодаря новым увеличенным колесам, поэтому электрощетка, идущая в комплекте, спокойно пролезет во все углы. Эксклюзивная технология самоочистки Brushrollclean позволяет нажатием на педаль удалить весь мусор с ролика щетки, так что наклоняться к полу вообще не придется.

Цена: от 5990 руб.

08
Remington BHT6250

Отрастить бороду или бакенбарды – это полдела. За ними нужно еще и ухаживать. Этот триммер аккуратно подровняет волосяной покров с помощью пяти насадок-гребней, с которыми ты можешь выбрать длину стрижки от 1,5 до 12 мм. Или сбрить все, ведь устройство работает как по сухой, так и по влажной коже. Ну а часа автономной работы хватит даже на самую изощренную стрижку.

Цена: 2190 руб.

ВСЕ О КРУГОВОРОТЕ БЕЛКОВ, ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ

ТЕЛОСТРОИТЕЛЬ

Тренируйся, как Григорий Дрозд

ДРОЗДЬЯ ГНЕВА

Как часто тебе приходится тренироваться с профессиональными боксерами? А с профессиональными боксерами накануне боя за титул чемпиона мира? Вот и мы подумали, что ты не будешь против. **Григорий Дрозд** и FHM уже на ринге. Подтягивайся к нам

Текст: Алексей Сальникофф

Гриша, ты же еще разными видами единоборств занимался кроме бокса, в частности тайским боксом?
Путь мой в единоборствах начался вообще с секции каратэ, а потом уже были выступления в кикбоксинге, ну а самые свои главные громкие титулы я, конечно, завоевал в тайском боксе.

Когда ты решил перейти в бокс и почему?
Я в какой-то момент просто столкнулся с отсутствием перспектив. В тайском боксе я выиграл практически все, как спортсмен. Я стал чемпионом мира, Европы, заслуженным мастером спорта, а мне был всего 21 год, и я хотел развиваться. Понял, что нужно попробовать себя в боксе.

А не было опасений, что не получится?
На тот момент не было. Решил и все. Я всегда хорошо действовал руками, поэтому и мысли не возникало, что что-то может быть не так.

А вообще вне боевых искусств ты представлял себя когда-нибудь?
Не представлял, и сейчас уже совсем сложно это представить. Это не только моя профессия, это вся моя жизнь.

Ты также выступаешь в роли комментатора. Расскажи об этой стороне своей личности.
В последнее время у меня появилось большое интересное хобби – комментировать бои. Первые опыты комментаторства у меня были еще для канала «7ТВ», с Сергеем Лозовским мы тогда много матчей вели. На канале «Евроспорт» с Николаем Пучковым я вел репортажи. Сейчас делаю я это на канале «Россия-2», куда меня пригласил замечательный комментатор Борис Скрипко, с которым мы много лет знакомы, дружим.

А как часто ты тренируешься? Есть какие-то секреты тренировки у тебя?
Главное, я бы хотел отметить, что в спорте вообще и в боксе в частности не бывает такой волшебной таблетки, которую ты принимаешь и все у тебя получается. Секрет один – забыть про все на свете, приходить в зал и трудиться до полусмерти. Вот это самый большой секрет.

Хорошо, а при подготовке к бою есть какие-то фирменные методы, может быть, талисманы, суеверия?
У меня нет суеверий. Единственное суеверие – не пришел в зал – будут проблемы.

Давно интересовал меня момент, когда боксеры смотрят друг другу в глаза после взвешивания. Реально что-то можно понять по взгляду в такие моменты или этот «поединок» больше игра на публику?
Это классический ритуал, без которого уже сложно себе представить процедуры перед матчем, но однозначно сказать,

АРХИВ

Основная груша для отработки ударов

ГРУША BIG BAG



1. ПРЯМОЙ
Прямой в голову ты выполняешь за счет выпрямления руки, когда локоть поднимается снизу вверх вслед за движением кулака вперед по кратчайшей траектории до полного выпрямления руки в локте. Движение начинается с движением кулака вперед и заканчивается, когда локоть достигает максимальной верхней точки. Далее следует возврат в изначальную стойку.

2. АППЕРКОТ В КОРПУС
Встань от мешка на расстоянии вытянутой руки так, чтобы левое плечо находилось строго по центру мишени удара. Перенеси большую часть веса на правую ногу и сделай легкий уклон туловища вправо. Правый кулак находится немного ниже подбородка. Затем резко посылай правый кулак к цели, направляя его вперед и несколько вверх за счет разгибания руки в локте. Одновременно с движением кулака оттолкнись правой ногой и дополни движение кулака движением туловища, резко бросая туловище вперед справа налево и перенося вес полностью на левую ногу. Завершай удар резко. Туловище во время удара разверни на 90°. Возврат в исходное положение осуществляй за счет вращения на носках.



ГРУША BIG BAG

3. БОКОВОЙ

Для этого удара правой рукой согни в локтях под углом девяносто градусов. Локти расположи на уровне плеч, а кисти – плотно сожми в кулаки. Удар наноси перенося вес тела на левую ногу, которой перед этим сделай небольшой «скользящий» шаг влево-вперед. Туловище вращай налево по наклонной оси, придавая резкость бьющей руке, согнутой в локтевом суставе. Кулак направляй к цели по дуге. Когда кулак касается цели, поверни его пальцами вниз к себе в момент соприкосновения. После удара вернись в боевую стойку, чтобы обезопасить себя от атаки противника.









Никогда не хотел быть супертяжем. Я получаю удовольствие, боксируя в своем весе

кто выйдет победителем, как бы кто ни смотрел на кого, нельзя.

А сам бой чаще идет по намеченному тобой плану или всегда что-то идет не так?

Ну если ты побеждаешь, то можно сказать, что главный план сработал. А как-то подстраиваться по ходу боя, слушать советы своей команды приходится частенько, но статистику подробную я не веду, конечно.

Победа нокаутом приносит какое-то особенное удовлетворение?

Конечно, приносит. Ведь намного приятнее выйти из ринга без синяков, победить убедительно и не изматывая свой организм. Да и зрителям всегда больше нравятся нокауты.

Ты в жизни подтверждаешь устойчивое мнение, что боксеры очень спокойные, не ищущие конфликтов люди?

Подтверждаю. В последнее время вообще не помню предпосылок для применения силы вне ринга. Все такие случаи в глубокой молодости.

Почему профи-боксеры проводят поединки так редко? Чисто теоретически возможно было бы чаще... Физически сил бы хватило?

Да можно и раз в месяц проводить поединки, но вопрос, с кем и какая у тебя формула боя. Когда я начинал свою карьеру, у меня практически каждый месяц был бой, но бои эти были по 6-8 раундов. А когда бой за титул, да с серьезным соперником, да 12 раундов, то это все требует гораздо более серьезной подготовки. Нормой я бы предложил считать 4 боя в год. Это оптимально, на мой взгляд. Два-три месяца на подготовку достаточно.

Как мне кажется, в боксе львиная доля внимания уделяется супертяжам, представители других весовых категорий не ревнуют к ним? Не жалеешь, что ты не супертяж?

АРХИВ

Ну, больших ребят всегда интересно смотреть. Удары сильнее, жестче, риски больше, в конце концов. Но я никогда не хотел быть супертяжем, даже не думал об этом, я получаю удовольствие, боксируя в своем весе, и мне с собой комфортно. Думаю, вряд ли вообще какой-то боксер сильно страдает от того, что он не в той весовой категории.

Скажи, на взгляд профессионала, насколько правдивы фильмы о боксе? Какие недочеты бросаются в глаза больше всего?
Я думаю, как и любому зрителю, тут не столько важна правда, сколько факт того, что это сделано хорошо, красиво и тебе это нравится. Я готов пожертвовать правдой в угоду экранной эффектности. Данила Козловский тоже не профессиональный игрок в хоккей, но и у меня, и у моего сына во время просмотра были слезы на глазах.
В кино задача показать харрактер и раскрыть сюжет правильно.

Тебя не приглашали сниматься в кино?
Пока нет, если бы пригласили, обязательно рассмотрел бы такую возможность.

У тебя есть своя школа бокса на Марксистской. Насколько плотно ты ей занимаешься?
Я бываю там достаточно часто, а вот с ребятами вижусь, к сожалению, меньше, чем хотелось бы, в силу плотного графика. Но всегда, когда есть такая возможность, я провожу мастер-классы и открытые тренировки. Стараюсь принимать максимум участия в жизни школы.

А какие-то соревнования проводятся школой твоей?
Пока больше спарринги и открытые ринги с другими школами. Мы еще в начале пути, скажем так.

У тебя 27-го числа бой за титул чемпиона мира. Как ты готовишься к бою?
Готовлюсь очень серьезно. Кшиштоф Влодарчек – это самый сильный соперник из тех, что мне встречались пока что. Я очень рад представившейся возможности и понимаю, что это большой шанс для меня. Так что все внимание на 27 сентября.

Что ж, желаем тебе успеха, и победы наименьшими усилиями.
Спасибо, я очень сильно готовлюсь и сделаю все от меня зависящее, чтобы победить. FHM

Специальная груша для апперкота

ГРУША UPPERCUT BAG





4. АППЕРКОТ В ГОЛОВУ
Перенеси для этого удара центр тяжести тела в сторону руки, наносящей удар. Кулак слегка отведи и поверни тыльной стороной вниз. Кулак подавай резко вверх и вперед, оставаясь при этом в одной вертикальной плоскости. Опорную ногу рывком оттяни назад, а бедро ноги выдвинь вперед. Второй кулак держи под подбородком, удерживая локоть у корпуса. После выполнения удара вернись в исходную боевую позицию.

ГРУША SPEED BAG (1)





SPEED BAG НА РАСТЯЖКЕ
Груша для финального этапа тренировки. На ней отрабатываются скорость и ударов и быстрота реакции. Работа на маневрирование. Загружены верхний плечевой пояс и дельтавидные мышцы.

ГРУША SPEED BAG (2)









SPEED BAG НА ПЛАТФОРМЕ
Груша для финального этапа тренировки. На ней отрабатываются скорость и ударов и быстрота реакции. Работа на ритм. Загружены верхний плечевой пояс и дельтавидные мышцы.

FHM БЛАГОДАРИТ ЗА ПОМОЩЬ В ОРГАНИЗАЦИИ СЪЕМОК АКАДЕМИЮ БОКСА BOXING & GYM



ГОТОВИТЬ ВКУСНО? ПРОЩЕ ПРОСТОГО!

КЕСАДИЛЬЯ К ЗОМБИ-АПОКАЛИПСИСУ

Когда ты думаешь о последнем обеде перед концом света, в голову почему-то всегда приходит мексиканская кухня

РЕЦЕПТ

Время приготовления
90 минут (если предварительно разогреть до 185°C духовку для тыквы)

Ингредиенты (4 порции)

Кесадилья:
1 тыква
Целая чоризо
200 г сыра фета
Пучок кориандра
8 кукурузных лепешек

Соус «Сальса»:
3 помидора
1 красный лук
Пучок кориандра
1 лайм

DJ BBQ:
«Всем понятно, что Хэллоуин это не совсем русский народный праздник, но если ты думаешь, что уж в Америке-то наверняка знают, как праздновать его правильно, то и тут я поспешу тебя разочаровать. По-настоящему улетно ночь 31 октября празднуют только в Мексике, где этот праздник называется «День мертвых». Тусовки, пьянки и жратва в этот день там просто за гранью добра и зла. Ради всего святого, если будешь вырезать из тыквы разные страшные рожи, не выбрасывай мякоть. Она тебе очень пригодится. Конечно, начинить тортильи можно чем угодно,



хоть манной кашей, но поверь, чувак, тыква – сила. Ничто так не контрастирует со знаком плюс с соленой фетой, как сладкая тыква, а если добавить колбаску чоризо и соус «Сальса», то ты точно поймешь, какова Мексика на вкус, даже если никогда там не был».



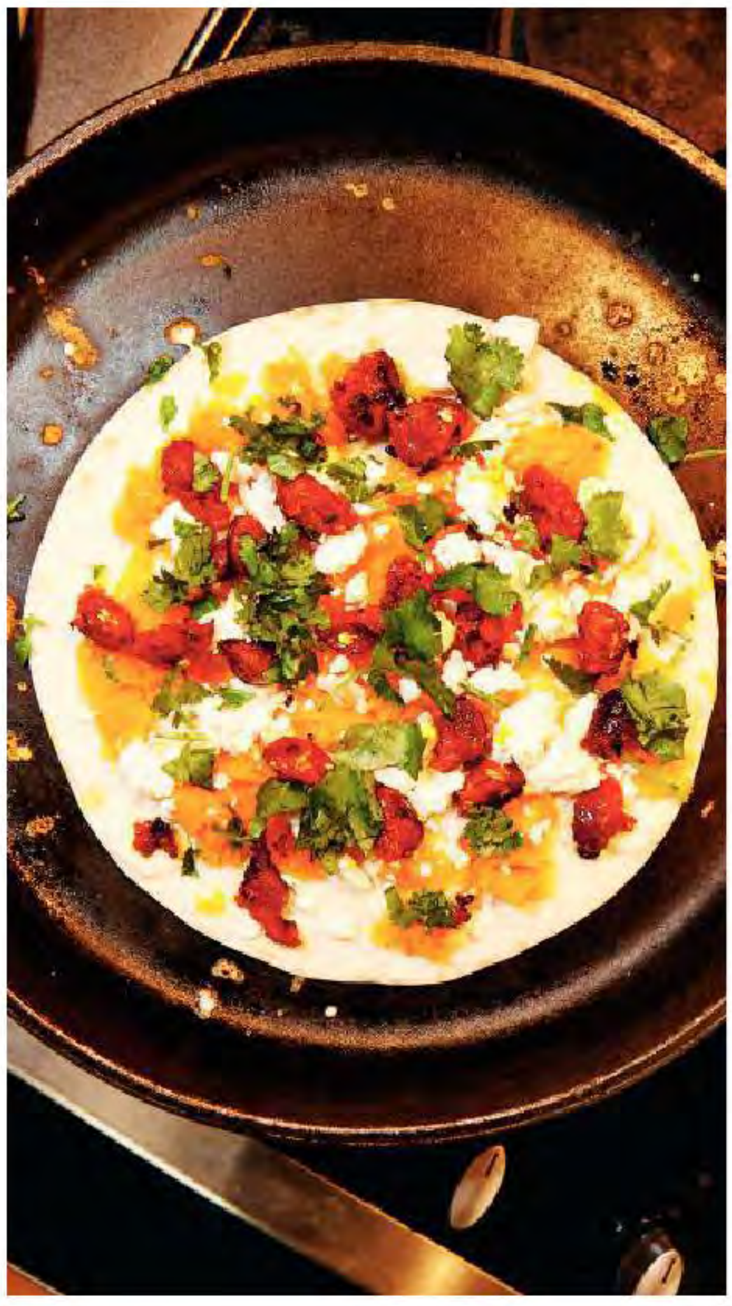
01

Положи тыкву в предварительно нагретую духовку и готовь в течение 80 минут. Потом разрежь тыкву пополам, выскреби ложкой семена и выбрось их. А вот мякоть тебе пригодится.



И НАКОНЕЦ, ФИРМЕННАЯ САЛЬСА ОТ DJ BBQ: ПОРЕЖЬ ТОМАТЫ, ЛУК И КОРИАНДР, ВЫЖМИ ЛАЙМ И СОЛЬ ПО ВКУСУ. МАЖЬ ЭТИМ КЕСАДИЛЬЮ СВЕРХУ И ПОЛУЧАЙ НЕЗЕМНОЙ КАЙФ.





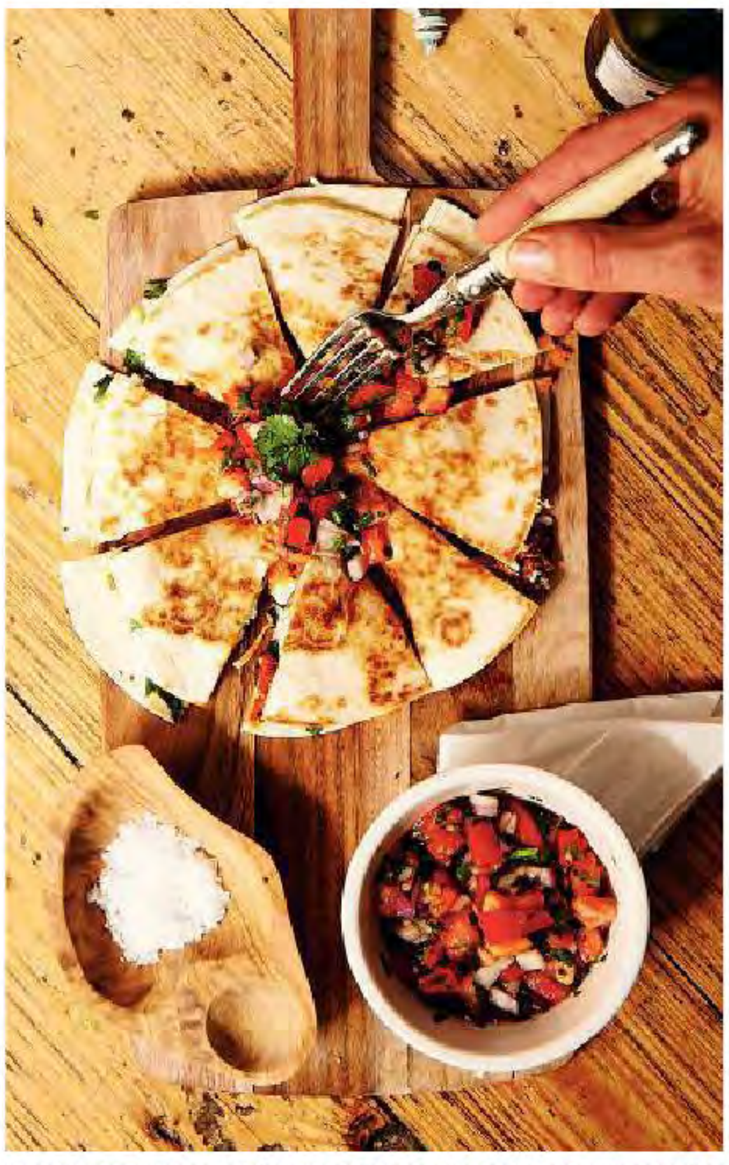
02

Сними шкурку с чоризо и порежь колбаску на кусочки по 1 см. Обжарь кусочки, пока они не подрумянятся. «Колбаска выпустит такие соки, что ты начнешь истекать слюной. Покроши на нее фету и нарезанный кориандр и выключи огонь».









03

Положи одну тортилью на поверхность. Размажь по поверхности лепешки мякоть тыквы и посыпь приготовленным чоризо. Накрой все еще одной тортильей и переложи на чистую сковородку и готовь по 1 минуте с каждой стороны. «Переворачивать кесадилью нелегко, так что постарайся, чтобы вторая сковорода была поменьше и прикладывай сковородки плотно друг к другу, переворачивая». Когда все готово и фета растаяла, разрежь лепешку на 8 частей и подавай.



Я, **Алексей Сальникофф,** как самый упитанный фитнес-редактор в мире, всегда ратую за здоровые тело, дух, питание и юмор, а в свободное время борюсь с желанием закусить жиры углеводами. В профилактических целях я заменяю блюда DJ BBQ полезной пищей, которой, как известно, много не съешь. **Эта кесадилья в фруктах потянет на ≈ 525 ягод клубники (больше 3 кг).**

ФАНТАСТИЧЕСКИЙ ФАНТОМ

Крупнейшая театральная компания «Стейдж Энтертейнмент» свое десятилетие решила отметить с небывалым размахом, представив зрителю легендарный мюзикл Эндрю Ллойд-Уэббера «Призрак Оперы». 4 октября сцена театра МДМ превратится в Парижскую Оперу, в темных подземельях которой обитает гений музыки, скрывающий под маской свое лицо. Он держит в страхе артистов, которые считают его Призраком и винят в мистических событиях, происходящих в театре. Страдая от одиночества, Призрак влюбляется в юную танцовщицу Кристин Даэ и становится ее тайным покровителем и наставником. Он мечтает сделать Кристин примой театра, блистающей на главных ролях. Ослепленный страстью, Призрак не остановится ни перед чем, чтобы осуществить свой замысел…

«Призрак Оперы», который не сходит в театральной сцены Вест-Энда и Бродвея уже без малого 30 лет, стал мюзиклом с самой длительной историей непрерывного ежедневного проката. Спектакль был поставлен в 151 городе 30 стран мира, его посмотрело более 130 миллионов человек. Теперь он зазвучит и на русском языке! По словам продюсера мюзикла Дмитрия Богачева, «мюзикл такого масштаба будет поставлен в Москве впервые за всю историю отечественного театра, его можно смело назвать самой ожидаемой в России театральной премьерой».





ТЕОРИЯ БОЛЬШОГО

Они привлекли к себе внимание в 2002 году благодаря сотрудничеству с солистом группы Nickelback Чедом Крюгером, и с тех пор Theory of a Deadman являются одной из самых узнаваемых и популярных групп в истории хард-рока и пост-гранжа. Ты, без сомнения, знаешь их по хитам Bad Girlfriend, Low Life, Santa Monica, Say Goodbye, No Surprise и No Way Out, последние четыре из которых вошли в качестве саундтрека в любимую компьютерную игру миллионов – Fahrenheit. В России рокеры дадут два концерта, 17 октября в Ray Just Arena (Москва) и 19 октября 2014-го в A2 (Санкт-Петербург), на которых исполнят новые песни и лучшие хиты с четырех платиновых альбомов.



ЖИЗНЬ В 3D

В наше время в 3D может быть что угодно. Вот и мюзиклы не исключение. 17 сентября в Театре Российской армии состоится грандиозная премьера – первый в России 3D мюзикл «POLA NEGRI», который посвящен жизни и ролям знаменитой голливудской актрисы эпохи немого кино Полы Негри и ее взаимоотношениям с великим режиссером Эрнстом Любичем.

В театре специально для мюзикла были установлены новейшие 3D-проекторы в топовой комплектации, а звуковое и световое оснащение Театра Армии сможет теперь соперничать с лучшими концертными площадками. В спектакле заняты лучшие актеры труппы театра, а в главных ролях – приглашенные звезды: Ирина Медведева и Теона Дольникова, Гоша Куценко и Максим Леонидов.

АРХИВ



СИГНАЛЫ ТОЧНОГО ВРЕМЕНИ

Свершилось! Теперь часы могут не только показывать время, но и принимать сигналы GPS и радиосигналы для калибровки времени. Естественно, не любые часы, а Casio G-SHOCK GPW-1000, которые благодаря новой технологии показывают точное время даже в самых суровых условиях. Новые G-SHOCK принимают радиосигналы для калибровки времени, передаваемые с шести станций по всему миру, а вся серия GPW-1000 – эталон прочности и долговечности. В них нашлось место для гибридной системы поверки времени благодаря сверхминиатюрному двигателю для механизма с ручным заводом, а новая энергосберегающая и высокопроизводительная микросхема для GPS компенсирует увеличенное энергопотребление наряду с высокопроизводительной солнечной батареей. И все это, включая керамическую GPS-антенну с высокой чувствительностью к сигналу – в тонком ударопрочном корпусе из полимера на основе каучука.



LEXUS: НОВАЯ ГЛАВА

В мировом сегменте премиальных компактных кроссоверов пополнение. На этот раз в семье Lexus, представившей футуристичный кроссовер NX, агрессивный, и эмоциональный дизайн котрого придется по вкусу молодой аудитории – городским жителям, которые ведут активный образ жизни. Покупателям предлагается выбирать передне- или полноприводную трансмиссию и из трех видов двигателей: 2-литрового бензинового турбомотора (первого в истории бренда) для NX 200t, высокоэффективного гибридного привода для модели NX 300h и атмосферного мотора для NX 200. NX порадует также множеством инновационных технологий, включая беспроводную зарядку для мобильных устройств, новый сенсорный интерфейс дистанционного управления RTI, четыре камеры кругового обзора и информационный дисплей со всей необходимой информацией, проекционный дисплей на ветровом стекле и систему мониторинга «слепых зон» и помощи при выезде с парковки задним ходом.

Еще более агрессивно и спортивно выглядит версия F SPORT, в дизайне которой присутствуют эксклюзивные элементы вроде уникальных колес из алюминиевого сплава, черных зеркал заднего вида и эксклюзивных спортивных сидений и цвета отделки салона.

СЕРГЕЙ МЕНДЕЛЬ

ПИЦЦУ С СОБОЙ



Ты уже наверняка выучил главные хиты группы «Пицца», про пятничный вечер и смертельное оружие, которым кто-то сам себя убил. Настал черед новых запоминающихся поп-шедевров. 24 октября в московском клубе «Известия Hall» группа презентует новый альбом «На всю планету Земля» с полностью «живым звуком». Солист группы – Сергей Приказчиков исполнит свои песни в сопровождении гитары, клавиш и скрипки. Кроме новых композиций и полюбившихся хитов тебя ждут специальные гости, с которыми «Пицца» под риффы нового гитариста исполнит мощные дуэты. После концерта группа отправится в тур с остановками в Санкт-Петербурге, Минске, Киеве, Риге, Таллине, Астане, Баку, Кишиневе и многих других городах, так что в Москве ты их долго не увидишь. Не пропусти. 24 октября. Пятница. Вечер.

ЭЛЕКТРОННЫЙ СЮРПРИЗ



Идеальный подарок для подруги, жены, любовницы, сестры, мамы, бабушки (как и для их половинок, на случай если ты, вдруг, женщина) найден. Ничто так легко не сделает вечер незабываемым, как неожиданное приглашение на концерт любимого артиста или группы. За легкость и неожиданность заказа билетов на эти концерты отвечает услуга «электронный билет», которая действует на Olimpik.ru, сайте спортивного комплекса «Олимпийский» – одной из главных развлекательных площадок страны. Теперь не нужно никуда ехать или переплачивать за курьерскую доставку, просто выбери мероприятие, оформи заказ, оплати билет картой и распечатай его. В ближайшее время в «Олимпийском» тебя ждут концерты на любой вкус: Армин Ван Бюрен, мировое шоу «Питер Пэн», фестиваль «Дискотека 80-х», юбилейный концерт Игоря Крутого, концерты групп «Сплин» и «Чайф». Билеты – уже в продаже.

С НОВЫМ МКАДОМ



Наверное, мало кому приходило в голову, что эта аббревиатура может вызывать приятные эмоции, но в этом случае нет ничего удивительного: «МКАД» – это первые буквы имен Михаила Козырева и Алекса Дубаса, которыми творческий тандем с радиостанции «Серебряный дождь» нарек свой новый проект. Его можно назвать как спектаклем, так и литературно-музыкальным вечером, или «квартирником».

В рамках творческого вечера Михаил и Алекс прочтут отрывки из своих книг и расскажут увлекательные истории из жизни о любви и героизме, трусости и предательстве, о приключениях и путешествиях. Красной лентой по спектаклю пройдет выступление солистки Nouvelle Vague Жени Любич. Проект уже собрал множество положительных отзывов и полные залы в Москве, Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде, Екатеринбурге, Красноярске, Перми, Челябинске, Калуге и других городах. Пора и тебе составить свое мнение.

АРХИВЫ ПРЕСС-СЛУЖБ

ПЕРВЫЙ ПОШЕЛ

Новую гоночную трассу для Гран-при в Сочи первым среди пилотов «Формулы 1» опробовал Себастьян Феттель.



Пилот команды Infiniti Red Bull Racing, четырехкратный чемпион мира, Себастьян Феттель после завершения заезда в рамках Гран-при в Бельгии прилетел в Сочи, чтобы проехать по новой гоночной трассе в Олимпийском парке первым. Пилот сделал это за рулем спортивного седана премиум-класса Infiniti Q50, наглядно продемонстрировав маневренность и максимальные возможности автомобиля.

Гонщик уже не в первый раз посещает столицы зимней Олимпиады, ранее, еще на стадии строительства сочинской трассы он приезжал в Олимпийский парк в апреле 2013-го, а совсем скоро, 12 октября 2014-го, Себастьяну предстоит сразиться здесь за первый в истории Гран-при России.Сам Феттель заявил: «Рад вернуться в Сочи еще раз. Трасса действительно преобразилась со времени моего последнего приезда, когда она еще была на стадии строительства. Сделав заезд по трассе первый раз за рулем Infiniti Q50, хочу отметить, что это интересная трасса с хорошим сочетанием высокоскоростных виражей и технических секций. Это будет настоящим вызовом для болида «Формулы 1», и я с нетерпением жду возвращения сюда в октябре».

Трасса Сочи – Автодром, станет одним из самых протяженных этапов. Ее дизайн разрабатывал знаменитый архитектор «Формулы» – Герман Тильке, который разбросал по 5,8 км краснодарской земли целых 19 поворотов, на каждом из которых в этом октябре будет очень жарко. Читай об этом историческом для России событии в нашем следующем номере.





АДРЕСА
10/14

ASOS
asos.com

BEAUTY BOUTIQUE CHANEL
ул. Охотный Ряд, 2
Тел: (495) 777-18-88

BOARDRIDERS
СТЦ «Мега Белая Дача»
14-й км МКАД
Тел.: (495) 967-96-23

B-SHOP
ул. Орджоникидзе, 9, корп. 1
Тел.: (495) 642-71-91

CALVIN KLEIN
ТЦ «Европейский»
пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 270-10-62

CALZEDONIA
ул. Тверская, 6
Тел: (495) 692-41-27

CHEVIGNON
Ленинградское ш., 16-а, стр. 4
Тел: (495) 922-19-15

COSMOTHECA
4-й Сыромятнический пер., 1/8, стр. 6
Тел.: (905) 564-84-13

COSTUME CODE
Спиридоновский пер., 12/9
Тел: (495) 637-46-13

DKNY JEANS
ТЦ «Европейский»
пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 270-10-62

EMPORIO ARMANI
ТЦ «Весна»
Новый Арбат, 19, стр.1
Тел: (495) 620-33-28

FOTT
Дмитровский пер., 7
8 (800) 250-28-60

GAP
ТЦ «Европейский»
пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 270-10-62

H&M
ТЦ «Метрополис»
Ленинградское ш., 16-а, стр. 4
Тел: (495) 626-55-88

HARMAN
ул. Кузнецкий Мост, 6/3
Тел: (495) 662-36-51

HUGO BOSS
ТЦ «ГУМ», 1-й этаж
Красная пл., 3
Тел: (495) 620-32-47

LE COQ SPORTIF
Красная пл., 3
Тел: (495) 627-38-54

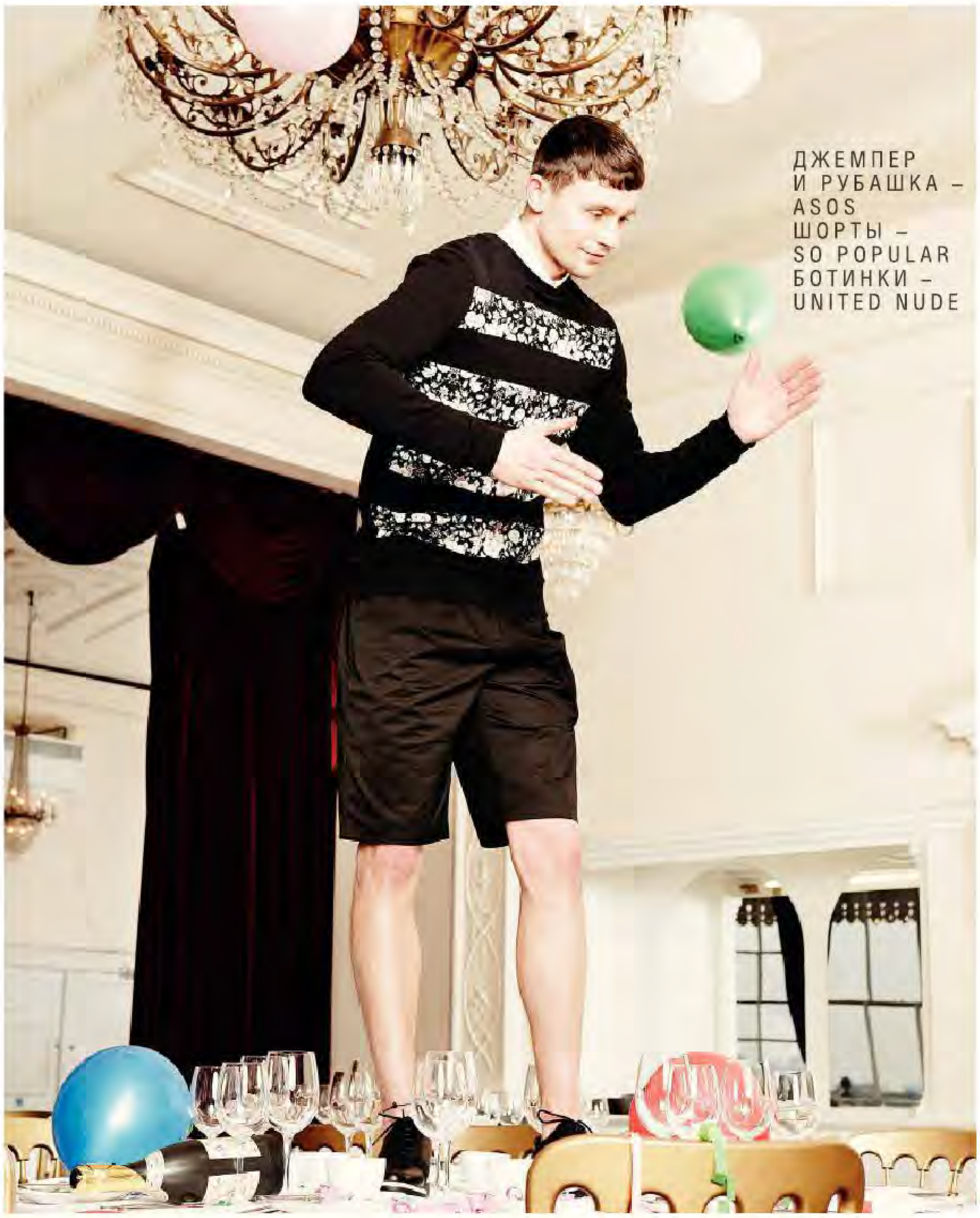
LEVI'S
ул. Тверская, 15
Тел: (495) 629-24-60

MASSIMO DUTTI
ул. Тверская, 12
Тел: (495) 258-07-31

MOLECULE
molecule.su

NEW BALANCE
ТЦ «Европейский», пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 270-10-62

NEW YORKER
ТЦ «Охотный Ряд»
пл. Манежная, 1, стр. 2
Тел: (495) 737-83-30



ДЖЕМПЕР И РУБАШКА – ASOS
ШОРТЫ – SO POPULAR
БОТИНКИ – UNITED NUDE

NIKE
Tsvetnoy Central Market
Цветной б-р, 15, стр. 1
Тел: (495) 737-83-75

PIROSMANI
ул. Б. Дмитровка, 7/5, стр. 3
+7 (915) 450-00-11

PHILIPP PLEIN
ул. Никольская, 10
Тел: (495) 287-88-89

PODIUM CONCEPT
ул. Кузнецкий Мост, 14
Тел: (495) 621-81-71

PODIUM MARKET
Охотный Ряд, 2
Тел: (495) 225-02-05

RIVER ISLAND
Манежная пл., 2, стр. 1
Тел: (495) 225-74-90

QUIKSILVER
ТК «Охотный Ряд»
Манежная пл., 1
Тел: (495) 737-83-47

TIMBERLAND
ТЦ «ГУМ»
Красная пл., 3
Тел: (495) 777-23-64

TOMMY HILFIGER
ТЦ «Европейский»
пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 933-55-14

TOPSHOP
ТЦ «Европейский»
пл. Киевского вокзала, 2
Тел: (495) 980-51-72

TSUM
ул. Петровка, 2
Тел: (495) 933-73-00

TSVETNOY CENTRAL MARKET
Цветной б-р, 15, стр. 1
Тел: (495) 737-83-75

UNIQLO
ТЦ «Атриум»
ул. Земляной вал, 33
Тел: (495) 970-15-55

ZARA
ул. Тверская, 4
Тел: (495) 692-07-22

VANS
ТК «Охотный Ряд»
Манежная пл., 1
Тел.: (495) 225-74-27

KM20
ул. Кузнецкий Мост, 20
Тел: (495) 623-78-88



5 ПРИЧИН ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ НА FHM

1 Оформляя подписку на журнал, ты вносишь неоценимый вклад в борьбу утконосов с вуалехвостами. Стенгазеты утконосов «Утконосы тоже люди» и «Поздравляем, у вас завелся утконос!» ты будешь получать совершенно безвозмездно, потому что они входят в стоимость подписки.

2 Британские ученые обещают, что у подписчиков FHM будут развиваться экстрасенсорные способности, удваиваться зарплата и утраиваться длина полового органа.

3 Доставленный с помощью кошерного почтальона журнал FHM защищает тебя от сглаза, а твой дом – от сноса.

4 Подписавшиеся на журнал до конца света получат освобождение от Апокалипсиса на срок подписки.

5 Первых 10 подписчиков теперь будет легко отличить не только по счастливому выражению лица, но и по безупречному аромату. А все это благодаря парфюмерному набору BLUE SEDUCTION от Antonio Banderas.

КАК ПОЛУЧИТЬ ПРИЗ

Заполни квитанцию (на с.120), указав подписной период (6 или 12 месяцев). Перечисли деньги на указанный счет до 10-го числа предподписного месяца.

Отправь корешок квитанции с отметкой об уплате по адресу:
109544, Москва,
ул. Б. Андроньевская, д. 17,
ООО «ИДР-Формат»,
отдел подписки,
или по факсу: (495) 745 84 18



ПОДПИСКА 2014

ПОЧТОВАЯ ПОДПИСКА

Оформляется в любом почтовом отделении России. Подписной индекс журналов есть в специальных каталогах: «Газеты и журналы» агентства «Роспечать», объединенном каталоге «Пресса России» и каталоге Российской прессы «Почта России».

РЕДАКЦИОННАЯ ПОДПИСКА

1. Оплатите квитанцию в любом отделении Сбербанка России.
В соответствующей графе укажите период подписки.
Не забудьте указать Ф.И.О. и правильный адрес доставки.
Подписаться на журнал можно с любого месяца на полгода или на год. Оплата должна быть произведена до 10 числа предподписного месяца.
2. Отправьте копию квитанции по адресу:
109544, г. Москва, ул. Б. Андроньевская, д. 17,
ООО «ИДР–ФОРМАТ»

Вы также можете оформить подписку на сайте www. idr.ru

Юридическим лицам для оформления подписки необходимо получить счет на оплату.
Отправить заявку можно по факсу: (495)745-8418

В Москве журналы доставляются курьерской службой.

В другие населенные пункты РФ журналы высылаются по почте простыми бандеролями.

Редакция оставляет за собой право изменять способ доставки

ВСЕ ЦЕНЫ УКАЗАНЫ В РУБЛЯХ С УЧЕТОМ ДОСТАВКИ ПО РОССИИ. НДС ВКЛЮЧЕН.
Ежемесячные журналы в августе не выходят.

ТЕЛЕФОН ДЛЯ СПРАВОК: (495) 745-8418

ИЗВЕЩЕНИЕ

ООО «ИДР - ФОРМАТ»
ИНН 7709813351 **р/с 40702810100070220106**
АКБ “РОСЕВРОБАНК” (ОАО) г. Москва
БИК: 044585777
к/с: 30101810800000000777 **КПП 770901001**

Ф.И.О., индекс, почтовый адрес доставки

Назначение платежа | Сумма, руб.

Оплата за журнал
за_____месяцев

в т.ч. НДС 10%

Кассир

КВИТАНЦИЯ

ООО «ИДР - ФОРМАТ»
ИНН 7709813351 **р/с 40702810100070220106**
АКБ “РОСЕВРОБАНК” (ОАО) г. Москва
БИК: 044585777
к/с: 30101810800000000777 **КПП 770901001**

Ф.И.О., индекс, почтовый адрес доставки

Назначение платежа | Сумма, руб.

Оплата за журнал
за_____месяцев

в т.ч. НДС 10%

Извещение



12 месяцев
1331 руб

6 месяцев
726 руб

ПОДПИШИТЕСЬ ТАКЖЕ



12 месяцев
2439,36 руб

6 месяцев
1219,68 руб



12 месяцев
2439,36 руб

6 месяцев
1219,68 руб



12 месяцев
1197,90 руб

6 месяцев
653,40 руб

РЕПОРТАЖ FHM

ВЫЖИВЕТ ТОЛЬКО ОДИН

Англичанин Эд Стаффорд успел побывать капитаном британской армии и поработать в Афганистане, но последние шесть лет испытывает свое тело и дух на прочность. Как? Самым банальным способом – отправляется в безлюдные места в одиночку и без специального оборудования, да еще и снимает все свои похождения на камеру

АРХИВ



Досье

Имя: Эд Стаффорд
Возраст: 39 лет
Место рождения: Питерборо, Великобритания
Гражданство: Англия
Работа: Профессиональный выживатель
Стаж: С 2008 года
Программа тренировки: Только отжимания от пола
Книги: «Вдоль Амазонки», Naked and Marooned
Фильмография: «Голое выживание» (2013), «Выживание без купюр» (2014)



С ранних лет я искал опасность. Меня даже из школы исключили за поведение

Все началось в апреле 2008 года, когда Эд отправился в пешую экспедицию вдоль всего русла Амазонки. Она-то и прославила его. Сам того не планируя, Эд стал первым человеком в мире, кто прошел пешком вдоль всей реки Амазонки. Теперь он занимается экстремальными путешествиями профессионально – снимается в реалити-программе Discovery, где демонстрирует навыки выживания. Мы отловили Эда в перерывах между поездками по безлюдным местам и попросили рассказать о своей жизни.

Куда приводит детство

В детстве я хотел быть солдатом. Я не знал о приключениях и путешествиях. Мечтал лишь воевать, поэтому пошел служить после университета. И хотя я очень благодарен армии за обучение и опыт, который я приобрел, командуя отрядом и участвуя в спецоперациях, когда я повзрослел, я понял, что моя настоящая страсть – вести людей и путешествовать по дикой местности, а не участвовать в сражениях.

С ранних лет я искал опасность. Меня даже из школы исключили за поведение и отправили в пансион. Так вот там по ночам ради забавы я тайком сбегал, чтобы как-нибудь подшутить над людьми в соседнем городке. Просто в детстве моя энергия была направлена не в то русло, поэтому-то меня и выгнали с учебы. А вот то, чем я занимаюсь сейчас – экстремальные путешествия, – это здоровый способ реализации моих сил. Я представитель движения скаутов и думаю, что многим детям необходим своего рода толчок, стремление пойти и начать делать что-то, иначе они банально попадут в неприятную ситуацию.

Особенности нации

Не знаю, таковы ли русские, но мы, англичане, испытываем огромную жажду приключений. В нашем прошлом было много исследователей и путешественников, и это наследие живо до сих пор. В Великобритании есть такая организация, как Королевское географическое общество. Это своего рода очаг исследовательской деятельности и путешествий в самом центре Лондона. Общество поддерживает людей, которые отправляются в путь и делают безумные вещи.

Пешая прогулка

Амазонка не была спонтанной. Конечно же, я планировал этот поход. Но я не знал, что никто не делал этого раньше. Это была просто своего рода мальчишеская мечта – отправиться к Амазонке.

Я прочитал пару книг об экспедициях на лодках, но я никогда не дружил с водой, поэтому предпочел пойти пешком. Тогда я стал гуглить информацию об экспедициях, что называется, на ногах. И тут-то я понял, что никто этого еще не делал. А ведь в мире осталось мало вещей, которые могут быть сделаны впервые в истории. Я подумал: «А знаете, это именно то, что я хочу сделать! Я хочу стать первым человеком, который пройдет вдоль всей Амазонки». Так из мальчика, пытающегося воплотить свою мечту, я превратился в человека, который собирался установить мировой рекорд.

Мне очень везло в этом походе. Мы (сначала с Эдом вместе шел британскай авантюрист Лука Коллайер, затем друзья рассорились, и к Эду присоединился Гадиэль Санчес Риве, работник перуанского лесного хозяйства. – *Прим. ред.*) пересекали районы с кокаиновыми плантациями. Там активно действовали наркоторговцы. Нам часто говорили, что убьют, если сунемся. Потом мы столкнулись с коренными племенами, которые тоже были не очень-то довольны нашим появлением. В нас не раз целились из ружей и луков. Это было опасное путешествие, но в глубине души я всегда знал, что дойду до конца.

Эволюция

Я был молод и хотел показать себя – вот причины, по которым я отправился к Амазонке. Но по возвращении по-прежнему существовало стремление доказать себе, что я способен выжить в различных условиях без помощи извне, без людей, и мне по-прежнему казалось, что мне нужно было доказать себе это. Так и родились программы «Голое выживание» и «Выживание без купюр»: один человек заброшен на необитаемый остров и живет там 60 дней без еды и оборудования. Это было серьезное испытание, нечто большее, чем люди обычно готовы сделать ради телепередачи. Каждые 7-10 дней я меняю локацию, чтобы показать зрителю разные условия. Но везде нужно с нуля найти еду, убежище, воду, из ничего разжечь костер.

Комфортабельные условия

Тяжелее всего во время съемок «Выживания без купюр» было в Западной Австралии. Может показаться, что это довольно цивилизованное место. Но я оказался буквально на берегу Западной Австралии, в районе, где жили аборигены. Там было нереально тяжело – почти не было еды. Но я думаю, что это даже хорошо, что в каких-то сериях я не могу выжить в поставленных условиях. Это говорит о том, что я реальный человек, а не робот.

В горах Европы, в частности в Румынии, тоже было не как на курорте. Программа задумывалась с учетом того, что я буду находиться в странах с жарким климатом, поэтому у меня были только шорты и никакой другой одежды. Но потом мы решили снять серию в Европе. И чуть ли не единственным местом, лишенным признаков цивилизации, оказались Карпаты в Румынии. Там было очень холодно. Я три дня не мог зажечь костер и провел первое время в сырости и на холоде в одних шортах.

Страховые случаи

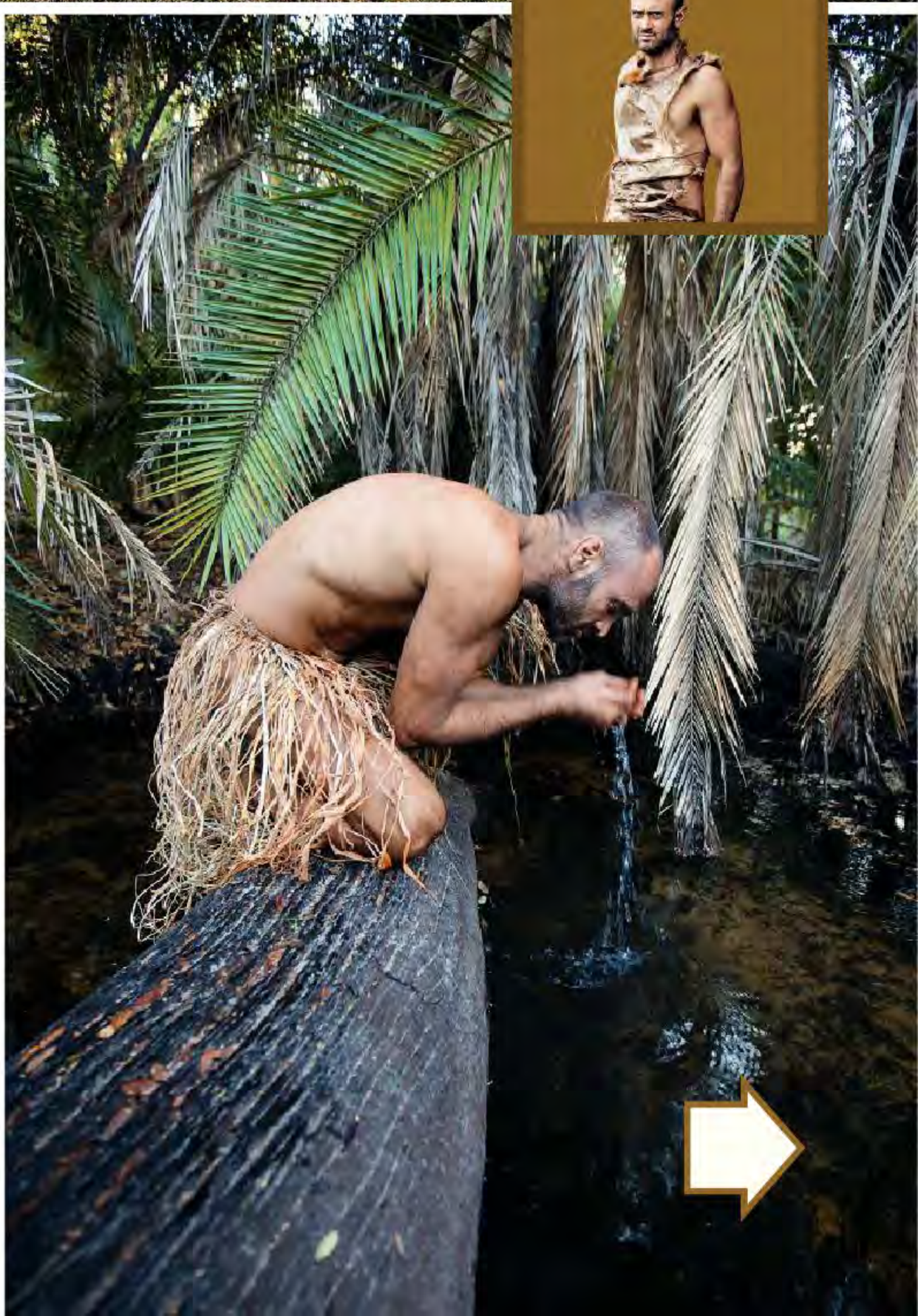
Я не боюсь походов. Меня не пугают голод, нападения животных или холод.

У меня развилась здоровая осторожность,

АРХИВ

2002
Завершил службу в армии.
2008
Отправился в путешествие вдоль Амазонки.
2010
Конец экспедиции вдоль Амазонки.
2011
Книга рекордов Гиннесса признала достижение Эда Стаффорда.
2013
В рамках программы «Голое выживание» жил 60 дней на Фиджи без инструментов и одежды.
2014
Начинаются съемки в сериале Discovery «Выживание без купюр», где Эд пытается преодолеть дикие джунгли, леса, болота, побережья и горы.





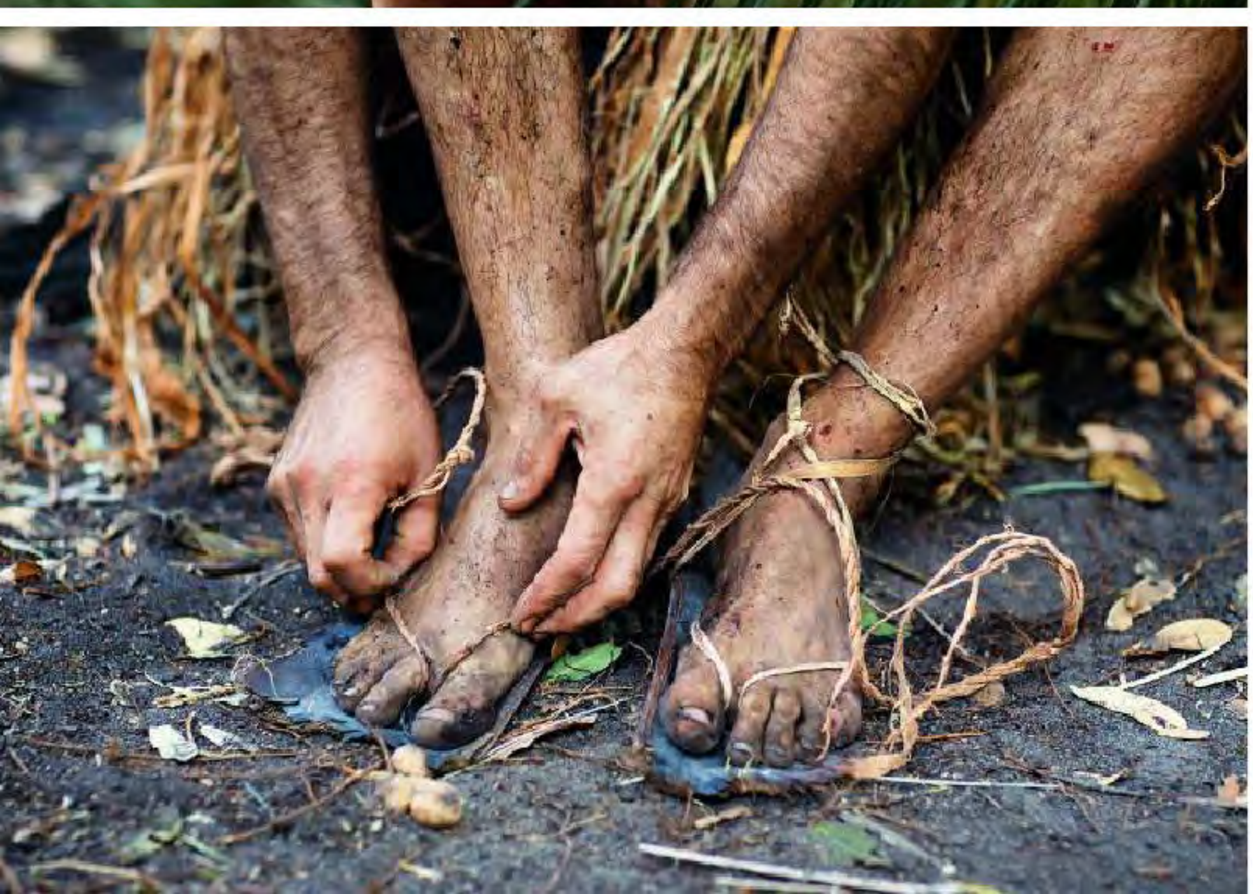


Экспедиция Эда вдоль Амазонки

Старт: Перу
Финиш: Устье реки на побережье Атлантики в 150 км к северо-востоку от бразильского города Белем
Продолжительность: 859 дней (два с половиной года)
Расстояние: 9600 км вместо запланированных 6400 км









Я три дня не мог зажечь костер и провел первое время в сырости и на холоде в одних шортах

и в любом месте я остаюсь начеку. Нет ничего, что действительно пугало бы меня. Вся программа построена на банальном выживании. И цель – сделать свою жизнь максимально комфортной. В первые годы было очень-очень тяжело. Я мало ел и испытывал трудности, а в последнее время мне было намного легче, потому что у меня появился кое-какой опыт.

У всех людей разные представления о том, что страшно, а что нет. Я вот, например, знаю о потенциальном риске встречи с ядовитой змеей, но я понимаю, что риск быть укушенным невелик, и вероятность того, что змея окажется ядовитой, тоже мала. А вот мысль о работе в офисе в центре Лондона заставляет меня вздрогнуть.

Снять жилье за рубежом

Всю программу я снял в одиночестве. У меня была полная сумка оборудования для съемки: две большие камеры для панорамной съемки, камера, которая находилась в пяти метрах от меня и снимала общий план, камера, с которой я говорил, и GoPro на голове. Прежде чем что-либо делать, нужно было обдумать заранее кадр. Например, если я собираюсь зажечь костер, я должен установить камеры, найти все материалы и положить их рядом, а вот только затем нажать кнопку записи. Понятное дело, существует вероятность промаха. Но это же часть программы. Мы в равной степени рассказываем, что идет по плану, а что – не так, как надо.

Правила поведения

Первый совет – никогда не закрывать глаза и всегда сохранять спокойствие. Я преподавал психологию выживания в экстремальных условиях в рамках программы тренингов по выживанию для отправляющихся в джунгли. Люди часто паникуют, мечутся, пытаются что-то сделать, но на самом деле еще больше усложняют положение. Нужно сесть, снять рюкзак, выкурить сигаретку и успокоиться. Второе – относись ко всему как к игре. Опасной, но увлекательной. И тогда станет легче. И последнее, что мне помогает, – медитация. Нужно уметь освобождать место в голове и на время просто переставать думать.

Пример для подражания

Есть такой южноафриканец по имени Майк Хорн, он руководил несколькими потрясающими экспедициями, путешествовал вдоль Полярного круга без автотранспорта и пережил две арктические зимы. Он участвовал в невероятных путешествиях и был первым, кто сам прошел всю Амазонку на буги-борде и выдолбленном из дерева каноэ. Кроме того, он настоящий спортсмен. Но в своих путешествиях я не пытаюсь постоянно проверять себя на прочность. Моя задача – рассказывать истории и увлекать зрителей.

Гастрономический туризм

Я ел множество противных вещей. Еще в походе вдоль Амазонки пару раз я коптил мясо черепах над костром. Но самое мерзкое мне попалось в пустыне Сонора в Аризоне. Я заметил в скалах большие углубления, где скапливалась дождевая вода. Я закрывал их камнями, чтобы вода не испарялась. Но каждую ночь кто-то сдвигал их, чтобы попить. Поэтому я решил установить там ловушку. Наутро я ее открыл, и меня окатило желтой жидкостью – я поймал скунса. Мое тело было полностью покрыто его вонючими выделениями. Это было, наверное, самое противное, что мне довелось есть. Я также ел крыс, электрического угря, жуков. Я ел рыбу, пойманную при помощи своих фекалий, и она была такая же на вкус. Потом я дегустировал улиток на острове Олоруа, а в них жили паразиты, из-за которых у меня были проблемы с животом.

Но были и вкусности. Мне очень понравился мой способ приготовления козла, пойманного мной. У меня не было соли, но рядом со мной было море, поэтому я просто нарезал мясо на тонкие полоски, окунал их в морскую воду и вешал над огнем. Соль и огонь высушили мясо. Я съел всего козла целиком, исключая мозг и внутренности. Мясо хранилось аж 10 дней, и я уверен, оно пролежало бы и дольше, но я был слишком голоден и все съел.

Большие сборы

Если бы можно было взять в поход только что-то одно, я бы взял мою невесту Аманду. Больше мне ничего не надо. Я на личном опыте убедился, что не осталось уже таких предметов, без которых я не мог бы обойтись. Я могу разжечь костер в любом месте. Раньше я бы назвал нож, но в последних сериях я даже не заметил, что у меня его не было. Стало совершенно естественным схватить камень, разбить его о другой, чтобы получился острый осколок, и начать пилить. Если бы я вновь отправился в путешествие вдоль Амазонки, то не брал бы такого количества снаряжения. У меня был белый макбук (один из тех старых, двухкилограммовых), средства связи, GPS, «маячки» и еще гора вещей. Сейчас я бы полагался на то, что могу изготовить сам.

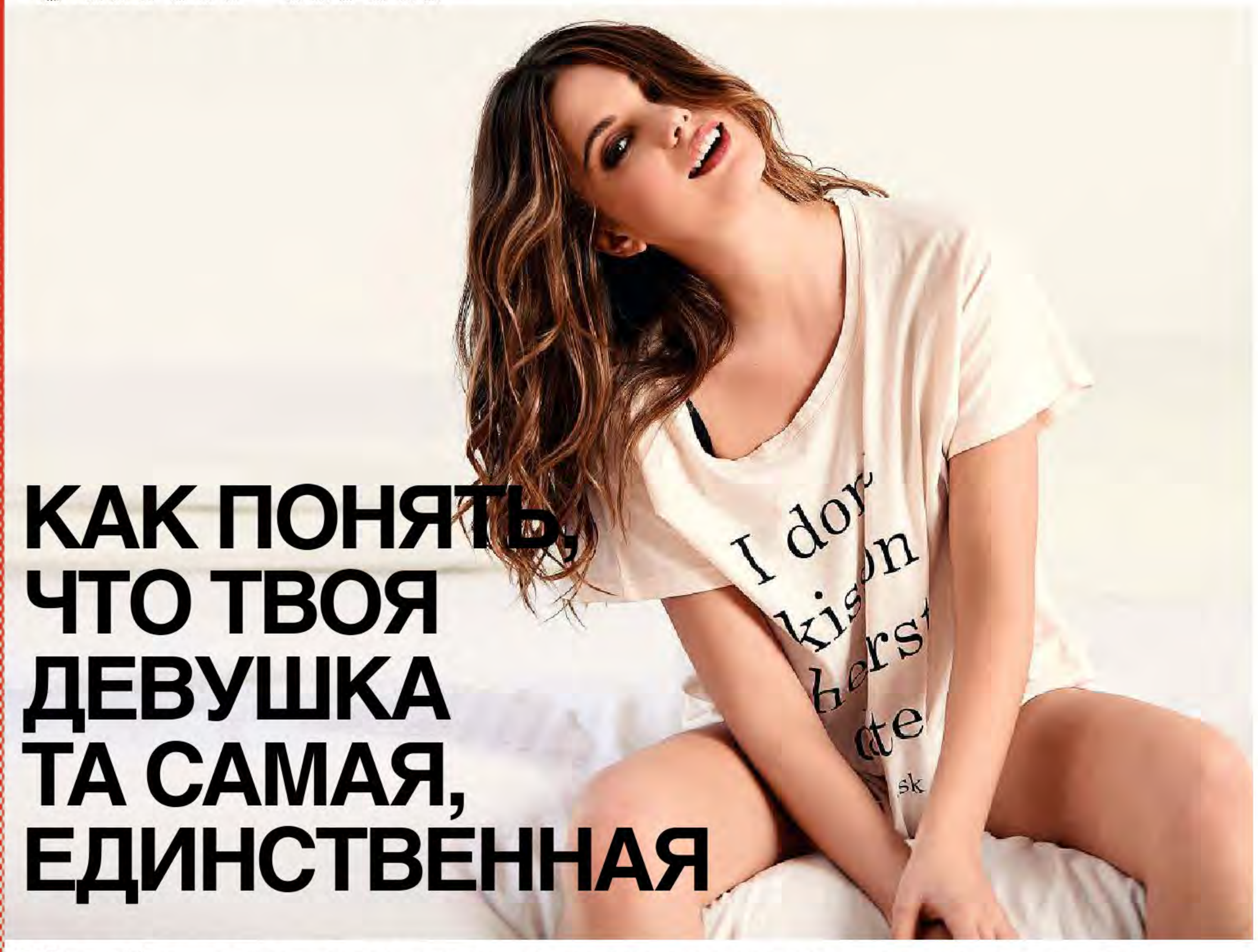
Пляжный образ жизни

Всю свою историю я рассказываю с пляжа Сардинии. Как это ни странно, но на самом деле я человек, который любит полежать в шезлонге и просто расслабиться. У меня было столько приключений, что впечатлений хватит еще на годы вперед. Вынужден признаться, но всегда, когда я возвращаюсь из поездки, во время которой я не одну неделю спал на земле и ел червей и крыс, мне приятно проводить ночь на хорошей кровати, завтракать вкусной едой и ничего не делать. Возможно, до того как я начал заниматься такого рода путешествиями, я мог бы выбрать более экстремальный вид отдыха, но сейчас полежать под солнцем – это рай в моем представлении. Так что тут у меня все очень традиционно. FHM

АРХИВ

ЗНАЙ КАК

МЫ РЕШИЛИ НАУЧИТЬ ТЕБЯ ВСЕМУ НА СВЕТЕ В ЭТОМ МЕСЯЦЕ МЫ НАУЧИМ ТЕБЯ, КАК РАСПОЗНАТЬ ЛЮБОВЬ ВСЕЙ СВОЕЙ ЖИЗНИ



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ТВОЯ ДЕВУШКА ТА САМАЯ, ЕДИНСТВЕННАЯ

Мы абсолютно уверены, что все девушки прекрасны, но для каждого из нас где-то в мире припасена одна девушка, которая чуть более прекрасна, чем все остальные.
По следующим признакам можно понять, что ты ее уже не только встретил, но вполне успешно с ней встречаешься/живешь/обручен/женат на ней (нужное подчеркни сам)

Она потрясающе выглядит в твоей футболке по утрам.

Она прекрасно ладит с твоим отцом. Не подумай ничего такого – просто ладит, в обычном смысле слова.

В твоем сознании ваши с ней будущие дети имеют сходство с вполне оформившимися человеческими существами и не вызывают у тебя панических припадков и обострения энуреза.

Она сразу же отвечает на твои sms, письма, дымовые сигналы, а не берет перед каждым ответом многозначительную паузу, которой ее научили колумнистки женских журналов.

Ты уже забыл, когда в последний раз думал о своей сучке-бывшей, и тем более не планируешь посылать ее парню-качку собачье дерьмо «Почтой России».

Ты начал смотреть на своих «холостых» приятелей свысока и не испытываешь непреодолимого желания нажраться с ними в хлам в бильярдной в 11 утра.

Теперь ты справляешь нужду с закрытой дверью.

Она понимает, что мужчине нужно время от времени посидеть у телевизора за приставкой, и не орет на тебя, когда видит тебя с джойстиком в руках в субботу утром.

Она веселая и искренне смеется вместе с тобой над всеми шутками из South Park. Ну или хотя бы над смешными.

Она позволяет тебе делать с собой такие странные и замечательные штуки, после которых другие девушки добивались судебного запрета подходить к ним ближе, чем на 100 метров. FHM

АРХИВ



ДЕВУШКА
октября
FHM

БЕЛЬЕ – VERSACE,
БРАСЛЕТ – FABULOUS FAKES,
ТУФЛИ – C&C SHOES BY JULIA VOLKOVA



БЕЛЬЕ –
«ДИКАЯ ОРХИДЕЯ»,
УКРАШЕНИЯ –
KO JEWELRY

БЕЛЬЕ – «ДИКАЯ ОРХИДЕЯ»,
УКРАШЕНИЯ – KO JEWELRY

МОСКВА ★ ЛОНДОН ★ ЦЮРИХ ★ КИЕВ ★ НОВОСИБИРСК

GOODMAN

STEAK HOUSE



СТЕЙКИ - ЭТО GOODMAN

+7 495 775 98 88 GOODMAN.ru facebook.com/GOODMANsteakhouse

РЕКЛАМА