

ЖУРНАЛ МУЖСКОГО РОДА  
30-304-301 ИЮЛЬ-АВГУСТ 2015

ХОРОШО  
ОТМЕТИЛИ:

23

КАК СПАСТИСЬ  
ОТ ПОХМЕЛЯ,  
НАПАДЕНИЯ,  
БЕССИЛИЯ  
И МОРСКИХ  
ГАДОВ

ГАЛОЧКИ  
В ТВОЕМ  
ЛЕТНЕМ  
РЕЗЮМЕ

С УТРА  
НА НОГАХ  
ВСЕ ЛУЧШИЕ  
КРОССОВКИ

ЛЕРА  
КОНДРА  
ВО ВСЕМ  
БЛЕСКЕ

ИССТУПЛЕНИЕ  
И НАКАЗАНИЕ  
ОТ ПРЕЛЮДИИ  
ДО ОРГАЗМА  
В РАМКАХ  
ЗАКОНА

А ТАКЖЕ:

ЮРИЙ  
КОЛОКОЛЬНИКОВ

М. НАЙТ ШЬЯМАЛАН

ЧЕНИНГ ТАТУМ



15007



4 606895 000154

0: 700 : A: CY: E: P: 1: 720 : F: 8.50 : TR: 16.50 TL: CZ: 215 CZK: H: 2485 NUF

16+



# ОТ РЕДАКТОРА #166-167

## 07-08/15



**Г**ерой сериала «Прослушка» утверждал, что в тюрьме имеют значения только два дня – день, когда туда сел, и день, когда ты вышел. Не скажу за тюрьму, но с письмом главного редактора дело примерно так и обстоит: самое важное – написать первое слово и поставить точку в самом конце. Через два-три часа, когда я поставлю наконец эту чертову точку, я на три недели стану самым свободным человеком в мире. Буквально в один момент очень многие вещи, тревожившие мой сон, перестанут меня волновать: как накачать бицепс, как не утонуть в море, сколько статей УК можно нарушить за время одного полового акта, почему у М. Найта Шьямалана такое странное второе имя. Я поставлю

точку и перестану существовать. Во всяком случае как главный редактор журнала FHM. Пусть даже всего на три недели, я превращусь в тебя. Нет, не в конкретного тебя – Ивана Ивановича Иванова, будто сошедшего на землю прямо с образца заполнения бланка в паспортном столе. А в более абстрактного тебя – читателя FHM, впереди у которого целое лето за вычетом всего лишь одного довольно холодного месяца. И кто знает, возможно, у тебя, а значит, и у меня – лучшее лето в жизни. Во всяком случае именно на это рассчитывали в редакции, когда составляли короткий, но жизнерадостный список дел для нас с тобой. Поставив точку, я забуду все эти 23 пункта, но когда журнал поступит в продажу, я снова найду их, там же где и оставил – на тридцатой странице. И вот тогда лето начнется по-настоящему. Пройдет еще три недели, и я вернусь в редакцию: возможно, загоревший, возможно, обросший бородой, вполне вероятно, потерявший на белоснежном пляже бумажник, часы и веру в человечество. Я вернусь к себе в кабинет твердо уверенный в одном: быть читателем FHM – чертовски круто. Гораздо круче, чем быть главным редактором. Но кто-то же должен писать это письмо. И ставить в конце точку.

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

### НА СВЯЗИ

e-mail: [fhm@fhm.ru](mailto:fhm@fhm.ru)

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



НЕ  
ВИНОВАТАЯ  
ОНА!  
МЫ  
САМИ  
ПРИШЛИ!



24 Лера Кондра

## 01 СЛОВО РЕДАКТОРА

## 04 ТВОИ ПИСЬМА

## ФИЛЬТР

06 Как прожить эти летние месяцы так, чтобы не было мучительно скучно и обидно за бездарно потерянное время

## FEATURES

### 20 100 ВОПРОСОВ

актеру и продюсеру Юрию Колокольникову

### 24 ЛЕРА КОНДРА

Будоражающая кровь фотосессия популярной певицы и модели Леры Кондры

### 30 СПИСОК НА ЛЕТО

FHM выясняет, без каких вещей ты никак не сможешь осенью назвать это лето самым лучшим в жизни. Принимай к сведению!

### 36 ГЕРОЙ FHM

Самый таинственный режиссер Голливуда – единственный и неповторимый М. Найт Шьямалан

### 42 ТАКАЯ РАБОТА

Автор популярного квеста

## СЕКС

### 44 СЕКС В ЗАКОНЕ

Так уж сложилось, что секс с давних пор вызывал у человека вопросы. С развитием человека и общества вопросов сильно меньше не стало, а некоторые даже добавились. Например – правовые! На секс с точки зрения права мы посмотрели вместе со специалистом портала Правовед.ru



20 100 вопросов Юрию Колокольникову



36 Герой FHM – М. Найт Шьямалан



44 Секс в законе





90 Назло легендам



64 Тест-драйв



78 Лекарства от похмелья

## СТИЛЬ

### 48 СТИЛЬ

Самые модные тренды этого месяца

### 58 ВОПРОС/ОТВЕТ

Ответы наших экспертов на твои вопросы по стилю и уходу за собой

### 60 ПОД ОХРАНОЙ

Средства для и от загара – до, во время и после него

### 62 ПО ПРАВУ СИНЕГО

Типичные летние ароматы во флаконах цвета волны

## ОТДЕЛ КУЛЬТА

### 64 ТЕСТ-ДРАЙВ

Тестируем прекрасный новый Volkswagen Golf

### 66 ПОЛНЫЙ ВПЕРЕД

FHM собрал для тебя самые актуальные автомобильные новинки этого лета

### 70 ЗА ГОРОДСКОЙ ЧЕРТОЙ

Неужели ты думал, что сможешь отдохнуть на даче без помощи гаджетов? Мы бы тебе никогда такого не позволили. Смотри, без этих вещей на дачу ни ногой

## ПЕРЕСТРОЙКА

### 72 ВЫЖИТЬ В МОРЕ

Избегай мокрых опасностей

### 74 В РУЧНОМ РЕЖИМЕ

Прокачай тело

### 76 В СВОЮ ЗАЩИТУ

Научись постоять за себя

### 78 ЛЕКАРСТВА ОТ ПОХМЕЛЬЯ

Береги здоровье поутру

### 80 СЕДЬМОЕ ЧУВСТВО

Макс Голополосов научит тебя шутить

## НАКОНЕЦ

### 90 НАЗЛО ЛЕГЕНДАМ

Если тебе не давали покоя вопросы правдивости в кино, то «Разрушители легенд» старались именно для тебя

### 96 ЗНАЙ КАК

В этом месяце мы наконец-то научим тебя, как найти работу своей мечты

## ТОП-100 САМЫХ СЕКСУАЛЬНЫХ ДЕВУШЕК ПЛАНЕТЫ

# FHM

FOR HIM MAGAZINE/RUSSIA №7-8 (166-167) ИЮЛЬ-АВГУСТ 2015

**Вопрос месяца:** Чем будешь заниматься в отпуске?

**Главный редактор** Алексей Исаков

Пока у меня запланирован только летаргический сон

**Арт-директор** Борис Захаров

Чилить и релаксать

**Старший редактор** Алексей Сальникофф

Излишествами всякими нехорошими. Да и хорошими тоже

**Редактор** Анастасия Бочарова

Тест-драйвом бикини и мини-юбок

**Фоторедактор** Вероника Петрова

Общаться

**Дизайнер** Наталья Пыльнева

Отпуск не предусматривается

**Специалист по прессе** Максим Макаров

Каждый раз думаю сделать в отпуске что-то особенное, а вместо этого – отдыхаю!

**Корректор** Любовь Петрова

Постараюсь отдохнуть!

**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

### МАТЕРИАЛЫ В НОМЕР ПРЕДОСТАВИЛИ

**Слова** – Антон Бондаренко, Сергей Оболонков, Анатолий Петров, Константин Подстрешный, Клариса Пульсон, Елена Тихонова, Денис Чужой

**Фотографии и иллюстрации** – Борис Захаров, Сергей Сухов, Serge Lee, Shutterstock.com

**Шрифты** – Алексей Чекулаев, Paratype

**Учредитель и издатель:** ООО «ИДР-Формат»

109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, 17

**Коммерческий директор «ИДР-ФОРМАТ»**

Ирина Минакова iminakova@idr.ru

**Директор по рекламе журнала FHM**

Елена Кочергина ekochergina@idr.ru

**Директор по продажам**

Яна Пеикришвили +7 905 522 15 52 ypeikri@idr.ru

**Телефон отдела рекламы:** +7 495 745 84 02,

факс: +7 495 678 52 48

**PR-менеджер** Наталия Фокина nfokina@idr.ru

**Отдел распространения:** (495) 745-84-30, доб. 2700,

(495) 745 84 18, distribution@idr.ru

**Редакционная подписка:** +7 495 663 91 88, доб.300

Подробная информация на сайте www.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 Ilyar

**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 №ФС77-47952 от 23.12.2011г. Тираж 110 000 экземпляров. Дата выхода 29.06.2015. Цена свободная.

Отпечатано на бумаге Galerie One Gloss.



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



# ПИСЬМА

7-8/15

## НА СВЯЗИ

e-mail: fhm@fhm.ru

Почтовый адрес:

109544, Москва,  
ул. Большая  
Андроньевская, 17

**Письмо  
месяца**

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

## Потерянный рай

В гиде по выживанию в отпуске явно не хватает ситуации, когда теряешь загранпаспорт. Вот это реально опасно. Я как-то в Барселоне так загулял с друзьями, что просто утопил его. Горевал дня три в клубах и барах столицы Каталонии, потом только додумался сходить в полицию. Там, кстати, таких, как я, оказалась целая очередь. Я уж думал, что стать нелегалом в Европе будет проще, чем вернуться домой, но на деле мне выдали пару бумажек, с которыми я спокойно пересек границу. Правда, сидя в той бесконечной очереди в консульство, я уже видел, как буду подрабатывать чистильщиком пляжей и наслаждаться сангрией каждый вечер до конца своих дней.

**Олег**

Олег, не переживай. Этим летом у тебя есть все шансы потерять и загранпаспорт, и права, и свое достоинство, тусуясь хоть на Ибисе, хоть в Австралии. За реальную историю выживания во время каникул дарим тебе мужской увлажняющий крем «24K Золото» от OROGOLD, чтобы как минимум в грязь лицом ты точно не ударил в отпуске.

**ПРИЗ!**  
мужской  
увлажняющий  
крем 24K от  
OROGOLD



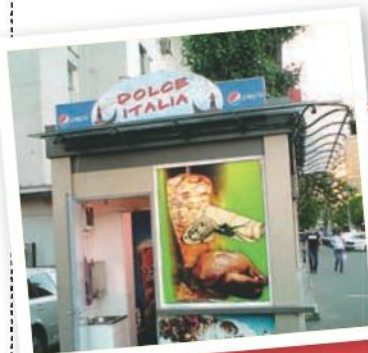
## Запал

Мне очень понравилась Даша Погодина из рубрики «Фильтр» в июньском номере. Даже больше, чем девушка с обложки.

**Кирилл**

Кирилл, чтобы ты сильно не скучал

по Даше, мы еще раз напечатали ее снимок в этом номере. Где? Ищи и присылай нам sms с номером страницы. Проверим, насколько тебе понравилась девушка.

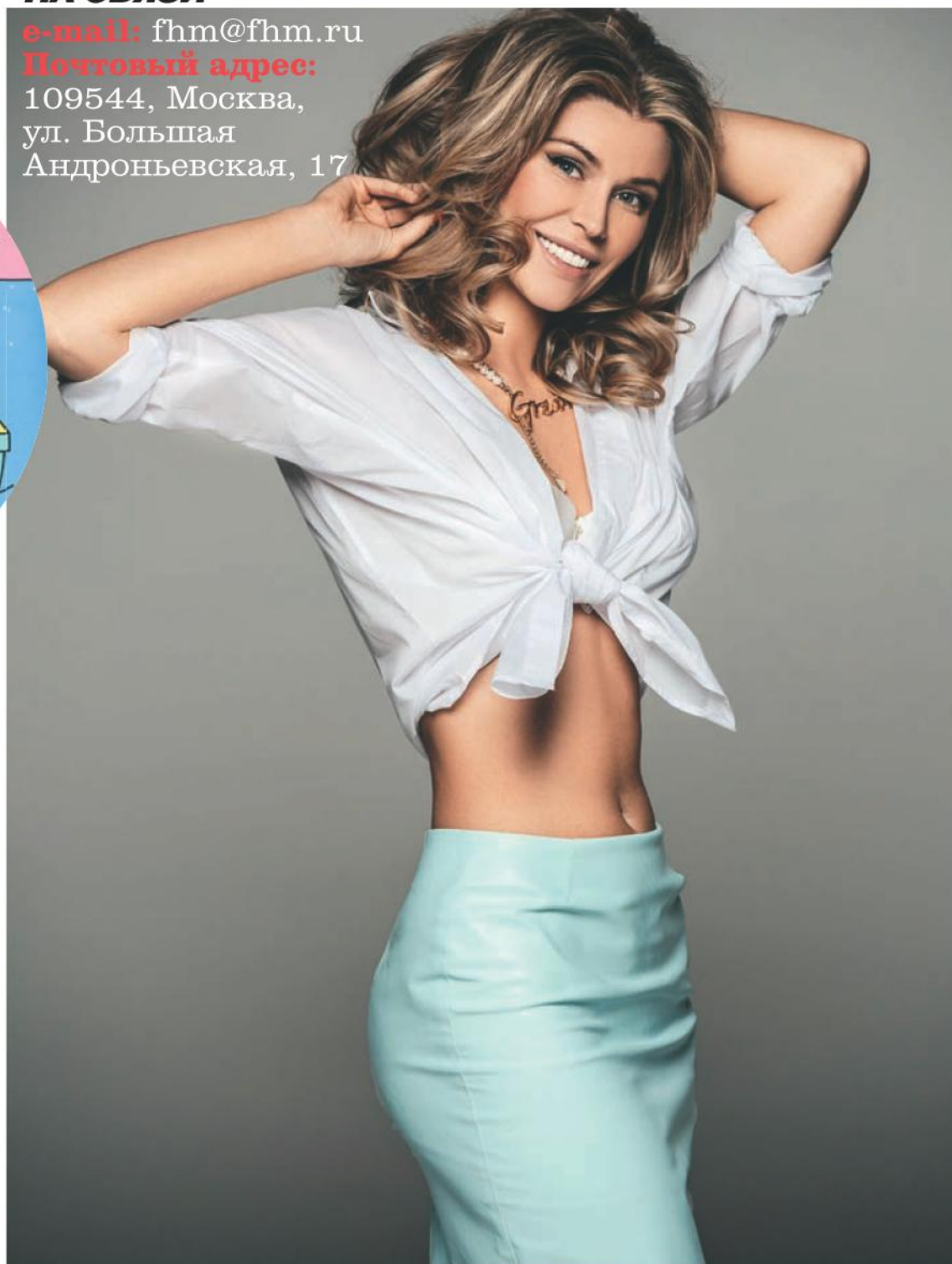


## ФОТО ДНЯ

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 «Секреты итальянской кухни» ему достается электронная книга ONYX BOOX C67ML Magellan 3.

**ПРИЗ!**  
ONYX  
BOOX C67ML  
Magellan 3





## Назад в прошлое

Я тут в апреле 2015 этого года ездил на нашу доблестную почту забирать посылки для подводной охоты. Сотрудники мне посылку отдали и говорят, мол, еще есть для тебя сюрприз. И приносят этот журнал за 2013 год. Я им говорю: «Ну, да, это же Почта России – здесь ничто никогда не теряется». А сотрудники мне в ответ только посмеялись.

**Илья**

*Номер двухлетней давности – это, конечно, мощно. Но еще круче было бы, если тебе подарили бы номер 2017 года, который еще не вышел. Вот тогда мы бы поверили в волшебные силы нашей почты.*

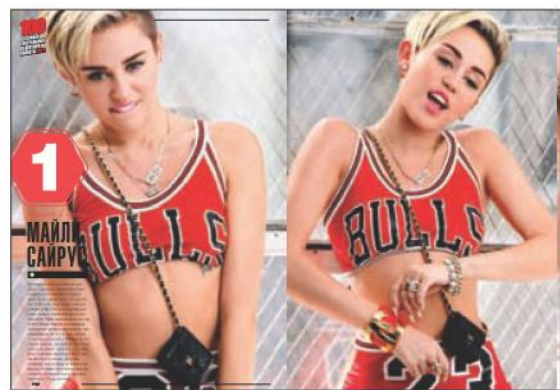


## Ничего не скроешь

Являясь большим фанатом журнала FHM, хотел бы уточнить один момент. Купил июньский журнал, а там нет постера. Это теперь всегда так будет? Раньше всегда были вкладки с девушками.

**Глеб**

*Не переживай, Глеб. Журнал – это творческий процесс, поэтому мы всегда экспериментируем с материалами. В этом номере, например, впервые за год будет 48-полосная статья. Догадываешься какая?*



## Сильные нагрузки

Что-то я сомневаюсь, что профессия грузчика-перевозчика может быть такой легкой и даже романтической, как это вышло у Марка Спрингера. Я вот в день по сто килограммов всякого хлама перебираю, и как-то влюбиться в свою работу у меня не получилось.

**Вася**

*Так ты не понял, тут главное – крутой грузовик, модные усы и интересные заказы. Попробуй покрасить свою фуру в неоновый цвет и перевози ретро-автомобили или бутылки дорогого виски – это же куда приятнее, чем мебель.*

## Книга жалоб

А почему нет сценариев идеальных мальчишников? Разве это не единственная часть праздника, созданная для жениха, а не невесты?

**Коля**

*Коля, а ты правда думаешь, что существует несколько сценариев? По-нашему, он всегда один: клуб, бар, клуб, бар, клуб.*



**160 СИМВОЛОВ +7 985 180 4858**  
Мы очень любим читать твои SMS

Я всегда мечтал написать книгу, и уже даже придумал название.

Кит Флинт из The Prodigy – мой кумир.

Устал ждать рейтинга 100 самых сексуальных 2015! Давайте скорее уже!



# ФИЛЬТР

Вещи, которые имеют значение в этом месяце



## 01 АВТО НОВАЯ СЕРИЯ

*Остросюжетная выходит картина – с опозданием почти на год, но BMW все же выпустила конкурента S-классу. А значит, нас ждет захватывающая битва представительских седанов. Это почти как если бы Пол Маккартни зарядил Элтону Джону хук с правой на премии «Эмми»*





## Приключения электроники

В инновациях BMW больше всего нам понравилась самостоятельная парковка. Мы уверены, что дотошные немцы протестировали ее досконально в самых разных условиях. Но всегда найдутся умники, которые скажут: «Она паркуется в людей!», как это было с Volvo. На Youtube есть ролик, где XC60 сбивает приличного с виду человека в костюме. Это был запланированный тест системы защиты пешехода, которой, как оказалось после скандала среди профанов, даже не было установлено на данном автомобиле. Нужно смотреть на выбранные опции.



**Б**изнес-класс – наитяжелейшая лига, откуда инновации растекаются вниз по всему модельному ряду. «Семерка» – цитадель технологий для BMW, и сейчас мы сухо, но доходчиво расскажем, что в ней столь удивительного.

В конструкции седана применен армированный углеволокном пластик, за счет которого удалось снизить массу автомобиля на 130 килограммов. Двери и крыша выполнены из алюминия, стойки из легких и прочных композитных материалов. Аэродинамические показатели улучшены на 15% за счет иной формы зеркал, плоского днища (эти элементы рождают вихри) и воздухопроводов в колесных арках. А еще решетка радиатора оснащена заслонками, принимающими пять различных положений. Электроника сама выбирает, сколько воздуха необходимо пропустить в моторный отсек. Это все экономия топлива. Дальше управляемость. Задние колеса в «семерке» поворачиваются. Угол зависит от того, в каких условиях ты двигаешься: в городе или на высокой скорости по хайвею. Подвеска, напичканная электроникой, способна предуга-

дывать покрытие, смягчать удары и гасить крены в повороте. Информация поступает с камер и навигационной системы.

Новая мультимедийная система iDrive оснащена сенсорным экраном и поддерживает управление жестами.

Дисплея не нужно касаться, достаточно провести рукой перед ним, чтобы прибавить громкость. Но самая технологичная деталь – автоматическая парковка. Не путай с той, что ставят на KIA и где тебе нужно контролировать процесс. В BMW водитель может покинуть автомобиль, нажать на кнопку на брелоке, и седан сам заедет в гараж или втиснется в пространство между двумя машинами.

Самая мощная версия седана будет оснащаться 4,4-литровым мотором V8, развивающим 450 л. с., что позволит разменять первую сотню за 4,4 секунды. Также будет доступная гибридная установка на 326 сил, говорят, что ей хватит 5,5 секунд для разгона до 100 км/ч. При этом расход составит всего 2,1 литра. **FHM**



# 02

АКТЕР

Сейчас уже состоявшийся актер, танцор и вообще очень приятный парень совершенно не стесняется того, что однажды ему было 19 и он зарабатывал на жизнь, раздеваясь на сцене. Настолько не стесняется, что уже второй раз появится в фильме про стриптизера Майка, на который твоя девушка пойдет в кино без тебя. Ченинг Татум рассказал нам о том, как это – выходить на сцену в трусах

## ЧЕНИНГ ТАТУМ

**Первый «Супер Майк» стал хитом в международном прокате. Вы такого ожидали?**

Мы его так сняли, что были уверены, нам повезет, если он просто отобьет затраты. (Смеется.) Во время съемок первого фильма Мэтт Бомер (один из исполнителей ролей стриптизеров. – Прим. FHM) пел для публики в нашем клубе между дублями, чтобы люди не скучали. А другие ребята постоянно шутовали за сценой. То есть у нас была такая отличная команда парней, чьи характеры мы почти не исследовали. А они просто были собой и не пытались изо всех сил обыгрывать эти стереотипы полицейских и пожарников, в которых танцоры преобразуются на сцене. Они были в некотором смысле лучшей версией стриптизеров, которые когда-либо существовали на этой планете. И после первого уик-энда нашего фильма в прокате мы стали думать: «Черт, кажется, у нас может появиться шанс снять продолжение, если мы захотим. И мы точно покажем, как Мэтт поет. Что еще у нас есть?» Вот так у нас все и началось с продолжением. Не буду вам врать. У нас не было какой-то супердраматической арки для героев или чего-то такого. Я просто жалел, что в первом фильме не удалось дать остальным парням побольше экранного времени.

Каждый из них оказался открытием для меня. До этого я ни с кем из них не работал, кроме Адама Родригеса ... Они просто пришли на площадку и совершенно нас покорили.

**В каком направлении двинется история на этот раз?**

У первого фильма был этот темный подтекст, ощущение того, что тебе сейчас показывают изнанку этой странной маленькой субкультуры. В этом было свое развлечение, весь этот «фан», капля опасности и, конечно, истории сбившихся с курса людей. Я не хочу говорить «потерянных», потому что все они довольно четко знают, чего хотят. Они все своего рода дельцы. У них у всех много чего происходит на стороне. Но большому счету, эта работа стриптизерами – единственная константа в их жизни. Мне кажется, такой взгляд на вещи особенно разделял Стивен Содерберг (режиссер первого фильма. – Прим. FHM) У нас был тот особый уклон, что эти

ребята в некотором роде отщепенцы и явно не те люди, которых ты поведешь знакомиться с мамой. В них была эта острота.

**И что изменилось теперь?**

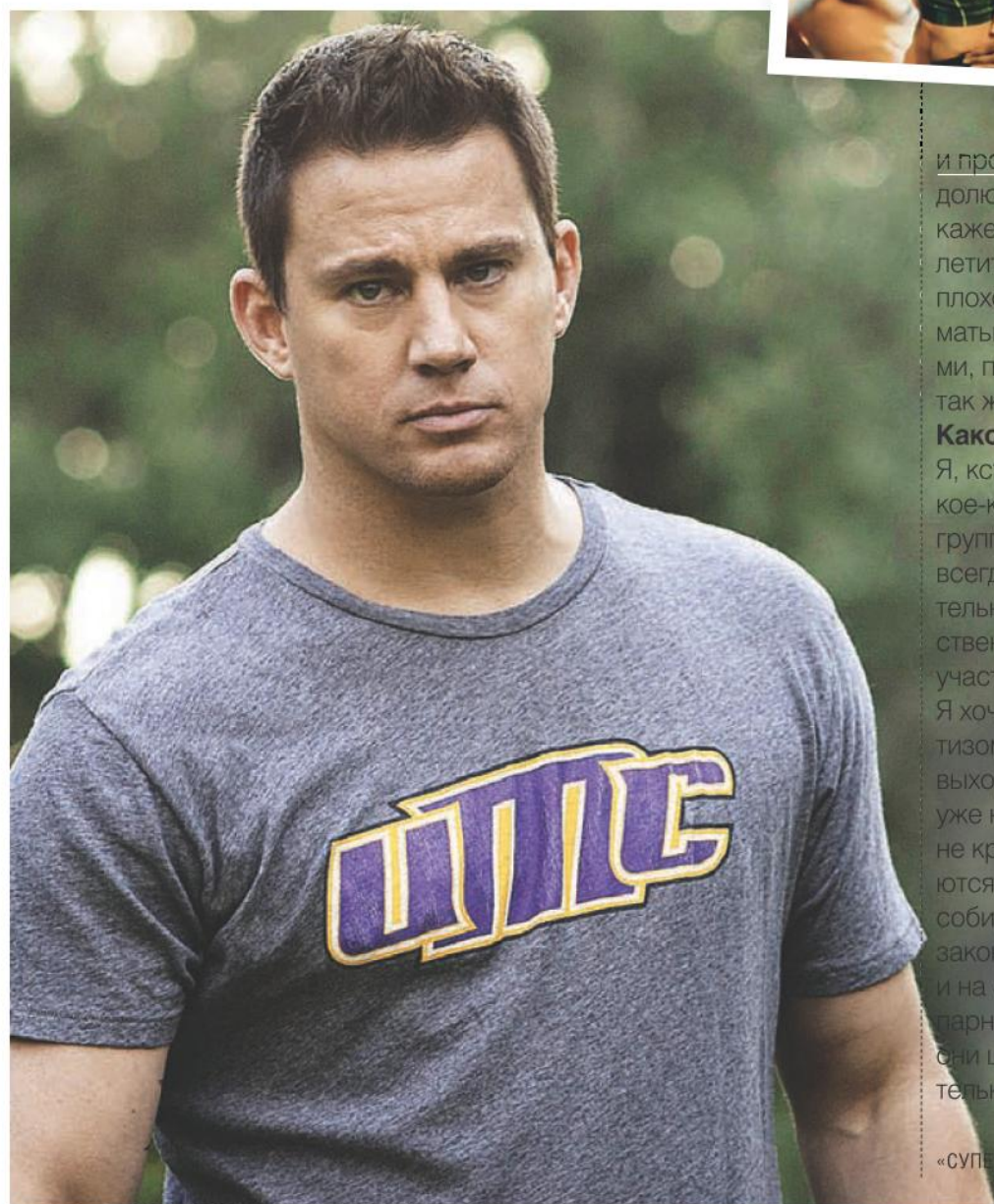
А этот фильм, мне кажется, как раз показывает их с человеческой стороны, так, что ты понимаешь, какие они на самом деле. И да, они, конечно, все немного сумасшедшие. Но на самом деле они в некотором смысле довольно милые неудачники

и просто как-то пытаются наладить свою жизнь и получить свою долю успеха. Но они по-прежнему уморительные и дурацкие. Мне кажется, мы с моими друзьями ровно такие же. Даже когда все летит к чертям, мы просто смеемся друг над другом. Если что-то плохое случается с одним из моих приятелей, мы не сидим и не наматываем сопли на кулак. Мы начинаем подшучивать над проблемами, потому что это единственный способ с ними справиться. Точно так же и с этими ребятами.

**Каково это – сниматься в такой роли перед живой аудиторией?**

Я, кстати, предлагал нашему сценаристу в качестве расплаты за кое-какие грехи подняться на сцену в стрингах и присоединиться к группе парней, про которых он написал свой фильм ... Вообще это всегда кажется блестящей идеей, пока тебе не приходится действительно выходить на сцену в стрингах. А когда ты уже на сцене, единственная мысль в голове: «Что я творю! Почему я захотел в этом участвовать? Это была ужасная идея!» И так абсолютно каждый раз. Я хочу сказать, даже во времена, когда я реально занимался стриптизмом, это была моя самая нелюбимая часть. Потому что ты просто выходишь туда, сдираешь свои штаны и стоишь такой в стрингах. И уже не важно, как ты двигаешься или насколько ты крут – ты больше не крут. Да, девушки подбадривают, но они же в то же время и смеются над тобой. Это очень некомфортно. (Смеется.) В фильме парни собираются в это самое последнее турне. И ты знаешь, что все закончится ровно тем же: все будут страдать от неловкости в трусах и на сцене. Но ты делаешь это ради парней – об этом и фильм. Эти парни идут по краю и знают, что этот край там, совсем рядом. Но они ценят друг друга. И никто не даст товарищу скатиться окончательно. И за это ты по-настоящему любишь этих парней. FHM

«СУПЕР МАЙК XXL» В ПРОКАТЕ С 2 ИЮЛЯ





# ТЕРМИНАТОР: ГЕНЕЗИС

*Больше не губернатор Калифорнии, Арнольд Шварценеггер возвращается в пятую часть тридцатилетней саги про попытки человечества предотвратить собственную аннигиляцию восставшими машинами*

Кстати, Арни совершенно не сожалеет о том, что служба гостиничником помешала ему в свое время засветиться в четвертом фильме. По его словам, он все равно был «отстойным». А вот ставки на новый фильм высоки. Студия уже назначила даты выхода двух продолжений. Нынешнюю серию же не зря назвали «Генезисом». В ней сержант Кайл Риз и Т-800, как в старые добрые времена, отправляются в исходный 1986 год, один – спасти Сару Коннор (мать будущего предводителя восстания против машин), а другой – ее, соответственно, убивать. И тут выясняется, что прошлое-то изменилось. Оказывается, что Коннор с детства охраняет порядком постаревший Терминатор, да и сама девушка вовсе не нежный цветок, а вполне подготовленный воин сопротивления с арсеналом, какого хватило бы совершить переворот в небольшом африканском государстве. В качестве заправки свершившихся перемен нас, кстати, ждет сцена драки старого Терминатора с новым. То есть старого Арни с молодым, которого воссоздали при помощи дублера и магии (спецэффектов). И на этом повороты только начинаются. Сначала на хвост «сопротивленцев» садится жидкометаллический Т-1000, а потом в прошлое прибывает и сам предводитель сопротивления Джон Коннор... Следующий поворот в этом серпантине заставляет Сару окончательно взять дело в свои руки. Недаром ее играет Дейнерис из «Игры престолов», которую, впрочем, почти не узнать в образе милитаризованной брюнетки. Одного из режиссеров «Игры», Алана Тейлора, все это сплетение временных континуумов в своем полнометражном детище ничуть не смущает. Он говорит, что использовал первые два фильма как «компас, источник вдохновения и проводника», а также заявляет, что планировал перезапустить франшизу «Терминатора», как Крис Нолан сделал это с «Бэтменом». Ну а если не выйдет – авторские права на «Терминатора» снова вернутся к его «праотцу» Джеймсу Кэмерону всего через четыре года...

РЕЖИССЕР: АЛАН ТЕЙЛОР

В РОЛЯХ: ЭМИЛИЯ КЛАРК, АРНОЛЬД ШВАРЦЕНЕГГЕР, ДЖАЙ КОРТНИ, ДЖЕЙСОН КЛАРК, ДЖ.К. СИММОНС

ДАТА ВЫХОДА: 2 ИЮЛЯ



## Человек-муравей

Студия Marvel представляет супергероя в размере «нано». В главной роли – комик Пол Радд. Его герой – совестливый вор, которому выдают спецкостюм, уменьшающий носителя до размеров жука и одновременно придающий ему мощь бронетранспортера. Его миссия – помочь ученому, придумавшему костюм, спасти планету от мегаломанских планов другого ученого, превратившего подобный костюм в аппарат для убийства.

РЕЖИССЕР: ПЕЙТОН РИД

В РОЛЯХ: ПОЛ РАДД, ХЕЙЛИ ЭТВЕЛЛ, ЭВАНДЖЕЛИН ЛИЛЛИ, ДЖУДИ ГРИР, КОРИ СТОЛЛ

ДАТА ВЫХОДА: 16 ИЮЛЯ



## Миссия невыполнима: Племя изгоев

Отряду «Миссии» грозит роспуск за неорганизованность, и на посошок они пускаются по следам полумифического Синдиката, объединяющего десятки сошедших с праведной тропы шпионов. В новой серии Круз снова оставил дублеров без работы: натренировался не дышать для шестиминутной подводной секвенции, а заодно сам повисел на люке взлетающего военного самолета – вероятно, самый безумный трюк, когда-либо выполнявшийся кинозвездой самостоятельно.

РЕЖИССЕРЫ: КРИСТОФЕР МАККУОРРИ

В РОЛЯХ: ТОМ КРУЗ, ДЖЕРЕМИ РЕННЕР, САЙМОН ПЕГГ, РЕБЕККА ФЕРГЮСОН, АЛЕК БОЛДУИН

ДАТА ВЫХОДА: 16 ИЮЛЯ



## Пиксели

Уж сколько раз грозили миру разные там инопланетяне, но такие – никогда.

Пришельцы насылают на землю армию из персонажей 8-битных видеоигр – все в ответ на дружественное послание с Земли, отправленное как раз во времена расцвета таких игрушек. И теперь последняя надежда планеты – горе-отряд из великовозрастных геймеров, которые одни знают, как одолеть озверевшего мега-Пакмана.

РЕЖИССЕР: КРИС КОЛАМБУС

В РОЛЯХ: АДАМ СЭНДЛЕР, КЕВИН ДЖЕЙМС, МИШЕЛЬ МОНАХЭН, ПИТЕР ДИНКЛЭЙДЖ, ДЖОШ ГАД, БРАЙАН КОКС, ШОН БИН

ДАТА ВЫХОДА: 23 ИЮЛЯ





04  
ГАДЖЕТ

# ПОКРЫВАЮЩАЯ СПОСОБНОСТЬ

*Кто сказал, что телевизор не может заменить настенный ковер? По большому счету телевизор уже может заменить собой стену*

**S**amsung уже почти десять лет занимается ТВ-техникой, и инженеры компании не боятся заявлять, что FULL HD – это уже прошлый век. Новое разрешение UHD превосходит предыдущий внезапно устаревший формат в 4 раза.

Новая серия премиальных изогнутых телевизоров Samsung SUHD имеет процессор обработки изображения SUHD Remastering Engine, с помощью которого достигается качество, близкое к UHD, даже если исходный видеосигнал имеет более низкое разрешение. Телевизоры также отличают насыщенная реалистичная цветопередача, которая достигается с помощью технологии Nano Crystal Color, хорошая яркость и контрастность и отличная четкость изображения благодаря разработкам интеллектуальной

подсветки Peak Illuminator и Precision. Внутри телевизора – 8-ядерный процессор и обновленная платформа Samsung Smart TV, работающая на новой ОС Tizen. В ней упрощен принцип обмена контентом между различными устройствами и усовершенствованы встроенные функции (конвертер 2D в 3D) и приложения (Skype, игровой режим, гид по программам, поддержка 3D). Внешне наиболее привлекательной нам показалась модель JS9500, которую отличает изящно изогнутый экран со скошенной рамкой, хромированное оформление корпуса и ценник, сопоставимый с зарплатой мечты. Мы даже засомневались, не променять ли свой автомобиль на нового лучшего друга в гостиной?

**SAMSUNG UE88JS9500TXRU 1 999 990 РУБ.**



## Техпаспорт:

Размеры с подставкой (ШхВхГ):  
1963 x 1217 x 435 мм

Диагональ: 88 дюймов

Формат экрана: 21 к 9

Разрешение: 3840 x 2160

Угол обзора по горизонтали: 178°

Угол обзора по вертикали: 178°

Тип звуковой системы:  
Dolby Digital, 3D Sound

Цифровой тюнер:  
DVB-T/T2/C/S2 MPEG4

Мультимедийное подключение:  
USB, Wi-Fi, Ethernet





При поддержке  
Правительства  
Москвы



15-19  
ИЮЛЯ  
2015

# КОМАНДНЫЙ ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО ПЛЯЖНОМУ ТЕННИСУ

ITF Beach Tennis World Team Championship



## МОСКВА

Национальный теннисный центр  
имени Х. А. Самаранча  
Ленинградское шоссе, вл. 45-49

Финальный матч Чемпионата  
состоится в Центре пляжных видов спорта «Динамо»,  
Ленинградское шоссе, 39

реклама

0+

[www.itftennis.com/beachtennis](http://www.itftennis.com/beachtennis)  
[www.tennis-russia.ru/beach](http://www.tennis-russia.ru/beach)  
[ponominalu.ru/event/plyazhnyi-tennis](http://ponominalu.ru/event/plyazhnyi-tennis)





– УВЕРЯЮ ВАС, ГОЛОВА ПОСЛЕ ТАКОЙ ЛАЗЕРНОЙ ЗАТОЧКИ СВЕЖАЯ-СВЕЖАЯ!

05

ИГРЫ

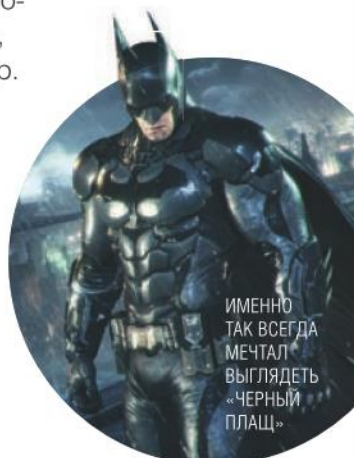
# БАТМАН: АРКНАМ KNIGHT

## РЫЦАРЬ ПОЛНОЧНОГО ОБРАЗА

*Бэтмен, человек в костюме летучей мыши, убежденный борец с преступностью противоправными методами, в очередной раз расправляет латексные крылья над спящим Готэм-сити*

Поскольку эксцентричностью Брюс Уэйн никогда не страдал, его планы на вечер не сильно отличаются от стандартной программы: забраться на пару-тройку памятников архитектуры с помощью верной лебедки да обеспечить травмпункты работой на неделю вперед, переломав встречным гопникам все кости. Ну, может, еще встретить пару свехзлодеев – скорее просто поболтать, поскольку тюрьмы их не удержат, убивать кого-либо Бэтмен отказывается по идеологическим соображениям, ну а убить его – самого подготовленного ко всему человека в мире – и подавно невозможно. Что, конечно, не означает, что злодеи не попытаются это проделать с помощью очередного коварного плана, из-за которого все гражданское население Готэма будет эвакуировано, предоставив Брюсу невиданный доселе оперативный простор. С этим и связано одно из главных отличий Arkham Knight от предыдущих «Бэтменов»: Уэйну наконец позволят выкатить из гаража бэтмобиль, чтобы с комфортом колесить по городу и восстанавливать справедливость не только в подворотнях, но и на трассе. А то, что на сей раз в бой можно отправиться бок о бок с Робинем, Женщиной-кошкой или Найтвингом для фаната Бэтмена – и вовсе праздник.

ПЛАТФОРМЫ: PC, PS4, XBOX ONE



ИМЕННО ТАК ВСЕГДА МЕЧТАЛ ВЫГЛЯДЕТЬ «ЧЕРНЫЙ ПЛАЩ»

### Kerbal Space Program

Перед человечеством никогда не стояла задача отправить в космос огурец. А вот для жителей планеты Кербин эта проблема стоит как нельзя остро, поскольку и видом они напоминают данный продукт, и фанатами освоения межпланетного пространства являются все поголовно. Так что в Kerbal Space Program тебе денно и ночью придется проектировать ракеты, а потом лично выводить их на орбиту. Правда, первая сотня твоих космонавтов вряд ли успеет насладиться лаврами первопроходцев: хотя гравитация на Кербине заметно ниже земной, инженерных ошибок местная физика все равно не прощает.

ПЛАТФОРМЫ: PC



### Project CARS

Если из всех видов искусств важнейшим для тебя является гараж, рев движка с успехом заменяет рок-концерт, а нарезать круги по свободной от пробок кольцевой ты готов бесконечно, Project CARS порадует тебя так, как никакая другая гоночная игра. Здесь нет мудреного сюжета, тщательного менеджмента команды и планирования собственной карьеры – только множество видов заездов и хорошо проработанные машины.

ПЛАТФОРМЫ: PC, PS4, XBOX ONE



### Hatred

В области убийства невинных и устрашения непричастных у древнего Postal вдруг появился конкурент. Hatred – история обыкновенного американского психопата, который в один неудачный день окончательно слетел с катушек, взял свою коллекцию оружия (защищенную Второй поправкой в Конституцию США) и отправился на улицу крошить всех подряд. Кровь и геноцид стражей порядка – в комплекте, поэтому, если ты соскучился по произведениям, где маньяк начинает и выигрывает, – Hatred ждет тебя.





# ЕННМ

## ЭТО ТЫ ПО АДРЕСУ!

Если ты считаешь, что 128 страниц любимого журнала – это хорошо, но мало, можешь отправиться в магазин и купить еще три экземпляра, пока не расхватали. Или просто зайти на сайт [fhn.ru](http://fhn.ru), где каждый день тебя ждут новые горячие красотки, интересные статьи, быстрые машины и модные шмотки. В принципе ты даже можешь зайти на сайт по дороге в магазин!

[www.fhn.ru](http://www.fhn.ru)

НАШИ ЛЮДИ

ДРАЙВ

СТИЛЬ

ТЕХНО

СПОРТ

РАЗДЕВАЛКА





# 06

МУЗЫКА

# METALLICA

*В августе Metallica даст концерты в Москве и Санкт-Петербурге. Это далеко не первый их визит в Россию. Еще в далеком 1991-м группа выступила в Москве на Тушинском аэродроме. В столице РФ коллектив побывал еще дважды, в 2007-м и 2010-м. Первый концерт в Питере музыканты дали в 2008-м – тогда, когда в продажу поступил последний на сегодняшний день их альбом – «Death Magnetic». Хотя группа давно не выпускала пластинок, ее участники времени не теряли. FHM выясняет, чем занимался квартет последние пять лет*



## Неожиданный творческий союз

Летом 2011-го группа записала альбом с культовым музыкантом и поэтом Лу Ридом. (Забавный факт: первые песни Рид писал, когда фронтмену Metallica Джеймсу Хетфилду был один год.) Совместная пластинка получила название «Lulu» – в честь героини двух пьес немецкого драматурга Франка Ведекинда. Реакция критиков и про-

стых слушателей на альбом оказалась крайне недружелюбной. Рид вообще утверждал, что поклонники Metallica грозились застрелить его. Впрочем, «Lulu» теперь тоже является знаковым диском – это последняя долгоиграющая запись с участием Лу, вышедшая при жизни музыканта (Рид умер в октябре 2013-го).







## На большом экране

В 2013 году Metallica выпустила фильм – полнометражную амбициозную картину «Metallica: Сквозь невозможное», причем лента вышла на экраны в формате IMAX. Проект был основан на достаточно свежей идее: объединить концертные записи группы с самым настоящим триллером. В результате получилось кино о том, как молодой человек по имени Трип (Дэйн ДеХаан)

путешествует по взбесившемуся городу с сумкой, от содержимого которой зависит успех выступления Metallica, и по дороге сталкивается с пугающими необъяснимыми явлениями. Аудитории фильм понравился: хотя в сюжете разобраться довольно сложно (это признают многие зрители), лента получилась зрелищной, а концертные съемки так и вовсе великолепны.

## «Почерневшие записи»

Официальная дата выхода нового (десятого по счету) студийного альбома Metallica пока не озвучивается, но мы по крайней мере знаем, какой именно лейбл издаст пластинку. Речь идет о Blackened Recordings, независимом лейбле, созданном самой группой. Музыканты оповестили мир о его существовании осенью 2012 года. Тогда же стало известно, что в рамках партнерского соглашения с Warner Music Group коллектив стал полноправным владельцем всех своих аудио- и видеозаписей, выпускавшихся ранее (примечательно, что Metallica при этом сохранила дружеские отношения с лейблом-мейджором). По словам ударника Ларса Ульриха, это шаг привел к «полной независимости» группы. Первым релизом Blackened Recordings стал концертник «Quebec Magnetic». В 2014-м лейбл также перевыпустил все альбомы Metallica на виниле.



## И снова «Грэмми»

В январе 2014-го группа выступила на 56-й церемонии вручения «Грэмми» – причем вместе с музыкантами на сцену поднялся китайский пианист и популяризатор классической музыки Лан Лан. Была исполнена знаменитая песня «One». Никаких наград участникам Metallica на этой церемонии не досталось, но они сами изначально согласились выступить по другой причине. Поводом для участия в мероприятии стало 25-летие с момента первого появления группы на «Грэмми». В феврале 1989-го коллектив, претендовавший на награду за пластинку «...And Justice for All», исполнил на церемонии все ту же «One». Однако награду в номинации «Лучший хард-рок, или металлическое исполнение» в результате получили Jethro Tull; первая (из восьми) «Грэмми» в копилке Metallica появилась только спустя год.



## Потеря пятилетки

Напоследок – не самые радостные новости для тех, кто с нетерпением ждет альбом. В 2012-м гитарист Metallica Кирк Хэммет заявлял, что уже успел придумать для десятой пластинки четыре сотни риффов. Весной 2015-го музыкант признался, что потерял iPhone, в котором хранились

250 из них. Резервной копии у Кирка не оказалось, а в памяти, по словам самого гитариста, сохранились всего восемь музыкальных идей. Впрочем, Хэммет продемонстрировал философский подход к ситуации: заявил, что так, возможно, было предначертано, и пообещал двигаться дальше.





# 07

## книги

*В подборке этого месяца обличение продажных журналюг, военные записки брежневской эпохи и новый роман Стивена Кинга*

Продажные журналисты. Любая правда за ваши деньги  
Удо Ульфкотте

★★★★★

«Мерзкие собутыльники: взгляд изнутри на грязную работу журналистов», «Лапша на уши: как обманывают клиентов-рекламодателей», «Спираль молчания: о чем не пишут в газетах», «Тролли Обамы: «пятая колонна» США», «Две трети журналистов продажны», «Место преступления – редакция: теневая сторона мира СМИ». Ульфкотте пишет про то, что знает точно, – про родные ему немецкие СМИ. Он знает правила игры – семнадцать лет проработал в газете «Франкфуртер альгемайне цайтунг», так что готов подтвердить все разоблачения фактами и именами. Хотел опубликовать эту книгу после смерти, решил устроить скандал при жизни. Наверное, накалило.



Моментальные записки сентиментального солдата, или роман о праведном юноше

Борис Юхананов

★★★★★

«Возможно, первый в истории новейшей литературы роман-дневник о брежневской армии, написанный сознательно как текст нон-фикшн, то есть как невыдуманный текст», – обещают издатели. Формально все так. Первая запись – 25.05.80. последняя – 09.12.81. Внутри – казарма, уставные и внеуставные отношения и прапорщик по фамилии Удод. И так день за днем от призыва до дембеля. Финал выразительный: «И у меня больше нет слов, которыми бы я дорожил. И самое великое, на что я способен, – продолжение моего беззлобного существования. Впрочем, беззлобие от безразличия». Интересно было бы сравнить с ощущениями тех, кто служит сейчас.



КАК ОН НИ СТАРАЛСЯ,  
ПЕЧАТАТЬ СИЛОЙ МЫСЛИ  
У НЕГО ПО-ПРЕЖНЕМУ  
НЕ ПОЛУЧАЛОСЬ



# ВОЗРОЖДЕНИЕ

Стивен Кинг

★★★★★

Самый свежий, прошлого года изготовления, и актуальный ужастик Стивена Кинга. В обязательном наборе присутствуют: сверхъестественное, таинственное, плюс большая доза житейской философии. О судьбе, предопределенности, желаниях, чудесах, закономерностях и о том, что у всего на этом свете имеется цена. Не такие уж и откровения, в общем.... Однако Кинг умеет создать новую ситуацию, в которой даже старые идеи и фантазии зазвучат неожиданно.

Главного, как потом выясняется, человека своей жизни Джейми Мортон впервые увидит малышом. Мальчик будет играть во дворе своего дома в солдатики, обернется, когда его накроет чужая тень, и увидит симпатичного незнакомца. Как выяснится, это Чарльз Джейкобс – новый священник, которого прислали в их маленьких городок. Священник страстно увлечен электричеством и придумывает всякие электрические фокусы. Сначала вполне безобидные. Но после трагедии – гибели жены и маленького сына – он откроет электричество совсем иного рода, спасительное и опасное. С роковыми последствиями его воздействия Джейми столкнется еще в детстве, а когда через много лет священник-расстрига вернется в его жизнь, тогда-то и станет по-настоящему страшно.

В «Возрождении», как и во всех последних романах Кинга, есть относительно новый для мэтра мотив. Они все так так или иначе касаются старения. Того, как незаметно, но неотвратимо время истончает ткань человеческой жизни, меняет физические ощущения, восприятие. И, судя по всему, нет для Кинга ничего ужаснее. «Что печально? Жизнь. А что такое жизнь? Журнал. А сколько он стоит? Пятнадцать центов. А у меня только десять. Печально. Что печально? Жизнь...» **FHM**





08  
ПРИЛОЖЕНИЯ


Футбольный сезон в России подошел к концу. Придется ждать, пока пройдет это противное лето с его хорошей погодой и начнется промозглая осень и следующий турнир. Великий русский микроблогер **Денис Чужой** нашел 5 приложений, которые помогут тебе скоротать время без любимой игры

# ОТФУТБОЛЬ ЛЕТО!



СВЕТ МОЙ ЗЕРКАЛЬЦЕ  
СКАЖИ: КТО ВЫИГРАЕТ,  
И С КАКИМ СЧЕТОМ?

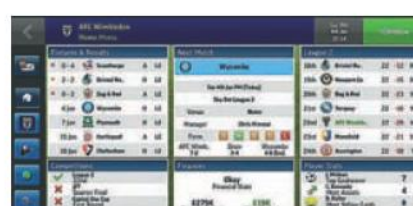
## LIVESCORE

Наши игроки разъехались по отпускам и тратят свои завышенные зарплаты, а в других странах кипит футбольная жизнь. Ну, не то чтобы кипит, но розыгрыш кубка Норвегии, например, в самом разгаре. LiveScore в реальном времени показывает, кто с каким счетом играет и какой футболист забил. Когда возобновятся европейские чемпионаты, они тоже появятся в приложении. К тому моменту ты уже станешь экспертом. Если кто-то из коллег спросит: «Как вчера сыграли «Эскишехирспор» и «Ризеспор» в чемпионате Турции?», ты будешь во всеоружии.



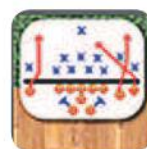
## FOOTBALL MANAGER HANDHELD

В «Фифу» могут играть все. Необязательно быть тактическим гением, чтобы выбрать «Барселону», с помощью Месси обвести половину команды и положить мяч в «девятку». Серию Football Manager предпочитает более вдумчивая публика. То есть те, кто отличает опорного полузащитника от штанги. Настольная версия игры настолько тщательно проработана, что ее даже используют в работе профессионалы вроде тренеров «Спартака». Хотя какие уж тут профессионалы... Football Manager для планшетов несильно отстает от большого брата, так что надо брать.



## SPORTBOARD

Когда твои навыки стратега достигнут пика, можешь пойти в настоящие тренеры. С приложением SportBoard тебе немедленно доверят какую-нибудь команду. Это цифровая версия доски, на которой расставляют фигурки игроков и рисуют стрелки. Если с футбольной командой не сложится, не расстраивайся. В приложении еще куча видов спорта, так что твоя тренерская карьера точно не зачахнет.



## SOCCER COACHING DRILLS

А если уж ты решишь и сам выйти



на поле и показать всем, откуда ноги растут, храни под щитками смартфон с этим приложением. Soccer Coaching Drills – это здоровенный сборник разных футбольных упражнений. Все стеночки и забегания подробно описаны, правда, на английском. Но для настоящих футболистов все иллюстрируется картинками и простенькими видеороликами.



## NEW STAR SOCCER

Встречай: твой новый любимый тайм-киллер. New Star Soccer предельно проста: ты начинаешь футбольную карьеру в заштатном футбольном клубе и постепенно идешь к успеху. Все происходит быстро и без особых усилий – отдавать пасы и забивать можно одним пальцем. За одну поездку в метро можно пройти полсезона. А можно и не пройти – иногда игра просто не складывается. Партнеры по команде не дают пас, журналисты ставят уничижительные оценки, а фанаты отворачиваются. Поиграв пару часов, ты начнешь с большим пониманием относиться к промахам Федора Смолова.





09

НАПРАВЛЕНИЕ



# ДУБАЙ

В ЭТОТ МОМЕНТ ТЫ  
ПОНИМАЕШЬ, ЧТО ВСЕ  
ОСТАЛЬНЫЕ ФОНТАНЫ  
В МИРЕ – НЕ ФОНТАН

*В какой-то момент ты одинаково устаешь от Нью-Йорка и Лондона, Рима и Риги, Гавайев и Кариб. Значит, самое время отправиться в пустыню и подумать о вечном. Так что из всех пустынь мы выбрали для тебя самую комфортабельную*

## ДИСКОТЕКА АРАВИА

Еще каких-нибудь тридцать-сорок лет назад отличить Дубай от Сургута можно было только по наличию или отсутствию снега и верблюдов – остальное один в один: нефть, нефтяники и невыносимые условия жизни. Изменился с тех пор, что характерно, в основном Дубай, став всемирной столицей запредельной роскоши. Так что если ты наконец-то получил годовой бонус в своем проклятом совете директоров, выиграл в субботнюю лотерею или продал лишнюю однушку в Подмоскowie – именно в эмират Дубай ты отправишься, чтобы пустить эти шальные деньги на ветер. С ветром здесь, между прочим, полный порядок.

И если ты хочешь мчаться быстрее ветра – обойтись обычным местным рент-а-каром не получится – в аэропорту в лучшем случае предложат Mercedes SLK. К счастью, в специализированных

• прокатных конторах вроде Riada Cars тебе отдадут сверкающий брелок с ключами от Lamborghini Gallardo или Aston Martin DBS. И все это за какие-то 3–4 тысячи дирхамов в день (примерно 40–50 тысяч рублей) плюс еще 10 тысяч дирхамов в качестве залога.

Спору нет, суперкар – лучший вид транспорта для перемещений между роскошными универмагами (а здесь есть и собственные Saks Fifth Avenue и Galeries Lafayette), знаменитыми ресторанами (редкая возможность начать ужин в Nobu, а закончить в Zuma) и белоснежными пляжами (особенно рекомендуем The Beach – это сразу и пляж, и вереница превосходных ресторанов, и магазины с отличными шмотками). Кстати, раз уж ты в арабской стране, то и на рынок заглянуть мы тебе очень рекомендуем. Отправляйся напрямую на улицу Khalid Ben Walid Road – там расположен огромный рынок золота

• Gold Souk. И пусть это рынок в классическом понимании – скопище магазинчиков, лавочек и мастерских, масштабы продаж здесь вполне биржевые. В каждый момент времени на прилавках лежит около 10 тонн благородного металла. Если не забудешь дома кошелек, велик риск уйти отсюда увешанным рыжьем, будто гангста-рэпер. Учти, что из-за крайне либерального налогового законодательства Дубай представляет из себя фактически огромный магазин Duty Free – почти все здесь можно купить с огромной скидкой, за исключением, разумеется, алкоголя. В стране пусть и разумно, но чуждой традиции ислама, вечернюю порцию односолодового ты найдешь только в стенах отеля.

## ЗАМАНЧИВЫЕ СВОДЫ

Впрочем, не лучше ли вечером сохранить трезвость и просто уехать в закат – на пустынных хайвеях ты сможешь не только набрать умопомрачительную скорость, но и, замерев на обочине, оглянуться и увидеть одну из самых умопомрачительных линий горизонта, составленную сплошь из высочайших в мире небоскребов. Впрочем, отдельная и важная достопримечательность Дубая – отели. Именно здесь человечество открыло для себя существование шести и даже семи звезд.





В ДВОРЦАХ ИЗ «ТЫСЯЧИ И ОДНОЙ НОЧИ» ХОЧЕТСЯ ПРОВЕСТИ МИНИМУМ ТЫСЯЧУ И ОДНУ НОЧЬ

## Поездка в Дубай – лучший способ представить, как ты будешь жить, когда наконец разбогатеешь



ЕСЛИ ОЧЕНЬ ЗАХОЧЕШЬ, ПЫЛИНКИ БУДУТ СДУВАТЬ НЕ ТОЛЬКО С МЕБЕЛИ, НО И С ТЕБЯ



В ЭТО ТРУДНО ПОВЕРИТЬ, НО СУПЕРКАРЫ ВСЕ ЕЩЕ СЧИТАЮТСЯ В ДУБАЕ ПРЕДМЕТОМ РОСКОШИ

Чтобы как следует оценить местное гостеприимство – забронируй проживание, например, в отеле Waldorf Astoria Dubai Palm Jumeirah. И не бойся поскромничать – самый малогабаритный номер здесь – 55 квадратных метров. Кстати, если ты соберешься приехать сюда в ноябре, то, возможно, и тачку на 500 лошадей арендовать не придется. В начале, середине и в конце месяца для гостей Waldorf Astoria устраивает специальный тест-драйв: успевай записаться и

тебя посадят за руль Ferrari 458 Italia, McLaren MP4-12C, Lamborghini Gallardo или Porsche GT3. А следить за твоими успехами и давать дельные советы будут звезды автоспорта. Если ты конечно сможешь выйти по собственной воле из ресторана: где оторваться от ризотто Alla Waldorf под силу только истинному аскету. Хотя автоспорт не единственный популярный здесь способ подзарядиться

адреналином. Так, например, в городе где температура летним днем никогда не опускается ниже 35 градусов, действует отличный крытый горнолыжный курорт Ski Dubai. Если ты считаешь, что видел в жизни достаточно снега, – выбирай водные лыжи, займись глубоководной рыбалкой или поплавай с дельфинами. В Дубае тебе никогда не будет скучно. Ну пока деньги не закончатся. **FHM**

## А КТО-ТО УЖЕ СГОНЯЛ Instagram #waldorfmoment



МЕСТО ВСТРЕЧИ ПОД ЧАСАМИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ



@LAYNERED ЛИХОЙ ДУБАЙСКИЙ ТЕЛЕВЕДУЩИЙ



А НА БАЛКОНЕ НОМЕРА МОЖНО УСТРОИТЬ ПАТИ НА 40 ЧЕЛ.



ДЯДЬ, ДАЙ НА «МАКЛАРЕНЕ» ПРОКАТИТЬСЯ



ВОТ КОМУ НА ВСЁ ПЛЕВАТЬ





# ЮРИЙ КОЛОКОЛЬНИКОВ

Голливуд учит актеров предельной сдержанности и запредельной политкорректности, но FHM звезда «Игры престолов» Юрий Колокольников, не стесняясь, рассказал о друзьях-алкашах, странной любви к керлингу и квотах на мочеиспускание

Интервью: Константин Подстрешный

**001 Что нужно знать человеку, который решил профессионально трудиться в телесериалах?**

Прежде всего нужна страсть и желание рассказывать историю.

**002 С ростом популярности сериалов скоро ли за них будут выдавать «Оскары»?**

Премия «Эмми» так и называют телевизионным «Оскаром». Она так же престижна.

**003 Признаться, ты скачивал первый сезон «Игры престолов» с торрентов?**

Нет, смотрел в онлайн. Скачивать так и не научился.

**004 Кто самый главный в телесериале «Игра престолов»?**

Как и во всех сериалах – шоураннеры, создатели (Дэвид Бениофф и Дэн Вайс – *Ред.*).

**005 Что просили сделать на кастинге «Игры престолов»?**

Так как я играл каннибала, речь шла о том, что я должен кого-то съесть. Они просили сказать это так, будто я ем гамбургер.



**005**

КОГДА У ТВОЕГО  
БАРБЕРА ВЫДАЛСЯ  
ПЛОХОЙ ДЕНЬ

**006 Почему уши твоему герою оставили? В книге он без ушей.**

Ну, так решили. От книг сериал отличается.

**007 Что по контракту грозит актеру за разглашение сюжета?**

Санкции в отношении России покажутся смехотворными!

**008 В «Игре престолов» ты снимался у Нила Маршалла?**

Да, это один из пяти режиссеров, которые работают над сериалом. Он визуалист, сам изначально был монтажером, поэтому видит свою картинку, а ты пытаешься в нее встраиваться.

**009 Удобно ли сидеть на троне, выплавленном из мечей?**

Я так и не посидел!

**010 Появлялся ли на съемочной площадке Джордж Мартин?**

Нет, он был на премьере.

**011 Что он спрашивал о России?**

Мы с ним проводили параллели с политической игрой элит России и других стран.

**012 Как тебя звали на съемочной площадке?**

Yuri.

**013 Для тебя было сюрпризом, что пришлось побрить голову?**

В какой-то момент – да. Это была целая эпопея, потому что я параллельно снимался в России с короткими волосами.



**009**

«СИДЕТЬ КАК НА  
ИГОЛКАХ» ВО ВСЕ НЕ  
ТАК СТРАШНО







# 100 ВОПРОСОВ

**014** После этого тебя утвердили на роль Маяковского?

Нет, это было до.

**015** Могут ли у нас в ближайшие пять лет снять сериал уровня «Игры престолов»?

Могут. Про другое, но могут.

**016** С технической точки зрения такое возможно?

Ну да, а что такого? Это в первую очередь вопрос экономический. Если будет какая-то рентабельность – то возможно. А в модели «бесплатные государственные деньги», наверное, нет.

**017** Роль в четвертом «Перевозчике» ты получил после «Игры престолов» или это произошло одновременно?

Параллельно или почти сразу после.

**018** Бессон-продюсер вмешивается в работу режиссера?

Нет, но он снимал как режиссер один из дней.

**019** Получилось поговорить с Люком Бессоном?

Да нет особо. О чем с ним беседовать?

**020** Можешь дать совет, как правильно записать пробы?

Для начала – выучите текст.

**021** На кого в кинематографе не обращают внимания, а зря?

Если не обращают внимания – значит, я о них не знаю.

**022** Твое первое воспоминание?

Пылинки кружатся в луче света.

**023** Города, в которых ты жил в детстве?

Москва, Торонто.

**024** Язык, на котором лучше говоришь?

Русский.

**025** Язык, на котором думаешь?

Русский.

**026** Клички и прозвища, которые у тебя были в школе/институте?

Колокол.

**027** Когда в твоей семье появился видеомагнитофон?

В 1993 году.

**028** Какой первый фильм на нем посмотрел?

«Криминальное чтиво»

**029** Актер, который оказал на тебя большое воздействие?

Де Ниро.

**030** Плакаты, которые висели у тебя в комнате, когда ты был подростком?

У меня не было своей комнаты.

**031** Когда и за что получил первый рубль?

За проданные яблоки на рынке.

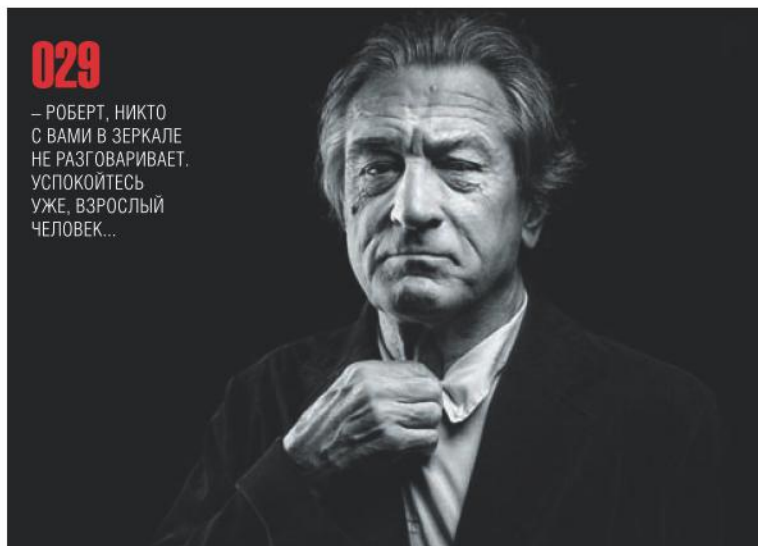


**033**

А МЫСЛЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗАНЯТЬСЯ БАСКЕТБОЛОМ ВСЕ НЕ ШЛА (КАДР ИЗ ФИЛЬМА «ЗАВТРАК У ПАПЫ»)

**029**

– РОБЕРТ, НИКТО С ВАМИ В ЗЕРКАЛЕ НЕ РАЗГОВАРИВАЕТ. УСПОКОЙТЕСЬ УЖЕ, ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК...



**040**

– ХОЛЛИ ГОЛАЙТЛИ ВСЕГДА УЖЕ СОВСЕМ НЕ ТА



**032** Причина, по которой ты не служил в армии?

Я пацифист!

**033** В каком возрасте понял, что ты высокого роста?

В 12 лет.

**034** У тебя не было мысли профессионально заняться баскетболом?

Нет.

**035** Ты вырос тем человеком, которым хотел стать?

Да... Еще не вырос!

**036** В каком возрасте получил права на управление транспортным средством?

В 18 лет.

**037** Первая машина, которая у тебя была?

Pontiac Firebird, кабриолет.

**038** Машина, на которой ездил сейчас?

Hyundai Equus.

**039** Выбрал его, потому что у «Хендэ» это самый длинный седан?

Нет, потому что дали покататься.

**040** Известные девушки, которых ты считаешь привлекательными?

Одри Хепберн.

**041** Ты когда-нибудь дрался из-за девушек?

Постоянно!

**042** Кто в доме хозяин?

Любовь.

**043** Черта в женщине, которая раздражает?

Самовлюбленность.

**044** Из-за чего у тебя были ссоры с женщинами?

Каждый раз по-разному.

**045** Ты ревнив?

Очень.

**046** Ты замкнут?

Когда как.

**047** Ты долго помнишь обиды?

В процессе обиды – да. Потом они исчезают.

**048** В каком возрасте впервые попробовал алкоголь?

В 18.





**049** Когда и при каких обстоятельствах последний раз выпивал больше трех рюмок?

После съемки под дождем, чтобы не заболеть.

**050** Виски или водка?

Виски. И водка.

**051** Сколько продолжался самый серьезный загул, в котором ты участвовал?

Я не загульный. У меня нет столько здоровья.

**052** При каких обстоятельствах последний раз помог пьяному другу?

Не помню... Получается, что у меня нет друзей-алкашей что ли? Все мои друзья – алкаши, но я не помню, чтобы им помогал!

**053** Правда ли, что в твоей жизни был момент, когда ты вытаскивал знакомого из ванны с перерезанными венами?

Да, было такое.

**054** Ты крещеный?

Да.

**055** Ты верующий?

Да.

**056** Ты сова или жаворонок?

В зависимости от графика.

**057** Что тебе нельзя, но очень хочется?

Да все можно.

**058** Есть такая работа, которую бы ты хотел вычеркнуть из своей биографии?

Нет.

**059** Музыкальный инструмент, на котором не умеешь, но хотел бы научиться играть?

Орган.

**060** Microsoft или Apple?

«Яблоко».

**061** Главная группа XX века?

Pink Floyd.

**062** Самая большая сумма, которую ты тратил на азартные игры?

100 долларов.

**063** Какую книгу ты прочел последней?

«Вредные советы».

**064** Сериал, который надо посмотреть прямо сейчас, если не видел до этого?

«Карточный домик».

**065** Фильм, который не переключишь?

«Апокалипсис сегодня», «Однажды в Америке».

**066** Что западные актеры чаще всего спрашивают о России?

Да в общем-то и ничего.

**067** Вид спорта, который тебе не претит?

Керлинг.

**068** Спорта!

Керлинг, шахматы, поло...

Ну хорошо, футбол.

**069** Блюдо, которое ты можешь приготовить без вреда для собственного здоровья?

Омлет.

**070** Домашнее животное, которому не грозит гибель, если ты его заведешь?

Вообще я достаточно заботлив.

**071** Первое, о чем ты обычно думаешь по утрам?

О движении вперед.

**072** Когда последний раз вбивал свою фамилию в поисковой строке Google?

Сегодня.

**073** Что может вывести тебя из себя?

Лучше спросите, что из себя не выводит.

**074** Твой кризис среднего возраста уже был или еще будет?

Ну, скорее был.

**075** Главная черта для отца?

Мудрость.

**076** Почему после 30 лет многим мужчинам ничего не хочется?

Это надо у таких мужчин спросить.

**077** Есть бизнес, в который ты вложил гонорары?

Да, кинобизнес!

**078** Какую ненужную вещь ты недавно купил?

Очередные мягкие игрушки для детей.

**079** Сколько денег у тебя в кармане?

Пять тысяч чешских крон.

**080** Сколько стоит пакет молока?

Мне кажется, рублей 70.

**081** Ты голосовал на последних выборах?

Нет.

**082** В каких политических движениях тебя звали участвовать?

Ни в каких.

**083** Есть такой политик, который отвечает твоим интересам?

Не будем об этом, наверное.

**084** После поездки в Северную Корею у тебя не возникло проблем с визами в другие страны?

Нет.

**085** Тебе близки политические взгляды Маяковского?

У него было желание построить новый мир, в этом отношении – близки. Но потом он разочаровался в том, что получилось.

**086** Что думаешь об инициативе ввести кинотеатрам квоты на показ наших фильмов?

Думаю, надо также ввести квоты на мочеиспускание – не больше двух раз в день.

**087** Что в России глупее – власть или оппозиция?

А я про это ничего не знаю!

**088** Насколько важна Россия для мирового кинобизнеса?

Очень важна. Один из больших рынков.

**089** Что думаешь о попытках ограничить торренты?

А как в других странах, запретили уже? В целом хотелось, чтобы за просмотры платили, это же твой труд.

**090** Правда ли, что открытие Олимпиады в Сочи ставил твой знакомый?

Да, Андрей Болтенко (главный режиссер Первого канала. – *Red.*). И еще Ваня Гудков был оператором, с которым я сейчас работаю на проекте.

**091** Если бы ты мог отправить себе SMS в прошлое, о чем бы она была?

Держись, чувак, тебя ждут большие потрясения.

**092** Возмутительный слух, который ты о себе слышал?

Слух он на то и слух, чтобы быть возмутительным.

**093** Можно ли стать звездой без продюсера?

Можно... Нужно!

**094** Сделать работу хорошо или вовремя?

Ой, я так не рассуждаю.

**095** Когда ты последний раз использовал популярность в корыстных интересах?

Была б популярность – было бы что использовать.

**096** Как заставляешь себя делать что-то, когда не хочется?

Стараюсь не заставлять уже.

**097** От чего в своей жизни ты отказался, а потом жалел?

Не припомню такого.

**098** Чем бы ты хотел заниматься через 20 лет?

Глобальной экологией.

**099** Чем ты занимался до того, как отвечать на эти вопросы?

Я был на примерке костюма.

**100** Как расшифровывается FHM?

Free Human Male – свободный человек-мужчина! **FHM**







ТРУСЫ — I.D.  
SARRIERI,  
ЧУЛКИ — FALKE



СОН  
В  
ЛЕТНЮЮ  
НОЧЬ

Лера  
КОНДРА

# ХОТЬ ОТБАВЛЯЙ!

Лера Кондра относится к тем девушкам, чья профессия не укладывается в одно слово. Она и модель, и певица, и телеведущая, даже в кино успела засветиться. Талантов у нее – смотри заглавие! В общем, кого, как не Леру, нам было снимать для обложки нашего самого главного номера в году...

**Текст:** Stasy Boo **Фото:** Борис Захаров

**Стиль:** Денис Чечков **Визаж:** Юлия Годованец

**Прическа:** Яна Дитковская **Продюсер:** Николай Гуров





Л

**ера, привет! Это какая твоя обложка по счету?**

Добрый день. Эта обложка у меня далеко не первая, я снималась для всех крупных глянцевого мужских изданий.

**И много съемок было до нас?**

Я работаю моделью с 18 лет, за это время у меня были сотни съемок и выходов на подиум, но я очень рада, что наконец-то украсила обложку своего любимого мужского журнала FHM.



**А мы-то как рады. Тебе понравилась съемка?**

Очень! Все прошло легко и весело.

**И наш фотограф и арт-директор в одном лице Борис тоже понравился?**

Ага, мы с ним сразу нашли общий язык – люблю работать с профессионалами.

**Лера, твоя фамилия – наследие настоящей легенды советского волейбола. Ты тоже занималась этим спортом в детстве?**

Мой папа – Владимир Кондра, чемпион игр XXII Олимпиады в Москве, чемпион мира и пятикратный чемпион Европы, известный волейбольный тренер – моя гордость! Я его безумно люблю и стараюсь делать все, чтобы он тоже мог мной гордиться. Папа был тренером мужской сборной по волейболу, поэтому этот вид спорта для меня скорее ассоциируется с мужчинами. Я же занималась теннисом и каталась на лошадях. А вообще я росла творческим ребенком: еще совсем маленькая пела, танцевала, рисовала, любила фотографироваться.

**То есть будущая карьера была известна с юных лет?**

Ну, не совсем. В детстве я обожала животных и изначально хотела стать ветеринаром. Но когда мне исполнилось десять, то, как и все девочки в классе, мечтала стать моделью, вырезала из фотографий свою голову и клеила на модели с показов в модных глянцах. А в 19 я уже подписала свой первый европейский модельный контракт.

**Расскажи нам и о своем музыкальном творчестве. Какой последний трек записала?**

Я очень люблю музыку, сейчас в ротации мои два летних клипа «Мексика» и «Доверчивая». И я также записала новый трек «Близко» про любовь. В ближайшее время планирую на него снимать клип.

**Когда мы уже пойдем на твой концерт?**

Сейчас я больше времени провожу на студии, записывая новые треки, но как только выйдет мой альбом, обещаю, я обязательно приглашу вас на концерт.

**Мы видели тебя и в чужих клипах – у Иракли, Dino MC47, Slim, Птахи, Басты...**

Верно, прежде чем начать сольную карьеру певицы, я часто снималась в клипах других артистов. Это был прекрасный опыт, и я уже комфортно чувствовала себя на собственных съемках.

**Насколько откровенный образ ты готова показать в видеоролике?**

Дальше белья на съемках я не раздеваюсь. Видео может получиться безумно сексу-



## ДОСЬЕ

Имя: Лера Кондра

Дата рождения:

27 мая 1985 года

Место рождения:

Москва

Я, КАК И ВСЕ  
ДЕВОЧКИ В КЛАССЕ,  
МЕЧТАЛА СТАТЬ  
МОДЕЛЬЮ.  
И ПРИКЛЕИВАЛА  
СВОЮ ГОЛОВУ  
К ФОТО В МОДНЫХ  
ЖУРНАЛАХ

БЮСТ, ТРУСЫ —  
CHANTAL THOMAS





В КЛЕТКУ  
К ТИГРАМ Я ЗАЙТИ  
МОГУ, А ВОТ  
ИСКАТЬ МЕНЯ  
В НОЧНЫХ КЛУБАХ  
И БАРАХ СОВЕРШЕННО  
БЕСПОЛЕЗНО



ТРУСЫ — I.D  
SARRIERI,  
ЧУЛКИ — FALKE



альным за счет взгляда, жестов, мимики, голоса, деталей.

**А вообще тебя можно назвать откровенной?**

В жизни я очень спокойная, домашняя, не люблю провокационные наряды или яркий макияж. Откровенной могу быть, когда снимаюсь для обложек мужских журналов или наедине со своим мужчиной.

**Какой самый безбашенный поступок ты совершала?**

Я заходила в клетку с тиграми.

**А в общественных местах ты можешь вести себя провокационно?**

Наверное, да, если есть повод. Но вообще я всегда в обществе веду себя прилично и никогда не пытаюсь привлечь к себе внимание безбашенными поступками в общественных местах. Я, наоборот, часто устаю от повышенного внимания.

**Ты примеряла разные привлекательные наряды на съемке. Скажи, а в твоём гардеробе есть нечто подобное?**

Я часто снимаюсь для рекламы купальников или нижнего белья. После съёмок эти бренды дарят мне свои новые коллекции, поэтому у меня просто огромный гардероб из красивых и сексуальных вещей.

**Любишь наряжаться для парня?**

Конечно, наряжаться и хорошо выглядеть для любимого человека – это самое приятное.

**А есть для кого наряжаться сейчас?**

У меня были серьезные отношения, которые длились несколько лет. Но сейчас я свободна и получаю удовольствие от своей работы, общения с друзьями и путешествий.

**На что ты никогда не согласишься в сексе?**

Я не соглашусь на боль, я против насилия в жизни и тем более в отношениях.

**А что не пробовала, но была бы не против рискнуть?**

Все, что мне было любопытно, я уже попробовала, и теперь я четко знаю: чего хочу и что мне нравится. Но скучно со мной не будет точно. (Смеется.)

**Какие у тебя планы на это лето?**

Поеду отдыхать в город Сочи, там у меня дом около моря. Потом я вернусь в Москву, и опять начнутся съемки для различных проектов.

**Где летом с тобой можно встретиться, например?**

Могу сказать, где вы меня точно не найдете, – в ночных клубах и барах! Можно попробовать поискать в спокойных заведениях с хорошей кухней.

**Дай совет парням, как с тобой познакомиться?**

Мои дела мне помогает вести мой менеджер, но если очень нужно найти меня лично, то связаться со мной по работе помогают соцсети. Мой инстаграм – @l\_kondra, а электронная почта – lerakondra@list.ru. Так что пишите! **FHM**

БОДИ – MYLA  
ТРУСЫ – I.D.  
SARRIERI



## 5 ФАКТОВ О ЛЕРЕ

**01**

Отец Леры – известный волейболист Владимир Кондра, олимпийский чемпион, обладатель пяти олимпийских медалей, пятикратный чемпион Европы, чемпион мира, заслуженный тренер, обладатель Ордена Дружбы народов.

**02**

Владимир Кондра первым нес олимпийский факел на Олимпиаде в Сочи.

**03**

Лера закончила РУДН и имеет магистерскую степень по журналистике.

**04**

Рингтон ее летнего хита «Бармен Саша» входил в топ-3 всех мобильных операторов страны.

**05**

Помимо карьеры певицы, Лера была соавтором и ведущей нескольких телепередач на СТС, Music Box, НТВ-Плюс Спорт и РЕН ТВ.





# СПИСОК НА ЛЕТО

До прихода  
холодной  
и мерзкой  
осени  
постарайся,  
чтобы  
напротив  
каждого  
пункта стояла  
галочка

Текст: Мэтт Хьюси





## 01

ОТПРАВИТЬСЯ  
В ПУТЕШЕСТВИЕ НА АВТОМОБИЛЕ

Вместе с туристическим метапоиском tomondo мы расскажем тебе, как организовать автотур по США – в конце концов кто из нас не мечтал пересечь пару десятков штатов на мощном джипе?

Около 80 тысяч километров отлично заасфальтированных магистралей между штатами делают Америку идеальным местом для путешествий на машине.

Цена аренды автомобилей в США на первую неделю июля начинается от 14 тысяч рублей из Вашингтона, от 30 тысяч рублей – из Нью-Йорка, от 13 тысяч – от Лос-Анджелеса, от 14 тысяч – из Филадельфии. Кроме того, многие компании предлагают возможность взять машину в одном городе, а вернуть в другом (стоит такая услуга 8-10 долларов). Это отличная возможность пересечь страну, например, с запада на восток – по маршруту Ильфа и Петрова «Одноэтажная Америка».

Многие компании при указании финальной цены учитывают страховку и налоги, однако это все равно нужно проверить, чтобы не пришлось переплачивать. Страховку, как и везде, стоит брать с минимальной суммой личной ответственности. Она включает страхование от ущерба и угона (LDW: Loss Damage Waiver) и ответственность перед третьими лицами (SLI: Supplemental Liability Insurance). Дополнительно могут предложить медицинскую страховку (PPP: Personal Protection Plan), но она не нужна, если ты уже оформил личную страховку перед въездом в США.

Кроме того, в цену должны быть включены местные налоги и неограниченный пробег. Обычно дополнительно оплачиваются навигатор, право на вождение второму водителю, техническая помощь на дорогах.

По опыту путешественников, иногда при расчете стоимости проката уже на месте менеджер включает в чек различные дополнительные опции, и сумма получается выше. Чтобы не переплачивать, попроси вычесть ненужные услуги.

Кстати, еще один важный факт: у большинства компаний аренда на 5 дней и на неделю стоит одинаково, поэтому есть смысл брать машину сразу на 7 дней.

Минимальный возраст для аренды автомобиля в Америке варьируется в разных штатах и у разных компаний от 18 до 21 года (наиболее частое требование – 21 год). Кроме того, взимается дополнительная плата, если ты моложе 25 лет. Из документов понадобятся заграничный паспорт с действующей визой, международные права и дебетовая карта на имя водителя.

Скрыть правонарушение здесь практически невозможно: все фиксируют видеокamеры. Скорость в США измеряется в милях. В каждом штате есть своя система ограничения. Как правило, в жилых зонах скорость не должна превышать 25–30 миль/ч, а на межштатных магистралах – 65 (реже 50) миль/ч.

Стоит учесть и то, что в Америке нельзя припарковаться просто на обочине, чтобы устроить пикник или размяться. Все земли вдоль дороги огорожены, и сделать привал можно только в специальных зонах отдыха, на бесплатных парковках и заправочных станциях, в кафе и торговых комплексах.



## И еще пара советов

● Если ты из тех людей, кому даже в барах становится скучно от посторонней болтовни, даже и не думай о такой поездке.

● Правила гласят, что сидящий на водительском

сиденье выбирает музыку.

● Держись подальше от дальнотойщиков и фур. В Америке, кстати, они особенно неадекватны.

● пей много кофе.

● Скорее всего ты вряд ли часто будешь ходить в душ, особенно если не можешь себе позволить постоянно ночевать в придорожных отелях. Подружись с продукцией магазина Lush – она включает

как сухие шампуни, так и сухие гели для тела.

● Никогда не води уставшим. Те парни, которые кричат, что могут 14 часов подряд рулить, возможно, уже слетели с трассы.

02 ПОПРОБОВАТЬ  
ТАКОЙ ОСТРЫЙ  
СОУС К ЧИПСАМ,  
ЧТО ПОТОМ ИХ  
БУДЕТ СТРАШНО  
ЕСТЬ ДО КОНЦА  
ЖИЗНИ

## 03

ДОЛГО И ЭМОЦИОНАЛЬНО ПРОЩАТЬСЯ  
С МЕСТНЫМ БАРМЕНОМ

## 04

СГОРЕТЬ НА СОЛНЦЕ ТОЙ ЧАСТЬЮ  
ТЕЛА, КОТОРАЯ СОЛНЦА-ТО НИКОГДА  
И НЕ ВИДЕЛА РАНЬШЕ

## 05

ВЫПИТЬ ПИВА, НАЗВАНИЕ  
КОТОРОГО ТЫ НЕ МОЖЕШЬ  
ПРОИЗНЕСТИ



# 06

## НАЙТИ ПАРУ МИНУТ, ЧТОБЫ ПОЛЮБОВАТЬСЯ ГЕНИАЛЬНОСТЬЮ БИКИНИ

ПОСТАВЬ ГАЛКУ КОГДА СДЕЛАЕШЬ

### Эволюция сексуальности

**1946** Модельер Луи Реард вывел на подиум танцовщицу из ночного клуба Мишелин Бернардини, чтобы продемонстрировать миру первый раздельный купальник. Мужчины уже тогда были счастливы.

**1951** Объявленные греховными в Ватикане, бикини запрещены в половине Европы.

**1953** Брижит Бардо позирует в бикини в Каннах после картины «Манин: девушка в бикини», делая в этот момент маленький городок на юге Франции столицей мира.

**1962** Кинозрители прикованы взглядом к Урсуле Андресс, выходящей из моря в фильме «Доктор Ноу». Заодно в их жизнь навсегда приходит Бонд. Джеймс Бонд.

**1994** Бикини становится официальной спортивной одеждой для женских сборных по пляжному волейболу на фоне жалоб, что это отвлекает зрителей от игры.

**2000** Бикини становится самым популярным типом пляжной одежды, хотя опросы показывают, что 85% людей никогда и не купаются. Ну и ладно.

# 07

## НАПИТЬСЯ НА КРЫШЕ И НЕ УПАСТЬ

ПОСТАВЬ ГАЛКУ КОГДА СДЕЛАЕШЬ

# 08 ...И ВЫЖИТЬ, ЕСЛИ ВСЕ-ТАКИ УПАЛ

Гордон Сид, координатор трюков в фильмах про Шерлока и в картине «Темный рыцарь: Возрождение легенды», рассказал, как правильно падать

Очень трудно приземлиться на ноги. Сгруппируйся так, чтобы колени упирались в плечи. Согнутые колени превращаются в амортизаторы. Не пытайся противодействовать падению. Например, когда падаешь с лестницы, нельзя спасать себя руками – вероятнее всего их

сломаешь тут же. Просто расслабься и смирись. Вот почему пьяные люди попадают под машины, а потом просто встают и идут дальше. Они никак не реагируют. По этой причине человек в бессознательном состоянии более живуч в такой ситуации.





09

ПОЖАРИТЬ НА ОТКРЫТОМ ОКНЕ ЧТО-ТО НОВЕНЬКОЕ. НЕ КОШАТИНУ, КОНЕЧНО, А ОЛЕНИНУ ИЛИ КЕНГУРЯТИНУ



10

СОБРАТЬ БОЛЬШЕ ПЯТИ ШАРИКОВ В ОДНОМ МОРОЖЕНОМ



11

ПОБОРОТЬ ГОЛОВНУЮ БОЛЬ НЫРЯНИЕМ В ОКЕАН



# 12 ЗАНЯТЬСЯ СЕКСОМ ВО ВСЕХ ПРИРОДНЫХ СТИХИЯХ

## Огонь

**Новичок** У костра  
**Профи** На углях

## Воздух

**Новичок** В горах  
**Профи** В воздуховоде

## Вода

**Новичок** На пляже  
**Профи** В аквариуме

## Земля

**Новичок** В парке  
**Профи** В парке, в норе

Писатель и эксперт в области секса  
Трейси Кокс о том, как выжать максимум из подвигов на открытом воздухе

Страх быть застуканным, учащенное сердцебиение, это прекрасное чувство адреналина, боясь, что кто-то идет, – ты понимаешь о чем идет речь, если хоть раз занимался сексом в общественном месте. Несмотря на непонятные причины законодательного запрета этого развлечения, есть все же способы им заняться и не попасть в тюрьму. Просто будь разумным.



13

## ПОПАРИТЬСЯ В БАНЕ В ДРУЗЬЯМИ

Иван Трусов, банщик-массажист спа-салона FRESH SPA by Natura Siberica, рассказал, как правильно это делать

● В первую очередь необходимо помнить, что в бане на тебе должно быть минимум вещей. Если говорить про плавки, лучше всего использовать хлопок и лен, а не синтетику.

● Из напитков бери с собой обычную воду (лучше комнатной температуры) или чай с медом и лимоном. В бане нельзя употреблять алкоголь, особенно крепкий. Даже если ты всегда хорошо переносишь спиртосодержащие, не изнуряй свой организм.

● Во время парения не забывай про свои возможности. Здесь не нужно героизировать и соревноваться. Если с тобой будет банщик, то лучше всего максимально довериться ему во всем. Он будет правильно распределять нагрузку, работая с паром. Не стесняйся рассказывать о том, как меняется

самочувствие. Обращай внимание на головокружение – это первый признак того, что что-то идет не так.

● Русская баня – объективно самая полезная. В турецком хамаме с человеком не работают, это больше место для отдыха после тренировок. Русская же баня укрепляет стенки сосудов, усиливает микроциркуляцию, ускоряет обменные процессы в организме, очищает, выводит токсины и шлаки, расслабляет мышечный тонус.

● Ходите в баню с умом. Самое оптимальное – посещать баню один раз в неделю, находитесь в парилке по 10-15 минут. При нахождении дольше из организма могут выходить полезные вещества и микроэлементы, например соль и кальций.

● Перед повторным заходом важно прийти в то же

состояние, которое было в первый раз. Охлаждай тело, окунаясь в холодную воду или растираясь снегом. Контрасты – очень важная для бани вещь. Посещай парилку от 3 до 5-7 раз. Этого достаточно.

● Резкое и сильное понижение температуры лучше делать под присмотром банщика. Если охлаждать тело неправильно, легко можно потерять сознание. Например, при окунании в холодную воду важно делать это резко и обязательно вместе с головой. Если ты уже решился зайти в воду, останавливаться и тормозить нельзя.

● Идеальная комфортная температура в бане – это 85-95 градусов. Но температура важна даже не столько, сколько пар. Именно работа с ним дает самый сильный эффект и нагрузку.





# 14

## ПОПРОБОВАТЬ НОВЫЙ ЛЕТНИЙ ВИД СПОРТА

Проект «Акватория лета» предлагает тебе за пару недель встать на серф, кайт, вейк или даже батут

● В спортивном клубе-отеле вплоть до 20 сентября преподают как новичкам, так и профессионалам основные дисциплины – виндсерфинг, кайтсерфинг, вейкбординг – и занятия, помогающие успешно прогрессировать в этих направлениях: батутный комплекс, скалодром, баланс-тренажеры, йога, занятия на кабельной вейк-лебедке.

● Клубная атмосфера, пляжные вечеринки, танцы, тусовки на берегу, большой подогреваемый бассейн, кухня fusion и ресторан с шикарным видом в сочетании с экстримом и высокой концентрации молодежи делают Ейск идеальным отечественным направлением этого лета.

● Не понимаешь, на что записаться? Давай объясним еще раз. При виндсерфинге ты стоишь на легкой небольшого размера доске с установленным на ней парусом. При кайтсерфинге ты стоишь на доске и держишь в руках большой воздушный змей. А вейкбординг – это комбинация водных лыж, сноуборда, скейта и серфинга. Ты стоишь на доске, держишься за веревку, которую тянет катер.

Цены на обучение ищи на официальном сайте [www.aqualeto.ru](http://www.aqualeto.ru)



# 15

## СДЕЛАТЬ РОКОВУЮ ОШИБКУ И ВЫПИТЬ ГОЛУБОЙ КОКТЕЙЛЬ ПОСЛЕ ТЕКИЛЫ

# 16

## СЪЕСТЬ ЛЕДЕНЕЦ, ДЛЯ КОТОРОГО ТЫ УЖЕ СЛИШКОМ СТАР

# 18

## ПОПАСТЬ В ТЮРЬМУ ЗА ГРАНИЦЕЙ

...НО НЕ ТАК ЖЕСТКО, КАК ЭТОТ ПАРЕНЬ

В 1990 году 25-летний Дэвид Ретфорд был арестован тайскими властями за использование фальшивых денег

● Когда я был моложе, очень любил адреналин. Мне казалось, я такой умник, что проведу тайцев. За мной гнались 40 полицейских на байках – постоянно кто-то присоединялся, чтобы поймать иностранца.

● Если у тебя есть деньги в тюрьме, ты можешь себе позволить все, кроме реальной женщины. У нас были наркотики и виски, мы могли продавать и покупать недвижимость, у нас даже были камбоджийские слуги, которые мыли за нас посуду. Что говорить, за стенкой была отдельная тюрьма для ледибоев. Ощущение, что не покидаешь полноценное общество, в котором, к слову, приняты убийства, изнасилования и побои.

● Мой приятель Стив повесился на окне своей камеры. Тюрьма отбирает чувство свободы, особенно когда сидишь и смотришь, как пролетают самолеты в небе. Но я не депрессивный человек – мне дали всего четыре года.

# 17

## СДЕЛАТЬ ПАРУ КЛАССИЧЕСКИХ ФОТОГРАФИЙ С ОТДЫХА



**Приемлемо:** изображение будильника, поставленного на ужасно раннее время перед вылетом



**Полуприемлемо:** изображение крыла самолета в небе



**Неприемлемо:** изображение заката с фразой «Не могу поверить, что был там всего неделю назад»



**Даже и не думай об этом:** скриншот местной погоды



ПОСТАВЬ ГАЛКУ КОГДА СДЕЛАЕШЬ

АРХИВ



19

ЗАБРАТЬСЯ НА ГОРУ



20

СДЕЛАТЬ САМОМУ  
ХОЛОДНЫЙ ЧАЙ



Рецептом поделился Йорг Закуловски, главный титестер компании TEEKANNE

В заварочный чайник положи пакетики черного чая «Ассам» или «Цейлон», дольки апельсина, кусочки яблока, личи, специи и залей почти кипящей водой (чайник нужно выключить буквально за секунду до закипания). Подожди 7-10 минут и наливай в чашки или прозрачные стаканы со льдом.

21

ПОЗАГОРАТЬ ГОЛЫМ

Специалисты *totomondo* рассказали, где в мире легально ходить по улицам без одежды

В Австралии есть, например, пляж «Самурай Бич» в Порт-Стивенсе, который привлекает целые семьи нудистов. Здесь, в тени густой зелени, комфортно совершать первые шаги по голому пути. Преодолев первое чувство неудобства, скорее выходи на солнцепек. На берегу тебя встретят приветливые обнаженные соседи, всегда открытые к общению.

В феврале на этом пляже проводится нудистский карнавал, а в ноябре самые настоящие голые Олимпийские игры. В обычные дни здесь постоянно играют в фрисби и волейбол.

Конечно, есть подобные пляжи и в европейских странах. Например, испанский остров Форментера славится своими песчаными берегами, на которых туристы не стесняются своей наготы. Кстати, многие из них добираются до острова на пароме из центра кутежа – Ибицы. А сколько пляжей с раскрепощенными посетителями в Хорватии!

Если просто загорать голым скучно, можно в таком же наряде заняться йогой в нью-йоркской студии с метким названием *Bold & Naked*, поиграть в гольф на поле *La Jenny Naturist Resort* в Бордо, сходить в общественную сауну в Хельсинки, отправиться в путешествие на лайнере американской компании *Bare Necessities* или полежать на травке в Английском саду в Мюнхене.



22

СДЕЛАТЬ ТУПЕЙШУЮ ЛЕТНЮЮ ТАТУИРОВКУ

Впрочем, есть как минимум несколько вариантов, которые мы тебе решительно не советуем



**Адлер 2015**

Потому что теперь в моде Крым.

**Имя друга**

Потому что на тебя до старости будут косо смотреть в общественной бане.

**Динамо Москва**

Потому что это самая безответная любовь, какую знало человечество

**Штрих-код**

Иначе, сканер покажет, что цена твоей фантазии 30 рублей.

**Куча звезд или губы в виде поцелуя**

Потому что твоему парню это может не понравиться. И вообще верни ему журнал.



23

ЗАКАЗАТЬ  
ОГРОМНЕЙШИЙ  
КОКТЕЙЛЬ  
В БАРЕ

...ИЛИ ОТПРАВИТЬСЯ  
НА ВЕЧЕРИНКУ,  
ГДЕ КТО-НИБУДЬ  
СДЕЛАЕТ ТЕБЕ ТАКОЙ

...ИЛИ В КОНЦЕ КОНЦОВ  
ЗАМЕШАТЬ ВСЕ САМОМУ

Смешай воду, содовую, ананасовый сок, морс и поддержи кувшин в холодильнике. Возьми аквариум (предварительно купив в гипермаркете самый дешевый), влей смесь в емкость и набросай туда порезанные цитрусовые. Дополнительная опция – вставить бенгальские огни.



24

СФОТОГРАФИРОВАТЬ  
ЭТОТ ЖУРНАЛ В КРУТОЙ  
ТОЧКЕ МИРА И ВЫЛОЖИТЬ  
В СЕТЬ С ХЭШТЕГОМ  
#FHMTRAVEL





A man with dark, wavy hair, wearing a dark suit jacket over a light blue shirt, stands in a bathroom. He is looking into a large mirror, with his right hand touching his hair. The bathroom has green marble walls and a white sink with a chrome faucet in the foreground. A black bag sits on the marble countertop. The title 'ТАИНСТВО МРАКА' is overlaid on the image.

# ТАИНСТВО МРАКА

М. НАЙТ ШЬЯМАЛАН РАССКАЗАЛ ГИМ  
О СВОЕЙ РЕАКЦИИ НА КРИТИКОВ, КУБИКЕ  
РУБИКА И О ТОМ, ЧЕГО БОИТСЯ ЛИЧНО ОН

Текст: Мэтт Блейк







Всемирную известность фамилии еще в Индии нагадала его отцу Нелиату Си по ладони деревенская ясновидящая. «Первой реакцией моего отца было: «О, Боже, я совершу какое-нибудь страшное преступление, как иначе мое имя может прославиться...» — шутит Найт. Но доктор Шьямалан не совершил преступления. Он эмигрировал в США вместе со своей женой Джаялакшми и детьми Вееной и Маножем и основал частную клинику в Филадельфии. Но о пророчестве он все равно не забывал. «Он смотрел на табличку со своим именем на двери клиники и думал, что должно быть это и есть предсказание гадалки, — продолжает М. — Но когда местные граффитчики разрисовали табличку, он подумал, что это ни в коем случае не может быть известностью о которой шла речь». 20 лет Нелиат искал смысл пророчества, но не находил. В то время как отец искал знаков от Вселенной, его сын возился со своей любительской камерой. В итоге в 1999 году фамилия Шьямалан все-таки прогремела на весь мир. «Я помню, как мой отец плакал, выходя из лимузина на премьере, — говорит Найт. — Он повернулся ко мне и сказал: «Наконец-то это случилось». Фильм, о котором идет речь, назывался «Шестое чувство». Он стал одним из самых кассовых фильмов всех времен, получил шесть номинаций на премию «Оскар» и превратил фамилию Шьямалан в бренд, которым можно заманивать зрителя в кинотеатры.

#### Лучшего начала карьеры для 29-летнего режиссера и не придумаешь.

М. Найт в одно мгновение стал не только признанным мастером Голливуда, но и специалистом по сверхъестественному и королем неожиданных сюжетных поворотов. В следующих трех фильмах Шьямалан сделал неожиданный конец своей визитной карточкой. После истории о мире призраков из «Шестого чувства» Найт удивил всех супергеройской саспенс-драмой «Неуязвимый», фантастикой о вторжении пришельцев «Знаки» и психологическим триллером «Таинственный лес». На сегодняшний день его фильмы собрали в мировом прокате около 2,5 миллиардов долларов, а имя Шьямалана прочно забронировало место в списках самых высокооплачиваемых сценаристов и самых плодовитых режиссеров Голливуда. «Моя жена говорит, что моя жизнь похожа на сказку и все слишком легко у меня получается, но я уверен, что по-другому и быть не могло, просто потому, что я стараюсь всегда быть честным с самим собой. Поэтому по-настоящему трудных моментов, на которые щедро

наша индустрия, у меня было не так много».

**Мы беседуем со Шьямаланом в лондонском отеле,** и свет из окна его номера обрамляет копну его черных волос, гипнотизируя нашу группу в момент, когда М. Найт начинает говорить о кубиках Рубика. «Я всегда мечтал быть чемпионом по собиранию кубика Рубика, когда вырасту. Я мог собрать его в детстве за 45 секунд с закрытыми глазами, беда в том, что за собирание головоломок не так уж хорошо платят». Манож Нелиате Шьямалан родился 6 августа 1970 года в Индии, еще до того, как его семья переехала в Филадельфию, США. Еще в возрасте девяти лет он украл у отца 8-миллиметровую камеру, чтобы снимать ремейки «Джеймса Бонда», «Инопланетянина» и «Кошмара на улице Вязов», и к моменту выпуска из школы на его счету было более 45 короткометражек. Уже тогда он убедил всех в том, что фильмы — это не просто его любимое хобби, а то, чему он намерен посвятить всю свою жизнь в будущем.

Шьямалан сократил Манож до М. И превратил Нелиата в Найта, хотя называть его темным все равно, что называть баскетболиста крошкой — настолько М. улыбочивый и светлый человек. Однако именно страх и мистика — его стихия на съемочной площадке. «Неизвестность — это то, что пугает нас больше всего, — говорит Найт. — История, в которой много неизвестного и загадочного, всегда будет более пугающей, чем самый кровавый, но прямолинейный слэшер. Я люблю, когда загадочность возвращает тебя в состояние детства. К тому же это очень уменьшает бюджет фильма». Детство — вообще благодатный стержень для всех историй Шьямалана. Дети в его фильмах видят мертвецов («Шестое чувство»), говорят с пришельцами («Знаки»), управляют стихиями («Повелитель стихий») и даже общаются с гуманоидного вида мышами («Стюарт Литтл», правда, его М. Найт не снимал, а только написал сценарий). «Действительно странно, что, о чем бы я ни писал, как правило, это получается история о том моменте детства, когда ребенок сталкивается со всеми неприят-







## ЕДИНСТВЕННОЕ, ЧТО МОГУТ ЗАДЕТЬ КРИТИКИ, ЭТО ТВОЕ ЭГО, А ЭТО ТО, ЧЕГО В ИДЕАЛЕ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ В ТВОЕЙ РАБОТЕ

ностями взрослой жизни и расстается с наивным представлением об окружающем мире».

Что же до его собственного детства, то Шьямалану не на что жаловаться в воспитании. Он постоянно контактирует со своими родителями, которые живут неподалеку от него, и советуется с ними. «Мои родители – классические эмигранты, – смеется Найт. – Они приехали в США, когда быть индийским доктором не считалось модным и престижным в Америке, но они всегда меня учили тому, что, если не опускать руки, верить в удачу и усердно трудиться, можно всего достичь». «Чтоб вы поняли, какие они, приведу пример, – продолжает М. – Когда я сказал, что меня пригласили на ужин с президентом Клинтоном, моя мама сказала: это прекрасно, возможно, тебе улыбнется удача и ты чего-нибудь добьешься. Мне пришлось долго объяснять ей, что, когда тебя приглашает на ужин президент и говорит, что любит твои фильмы, это означает, что ты уже чего-то добился. Но она бы, наверное, предпочла, чтобы президент подарил мне вдобавок несколько гектаров земли в Калифорнии».

**Свет над «нимбом» Шьямалана становится просто ослепительным, но я стараюсь не упускать режиссера из виду.** А ведь это, по мнению Найта, одна из главных проблем Голливуда: «Здесь ты все время не уверен, что ты кому-нибудь нужен вообще и ты все время сомневаешься в том, чего ты стоишь. Взять хотя бы Робина Уильямса. Я был просто шокирован его уходом из жизни, в частности потому, что так и не успел сказать ему, насколько он важен для меня, и наверное, не я один. И возможно, в его искривленной реальности ему казалось, что он никому не нужен в какой-то момент. Эта индустрия, навешивающая ярлыки, очень жестока». Пресса тоже не самая добрая часть индустрии грез, и Шьямалан, как никто, знаком с этой стороной бизнеса. Критики, превозносившие его за первые фильмы, разбили его в пух и прах после неудачи «Повелителя стихий». Пресса выливали тонны нелестных эпитетов на М. Найта и после провала «Явления» и ставила под сомнение его талант режиссера как таковой из-за недавнего фильма «После нашей эры» где досталось

всем участникам съемочного процесса. «Единственное, что могут задеть критики, это твоё эго, а это то, чего в идеале и не должно быть в твоей работе, так что если ты сам сможешь победить своё эго, то никакие критики тебе будут не страшны». Я удивляюсь тому, что можно вообще не обращать внимания на прессу, и М. признается: «Конечно, временами срываешься и кричишь, негодую от несправедливости, когда твой фильм сравнивают с сиквелом «Элвина и бурундуков», но в итоге берешь себя в руки». Я интересуюсь рецептом Найта, как все-таки угодить зрителю, и он пожимает плечами. «Я был недавно на шоу вместе с создателем сериала «Шерлок» Стивеном Моффатом, и даже он затруднился ответить на этот вопрос. Единственный выход – делать что-то, что радует лично тебя», – размышляет Шьямалан.

Так что же, к черту зрителей, уточняю я? «Ну нет, конечно, – улыбается М. – Но для меня немного важнее, чтобы я не шел на компромисс с самим собой в угоду зрителю. И хочется верить, за это меня и ценят». А как насчет компромис-





са со студийными боссами?

«А вот это, конечно, тяжело, особенно когда смотришь фильмы от уважаемых тобою режиссеров и понимаешь, насколько они были испорчены студией в угоду прибылям от проката, но ничего не поделаешь, это бизнес».

Послушать Шьямалана, так студии – это дикие кровожадные монстры, которые эксплуатируют художников и не дают им творчески развиваться: «Мистические триллеры – эта та ниша, в которой я полюбился зрителю, и большинство студий теперь уверены, что только в таком качестве и стоит продавать меня зрителю, но я совсем не уверен, что этот самый зритель не хотел бы меня видеть в совершенно иной ипостаси». Что и говорить, сюжетные перевертыши в ранних фильмах Шьямалана были настолько успешными, что аудитории действительно сложно представить фильм М. Найта без неожиданной концовки. «После «Таинственного леса» я решил, что надо попробовать сделать что-нибудь без хитрого поворота в конце. – Шьямалан вспоминает, как он делал «Девушку из воды» в 2006-м, свой серьезный кассовый провал. – Для меня этот неуспешный фильм все равно остается одним из самых интересных опытов, и мне важно, что он нашел определенного зрителя, пусть и не такого массового».

Мало кто из режиссеров, тем не менее, пережил бы такую лавину критики, которая обрушилась на Найта после

## НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ПОВТОРИТЬ МЕНЯ. ВЫ В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ПРОИГРАЕТЕ, ЕСЛИ ПОПРОБУЕТЕ БЫТЬ КЕМ-НИБУДЬ, КРОМЕ СЕБЯ

этой истории феи из бассейна, но Найт продолжил снимать то кино, какое он считает нужным, без оглядки на чужие мнения: «Если ты художник, ты просто обязан подставяться и делать то, что тебе боязно делать, иначе ты никакой не художник».

**А что смотрит сам М., когда ему нужно отвлечься?** «Я предпочитаю «Храброе сердце», это подходящий фильм, когда у меня настроение такое, что хочется кому-нибудь врезать. Это настоящая мужская история о ярости, которая настолько велика, что ты можешь поднять на уши целую страну. Для меня этот фильм – идеальный компромисс между абсолютно попсовой историей, которую любят студии, и серьезной глубиной авторского фильма». Конечно, когда Шьямалану представилась возможность поработать с автором его любимого фильма, он ее не упустил. Мел Гибсон снялся у него в фильме «Знаки», о чем Найт вспоминает с большой теплотой: «Он был крайне приятным парнем и усердно работал на площадке. Он был как стар-

ший брат мне во время съемок».

В ответ на просьбу о совете для начинающих киношников, восхищенных его фильмами, Найт ответил так: «Главное – не пытайтесь повторить меня. Вы в любом случае проиграете, если будете стараться быть кем-нибудь, кроме себя. Быть собой и следовать велению сердца – это главное в искусстве».

Последний вопрос, который мы задаем Найту, человеку настолько верному своим принципам, что он не свернул с выбранного пути даже под шквалом критики и прессом кассовых неудач, посвящен тому, что пугает его самого. «Поскольку я люблю рассказывать истории, – задумывается М., – самым страшным, пожалуй, будет невозможность рассказать свои истории тем, кто их хочет услышать, или их невозможность услышать то, что я пытаюсь рассказать. Вот это самое страшное для меня». Учитывая, что мы знаем, что в состоянии придумать Шьямалан, это крайне неожиданный поворот. **FHM**

*Сериял М. Найта Шьямалана «Сосны» уже в эфире.*



# РЕЦЕПТ МИСТИЧЕСКОГО ТРИллЕРА ОТ М. НАЙТА ШЬЯМАЛАНА

РЕДАКТОР ЖУРНАЛА EMPIRE НИК ДЕ СЕМЛИЕН ВЫБРАЛ ШЕСТЬ  
ЛУЧШИХ ФИШЕК РЕЖИССЕРА



## НЕОЖИДАННЫЙ ПОВОРОТ

**ФИЛЬМ:** «Шестое чувство», «Неуязвимый», «Таинственный лес».

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** Предупреждение о спойлерах, возможно, появилось вместе с фильмами М. Найта Шьямалана: многие из них могут похвастаться сумасшедшими концовками, которые оставляют зрителей в продолжительном шоке. Интересный факт: в Китае, где фильм «Шестое чувство» был выпущен под названием «Он — призрак», фильм не пользовался большим успехом.

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** невинное дитя с даром, Брюс Уиллис и много мертвецов.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** «Бойцовский клуб», «Остров проклятых», «Подозрительные лица».



## ПРОБЛЕМНЫЙ ГЕРОЙ

**ФИЛЬМ:** «Шестое чувство», «Неуязвимый», «Знаки», «Девушка из воды».

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** Ставки фильма с сильным саспенсом выше, когда герой в полной заднице. Если ему удастся решить все проблемы и победить всех демонов, то ценность его победы будет гораздо выше в конце. Многие из главных героев Шьямалана одиночки, как Дэвид Данн (Брюс Уиллис) в «Неуязвимом», чувак с кучей семейных проблем, без работы и с реально скучным именем.

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** актер, который может выглядеть подавленным, и трагическая предыстория.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** «Головокружение», «Женщина в черном», «Девушка с татуировкой дракона».



## ЯРКИЙ СИМВОЛИЗМ

**ФИЛЬМ:** «Шестое чувство», «Неуязвимый», «Знаки», «Таинственный лес», «Явление».

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** Как Стэнли Кубрик до него, Шьямалан — мастер использования ярких цветов с целью манипулирования твоими эмоциями. В «Таинственном лесу» желтый означает, хорошо, а красный — очень плохо. В «Неуязвимом» герой и злодей выделены зеленым и фиолетовым.

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** Кисть и краски.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** «Сияние», «Сонная лощина».



## СТРЕМНАЯ ЗАВЯЗКА

**ФИЛЬМ:** «Знаки», «Таинственный лес», «Явление», «Девушка из воды».

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** Не стоит начинать свой триллер на солнечном лугу. Если, конечно, его не начинают атаковать зараженные пчелы-убийцы. Или, как у Шьямалана, — злой ветер. Принимая эстафету от апокалиптических классиков прошлого, фильм начинается с демонстрации ужасающе пустынных улиц города и пригорода.

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** Тени, жуткая музыка, тревожно небольшое количество людей.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** «28 дней спустя».



## ВУНДЕРКИНД

**ФИЛЬМ:** «Шестое чувство», «Знаки», «Повелитель стихий», «После нашей эры».

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** В фильмах ужасов дети, как правило, первый маркер угрозы. «Там чудовище в моей комнате. Можно мне стакан воды?» — спрашивает Бо, которую играет пятилетняя будущая звезда Эбигейл Бреслин, в «Знаках». Как и с Коулом в «Шестом чувстве», взрослые не знают реальна ли опасность или она просто в голове ребенка. В любом случае это отличный прием.

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** юный актер с большими задатками.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** «Лабиринт Фавна», «Чужие».



## АВТОРСКИЙ ГЕНИЙ

**ФИЛЬМ:** Большинство из них.

**ПОЧЕМУ ЭТО РАБОТАЕТ:** М. Найт Шьямалан любит снимать себя в своих собственных фильмах, часто в роли кого-то героического или несущего ключевую информацию главного персонажа. Так что элемент неизвестности только в том, в какой ипостаси он себя снимет на этот раз. В «Шестом чувстве» он толковый врач, в «Знаках» спасающий всех сосед, в «Девушке из воды» — писатель со способностью спасать мир. Отличная работенка, правда?

**ТЕБЕ ПОНАДОБИТСЯ:** режиссер с неутоленными актерским амбициями.

**ТАКЖЕ СМОТРИ:** любой фильм Хичкока.



# АВТОР КВЕСТА

Мы встретились с Семеном Поляковским, организатором реалити-квестов EXIT CASINO, чтобы понять, как в заброшенном подвале расставить пару загадок, отправить туда людей и заработать на этом деньги. Последним, к слову, поделились владельцы Евгений Шунин и Павел Шпиз

**Бум на квесты – усталость от привычных развлечений.** В кафе все сидят, уткнувшись в экран, в кино тоже общения мало. В квестах же запрещены смартфоны, и людям, как ни крути, придется взаимодействовать друг с другом.

**Идея открыть свою компанию родилась достаточно спонтанно.** Знакомые посоветовали посетить один из московских квестов. Сначала мы не прониклись новым развлекательным сервисом. Но именно в тот момент в наших мыслях поселилась идея создать что-то иное, что даст возможность очутиться в другой реальности.

**У меня техническое образование – я закончил факультет вычислительной математики и кибернетики МГУ, но всегда искал творческую профессию.** Не могу сказать, что техническое образование мне здесь напрямую помогло. Скорее вряд ли было бы так же интересно заниматься квестами, если бы у меня его не было.

**Ключевым моментом в создании тематики EXIT CASINO стала локация – бывшее казино «Метелица».** Самым сложным оказалось создать общий сюжет, чтобы все комнаты вписывались в него, переплетались друг с другом и были интересными.

**Мы придумываем квесты втроем с Женей и Пашей.** Сначала согласовали общий сюжет, затем придумывали комнаты в казино и собирали загадки, среди которых нужно было отобрать лучшие. Мы рассчитывали на собственное чутье, потому что почти 80% загадок невозможно протестировать до реализации.

**Инженеры – это для нас очень больной вопрос.** Во время производства EXIT CASINO нам пришлось сменить трех главных инженеров, так как они не справлялись и срывали сроки и бюджеты. Поэтому теперь мы сменили тактику. Практика показала, что самая крутая загадка не всегда самая технически сложная. Поэтому сейчас мы придумываем квест сразу с инженерами. Все-таки мысль – более гибкая штука.

**Самые сложные механизмы – те, для которых нет хотя бы половинчатых решений за адекватные деньги.** Например, система лазерной сигнализации – крайне сложная вещь, хотя на первый взгляд кажется простой. Кроме того, всегда надо

помнить о безопасности игроков, а это всегда ведет к удорожанию механизма.

**Если говорить о времени, с нуля до представления идей инженерам и декораторам проходит около месяца.**

Но работа продолжается и после того, как загадки доделаны. Иногда приходится вносить довольно кардинальные изменения, особенно в сюжет квеста, если игрокам что-то непонятно.

**Оформлением занимается художник-декоратор.** У нас работает обладательница «Золотой маски» Валентина Останкович. Все интерьерные и стилистические идеи исходят от нее.

**По миру открывается очень много комнат. Люди видят, что всем нравится, плюс кажется, что это просто сделать.**

А что? Снять в аренду подвал на периферии, взять пару загадок из Интернета, нанять инженера, а дальше все пойдет как по накатанной. Конечно, это не так.

**Проект мы запускали на свои средства,** а когда несколько комнат вовсю работали и клиенты требовали быстрого окончания строительства и игры в других комнатах, мы решили подтянуть инвесторов. Легко ли найти их? Мы не искали, мы выбирали.

**Стандартный квест окупается через шесть месяцев.** Если проект дальше не развивать, то месяца два можно поработать в плюс и загнуться. На сегодняшний день в Москве более 200 квестов и уже порядка 35 приходили к нам с целью объединиться или продаться.

**Мы пошли по другому пути.** Сыграть в долгую:



ОРГАНИЗАТОРЫ ОБЕЩАЮТ, ЧТО СКОРО ОТКРОЕТСЯ НОВАЯ ИСТОРИЯ ПРО ШПИОНОВ – EXIT IMPOSSIBLE. А ЧУТЬ ПОЗЖЕ – EXIT SHOWTIME, ГДЕ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНОЕ ПОГРУЖЕНИЕ В АТМОСФЕРУ

открыть квест с такой атмосферой и такими техническими решениями, в которых людям будет интересно проводить время снова и снова.

**Рекорды измеряются в минутах.** У нас за 29 минут была пройдена комната Джека Крейтона. Но мы сделали новую метрику в Хранилище – количество вынесенных денег. Это гораздо веселее – люди должны побороть себя, свою жадность, чтобы вынести достаточно денег и не остаться с ними в Хранилище. Это мой любимый квест.

**Стоимость одного квеста варьируется от 2,5 млн до 5,5 млн рублей.**

Сценарист, креативная команда, технические задания, архитектор, художественная часть, строительные рабочие, декораторы, звуковики – это лишь часть тех людей, без которых открыть качественный квест невозможно.

**Сбои происходят периодически, и нам каждый раз приходится их решать.** Один раз инженер успел войти в комнату, из которой игроки ушли, но должны были скоро вернуться обратно. Наблюдая за ним по камере, мы давали ему сигналы по рации, чтобы его не заметили. Все прошло чисто.

**В одном из наших квестов в конце звучит стихотворение Бродского «Не выходи из комнаты».** А последняя комнатка там – 3 кв. метра. Так вот четверо игроков после этой мелодии решили, что надо там закрыться. А выйти оттуда самому невозможно. Оператор, который следил за комнатой, решил, что игроки уже вышли, и спокойно отправился курить. Игроков нашел человек, который восстанавливал квест спустя 10 минут. Оператора, конечно, уволили, но легенда жива.

**Самое интересное – наблюдать за людьми, как они меняются, попав в квест, даже понимая, что их отчетливо видят и слышат наши операторы.** Влюбленные пары начинают ругаться. Интеллигенты превращаются в хулиганов. Самые хрупкие девушки ломают железные ручки и вырывают рычаги, начинают грубо выражаться. Белые воротнички снимают рубашки, чтобы унести максимальное количество денег. Попав в квест, люди настолько погружаются в историю, что забывают обо всем, кроме своей цели. **FHM**





СТОИМОСТЬ ПРОХОЖДЕНИЯ КВЕСТА  
EXIT CASINO (НОВЫЙ АРБАТ, 21)  
НАЧИНАЕТСЯ ОТ 3000 РУБЛЕЙ



# СЕКС

Все, о чем ты хотел узнать, но боялся спросить

## СЕКС В ЗАКОНЕ

*У нас для тебя хорошие новости: соседи не могут привлечь тебя к ответственности за громкий секс в ночи, и ты можешь спокойно (или бурно) делать это в машине, не боясь быть застуканным полицейским. Мы, конечно, не даем гарантии, что страж порядка вас не заметит, но бояться штрафа тебе точно не стоит – в этом нас убедил юрист Илья Костромов, эксперт сервиса Правовед.ru*

Текст: Алина Краснова

### ? Как нужно регулировать громкость занятий сексом в течение суток?

Закон об этом умалчивает, налагая ограничения лишь на уровень шума в ночное время, независимо от его причин. Причины шума, как правило, чисто бытовые и к сексу отношения не имеют. Однако представим, что секс со стонами и скрипом мебели потревожил соседей, и те вызвали полицию. Скорее всего, полицейский сошлется на нормы административного права. Закон довольно четко предусматривает виды нарушения тишины: это «игра на музыкальных инструментах, крики, свист, пение, а также иные действия, сопровождающиеся звуками, повлекшие нарушение покоя граждан и тишины в ночное время». Во время диалога с полицейским следует доказывать, что занятия сексом традиционно совершаются в ночное время,

издаваемые при этом звуки естественны и уровень шума при этом не превышает допустимых параметров. Нельзя же, к примеру, оштрафовать гражданина за то, что он громко храпит во сне.

### ? Можно ли заниматься сексом с несовершеннолетней девушкой, если она сама не против?

Можно! Но только, если девушке уже есть 16 лет. Иначе – статья Уголовного кодекса № 134: «Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста» (под «иными действиями» здесь понимаются гомосексуальные отношения). До



четырёх лет лишения свободы. Однако ответственность для старшего партнера наступает, только если ему самому уже исполнилось 18. Но и тогда, если разница в возрасте партнеров не более четырех лет, лишение свободы назначено быть не может. Странное законо-

положение: если вам вчера исполнилось 18, а девушке завтра исполнится 16, то сегодня вам нельзя вступать в интимные отношения, а завтра – пожалуйста! В советском УК ответственность наступала за секс с партнером, «не достигшим половой зрелости», каковая устанавливалась судебно-медицинским экспертом. Новый же российский кодекс четко привязывает



ЗАНЯТИЯ СЕКСОМ  
ТРАДИЦИОННО СОВЕРШАЮТСЯ  
В НОЧНОЕ ВРЕМЯ,  
ИЗДАВАЕМЫЕ ПРИ ЭТОМ  
ЗВУКИ ЕСТЕСТВЕННЫ, И  
УРОВЕНЬ ШУМА ПРИ ЭТОМ  
НЕ ПРЕВЫШАЕТ ДОПУСТИМЫХ  
ПАРАМЕТРОВ







СЕКС НА ПУБЛИКЕ  
МОЖНО ПРИЗНАТЬ  
ВЫРАЖЕНИЕМ  
«НЕУВАЖЕНИЯ К ОБЩЕСТВУ»,  
ТОЛЬКО ЕСЛИ  
ОН СОПРОВОЖДАЕТСЯ  
БРАНЬЮ

ответственность к календарным датам. Поэтому в проблемных ситуациях загляните в паспорт подруги. За секс с девушкой от 12 до 14 лет полагается не только всеобщее презрение, но и тюремное заключение от 3 до 10 лет (часть 3 статьи 134 УК РФ). Кстати, ответственность по данной статье предусмотрена и для мужчин, и для женщин. Что же касается орального и анального секса, то законодатель и об этом позаботился, включив в УК статью 135 «Развратные действия». Возрастные лимиты те же: потерпевшая сторона должна быть моложе 16 лет, а виновник торжества – старше 18. Если ты увидел совратителя и решил не только дать ему в глаз, но и сообщить в милицию, учти: под развратными действиями понимаются и невинные поцелуи, и легкий петтинг, и даже просто разговоры или переписка на сексуальные темы, не говоря уже об общении по скайпу с обнажением тела.

? **Является ли преступлением секс в общественном месте?**

В советские времена это квалифицировалось как злостное хулиганство! Сегодня

же публичный секс состава уголовного преступления не образует. Конкретного закона, предусматривающего ответственность именно за секс на публике, не существует. Ответственность установлена за нарушение общественного порядка, но статья 213 УК РФ устанавливает четкие критерии такого нарушения: «хулиганство, то есть грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, совершенное с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия, либо по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной, социальной или религиозной

ненависти или вражды». Как видно, секс на пляже (в том числе оральный секс или глубокий петтинг) под уголовно наказуемое хулиганство не попадает. Остается только административная ответственность за «мелкое хулиганство», предусмотренная статьей 20.1 Кодекса об административных правонарушениях РФ: «Мелкое хулиганство, то есть нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, сопровождающееся нецензурной бранью, оскорбительным приставанием к гражданам, уничтожением или повреждением чужого имущества, влечет наложение административного штрафа от пятисот до одной тысячи рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток». То есть секс на публике можно признать выражением «неуважения к обществу», только если он сопровождается бранью. Впрочем, суд легко может дать 15 суток, даже если никакой брани не было.

? **Может ли частная транспортная компания привлекать к ответственности или подавать в суд на пасса-**



### **жиров, которые занялись сексом в рейсовом автобусе, поезде, самолете?**

Привлекать к ответственности (штрафовать, к примеру) никакая частная компания по определению не может. Это исключительная прерогатива государства. То есть транспортная компания может только заявить о чем-либо в полицию, не более того. Обратиться с иском в суд, конечно же, может кто угодно. Однако истцу придется доказывать факт причинения ущерба (морального вреда) и его размер. К примеру, доказать, что из-за секса в салоне самолета пассажиры стали бойкотировать авиакомпанию. Но есть сомнения, что суд требования истца удовлетворит.

### **Является ли сексом в общественном месте секс на балконе или на газоне своей дачи при условии, что участок отгораживает прозрачный забор-рабица?**

Да, в обоих случаях. Общественным местом считается любое место, где видеть происходящее способен неопределенный круг лиц. Однако же ночью при отсутствии таковых лиц общественная опасность содеянного приближается к нулю. Но не следует забывать о статье 135 УК РФ: если за сексом наблюдают подростки в возрасте до 16 лет (и партнеры знают или допускают это), это может быть квалифицировано как развратные действия и караться лишением свободы сроком до 15 лет либо обязательными работами с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до десяти лет либо без такового (зависит от возраста малолетних наблюдателей и их количества).

### **Под какую статью попадает мастурбирование в общественном месте и эксгибиционизм?**

Вот это как раз и образует состав статьи 135 УК РФ – развратные действия. Кроме случаев, когда виновным достоверно известно, что в данном месте находятся лишь взрослые, а лица до 16 лет не могут там находиться по определению (например, ночной клуб со стриптизом или киносеанс «до 16 лет»).

### **Можно ли привлечь к ответственности соседа из дома напротив, если он подглядывает?**

Никак. Есть статья 137 «Нарушение неприкосновенности частной жизни». Но она касается только распространения каких-либо сведений о частной жизни. То есть просто подглядывающего и даже фотографирующего соседа привлечь нельзя. А вот за распространение фотографий уже можно.

### **Может ли онлайн-знакомая подать в суд, если прислать ей откровенное фото, не спросив разрешения?**

Подать в суд может любой гражданин, однако не факт, что требования суд удовлетворит. Как хулиганство такой «презент» квалифицировать нельзя. Однако, если «знакомой» не исполнилось 16 и автор об этом знает, им займется полиция.

### **Является ли купание с надувной женщиной на общественном пляже хулиганством?**

Ни в коем случае! Надувная женщина – это обнаженная натура, не более. Мы же не называем античные скульптуры «порнографией». То же и надувные «скульптуры».

### **Повлечет ли за собой наказание надувание презервативов или драка резиновыми дилдо в парке аттракционов с детьми?**

Дети не осведомлены о предметах контрацепции, потому «развратными действиями» это деяние назвать нельзя. Разве что универсальное «мелкое хулиганство» попытаются вменить. До 15 суток ареста.

### **Если девушка наденет в общественное место вибрирующие трусики и громко испытает оргазм, имеет ли право администрация заведения просить ее удалиться?**

Администрация будет совершенно права, предложив ей покинуть помещение. Поведение девушки неприлично, хотя и не образует состава правонарушения.

ПРОСТО ПОДГЛЯДЫВАЮЩЕГО И ДАЖЕ ФОТОГРАФИРУЮЩЕГО СОСЕДА ПРИВЛЕЧЬ НЕЛЬЗЯ. А ВОТ ЗА РАСПРОСТРАНЕНИЕ ФОТОГРАФИЙ УЖЕ МОЖНО

### **Являются ли слова «секс», «пенис», «вагина», «минет», «кунилингус», «сперма» запретными? Можно ли написать их на футболке? Будет ли являться хулиганством, если в парке крикнуть: «Я люблю анальный секс»?**

Слова, разумеется, запретными не являются. К нецензурной брани они отношения не имеют. И хулиганством

в юридическом смысле это не будет. Однако вновь напомним о статье 135 УК. Если данные действия обращены конкретно к подросткам до 16 лет, их вполне возможно расценить как развратные действия.

### **Является ли хулиганством секс в собственной машине, но на общественной стоянке?**

Как и любой вид публичного секса, секс в машине уголовно наказуем, если виновные осознают, что за ними наблюдают дети. Полицейский, разумеется, имеет право постучать в окно и потребовать прекратить, поскольку усмотрит в этом нарушение общественного благочиния. Однако, если детей рядом не наблюдается, можно полицейскому вежливо отказать: «Частная жизнь, не имеете права вторгаться, сэр».

### **Если заняться сексом ночью во дворе и вас никто не увидит, но зато услышит, то по какой статье смогут привлечь к ответственности: нарушение закона о тишине, нарушение общественного порядка, мелкое хулиганство?**

Ни по какой. Не настолько при этом нарушается тишина. А к мелкому хулиганству, если партнеров никто не видит, деяние вообще не имеет отношения. Общественный порядок не нарушается, нецензурной брани нет. «Охи» и «ахи» – это не хулиганство.

**ВЕРДИКТ:** Все вышесказанное имеет отношение лишь к российскому законодательству. В других странах и законы другие. Попробуй публично заняться сексом в Саудовской Аравии... или в пуританской Америке. А вот в соседней с нами Швеции нравы совсем другие. На общественных пляжах можно встретить абсолютно голые компании юношей и девушек. Правда, пляжный сезон там короткий. **FHM**





# СТИЛЬ

Главные тренды этого месяца



adidas ZX Flux

БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК

## С ВЫСОКИМ СОДЕРЖАНИЕМ СПОРТА

Поскольку кроссовки в наше время можно носить в спортзал и в оперу, мы выбрали для тебя 21 лучшую пару этого лета. 22 – был бы перебор



## ВЗБЕСИВШИЙСЯ ПРИНТ

Возможно, ты относишься к тому скучному типу людей, которые уверены, что туфли должны быть черными, кроссовки белыми, а мокасины красными. Также возможно, что ты и вовсе не различаешь цвета. Но мы все-таки надеемся, что ты по достоинству оценишь самые яркие и жизнерадостные кроссовки, какие только можно найти в магазине.

### Le Coq Sportif R 1400 Flowers

И не надо смотреть на них, как проповедник-амиш на гавайскую рубашку. Хотя что-то тропическое в этой обуви, безусловно, есть.

## И ВОТ ЕЩЕ ЧТО

### Ransom Strata

Не лучшая обувь для бега с препятствиями, но идеальная для прогулки из бара в бар.

### Clarks Originals Trigenic Flex

Обувь, которую не нужно разносить, можно больше ни за что и не хвалить. Но за дизайн мы все-таки похвалим.

### Stone Island Basketball Sneakers

В баскетбол в таких не играют еще со времен Вудстока, зато прийти в них на очередной Вудсток – верное решение.





## ДОСКА, ДВА НОСКА

Самый сложный трюк для скейлера – перестать жить с родителями. А самый простой – выглядеть круто и актуально. Ну хотя бы потому, что скейлтерские кроссовки всегда на пике моды. К тому же они сочетаются едва ли не с любыми штанами – от галифе до лосин. Правда, с лосинами ты сам не очень хорошо сочетаешься.



### Nike SB Blazer Low GT

За то, что это настоящая скейлтерская обувь, тебе ручается известный спортсмен Грант Тейлор. За то, что она смотрится чертовски круто, мы ручаемся самостоятельно.

## И ВОТ ЕЩЕ ЧТО

### Adidas Busenitz

Набери в YouTube Dennis Busenitz tricks и повздыхай от зависти. Порадуйся, что хотя бы кроссовки можно купить.

### Supra Ellington

Красивая скейлтерская обувь вполне может быть функциональной, равно как и наоборот. Ну, ты сам видишь.

### Puma Uber Suede

Та пара, в которой можно отправляться и на соревнования, и на свидание. Во втором случае не забудь брюки-чинос.





### Saucony Originals x Play Cloths Grid 9000 - Motocross

Когда два заливчатских бренда сливаются в объятиях нежной любви – жди самых диких результатов. Да, собственно говоря, ты уже дождался – к этим кроссовкам не хватает только шлема и внедорожного мотоцикла.



## ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО

Слово «коллаборация» звучит почти как «измена родине», но на самом деле сотрудничество производителей кроссовок с дизайнерами, художниками и музыкантами – едва ли не самая крутая тенденция последнего времени. Учти, тираж этих шедевров почти всегда ограничен.

### И ВОТ ЕЩЕ ЧТО

#### Reebok Ventilator OG x Kendrick Lamar

Едва ли кто-то и разбирается в кроссовках лучше королей хип-хопа.

#### Adidas Originals x KTZ x Clot Men's Superstar 80s 84-LAB

Чтобы купить эти кроссовки, тебе придется выучить название наизусть.

#### Vault by Vans x Taka Hayashi OG Classic Slip-on 59 LX

Премиальная версия «вэнсов» при участии выдающегося художника.







## БЕГОМ СЮДА

Окей, ты один из тех, кто до сих пор считает кроссовки исключительно спортивной обувью. Мы преклоняемся перед тобой, а за спиной у тебя смеемся. И не перестанем ржать, пока ты не обзаведешься по-настоящему классными беговыми кроссовками. То есть не только легкими и удобными, но и красивыми, черт возьми.

### Nike Free 5.0

Предупреждаем сразу: если на пробежке в парке ты подрежешь у пенсионерки сумочку – она скажет полиции о парне в самых ярких кроссовках. И тебя возьмут по горячим следам. Ну, если ты, конечно, не убежишь.

## И ВОТ ЕЩЕ ЧТО

### Reebok ZPump Fusion

Воздушная подушка, ради которой стоило ходить на физику, а не только на физкультуру.



### Asics 33-FA

Легкие, мягкие, удобные, практичные. И помещаются даже в самую маленькую спортивную сумку.



### New Balance Fresh Foam Bouncy

Возможно, лучший серый цвет в истории любительского спорта. И даже кислотный зеленый его не портит.





## ОДНИМ ЦВЕТОМ

Две главные заокеанские иконы стиля (это мы сейчас про Канье Уэста и Фарелла Уильямса говорим) в один голос заявили, что спортивная обувь настоящего модника должна быть вызывающе однотонной. Производители кроссовок никак не могли послушаться.

### Adidas x Pharell Supercolor Bright Orange

В прошлом году абсолютным чемпионом Adidas был Стэн Смит со своим безупречным белым. В этом же году Фарелл Уильямс перевернул наши представления о колористике с ног на голову. Ну или наоборот.



## И ВОТ ЕЩЕ ЧТО

### Ransom Field Lite

Бегать босиком в городе чертовски неудобно, слава богу, есть самые легкие голубые кроссовки.



### Converse Hi Rubber

Московское лето радует не только солнцем, но и дождями. Прямо перед тобой сапоги-вездеходы.



### Nike Blazer Mid Metric QS

Одинаково хороши и с льняным костюмом, и с прямыми джинсами. Да и просто удивительно хороши.





ДЕТСКИЙ САД

# ПЛАЧ, ПАЛАТКА

Изгиб гитары желтой вдохновляет только  
приросших к бардовским водолазкам  
немытых каэспэшниц. Если хочешь,  
чтобы ночью к тебе пришла самая красивая  
девушка с веслом, придется поработать  
не над репертуаром, а над имиджем

FAT MOOSE



PENDLETON



URBAN OUTFITTERS



HUT



PENFIELD



RED WINGS



MT. RAINIER DESIGN



APXIB





AMERICAN EAGLE

О ГДЕ ЖЕ ТЫ,  
БРАТ



SANDQVIST

UNIVERSAL WORKS

## НАУКА ВЫЖИВАТЬ

### МИЛЫЙ ДОМ

Когда соберешься ставить палатку, проследи, чтобы вокруг не было звериных следов. Никто не любит, когда по нему топчется лось.

### ЕЩЕ ТЕПЛЕЕ

Удивительно, но коврик в походе даже важнее спальника. Просто потому, что основная потеря тепла происходит от контакта с землей.

### БОГ ОГНЯ

Не доверяй зажигалкам, они ненадежны, как всякий дешевый механизм. Несколько коробков спичек – вот твой выбор.

### ЦАРЬ ЗВЕРЕЙ

В диких условиях это вовсе не ты. Поэтому не стоит искать дружбы с медведями, волками и даже дикими кабанами. У них скверный характер.

### РАДИО МАЯК

Возьми с собой компас, но и про gps-маячок не забывай. Он пригодится, когда спасатели поймут, что компасом ты пользоваться не умеешь.



СОЛНЕЧНЫЙ КРУГ

# ПОБЕДА ПО ОЧКАМ

Мы видим, как беззастенчиво ты  
разглядываешь эту страницу. Надеемся,  
что ты заметил не только очки,  
но и красивую полуголую девушку

Superbike

Vogue

Ray-Ban

ФОТОГРАФ: SERGE LEE, СТИЛИСТ: ВЛАДА СТАРОСТИНА



Polar Limited

Marc by  
Marc Jacobs

ЧУДО  
ЦВЕТА

Polar





## 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** Знаете, что меня парит? То, что весь спортивный инвентарь и вся одежда для фитнеса, которую я вижу в магазинах, – каких-то идиотских, жизнерадостных, кислотных цветов. Хочу чего-то другого.  
**Максим, Москва**

**О** Ну наконец-то мы узнали, что тебя парит, дорогой Максим. Оказывается, ты видишь жизнь в неестественно розовом (а заодно и салатном) цвете. Поскольку мы боимся, что именно это мешает тебе выжать от груди 180 килограмм подтянуться 44 раза, пришлось потрудиться и найти решение твоей проблемы. На самом деле потрудиться пришлось не нам, а дизайнерам H&M, но стоит ли цепляться к мелочам? Так или иначе они выпустили для тебя целую коллекцию физкультурного обмундирования, от шорт и футболок до перчаток и ковриков. Как всегда недорого и в общем-то эстетически безупречно.

**В** Я хотел бы выяснить некоторые важные теоретические вопросы. Вот например: обязательно ли мне

покупать исключительно вещи из новых коллекций? Если на мне прошлогоднее пальто – будут ли меня считать лохом?

**Вадим, Электроугли**

**О** Сразу признаем, Вадим, что вопросы ты задаешь экзистенциальные и неожиданные. В последний раз, когда мы были в Электроуглях, там считали лохом любого, у кого в кармане прошлогоднего пальто не лежал переделанный травмат. Короче, запоминай – на свете есть люди, которые твердо уверены, что одежду прошлого сезона надо сжигать на масленицу. Они носят шпильки, умеют пользоваться плойками и знают пин-код от платиновой карты своего мужа. Поскольку ни один из этих признаков тебе не подходит, можешь расслабиться. По всему миру толпы продвинутых модников совершают регулярные набеги на аутлеты, чтобы обзавестись по смешным ценам одеждой самых крутых брендов. Базовые вещи не выходят из моды, а диковинные – становятся культовыми. Так что вперед в парижский пригород Марн-ля-Вали или на

миланскую улицу виа Бальцаретти. Впрочем, не исключено, что все необходимое ты найдешь, например, в Outlet Village Белая Дача. К изрядному списку монобрендовых и мультибрендовых аутлетов добавился магазин Calvin Klein – пальто у тебя уже есть, присмотри джинсовку.

**В** Мне нравится носить мокасины, но не нравится носить их на пляж. Боюсь, что вода испортит обувь. Подскажите какое-нибудь средство.  
**Артем, Казань**

**О** Мы вот по-пролетарски ходим к морю в шлепанцах, но твой аристократизм уважаем. Если ты не можешь уговорить свою девушку носить тебя на пляж на руках, попробуй надевать на свои драгоценные мокасины больничные одноразовые бахилы. Это спасет их не только от морской воды, но и от дурного глаза разных завидующих босяков. Но есть и другой вариант – купи себе пару из менее капризного материала. Вот, например, мокасины и лоферы SWIMS, так же как и галоши этой фирмы, совершенно не боятся влаги.



**В Мне 27 лет, но у меня на голове уже проступает легкая седина. Можно ли как-то освежить волосы, но только без окрашивания? На краску я не готов.**

**Никита, 27 лет**



**О Отвечает**  
**Татьяна**  
**Спасова,**  
арт-директор  
марки NAPURA

Специалисты NAPURA разработали специальную процедуру Color 69, которая деликатно корректирует седину и делает естественный цвет насыщенным и ярким, ухаживая за волосами. Во время Color 69 используются специальные оттеночные хвойные шампуни NAPURA S66 и S99. В отличие от красок, которые использует твоя девушка, они бессульфатные, а значит, не травмируют структуру волоса, от чего он не выпадет раньше. В средствах содержатся экстракты почек хвойных деревьев, которые укрепляют стержень волоса, а специальные вещества (неионн-генные сурфактанты природного происхождения) деликатно очищают все ненужное. Процедура очень проста и в отличие от многих окрашиваний не занимает много времени: ритуал длится не более 20 минут. Мастер наносит на влажные волосы тонирующее средство, выдерживает его не более 5 минут, смывает и в финале наносит закрепляющую маску. Эффект виден сразу: обновленный цвет волос будет смотреться естественно, а при отрастании корни не будут выделяться.



**В С маникюром я хоть как-то смирился, но теперь перед отпуском девушка отправляет и на педикюр тоже. Неужели жизнь современного мужчины должна быть такой тяжелой?**

**Олег, 31 год**



**О Отвечает**  
**Гульназ Володина,**  
мастер ногтевого  
сервиса салона  
красоты «Шарми»

Накауне отпусков многие молодые люди действительно обращаются к услуге по уходу за ногтями ног. Во-первых, не стыдно потом показаться в бассейне. Во-вторых, иногда это действительно полезно делать. Но признаться честно, сильной потребности в ежемесячном педикюре у мужчин нет. В отличие от девушек, мужские ноги очень долго сохраняют гладкость кожи ступней и хорошее состояние ногтей на ногах. Однако мастер подскажет, как правильно состригать ногти, сохранить их презентабельный внешний вид или решить более сложные проблемы, например, с повышенным потоотделением или вросшими ногтями. К тому же процедура может быть очень приятной, если включить в нее скраб, увлажнение кожи ног и, конечно, почти получасовой массаж.

**В А есть такой способ быстро похудеть, чтобы при этом ничего не делать?**

**Петр, 36 лет**



**О Отвечает**  
**Валентина Юринская,**  
управляющая  
Центра красоты  
и релаксации «Байтонг»

В нашем Центре специально предлагается особая программа по пассивному похудению. Это уникальная концепция по снижению веса «Код стройности». Это абсолютно авторский комплекс по снижению веса, детоксикации и коррекции фигуры, результаты которого будут видны после 14 дней. В программу входит 24 процедуры общей продолжительностью 24 часа. В первый день предлагается распаривание в фито-сауне с детокс-травами, африканский гоммаж (или очищение) тела от Bernard Cassiere и слим-массаж для похудения и выведения токсинов. Далее каждый день клиента ждет новая процедура, целью которой является избавление от лишних килограммов. Это и изометрическая гимнастика на аппарате Vip Line, и прессотерапия на аппарате Diona Slime Line, и термообертывание с морскими глинами, и тайский традиционный йога-массаж. За две недели ты можешь сбросить сразу 3-4 кг.





# ПОД ОХРАНОЙ

На левой странице то, что ты будешь использовать, собираясь на пляж, на правой – все, что пригодится, когда вернешься в номер

## NIVEA SUN

«Защита и прохлада»  
Освежающий солнцезащитный спрей  
545 руб.

## YVES ROCHER

Protectyl Vegetal  
Спрей  
«Ровный загар»  
SPF 30  
1090 руб.

## PAUL MITCHEL

Sun Shield  
Conditioning Spray  
Кондиционирующий спрей с защитой от солнца  
2000 руб.

## AVON

Солнцезащитный освежающий лосьон для тела  
SPF 30  
269 руб.

## CLARINS

Солнцезащитный увлажняющий крем для лица и тела SPF 30  
1700 руб.

## L'Occitane

Защитный флюид SPF40  
«Ангелика»  
2500 руб.



**NIVEA SUN**

Активатор  
после загара  
Лосьон, усиливаю-  
щий загар  
391 руб.

**VICHY**

Ideal Soleil  
Бальзам для  
восстановления  
клеток кожи  
при солнечных  
ожогах 1000 руб.

**ORIFLAME**

Sun Zone  
Восстанавливаю-  
щее молочко  
после загара 3-в-1  
380 руб.

**ВЫБОР  
FHM**

**BIOThERM**

Lait Oligo-Thermal  
Молочко  
после загара  
От 1230 руб.

**YVES ROCHER**

Protectyl Vegetal  
Увлажняющее  
молочко  
после загара 3-в-1  
650 руб.

**LANCASTER**

After Sun  
Moisturizing Lotion  
Увлажняющее  
молочко  
после загара  
1800 руб.



**LES  
APHRODISIAQUES**  
Mysterious  
Fresia  
Парфюмер-  
ная вода  
8900 руб.

**CHRISTIAN  
LACROIX  
for AVON**  
**Nuit**  
Туалетная  
вода  
1765 руб.

# ПО ПРАВУ СИНЕГО

В ходе долгой и продуктивной дискуссии мы решили, что отныне летний парфюм должен быть легким и свежим, а флакон с этим парфюмом – синим, голубым или хотя бы фиолетовым. Так что привыкай жить по новым правилам

**DAVIDOFF**  
Cool Water  
Туалетная  
вода-спрей  
от 1790 руб.

**VOLUME 2**  
Precision  
& Grace  
The Beautiful  
Mind Series  
Туалетная вода  
17 600 руб.

**CALVIN  
CLEIN**  
CK Free  
Туалетная  
вода-спрей  
от 1890 руб.



**ACQUA  
DI PARMA**  
Blu Mediterraneo  
Fico di Amalfi  
Туалетная вода  
4465 руб.

**LACOSTE**  
Eau de  
Lacoste  
L. 112. 12 Bleu  
Туалетная  
вода  
от 2665 руб.

**YSL  
L'Homme  
Libre**  
Туалетная  
вода  
от 2226 руб.

**CHANEL**  
Bleu de  
Chanel  
Парфюмер-  
ная вода  
от 3674 руб.

**BOUDICCA  
WODE**  
Парфюмерная  
вода  
10 560 руб.

**ВЫБОР  
FHM**

**ATELIER  
FLOU**  
Eau d'Aviateur  
Парфюмерная  
вода  
12 150 руб.



# ЗВОНКАЯ РЫЧАЩАЯ



НРАВИТСЯ:  
ПО ЗВУКУ ПОД  
КАПОТОМ МИНИ-  
МУМ W12



НЕ НРАВИТСЯ:  
ЧТО GTI МНЕ  
НРАВИТСЯ БОЛЬШЕ

Если взять подшивку к автомобильным рубрикам нашего журнала, то может показаться, будто Volkswagen нам приплачивает. Мы бы, наверное, были и рады, но в реальности дела обстоят иначе – мы без ума от заряженных Golf. Так что появление самого мощного Golf R для нас стало Ханукой и Рождеством посреди лета

Текст: Максим Пепеляев



**С**есть в тестовый автомобиль, которого так долго ждал, как выйти в непаханое поле под присмотром камер и плохого режиссера – вдыхаешь полной грудью, улыбаешься. Дальше, как в рекламе почти любого автомобиля, нажимаешь на кнопку Start, в уши ударяет легкий бас перегородок выхлопной системы, и ты опять улыбаешься. Новая «эрка» образцово следует мировым тенденциям, зарожденным в спорте. Нынешнее седьмое поколение – самый быстрый в истории R. Плюс 45 сил к предыдущему поколению или плюс 80 к серии GTI, минус внушительные килограммы – и вот заветная цифра 4,9 секунды до сотни, что большинство округлит до фразы «меньше пяти секунд».

Под капотом общий с GTI мотор, только здесь 300 сил за счет повышенного давления турбины и доработки. В салон пробирается тяжелый бас, который на низах мне

так сильно напоминает «Боксера» Subaru, но здесь не оппозитный мотор, а рядный. Хэтчбек довольно спокоен в общем потоке, словно младший брат с 1,2-литровым агрегатом. Но стоит придавить педаль газа на миллиметр глубже, и коробка скидывает пару ступеней, что сопровождается резким броском вперед. Он не безумный, как (простите, что опять упоминаю) WRX, а взвешенный и смирный. Не чувствуется даже легкого изменения усилия на руле, будто ничего и не случилось, просто земля провернулась под колесами. Может быть режим «гонка» изменит положение дел, решил я. Нажал, посмеялся над новым названием в противовес стандартному «спорту», и начал получать удовольствие от голоса мотора, который перешел на повышенные тона. Меньше 5 секунд



до сотни на почти таком же автомобиле, что предпочитает большинство пенсионеров Европы.

На спидометре риски заканчиваются на 320 км/ч,

на деле стрелка остановится

на 250. Система стабилизации

отключаема полностью (такого доверия удостоился только R) или частично. Если ты скользишь, как вареник в масле, система тебя будет корректировать стоит лишь нажать на тормоз или намудрить с углом поворота колес. Чума!

Кстати, об интерьере. Почти никакой разницы с GTI, кроме россыпи букв R по салону и обозначения полного привода у рычага коробки передач. Здесь есть еще фирменные стрелки на приборной панели. Они синие, как положено самому «злому» Golf, а кожа Nappa, заделанная под карбон, в качестве опции стоит больше 100 тысяч рублей. **FHM**



## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

### КУЗОВ

Длина 7276 мм  
Ширина 1790 мм  
Высота 1436 мм  
Снаряженная масса 1495 кг

### ДВИГАТЕЛЬ И ТРАНСМИССИЯ

Тип бензиновый рядная «четверка»  
Рабочий объем 1984 см<sup>3</sup>  
Максимальная мощность 300 л. с.  
Максимальный крутящий момент 380 Нм (1800–5500 об/мин)  
Трансмиссия 6 ступеней

### ДИНАМИКА И ЭКОНОМИЧНОСТЬ

Макс. скорость 250 км/ч  
Разгон с 0 до 100 км/ч 4,9 сек  
Расход топлива в смешанном режиме 6,9 л  
Средний расход во время теста 12,0 л





# ПОЛНЫЙ ВПЕРЕД

Сейчас автомобили устаревают настолько быстро, что пока ты будешь подписывать документы о покупке, он успеет сменить пару поколений. Перед нами, например, никогда не встает вопроса, о каких новинках написать в этом месяце

Текст: **Максим Пепеляев**



## ŠKODA SUPERB



«Большая немецкая тройка» уже давно разрослась до пятерки. Туда вошел Volkswagen и его подопечный – Škoda. Будем честными – чехи уже давно делают немецкие машины. Новый Superb – доказательство того, что голливудский сценарий боевика «ученик превзошел учителя» имеет право на жизнь и в автомобильной промышленности. Первое – у седана потрясный дизайн. Йозеф Кабан добавил классике несколько смелых деталей и острых углов – при-

правил скучную грудинку карри. Внутри, как и в любой Škoda, кажется, будто на этом автомобиле ты ездил всегда. В интерьере нет ничего необычного, он прост как, например, шариковая ручка. Каждая деталь на своем месте, усилие на рычажках отточено, геометрия посадки и регулировок идеальны. В Škoda нам больше всего нравится мультимедийная система – не просто прогрессивная, но и, пожалуй, самая интуитивно понятная на сегодняшний день. Wi-Fi,

жесткий диск на 64 Гб и поддержка Apple CarPlay и Android Auto – «пятерка» BMW такого не предлагает. Оснащение у лифтбека очень богатое. Он почти не уступает Passat в наборе опций, но немец на половину стопы впереди. Superb, например, не предлагает ЖК приборной панели взамен аналоговой. Но главное технологическое приобретение автомобиля – электронноуправляемые амортизаторы DCC, доступные в качестве опции. Это значит, что уровень собранности

подвески можно менять одной кнопкой. Comfort, Normal, Sport, Individual – кто что означает, думаем, объяснять нет необходимости. Все режимы еще завязаны с работой мотора и коробки передач. В России Superb будет доступен с тремя моторами и, к сожалению, пока все бензиновые. Хотя дизели, мы уверены, появятся позже. Самый экономичный 1,4-литровый агрегат выдает 150 л. с., а самый мощный 2-литровый – 220. У такого разгон до сотни занимает 7 секунд.





## CADILLAC ESCALADE



Нет ни одного другого столь эффектного автомобиля. Мы не говорим про заоблачный люкс, если подумать, то на Escalade можно взять потребительский кредит, а вот на Bentley нет. И так, придерживаем челюсти, рассматриваем каждую линию нового «Эскалада». Он такой большой, что в стандартное оснащение входят два отдельных кресла второго ряда. Длина почти 5,7 метра

удлиненной версии. Это так много, что при идеальной звукоизоляции универсала все равно приходится повышать голос при общении с пассажирами сзади, хотя можно было бы позвонить им по телефону. Мотор V8 6,2 литра, способный тянуть самолеты и катера. Никаких турбин, чистая сталь и поток бензина с небольшой примесью воздуха. Эх, американская классика!



## JAGUAR XE

Все это похоже на аферу века. Британцы представили новую модель, которая не отличается от старого XF. Поставь эти две машины рядом, и само руководство Jaguar не узнает, кто есть кто. Здесь игра, которую затеяла Audi, сровняв всю

линейку под одну дизайнерскую гребенку, доведена до абсурда. Но оставим внешность на совести дизайнеров все-таки над техникой в XE поработали на славу. Кузов – алюминий и магний, самый мощный мотор с нагнетателем выдает 340 сил.

С таким агрегатом первую сотню на спидометре можно увидеть через 5,1 секунды. Внутри появилась пригодная для использования мультимедийная система, разработанная индусами взамен старой фордовской.



### ОПРОС АВТО MAIL.RU

Какой пробег у вашего автомобиля?

До 25 000 км **15%**  
 25 000 - 70 000 км **25%**  
 70 000 - 130 000 км **24%**  
 130 000 - 250 000 км **22%**  
 250 000 - 500 000 км **10%**  
 Свыше 500 000 км **4%**

Всего голосов:  
**32 782**



ПЕРВАЯ  
ПРЕМИЯ

## KIA SORENTO

Prime – это часть названия, что значит вроде как «премиум», то есть такой же премиум, как BMW X5 или Audi Q7. Так попробуем разобраться. Интерьер из качественных материалов, все собрано под микроскопом, рычажки и кнопки наделены приятным усилием. Что с техникой? Только один мотор – дизель 2,2 литра на 200 «лошадей» – не густо, но стоит обратить внимание на крутящий момент в 441 Нм. Внешность? Вполне приятная и ожидаемая – нет, не разобраться без полноценного тест-драйва в этом вопросе.



КРАСОТА  
ТРЕБУЕТ

## VOLVO XC90

Помним все эти переживания, когда Volvo купили китайцы, казалось, что это крах и вообще продавать технологии и такой бренд на Восток, что черную икру пивом запивать. Но вот он 2015 год, продажи компании растут с невероятной скоростью, и миру является абсолютно новый автомобиль. Под XC90 даже разработан новый мотор, новая платформа. На наш взгляд, это самый красивый внедорожник на сегодняшний день. В Volvo всегда была изюминка, и она сохранилась даже при смене прописки. Стиль узнаваем, а качество, кажется, даже выше, чем ранее. Но главное – автомобиль помолодел лет на 10 и скорее подойдет бизнесмену, чем многодетной матери.







## BMW 2-SERIES GRAN TOURER



Если бы нас два года назад спросили, что за машина может иметь передний привод, семь мест и кузов универсал, мы бы ответили: Ford или кто-то из французов. После перечислений

еще десятка марок, включая усопшую «Марусю», мы бы сдались. Ведь еще пару лет назад нельзя было и предположить, что производитель заряженных «эмок», дойдет до семейных мини-

вэнов. Что взбрело в голову немцам? Они решили, что в этом классе нет премиума. То есть Zafira и Picaso ей не ровень, и мы в это охотно верим. Как ни крути, это BMW с его вниманием к ме-

лочам, высоким качеством и ездовыми характеристиками. Кстати, даже для многодетной семьи баварцы предлагают М-пакет с заниженным дорожным просветом.



# ЗА ГОРОДСКОЙ ЧЕРТОЙ

В этом номере мы собрали для тебя гаджеты, которые помогут скоротать время на даче

Текст: Анастасия Бочарова



03



01

02

02

## 01

### Seagate Seven

Даже не надейся, что на даче удастся что-либо скачать. Лучше вези с собой все фильмы и сериалы из города. Этот жесткий диск толщиной всего 7 мм может перенести до 500 Гбайт данных. А премиальный цельнометаллический корпус подчеркивает сущность и предназначение жесткого диска — основной компетенции компании вот уже более 35 лет — и ассоциируется с внутренним видом устройства.

Цена: 4500 руб.

## 02

### ROBOMOW RC312

Эта роботизированная газонокосилка может обрабатывать лужайки до 1200 м². Она сама перемещается по газону и возвращается на базовую станцию для подзарядки. Робот оборудован встроенным датчиком дождя — в случае непогоды просто вернется на базу, а после осадков продолжит свою работу. Благодаря широким колесам устройство с легкостью может преодолевать подъемы до 36 градусов.

Цена: 99 990 руб.

## 03

### BOSCH Green Powertools PRR 250 ES

Новая валиковая шлифмашина немецкого происхождения подходит для различных поверхностей, профилей, пазов и контуров. Новинка оснащена системой SDS, которая обеспечивает быструю замену оснастки. Функция Autolock поможет с легкостью надеть и зафиксировать нужный валик или кольцо, а автоблокировка упрощает замену шлифленты. Осталось найти, что отшлифовать.

Цена: 7999 руб.

## 04

### Canon 10x30 IS II

Модель нового бинокля от Canon оборудована 30-мм передними линзами с 10-кратным увеличением. Модель отличается небольшим весом (600 г) и эргономичной формой, а также прочным и компактным прорезиненным корпусом. Сверхчеткое изображение достигается благодаря мощной системе оптической стабилизации, а высокое разрешение и точная цветопередача — с помощью высокоточной оптики Canon.

Цена: от 34 990 руб.





04



05

#### Philips HR2872

Новый мини-блендер мощностью 350 Вт накормит и напоит тебя на дачной вечеринке как полезными смузи, так и вкусными коктейлями. Днем смешивай в пластиковом кувшине 0,6 литра холодный суп, а вечером – соус к мясу на гриле. Измельчитель способен справиться даже с орехами. Для особенно привередливых у блендера есть фильтр даже для сока без мякоти.

**Цена: 3890 руб.**

06

#### ASUS ZenFone 2

Компания ASUS представила новый смартфон с 5,5-дюймовым IPS-экраном, 13-мегапиксельной основной и 5-мегапиксельной фронтальной камерами с технологией PixelMaster, 64-битным процессором Intel Atom с 2 или 4 ГБ оперативной памяти и возможностью работы в сетях 4G/LTE. Впрочем, если на твоей даче ловят эти сети, это уже не загородный домик, а полноценный таунхаус.

**Цена: от 14 990 руб.**

05



06

07

#### Kärcher K4 Silent Edition

Аппарат высокого давления с пониженным уровнем шума (не превышает 81 дБ) поможет тебе в летнее время экономить на мойке автомобиля и подрабатывать, очищая чужие загородные дома. Устройство производительностью 420 л/ч и рабочим давлением до 130 бар построено на базе двигателя с водяным охлаждением, что обеспечивает долгий срок службы.

**Цена: 10 790 руб.**



08

08

#### GoPro HERO+LCD

Новая версия экшн-камеры имеет удобный сенсорный дисплей для выбора ракурса съемки, управления настройками и доступа к моментальному редактированию. Устройство снимает видео с разрешением 1080X60 и позволяет делать 8-мегапиксельные фотографии. Корпус прочный и водонепроницаемый (до 40 метров), имеет встроенные модули Wi-Fi и Bluetooth, с помощью которых можно следить за съемкой с приложения GoPro App.

**Цена: 12 900 руб.**





# ПЕРЕСТРОЙКА

Хорошо жить в эпоху перемен

## ВЫЖИТЬ В МОРЕ

Хищные акулы, коварные медузы и прочие неприятности, которые ждут тебя на море...

Он изучал подводные пещеры и разыскивал потерпевшие кораблекрушения суда, бывший морской пехотинец, а ныне исследователь и телеведущий Энди Торбет – один из самых крутых мужиков когда-либо встречавшихся FHM. Вот его инструкции, как избежать гибели в пучине морской...

01



### ОТЛИВ ВО ВРЕМЯ СЕРФИНГА

Во время катания на серфе тебя застало сильно течение в сторону океана? Согласись, что, когда тебя уносит вдаль, это лучше, чем вглубь? Так что не паникуй и старайся плыть параллельно берегу и переждать. Течение быстро закончится, и ты сможешь вернуться. Как правило, тебя уносит на сотню с лишним метров.

02



### ПЛАВАНИЕ В ГРОЗУ

Многие люди ошибочно полагают, что если молния ударит в море неподалеку с тобой, то тебе ничего не будет. Будет. Тебя наверняка убьет током. Если ты находишься совсем близко. В паре сотен метров от удара молнии электрический заряд будет очень силен. Лучший вариант, конечно же – выбраться из воды. И если ты таки нашел для себя клочок суши, не прячься под единственным растущим там деревом.

03



### НЕДОСТАЧА ВОЗДУХА ВО ВРЕМЯ ДАЙВИНГА

На мелководье ты можешь просто всплыть на поверхность и вдохнуть, не опасаясь, что твои легкие взорвутся, а вот если ты на большой глубине, то увы, наверняка умрешь. Хотя бы от декомпрессии по пути вверх. Рецепт прост: не оставаться без воздуха. Опытные дайверы всегда берут с собой дополнительный запас кислорода.





04



### НАПАДЕНИЕ АКУЛЫ

По статистике, гораздо больше вероятности, что тебя убьет твой собственный холодильник, нежели акула, но вероятность столкнуться с морской хищницей все-таки существует. В самой большой опасности находятся пловцы, а не дайверы, так как акула предпочитает нападать снизу. Если на тебя нападает акула, постарайся ее ударить. Наиболее чувствительные области зверюги — морда, глаза и жабры. Меткий удар в одно из этих мест должен сдержать акулу. Если же акуле удалось тебя ранить, ты наверняка истечешь кровью в несколько минут, так что твоя задача максимально быстро добраться до берега.

05



### АВИАКАТАСТРОФА В МОРЕ

Твои шансы всецело зависят от твоего месторасположения. В Северном Ледовитом океане, так холодно, что ты будешь мертв в течение 30 минут. И это, если ты переживешь первоначальный контакт с водой и не пойдешь ко дну от судорог. В теплой воде у тебя есть шансы продержаться от нескольких часов до нескольких суток. Твои основные угрозы для жизни — это местные хищники, пребывание на солнце и истощение. Наиболее вероятно, что ты протянешь день, так что в течение него старайся сделать себя максимально заметным на водной глади, оставаясь в районе крушения, или плыви наугад, вдруг земля где-то неподалеку. В любом случае удача тебе очень понадобится.

06



### УКУС МЕДУЗЫ

Большинство видов медуз, которых у тебя есть большой шанс встретить, не угрожает жизни, если ты не аллергик. Поболит, как от укуса пчелы, и перестанет. Даже после того, как тебя ужалит немилосердный Португальский кораблик (правда, мило назвали опасную медузу?), у тебя очень велики шансы выжить, хотя болеть будет адски. И не надо писать на пораженный участок кожи, лучше сними боль льдом, а яд нейтрализуй горячей водой.

07



### КУПАНИЕ В ЗАГРЯЗНЕННЫХ ВОДАХ

Найти настолько загрязненный водоем, чтобы подхватить серьезную болезнь, едва окунувшись, еще надо постараться, но легче всего подхватить какое-нибудь хантавирусное заболевание от крысиных фекалий в реках и озерах. Надеемся, что ты не будешь окунаться в воду, которая похожа на выгребную яму, но если вдруг такое случилось, постарайся немедленно обратиться к врачу и не брезговать антибиотиками.

5

## САМЫХ СТРАШНЫХ МИФИЧЕСКИХ МОРСКИХ ЗВЕРЕЙ

### МОРСКОЙ ЕПИСКОП

Морское чудовище, похожее на слона, которое проливает соленые слезы, когда его поймали. Если его отпустить, будет петь с ликованием и осенит себя крестом, окунаясь в море.

**Якобы найдено в...** Польше

### АГИСКИ

Меняющие облик духи, живущие в море, согласно кельтской мифологии. Наиболее часто агиски превращаются в лошадей и красавцев-мужиков, заманивают путников в западню и вырывают им печень.

**Якобы найдены в...**

Шотландии

### ФИНФОЛКИ

Депрессивные подводные волшебники, которые иногда подплывают к берегу, чтобы украсть женщин и сделать их своими женами на веки вечные.

**Якобы найдены на...**

островах близ Шотландии

### КРАКЕН

Дедушка всех морских чудовищ, постоянно обозленный. Кракен — гигантский осьминог, способный дробить щупальцами корабли на кусочки и пожирать их начинку своим жутким клювом.

**Якобы найдено в...** Норвегии

### ХАРИБДА

Великое и ужасное существо, наказанное проклятием не-насытной жажды, которая заставляет его пытаться выпить море три раза в день, вызывая тем самым водовороты.

**Якобы найдено в...** Италии

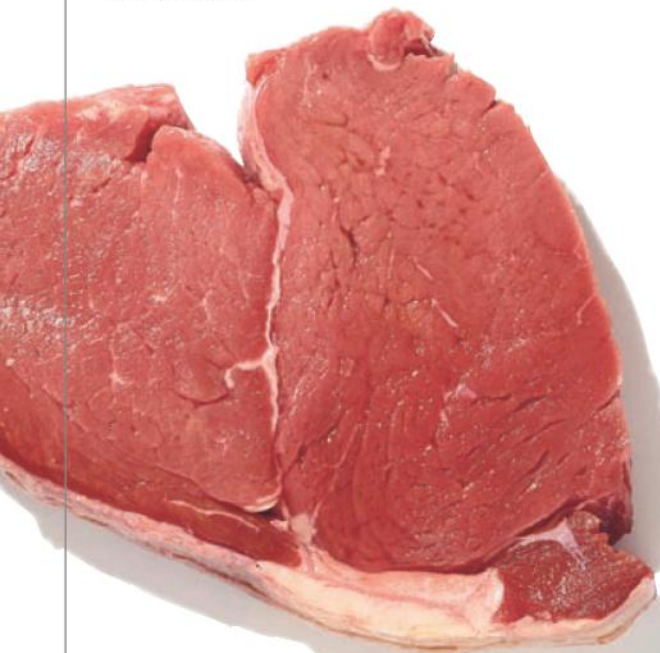




# В РУЧНОМ РЕЖИМЕ

Преврати свои хилые шнурки, растущие из плеч, в стальные канаты, пожирая стейки и качаясь до изнеможения. И про ноги тоже не забывай

Скотт Лэйдлер – один из ведущих персональных тренеров и экспертов-диетологов в мире. На протяжении всей своей карьеры, он исполняет роль фитнес-гуру для телезвезд и голливудских актеров. Вот краткое руководство от Скотта...



01

## ПОД ЛЕЖАЧИЙ КАМЕНЬ ВОДА НА ТЕЧЕТ

Я добился больших успехов со своими бицепсами благодаря большому перегрузкам. Я занимался до полного изнеможения, накачивая их даже больше, чем следует. В итоге я дошел до того, что мне пришлось прекратить тренировки, так как руки мои оказались в серьезной диспропорции с остальным телом. Но такие перегрузки – это действенный способ, благодаря которому можно добавлять к объему бицепса по паре сантиметров в месяц.

ПРАВИЛЬНАЯ ДИЕТА – ЭТО НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ЩАВЕЛЕВЫЙ СМУЗИ

02

## ТИШЕ ЕДЕШЬ, ДАЛЬШЕ БУДЕШЬ

Качаться нужно очень внимательно. Люди частенько выполняют упражнения слишком быстро, и мне приходится постоянно поправлять их, напоминая, что спешить не нужно. Свое тело не обманешь, и нужно выполнять упражнения медленно и качественно, держа локти как можно ближе к корпусу. Только в таком положении вся энергия движения направлена на мышцу.

03

## ДЕЛАЙ НОГИ

Как бы странно это ни звучало, но упражнения на ноги помогают качать руки. Когда ты делаешь приседания и другие упражнения на ноги, работает весь твой мышечный каркас. Упражнения на ноги также способствуют высвобождению тестостерона, который можно назвать природным увеличителем мышц. Ну и вообще, кому нужен накачанный торс с худенькими ножками?

04

## ЕШЬ НОРМАЛЬНО

Не бери примера с сумасшедших качков, которые постанут в Инстаграм куриные грудки и брокколи. Диета не должна быть пресной и скучной. Позволь себе и стейк, и вкусное жаркое по выходным, главное – следи, чтобы в еде было много белка. Ну а то, что не нужно жрать хлеб и сахар, мы надеемся, ты и так знаешь...

КАЖДЫЙ ПОНИМАЕТ ФРАЗУ «НЕ ТЯНИ РЕЗИНУ» ПО-СВОЕМУ



ГОВОРЯТ, ПОСЛЕ ЧЕТВЕРТОГО ЧАСА ВРАЩЕНИЯ ПАУЭРБОЛЛА МОЖНО ДОСТИЧЬ ПРОСВЕЩЕНИЯ





ПОМНИ, ЧЕЛОВЕК  
ПОЗНАЕТСЯ  
В РУКОПОЖАТИИ



05

## НАЛЕГАЙ НА ГАНТЕЛИ

Когда речь заходит о тренировках дома, гантели — главный аксессуар. Они идеальны для проработки мышц и крайне доступны. Важно также подготовить свои запястья, чтобы не страдать от перехода с легких весов на тяжелые.



ХОРОШАЯ ГАНТЕЛЬ  
КАК ГЕРПЕС —  
НАВСЕГДА С ТОБОЙ

06

## ЗАПИСЫВАЙ

Важность отслеживания тренировок нельзя переоценить. Я адепт старой школы и все записываю в блокнот, но сейчас есть множество программ для айфона, которые сделают треккинг твоих тренировок максимально простым и удобным. У любого человека должен быть прогресс в тренировках, если он хочет добиться результатов, и идти в спортзал, не помня, что ты делал на прошлой неделе, никуда не годится. Тяжело добиться успеха без соревнования пусть даже с самим собой.

07

## ДИСЦИПЛИНИРУЙСЯ

Если ты тяжело работаешь над собой, но не получаешь необходимого отдыха и не питаешься правильно, то все твои старания обречены на провал. Ты можешь закончить тем, что организм будет пожирать твои мышцы, как топливо, и после месяцев тренировок ты окажешься еще хуже, чем был в начале. Когда ты оградишь себя от всех мешающих тренировок обстоятельств, ты удивишься, насколько комфортной станет вся твоя жизнь. Здоровые и крепкие люди являются такими в первую очередь благодаря порядку.

08

## ТЕРМИНАТОР ПРАВ

Ты можешь найти мотивацию в чем угодно. В мире очень много вдохновляющих вещей. Я лично черпаю вдохновение из речи Арнольда Шварценеггера в Университете Южной Калифорнии — «Шесть правил успеха». Она пробирает меня до глубины души и наполняет организм адреналином.

## НАКАЧАЙ БИЦЕПСЫ ГАНТЕЛЯМИ

### ЧЕРЕПОДРОБИЛКА

Ложись на скамью с гантелью в каждой руке в положении прямо над грудью, словно держишь молоток. Медленно сгибай локти и плечи, чтобы гантели оказались по обе стороны от головы. Верни гантели в исходное положение тем же маршрутом.

### ЖИМ

Возьми по гантеле в каждую руку, чтобы ладони смотрели внутрь. Жми вес вверх к плечу.

### ЖИМ В НАКЛОНЕ

Откинувшись на наклонной скамье, держи гантели по бокам и ладонями внутрь. Поднимай руки вверх, а кисти разводи в стороны.

### ЖИМ ЛЕЖА

Ложись на спину. Позволь трицепсу растянуться по полу с локтями по бокам и ладонями, повернутыми внутрь. Поднимай вес прямо вверх.

### ОДНОРУКАЯ ТЯГА

Держи гантель в одной руке и выставь вперед противоположную ногу. Наклонись так, чтобы торс был под наклоном 45° к полу. Разгибай руку до уровня туловища и обратно.





# В СВОЮ ЗАЩИТУ

Настоящие мужчины не начинают драку, но они знают, как ее предотвратить или, на худой конец, закончить



**Мастер каратэ Годзю-рю Стюарт Макгилл (слева) и четырехкратный чемпион мира по бразильскому джиу-джитсу Лео Негао (справа) являются пионерами городской крав-маги – боевого искусства самообороны, которая базируется на отражении 10 видов наиболее распространенных уличных нападений. Эти ребята точно знают, что делают, и если тебе нужны уроки самозащиты, то ты попал по адресу**

## БУДЬ УВЕРЕННЕЙ

Если только тебе не попался законченный психопат и маньяк, знай, что большинство злоумышленников, как хищники в дикой природе – они выбирают максимально легкую добычу. Лучший способ вычеркнуть себя из списка потенциальных жертв – быть в форме, не сутулиться, смотреть прямо и действовать уверенно.

## НОСИ ТЕМНОЕ

Это звучит смешно, но некоторые манеры одеваться создают о тебе впечатление, что ты не тот, с кем стоит связываться. Исследования показывают, что темная одежда интуитивно внушает людям страх. Соответственно люди в светлой одежде гораздо более подвержены угрозе нападения.

## ИЩИ НАИБОЛЕЕ СЛАБЫЕ МЕСТА

Нет смысла обсуждать конкретные точки давления, потому что каждый человек устроен по-разному. Тем не менее, если ты уже в процессе боя, есть места на теле человека, которые, как правило, слабее, чем другие: поврежденные горло, глаза и подносовой желобок легче всего выведут из строя противника.

## РВИ ШАБЛОНЫ

Когда кто-то нападает на тебя, у него в голове уже есть сложившийся сценарий действий, который начинается с чего-то вроде: «Чего вылупился, козел?» Если ты отвечаешь в стандартном порядке (например, «Ничего»), это позволяет ему продолжать свой сценарий и означает, что ты на один шаг ближе к тому, чтобы получить кулаком в лицо. Но если ты нарушишь его ритм и сменишь тему разговора на энергетические напитки или античную философию, то это собьет его с толку ненадолго и отдалит тебя на один шаг от сотрясения мозга.

## ДЕРЖИ РУКИ ОТКРЫТЫМИ

Если ты думаешь, что бойцы MMA надевают перчатки, чтобы защитить голову своего

противника, то ты ошибаешься. Они носят их, чтобы защитить свои руки, потому что, когда ты бьешь кого-то кулаком, ты можешь повредить кости и суставы руки. В уличной драке старайся наносить удары не кулаком, а ребром ладони, а лучше попытайся воткнуть пальцы в глаза агрессора.

## БЕЙ ПЕРВЫМ

Инструкторы каратэ настаивают, что нельзя никогда бить первым, но это в каратэ и на ринге, на улице же это полная чушь. Хороший меткий удар по голове может привести к большому ущербу, так что, если у тебя уже есть повод думать, что кто-то собирается напасть на тебя, бери и бей. Закон на твоей стороне: если ты считаешь, что твоя жизнь находится в опасности, ты имеешь право принять меры. Ну, в цивилизованной стране, в демократическом государстве.

## НЕ НАДЕЙСЯ НА ЯЙЦА

Не то чтобы мы говорили тебе не бить по яйцам, просто учти, что боль из паха до мозга идет около 11 секунд, а за это время опытный злоумышленник сможет нанести тебе немало вреда, так что не рассчитывай на удар по яйцам как стопроцентный способ нейтрализации противника.

## РАБОТАЙ ГОЛОВОЙ

Большинство драк происходят на относительно близком расстоянии, и очень немногие из них начинаются с того, что противники касаются перчаток друг друга и обмениваются ударами по правилам. Если не получается провести правильный хук или апперкот, используй любые части тела, локти, колени, все сойдет. Если агрессор того же роста, что и ты, пригодится лобовое столкновение, желательно твоего лба и его носа. В общем, импровизируй.

Чтобы узнать подробнее о технике Стюарта и Лео, посети [urbankravmaga.com](http://urbankravmaga.com)





## Обезвреживание противника с ножом

**1** Беги или дай им то, что они от тебя хотят. Если у чувака нож, то у него серьезное преимущество и вступать с ним в бой стоит, только если это вопрос жизни и смерти.

**2** Ты как можно быстрее должен взять под контроль руку с ножом. Захвати запястье нападающего и отведи нож в сторону.

**3** Быстро проведи свою вторую руку под руку противника с ножом, обхвати ее и тяни на себя, одновременно отодвигая от себя руку, держащую запястье с ножом.

**4** Все предыдущие действия избавят тебя от повреждений ножом, но не будет лишним в принципе вывести агрессора из строя, нанеся ему пару ударов, например коленом в голову.



## Удары рукой

**1** Стань в правильную стойку, если ты лучше бьешь правой, то выставь вперед левую ногу, а правую ногу отведи немного назад. Если удар у тебя лучше с левой, то наоборот. Кроме того, слегка согни ноги в коленях.

**2** Используй не ударную руку, чтобы подгонять соперника под ударную руку. Если удар лучше с правой, то перемещай противника джебами левой вправо.

**3** Не просто маши рукой, исследования показывают, что 70% силы удара исходит из нижней части туловища, так что вложи в удар всю силу, пропустив энергию от толчка ногой через бедра и спину в кулак.

**4** Ударь его в подбородок нижней частью ладони (быстрый удар коленом в пах может тоже пригодиться). Вернись в исходное положение и готовься повторить.





# ЛЕКАРСТВА ОТ ПОХМЕЛЬЯ

ТЕСТ

Любишь вечеринки, но ненавидишь похмелье наутро?  
FHM напился во имя науки, чтобы проверить на себе все способы  
лечения от распространенного недуга

## ПРОФИ

**Доктор  
Ричард Стивенс**  
Основатель  
Международного  
центра исследова-  
ний похмелья



АЛЕКСЕЙ ИСАКОВ –  
ПОЛБУТЫЛКИ ВИСКИ,  
3 БУТЫЛКИ ПИВА



ДЖЕЙМИ ИНГЛИС –  
2 ВИСКИ, 4 БОКАЛА  
КРАСНОГО ВИНА,  
2 БОКАЛА ПИВА

АЛЕКСЕЙ  
САЛЬНИКОВ –  
6 КРУЖЕК ПИВА,  
4 РЮМКИ ТЕКИЛЫ



ДЖО МАККЕРТИЧ –  
4 БОКАЛА КРАСНОГО  
ВИНА, 4 БОКАЛА ПИВА



ЭНДЖ ХЬЮЗ –  
6 БОКАЛОВ  
БЕЛОГО ВИНА



ДЖОРДАН УОЛЛЕР –  
8 БОКАЛОВ ПИВА





| ОПОХМЕЛ               | ТЕОРИЯ                                                                                                                                                                                            | НАУКА                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ПОДОПЫТНЫЙ                                                                                                                                                                                                                                    | ВЕРДИКТ                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | Каждому школьнику известно, что подобное лечат подобным, а посему если ты вчера перебрал, то самым верным народным способом будет открыть баночку холодного пенного пива и поправить здоровье.    | Доктор Стивенс: Во время похмелья твое тело расщепляет этиловый спирт в твоей системе на токсины. Продолжая пить, ты никак не помогаешь неприятному процессу остановиться, а пускаешь его на новый круг.                                                                                                                                 | Джейми: Идея выпивать в 10 часов меня не вдохновляла и вызывала тошноту, но после пары глотков я почувствовал себя неплохо и даже вошел во вкус. Правда, час спустя я чувствовал, что мой пустой желудок начал выдавать новые рвотные позывы. | Эквивалент кнопки ПАУЗА для похмелья временно вытащит тебя из болезненного состояния, но рано или поздно вернет в него снова. А там и до алкоголизма недалеко, так что думай, прежде чем начинать.                     |
| ВОДА                  | Алкоголь обезвоживает тебя, что и заставляет чувствовать, что в твоём мозгу армия маленьких гномиков орудует крошечными молотками. Питьевая вода устраняет эту проблему, насыщая организм влагой. | Доктор Стивенс: Обезвоживание от употребления алкоголя связано с головными болями, так что если ты выпьешь воды перед сном и добавишь утром, это должно решить часть проблемы.                                                                                                                                                           | Алексей: Первые поллитра утоляют жажду, но я продолжаю заливать в себя воду, и в результате я превращаюсь в бурдюк. Но головная боль постепенно ослабевает.                                                                                   | Вода – это жизнь и вообще лучшее естественное лекарство от последствий алкоголя. Она, конечно, не избавит от тошноты, но приведет в относительно сносный вид.<br>5/5                                                   |
| САНДВИЧ С БЕКОНОМ     | Полный английский завтрак с беконом и хлебом соберет все вредные вещества, плавающие по твоей системе, и наполнит тебя необходимой энергией в процессе.                                           | Доктор Стивенс: Это, конечно, никакого отношения не имеет к абсорбированию алкоголя, но помочь может. Во время похмелья падает уровень сахара в крови, что является одной из причин, из-за которых ты плохо себя чувствуешь. Соответственно, пополнение организма сахаром, коего в беконе масса, заставляет тебя чувствовать себя лучше. | Джо: Пропустив намеренно обед, от бутерброда с беконом и кетчупом в 10 утра я немедленно ожил. Мягкая тошнота исчезла, головная боль сошла на нет, так что бутерброд: 1, похмелье: 0.                                                         | Жирный, богатый белком и углеводами тяжелый завтрак медленно, но верно вернет тебя в мир живых, и это единственный случай, когда такой жирный завтрак можно будет назвать полезным.<br>6/5                             |
| ЛЕКАРСТВА ОТ ПОХМЕЛЬЯ | Количество продаж разрекламированных из каждого утюга эффективных травяных препаратов с расторопшей для оживления печени взлетают на 80% после каждого праздничного периода.                      | Доктор Стивенс: Есть определенный список трав, который действительно помогает организму и снижает симптомы похмелья. Но есть и масса препаратов, за которыми нет реальных научных исследований. Эффекта плацебо, впрочем, никто не отменял.                                                                                              | Алексей: Волшебная таблетка действительно остановила рвотные позывы и привела организм к более-менее терпимому состоянию, но вот с головной болью так и не совладала.                                                                         | Доказательств, что расторопша помогает от симптомов похмелья, нет, но это не мешает ей действовать. Превратить тошноту – в наши дни это уже небольшой подвиг.<br>4/5                                                   |
| ВИТАМИН Б И ИБУПРОФЕН | Витамины – это всегда здорово. И мы вообще сомневаемся, что есть какие-либо боли или симптомы, с которыми ибупрофен не справится.                                                                 | Доктор Стивенс: Ибупрофен снимет как воспаление, так и головные боли, а следовательно возымеет большое влияние на снижение похмелья. А вот витамин Б тут ни при чем.                                                                                                                                                                     | Анж: Я проснулся с головной болью в висках и сухостью во рту. Вода с витаминами погасили мою жажду, но ибупрофен сделал основную работу и унял головную боль. Тем не менее тошноту я чувствовал весь день.                                    | Там нет ничего плохого с растворением витаминки в воде, но не существует никаких доказательств того, что это тебя спасет от похмелья. Ибупрофен же, который является лекарством, по крайней мере успокоит боль.<br>4/5 |
| СЫРОЕ ЯЙЦО            | В западной части США коктейль «Устрица прерий» (сырое яйцо с соусом Вустершир, Табаско, солью и перцем) является популярным средством от похмелья и якобы противодействует токсинам из выпивки.   | Доктор Стивенс: Единственная причина, по которой это может работать, в том, что яйцо, как и бутерброд с беконом, содержит углеводы. Но с тем же успехом ты можешь приготовить яйцо. Поедание его сырым не имеет никаких дополнительных преимуществ.                                                                                      | Джордан: Я чуть не срыгнул, когда разбивал сырое яйцо себе в рот, но в итоге мне удалось его проглотить с третьей попытки. По сравнению с отвращением от этого процесса похмелье отошло на второй план.                                       | Никогда, никогда не делай этого, если от этого не зависит жизнь любимого человека или не на спор. Есть масса гораздо менее противных способов заставить себя блевануть.                                                |



# СЕДЬМОЕ ЧУВСТВО

~~~~~  
Есть мнение, что в отличие от экстрасенсорных способностей и прочего телекинеза чувство юмора можно развить. Или хотя бы научиться имитировать  
~~~~~





**Максим Голополосов, известный как YouTube-блогер +100500 и ведущий одноименного шоу на телеканале «ПЕРЕЦ», даст тебе несколько советов, как весело, а главное – уместно, шутить в любой ситуации**

01

**Я в детстве постоянно юморил с друзьями, даже с родителями бывало.** Но больше всего на меня повлияли западные мультфильмы и сериалы, которые я смотрел не отрываясь. Так что занимайтесь больше самообразованием, ищите интересные вещи, оригинальные шутки и необычные сценарии. Это поможет развить фантазию и расширит кругозор в юморе. Ну и, конечно, практикуйтесь, шутите везде, где это уместно.

02

**Я никогда специально не придумываю шутки.** Это рождается само собой на основе ассоциаций, которые у тебя вызывает какой-либо повод. А для того, чтобы эти ассоциации возникли, нужно иметь какой-то багаж знаний и обладать быстрой реакцией.

03

**Я не читал никаких книг по юмору, мне кажется, текст не может научить шутить.** Если бы существовал какой-то алгоритм написания шутки, то остроумием блистали бы все. А вот фильмы и сериалы могут сформировать вкус, потому что там видно эмоции человека, его жесты, все происходит в динамике. Еще я бы добавил мультики – они очень повлияли на меня лично. Могу порекомендовать «Бивиса и Батхеда», «Симпсонов», «Гриффинов», «Футуруму», из сериалов «В Филадельфии всегда солнечно» и «Клинику». Все это нестареющая классика.

04

**Юморист со временем лучше понимает вкусы зрителя, оценивает его реакцию и работает над ошибками.** Конечно, я смотрю некоторые ролики, сделанные пять лет назад, и понимаю, что так я бы сейчас точно не пошутил. Уверен, что то же самое я скажу и еще лет через десять.

Я не знаю, шучу ли я лучше, – это могут сказать только зрители и подписчики на мой канал. Но судя по рейтингам и аудитории в Интернете, хуже шутить я точно не стал.

05

**Мне вообще все равно, если кому-то не весело от моих шуток, главное, чтобы нравилось мне.**

У нас у всех разные вкусы. Я, может быть, не буду смеяться над какими-нибудь «Смешариками», а людям нравится. Так что если кому-то не по душе твой юмор, просто смени аудиторию.

06

**На первом свидании с девушкой главное – не шутить о ее внешнем виде!**

Можно нарваться на неприятности. Лучше всего подмечать какие-то забавные ситуации вокруг, рассказывать истории из жизни – девушки это очень любят, мне кажется. Стоит избегать плоского и пошлого юмора и не смеяться над незнакомыми людьми вокруг.

07

**Самый забавный предмет – зеркало.** Именно в нем я вижу себя по утрам, а это, поверьте, очень смешное зрелище. Научившись смеяться над собой, любой юмор будет восприниматься адекватно, и шутки будут появляться сами собой. Еще меня веселит стиральный порошок – он так странно пахнет, а дизайн упаковок иногда просто чудовой. Ну и еще авокадо очень смешная штука – у него забавное название и странная консистенция.

08

**Очень часто бывает, что во время записи программы у меня выскакивает какая-то шутка, которая мне категорически не нравится.** Правда, после монтажа в готовой версии она выглядит уместно и получается прикольно. Угадать, зайдет эта шутка или нет, станет она мегасмешной или нет, практически невозможно, так что не стоит заморачиваться по этому поводу. Лучше говорить все, что считаешь нужным, аудитория сама тебя направит в нужное русло.

09

**Сам по себе мат не смешон, в словах нет ничего забавного, его употребление может развеселить.**

В +100500 я использую мат не потому, что я по-другому выражаться не умею, просто такие слова помогают выразить эмоции более искренне. Когда смотришь фильмы с переводом и сравниваешь с оригинальной версией, становится понятно, как сглаживание острых выражений влияет на эмоциональное восприятие сцены. Так что человеку становится смешно не из-за того, что кто-то матюгнулся, а от того, что это слово выразило чувства этого человека в данный момент. Это искренне, поэтому я ничего плохого в мате не вижу.

10

**Научиться шутить самому при полном отсутствии чувства юмора вряд ли возможно.** Но если следить за выступлениями интересных комиков, смотреть комедии и знать парочку удачных анекдотов, можно научиться вовремя применять эти знания, и тогда есть шанс прослыть компанейским человеком с хорошим чувством юмора.

## ТРИ ЛУЧШИХ ЮМОРИСТА, ПО МНЕНИЮ МАКСА



Рэй Уильям Джонсон



Медисон



Зак Галифианакис



"Стейдж Энтертейнмент" представляет

Мюзикл Эндрю Ллойд-Уэббера

# ПРИЗРАК ОПЕРЫ



В исполнении артистов российской постановки

## ПРИЗРАЧНО ВСЁ

Отличный подарок всем фанатам музыки подготовила театральная компания «Стейдж Энтертейнмент» совместно с компанией Really Useful Group. Их усилиями впервые на русском языке выйдет лицензионный альбом «Призрак Оперы»! Музыкальным продюсером альбома стал известный своими совместными работами с Мадонной, Барброй Стрейзанд, Сарой Брайтман и другими мировыми звездами Найджел Райт, а официальным дистрибьютором альбома является компания Universal Music Russia. Запись альбома прошла на студии киноконцерта «Мосфильм», а сведение осуществлялось в Великобритании на SMP Studios Surrey. Работа над альбомом продолжалась в течение 8 месяцев, фрагменты постоянно перезаписывались, и каждая нота и музыкальная фраза доводились до совершенства. Интересно, что автор мюзикла «Призрак Оперы», композитор Эндрю Ллойд-Уэббер принимал в создании альбома непосредственное участие. На диске прозвучат 14 арий из мюзикла и бонус-треки в исполнении Елены Бахтияровой, Тамары Котовой, Дмитрия Ермака, Ивана Ожогина, Евгения Зайцева, Ирины Самойловой, Екатерины Лехиной и других артистов российской труппы в сопровождении оркестра. Легендарный мюзикл «Призрак Оперы, который уже 29 лет идет на Вест-Энде и Бродвее, был впервые поставлен в Москве осенью 2014 года. Грандиозный успех спектакля в России, более 500 тысяч зрителей, ежедневные аншлаги – все это свидетельствует о высочайшем уровне российской постановки. Уверены, что и диск ждет немалая популярность. Он будет доступен в продаже в театре МДМ, в музыкальных магазинах Москвы и городов России, а также и при заказе через ведущие интернет-магазины и на сайте iTunes в электронном формате.



## НОМЕРНОЙ ДОМ

На крыше ресторана «Дубрава» Андрей Кабанов и Шако Меладзе открывают новый проект – «Дом 31». Функционировать заведение будет в формате закрытой тусовки, а концепция мероприятий будет отличаться от привычных вечеров «Дубравы». Профессиональные арт- и промо-команды позаботятся о том, чтобы разделить публику на тех, кто предпочитает отдых в стиле ночных клубов столицы, и тех, кто пришел поужинать с семьей в привычной атмосфере ресторана. Кухня, кстати, будет представлена шеф-поваром Джузеппе Дави (Pizzeria Il Pomodoro, Semifredo), а продегустировать лучшие вина вам предложит сомелье Николай Марченко. Барное меню составил миксолог Павел Михайлов («Калина Бар», ЦДЛ). «Дом 31» будет функционировать только в пятницу и субботу, а в остальные дни место будет работать в режиме дополнительной площадки ресторана «Дубрава» на ул. Образцова, 31/3.







## СЛЕДУЙ ЗА КРОЛИКОМ

В конце весны в самом центре Москвы состоялось официальное открытие первого бутика Rouge Bunny Rouge.

Пространство первого бутика английского бьюти-бренда Rouge Bunny Rouge воспевают высокоэстетичный символизм марки и в полной мере соответствует ее философии. В этом бутике царит атмосфера аристократической интеллигентности, приправленная легким ореолом опасности и тайны. Над черно-белым стилем интерьера труди-

лась исландская StudioBility в лице дизайнера Gudrun Lilja Gunnlaugsdottir, удачно подчеркнувшей двойственность настроений бренда. Линия декоративной косметики Rouge Bunny Rouge постоянно эволюционирует



и предлагает поклонникам инновационные продукты с оригинальными дизайнерскими решениями. Формулы и текстуры Rouge Bunny Rouge постоянно обновляются, а названия коллекций завораживают: «Оттенки искушения», «Нескромные удовольствия», «Дьявольский нектар» или «Созвездие морей». На открытие бутика заглянули Любовь Толкалина, Дарья Мороз, Ольга Сутулова, Эвелина Бледанс, Тутта Ларсен, Дарья Михалкова, Денис Клявер, Ольга Орлова, Алена Свиридова, Анжелика Агурбаш, Даша Гаузер, Катя Лель, Ирина Хакамада, Олеся Судзиловская, Маргарита Митрофанова, Мария Берсенева и многие другие. Теперь очередь за тобой. Приходи в Барыковский переулок, дом 6.

## ЛЕТО В ГОРОДЕ

Если ты до сих пор думаешь, что лето в городе не может быть очень ярким, то в 2015 году спортивный комплекс «Олимпийский» берется раз и навсегда изменить твоё мнение об отдыхе в городе. СК подготовил обширную программу как для тех, кто любит активный отдых, так и для поклонников спокойного. Во-первых – бассейн.

В нем – главном в столице – можно поплавать самостоятельно (по абонементу или разовому билету), а можно посетить групповые занятия по плаванию или секцию аква-аэробики. Даже если ты захочешь научиться плавать с нуля или исправить недостатки неправильно поставленной техники, у тебя есть возможность заказа индивидуальных занятий с тренером. Во-вторых – пляж. В спортивном комплексе «Олимпийский» на крыше вновь открылась усталая мягким искусственным газоном площадка с шезлонгами и зонтиками. С нее открывается прекрасный вид на центр столицы. В-третьих – каток. Что может лучше всего в жаркий летний день охладить, чем каток в августе! Покататься или поиграть в хоккей ле-



том – это редкое удовольствие. В-четвертых – бильярд. Все основные разновидности этого спокойного вида спорта: пирамида, снукер, пул и карамболь, доступны для тех, кто любит увлекательно провести время с друзьями и спастись от летнего зноя. Доступны также четыре VIP-зала, один из которых оборудован караоке.

И наконец, для тех, кто не привык расставаться со своим железным конем, около входа в плавательный и прыжковый секторы бассейна спортивного комплекса «Олимпийский» установлены специальные велосипедные парковки. Подробности о том, как провести лето с пользой на Olimpik.ru.

## ОБЩЕНИЕ С ПРИРОДОЙ

Знаешь в чем секрет вкусного смузи? Помещаешь в бутылочку несколько бананов и добавляешь клубнику. Пьешь охлажденным. И все. Не нравится вкус? Заменяешь банан на ежевику и черную смородину. Или проделываешь то же самое с манго и маракуйей. Да, собственно, это мы так образно выражаемся: берешь, заменяешь, добавляешь, делаешь. Все уже сделано за тебя, так что тебе остается только выбрать и пить один из прекрасных смузи от innocent. В каждой маленькой бутылочке в 250 мл – 2 из 5 ежедневных порций фруктов, что обеспечивает 5% суточной нормы пищевых волокон и дарит пользу 6 разных фруктов. Вот уже 15 лет команда innocent занимается таким добрым делом – делает жизнь людей в Европе вкуснее и полезнее. Настал и твой черед. Вот уже год, как эти прекрасные смузи доступны в Москве. Приглядишься к бутылочке и хорошенько запомни ее. Теперь вам с ней долго дружить! Поверь нам.





## ВАС СНИМАЕТ НОВАЯ КАМЕРА

Компания Huawei представила новый смартфон Huawei P8. Говоря о дизайне, нельзя не отметить тонкость корпуса устройства (6,4 мм). Его задняя крышка, выполненная из стали, повышает структурную жесткость корпуса. Внутри смартфон имеет новый 64-битный процессор Kirin 930, производительность которого выше на 20% по сравнению с другими моделями, обладающими аналогичной автономностью. Но интереснее всего тот факт, что это лучший в своем классе смартфон с уникальной камерой, поддерживающей функцию рисунка светом. Она позволяет создавать контрастные изображения в условиях низкой освещенности. Смартфон

в том числе имеет первый в мире 4-цветный RGBW-сенсор, повышающий яркость на 32% при высокой контрастности освещения и снижает на 78% при низком уровне освещения, и независимый процессор обработки изображений DSLR камеры, который оценивает условия съемки, идентифицируя высококонтрастные и недостаточно освещенные части кадра. В общем, как ты понял, это скорее фотоаппарат, который умеет звонить.



## СОВМЕСТНОЕ ВРЕМЯПРЕПРО- ВОЖДЕНИЕ

Этим летом, собираясь на отдых в Европу, есть смысл закупиться еще на родине, так как валютные процедуры могут стоить тебе впоследствии очень дорого. Варианты легких рубашек или костюмов на свадьбу друга ищи в магазинах The Windsor Knot, который, к слову, работает и онлайн. Но если тебе привычнее мерить одежду перед покупкой, заходи в каждый второй крупный торговый центр Москвы (и других крупных городов России) и наткнешься на The Windsor Knot. А вот свою девушку смело води в Perfetta. Под этим брендом собраны лучшие коллекции российских и зарубежных дизайнеров, среди которых есть N. Picariello, Anna Verdi, Julia Seregina, Natasha Drigant, Immagi, Parole, KARNACHE'VA, SokolovaBogorodskaya, Georgette. За один заход твоя подруга выполнит месячную норму шопинга, что, согласись, существенно сэкономит твое время, нервы и деньги.





## СИЛА ВТЯГИВАНИЯ

Компания Electrolux славится тем, что имеет заводы в Европе. Это значит, что техника, которой ты будешь пользоваться, была собрана руками добросовестных европейцев. Например, пылесос UltraFlex собирается в Венгрии. Поэтому неудивительно, что в этом году новинка была удостоена награды Plus X Award, самой престижной из всех европейских премий в области технологий, спорта и стиля жизни, за свое высокое качество, дизайн и легкость в использовании. Эта награда еще раз доказала, что UltraFlex является единственным компактным безмешковым пылесосом, который способен справиться с грязью и пылью в труднодоступных местах. Высокие показатели пылесос продемонстрировал благо-

даря мощной турбоциклонной технологии, которая позволила отделить контейнер для сбора пыли от циклона, что максимально упростило процесс очистки и в разы увеличило мощность всасывания пылесоса. Приятно отметить, что это нововведение также полностью исключает контакт рук с грязью. Более того, в устройстве встроена система AeroPro – это легкая алюминиевая труба с большим сечением, которая оптимизирует поток воздуха, обеспечивая максимальную производительность и снижение уровня шума. К тому же в комплект входит широкий набор насадок и щеток, которые позволят забраться в любой угол квартиры – особенно нам приглянулась новая насадка FlexPro с возможностью поворота аж на 180 градусов.





# РЕДАКЦИОННАЯ ПОДПИСКА 2015

## Подписаться очень просто

1. Заполните и оплатите квитанцию\*

2. Пришлите фото или скан квитанции, точный адрес доставки и комментарии к нему по адресу [idr@cpss.ru](mailto:idr@cpss.ru) или по факсу: +7 (495) 663-91-88 (доб. 300)

\*Для юр.лиц направляется счет-оферта по запросу

## Стоимость подписки

12 месяцев – 1683 руб.

6 месяцев – 880 руб.

3 месяца – 554,40 руб.

1 месяц – 212,96 руб.

Цены включают НДС и стоимость доставки

## Доставка

по Москве (в пределах МКАД)  
осуществляется курьерской службой,  
за пределами МКАД, а также в другие  
регионы РФ – простой почтовой  
бандеролью

Подробная информация  
на сайте [www.idr.ru](http://www.idr.ru)

СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ: +7 (495) 663-91-88 (доб. 300)

| Извещение           | Форма № ПД-4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                      |                      |                      |       |  |  |  |  |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-------|--|--|--|--|
| Кассир              | <p>ООО "Прямые контакты" ИНН\КПП 7717746123\771701001</p> <p>(наименование получателя платежа)</p> <p>7 7 1 7 7 4 6 1 2 3 4 0 7 0 2 8 1 0 2 3 8 2 9 0 0 1 7 7 5 3</p> <p>(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)</p> <p>в Сбербанк России ОАО г. Москва БИК 0 4 4 5 2 5 2 2 5</p> <p>(наименование банка получателя платежа)</p> <p>Номер кор./сч. банка получателя платежа 3 0 1 0 1 8 1 0 4 0 0 0 0 0 0 0 0 2 2 5</p> <p>Ф.И.О., адрес плательщика</p> <table border="1"><thead><tr><th>Вид платежа</th><th>Дата</th><th>Наименование платежа</th><th>Сумма</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table> <p>Подпись плательщика</p>                                                                        | Вид платежа          | Дата                 | Наименование платежа | Сумма |  |  |  |  |
|                     | Вид платежа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Дата                 | Наименование платежа | Сумма                |       |  |  |  |  |
|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                      |                      |       |  |  |  |  |
| Квитанция<br>Кассир | <p>ООО "Прямые контакты" ИНН\КПП 7717746123\771701001</p> <p>(наименование получателя платежа)</p> <p>7 7 1 7 7 4 6 1 2 3 4 0 7 0 2 8 1 0 2 3 8 2 9 0 0 1 7 7 5 3</p> <p>(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)</p> <p>в Сбербанк России ОАО г. Москва БИК 0 4 4 5 2 5 2 2 5</p> <p>(наименование банка получателя платежа)</p> <p>Номер кор./сч. банка получателя платежа 3 0 1 0 1 8 1 0 4 0 0 0 0 0 0 0 0 2 2 5</p> <p>(наименование платежа) (номер лицевого счета (код) плательщика)</p> <p>Ф.И.О., адрес плательщика</p> <table border="1"><thead><tr><th>Вид платежа</th><th>Дата</th><th>Наименование платежа</th><th>Сумма</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table> <p>Подпись плательщика</p> | Вид платежа          | Дата                 | Наименование платежа | Сумма |  |  |  |  |
| Вид платежа         | Дата                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Наименование платежа | Сумма                |                      |       |  |  |  |  |
|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                      |                      |       |  |  |  |  |





12 месяцев  
**1683руб**

6 месяцев  
**880руб**

ПОДПИШИТЕСЬ ТАКЖЕ



12 месяцев  
**3389,76руб**

6 месяцев  
**1834,80руб**



12 месяцев  
**3389,76руб**

6 месяцев  
**1834,80руб**



12 месяцев  
**1408,00руб**

6 месяцев  
**737,00руб**



# АДРЕСА

07-08/15

## ASOS

asos.com

## BEAUTY BOUTIQUE

## CHANEL

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

## 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

## CORSOCOMO

ТРЦ «Афимолл Сити»  
Пресненская наб., 2  
+7 (495) 660-22-73

## 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

## CKNY 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

## 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

## NIKE

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

## PHILIPP

## PLEIN

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

## PODIUM

## CONCEPT

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

## PODIUM MARKET

ул. Охотный Ряд, 2  
Тел: (495) 225-02-05

## QUICKSILVER

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

## RIVER ISLAND

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

## SPRINGFIELD

ТЦ «Домодедовский»  
Ореховый б-р, вл. 14,  
стр. 3  
Тел.: (499) 550-01-53

## 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

## 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

## АРОМАТЕКА

ул. Знаменка, 7/3  
Тел.: (495) 710-99-47

## БАРБЕР-СПА

THE ART OF SHAVING  
Пресненская наб., 10  
Тел: (495) 775-50-97

## БУТИК

## И БАРБЕРШОП

## MANWAY 1960

ул. Б. Дмитровка, 9  
Тел.: (495) 692-20-51

## КЛИНИКА

## ЭСТЕТИЧЕСКОЙ

## МЕДИЦИНЫ

## «ОТТИМО»

ул. Мясницкая, 24,  
стр. 1  
Тел: (495) 621-75-57

## ЦЕНТР

## КОСМЕТОЛОГИИ

## И СПА «ТЕРРИТОРИЯ»

Ленинский пр-т,  
д. 15А  
Тел.: (495) 933-34-90





# 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 получают освобождение от Апокалипсиса на срок подписки.

**5** Первых 20 подписчиков будет легко отличить как по счастливому выражению лица, так и по гладкости кожи одного. Все это благодаря ночному восстанавливающему концентрату Midnight Recovery Concentrate от Kiehl's.

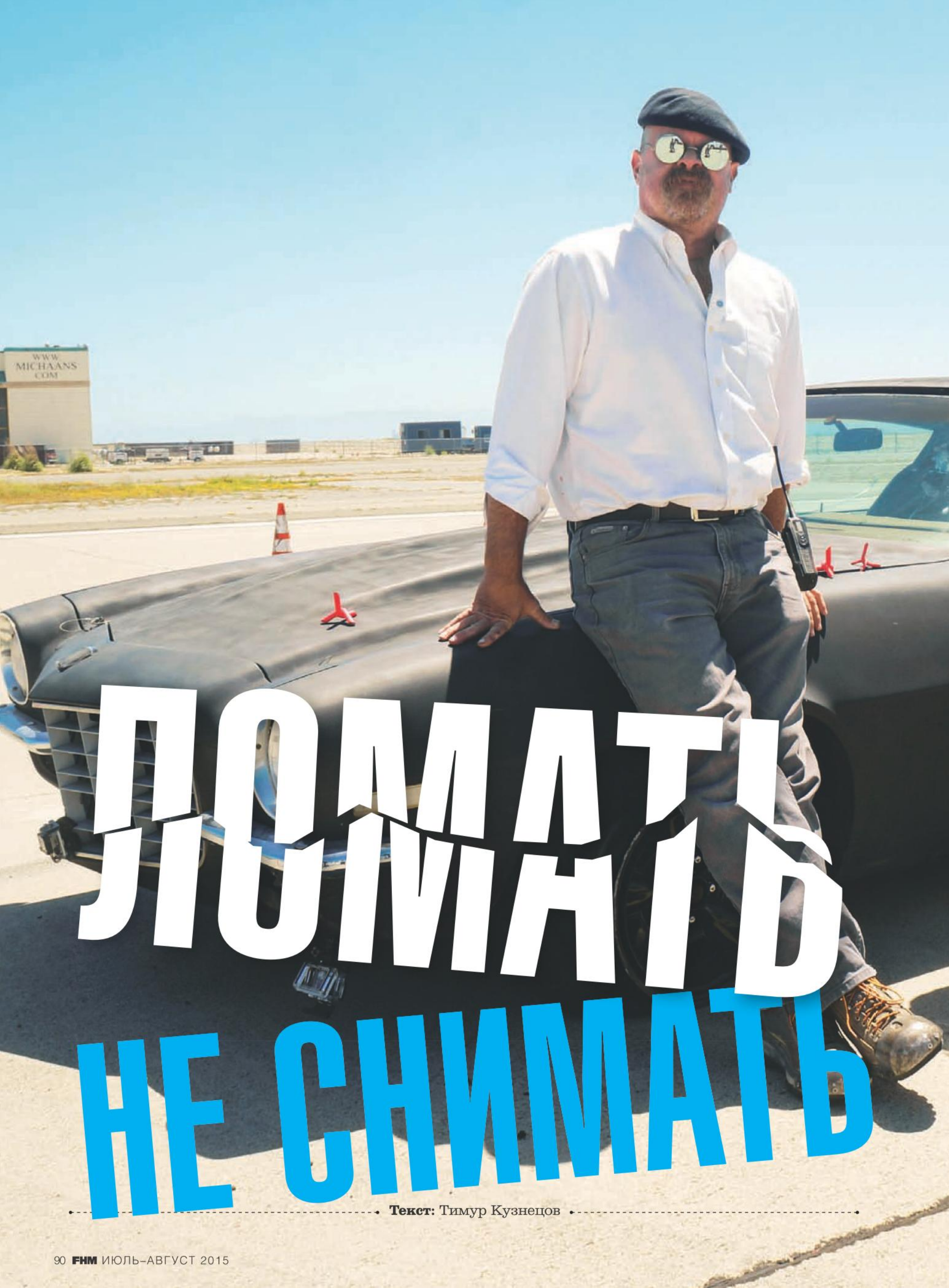
## КАК ПОЛУЧИТЬ ПРИЗ

Заполни квитанцию, 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







# ПОМПАТ ЛЮДИНІ НЕ СНИМАТЬ

• Текст: Тимур Кузнецов •





**Мало кто будет смотреть боевик, если в нем все как в жизни, ведь людям нужны неубиваемые герои, которые уклоняются от пуль, бегают по поездам и крошат врагов единственной уцелевшей рукой. Конечно, американские блокбастеры не вызывают такой скептической улыбки, как, например, индийские, но и в них есть трюки на грани фантастики. Ведущих программы «Разрушители легенд» на Discovery Channel Джейми Хайнемана и Адама Севиджа «фантастичность» не смущает – они знают, что любой, даже самый неожиданный и странный финт может оказаться очень правдоподобным**

## *Сколько вешать в килограммах?*

Бензопила? Может, дробовик? Или плазмоган? В шутерах от первого лица у героя всегда такой выбор оружия, что кажется, будто за ним идет навьюченный под завязку ишак и покорно ползут танки, которыми тоже можно воспользоваться в любой момент. Игрока за монитором такое разнообразие, конечно, радует, но если на секунду задуматься о правдоподобности, то становится ясно, что в реальной жизни этот ходячий склад оружия просто упал бы на месте. В игре Doom с точки зрения геймплея нет ничего сверхъестественного: персонаж бежит вперед и мочит врагов. При этом он может либо собирать все упавшее оружие и убивать монстров разными способами, либо выкидывать ненужное и пользоваться чем-то одним. Джейми Хайнеман и Адам Севидж выяснили, что в реальности полная экипировка персонажа весит около 36 килограммов, и для того, чтобы бегать по карте со всем арсеналом, убивая при этом врагов, нужно обладать недюжинной силой. Два проверочных забега по импровизированной локации (с переносом всяких аптечек и оружия и без) показали, что инвентарь аж в два раза снижает скорость и маневренность не слишком спортивных ведущих. Зато приглашенный профессионал – мастер смешанных боевых искусств

## **СВОИМИ ГЛАЗАМИ**

Смотри программу «Разрушители легенд» с 30 августа по воскресеньям в 14.20 на Discovery Channel





В ФЕХТОВАНИИ  
РОБОТ БЫЛ  
НЕ СИЛЕН И  
ПОСТОЯННО  
РОНЯЛ ШПАГУ

## В ПРЕЖНИЕ ВРЕМЕНА ДАЖЕ ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ФИЛЬМЫ БЫЛИ ЧЕСТНЕЕ, А СЕГОДНЯ СПЛОШНАЯ КОМПЬЮТЕРНАЯ ГРАФИКА И НОЛЬ СМЫСЛА

Брендан Шауб, бегал одинаково быстро, и степень обвешанности на это никак не влияла. А так как в игре Doom бойцы напоминают скорее Брендана, чем экспериментаторов с Discovery Channel, этот опыт получил статус «правдоподобно». Doom, конечно, стрелялка легендарная, но все-таки по дороге на работу мы запускаем на своих гаджетах совсем другие игрушки — например, Fruit Ninja, в которой нужно всего лишь как можно быстрее водить пальцем по экрану, разрубая катаной пиксельные ананасы, арбузы и прочие углеводы. Механика проста донельзя — роль играет то, насколько мастерски фруктовый самурай крошит дары природы (скорость, частота комбо, своевременная реакция). Тем не менее суть игры по-настоящему заинтересовала Разрушителей — они решили проверить, можно ли порубить в воздухе катаной настоящие фрукты. Но если в игре за минуту Адаму удалось нанести почти 100 ударов, то в жизни все оказалось намного медленнее. Три профессиональных фокусника занимались тем, что подкидывали фрукты в воздух, но удачных взмахов меча от этого больше не стало — Адам нанес всего 30 точных ударов. Помимо того, что самому ведущему до самурая далеко и он частенько промахивался, фокусники то и дело пуляли фрукты мимо или подкидывали их недостаточно высоко. Вторая попытка была удачнее — 55 попаданий, но до игровых показателей все равно дотянуть не удалось. Интересно, что у Джейми, который предпочел не катану, а старую добрую бензопилу, результат был намного лучше, но так как игра все-таки называется «Фруктовый ниндзя», а не «Фруктовая резня бензопилой», опыт провалился.

### В далекой-далекой...

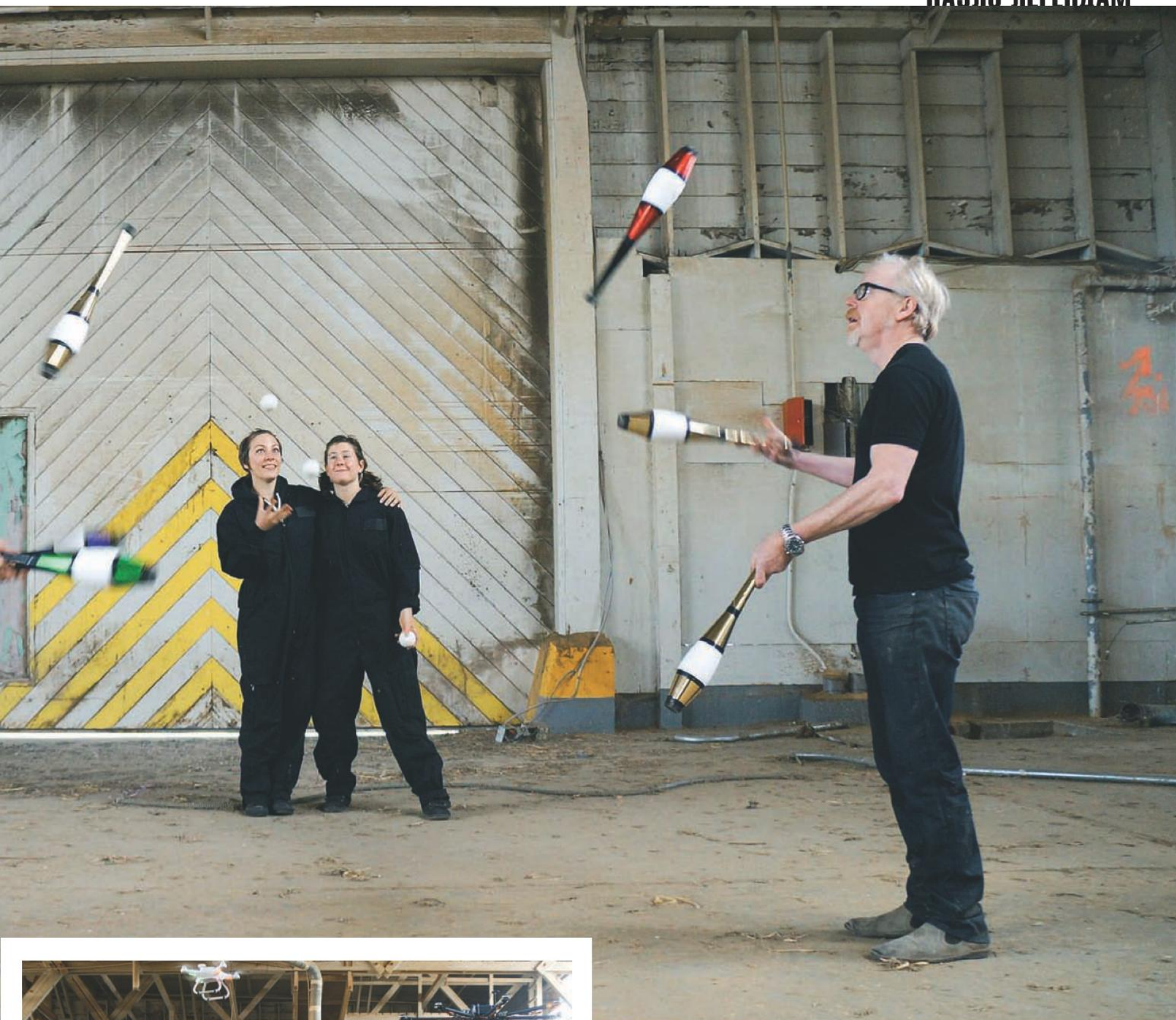
Как бы сейчас сказали олдскульные парни, «в прежние времена даже фантастические фильмы были честнее, а сегодня сплошная компьютерная графика и ноль смысла!» Сказали бы — и были бы правы, ведь в программе «Разрушители легенд» все три мифа из культовой саги «Звездные войны» получили статус «подтверждено». Первая сцена, которую воспроизводили Разрушители — побег Люка Скайуокера и принцессы Леи со «Звезды смерти», когда они, отступая от гвардейцев, оказались перед пропастью. Неправдоподобным в ней выглядит то, насколько лихо Люк закинул трос на какой-то крючок и изящно, в стиле Тарзана, перелетел на нем на другую сторону, держа принцессу за талию. Сказать, что Адам и Джейми сомневались в успехе мероприятия — ничего не сказать, хоть принцесса у них была самая что ни на есть «правильная» — красавица София Буш, одетая точно как Лея. Страховки ради пол застелили матами, но они, к счастью, не понадобились — с небольшими, но не критичными неудобствами беглецы спаслись от воображаемых гвардейцев, а репутация создателей «Звездных войн» не пострадала. Миф прошел проверку на прочность! Другая ситуация из кинофильма не просто неправдоподобна, а нелепа: Хан Соло спасает Люка Скайуокера от замерзания, спрятав его в труп таунтауна — вычного животного с планеты Хот. С одной стороны, Хану действительно ничего другого не оставалось — во время бурана до лагеря не добраться, — но идея вспороть брюхо зверя и уложить туда человека все равно кажется бредовой. Тем не менее и этот миф оказался правдоподобным! Правда, Разрушителям пришлось в буквальном



ДО ПОПУЛЯРНОСТИ  
НА СЕЛЕ БАРМЕН-ШОУ  
БЫЛО ЕЩЕ ОЧЕНЬ ДАЛЕКО

смысле извлекать мифическое животное из сподручных средств, набить его искусственными кишками и нагреть до нужной температуры, но усилия стоили того. За неимением заснеженной планеты Адам и Джейми поместили таунтауна, внутри которого лежат манекен-Люк, в рефрижератор продуктового склада, но за два часа он охладился совсем незначительно — то есть умирающий Скайуокер на самом деле выжил бы за то время, которое требовалось Хану Соло для постройки укрытия. К счастью, не все плюшевое в «Звездных войнах» постигла участь таунтауна — каждый, кто смотрел «Звездные войны», помнит эвоков: трогательных мишек, которые дерутся примитивными палками-копалками, но обладают при этом хорошей соображалкой. В шестом эпизоде «Звездных войн», когда Лея, Хан Соло, Люк и их единомышленники попадают на планету





— ГОВОРИЛ Я  
ТЕБЕ: ЖЕНЩИНУ  
НАДУВАТЬ...



ЕГО КОЛЛЕКЦИИ  
АППЕНДИКСОВ  
МОЖНО  
БЫЛО ТОЛЬКО  
ПОЗАВИДОВАТЬ





ХАРЛЕЙ  
И ДЭВИДСОН.  
НАЧАЛО



ЧЕГО ТОЛЬКО  
НЕ ОСТАВЛЯЮТ  
ПОСЛЕ СЕБЯ  
ОТДЫХАВШИЕ  
НА МАРБКАХ



ОБЛОЖКА  
КНИГИ  
«НЕДОБОР  
В NASA. ПУТИ  
РЕШЕНИЯ»



— ГОВОРЯТ,  
ЖЕЛТЫЕ ОСТАНКИ  
ГОРАЗДО ЛЕГЧЕ  
НАХОДИТЬ.  
ПРОВЕРИМ



эвоков, те помогают им отбить атаку внезапно нагрянувших имперцев и отключить генератор силового поля. И это при том, что незваные гости вооружены до зубов, а у эвоков из оружия только интеллект да пара бревен, которыми они умудряются расплющить имперский танк-шагоход в лепешку. Для того чтобы проверить эту сцену, Разрушителям пришлось соорудить огромную деревянную конструкцию, а в роли танка выступил обычный фургон, который расплющило бревнами в два счета. Но даже вторая попытка показать, что идея эвоков была не очень, провалилась — бронированный автомобиль, который больше походил на танк врагов, тоже не устоял против силы бревен. Что ж, и этот эксперимент получил статус «подтверждено».

## Святые макароны

Казалось бы, нет никакого смысла выяснять, есть ли в мультфильме (особенно таком, где у людей по четыре пальца на руках, а кожа ядовито-желтого цвета) хоть капля правды, но Адам и Джейми не привыкли верить домыслам и придерживаться стереотипов, проверяя все на собственном опыте. Речь, конечно, идет о сериале «Симпсоны» — мультипликационном долгожителе, который уже четверть века смотрит весь мир. По мнению Разрушителей, харизматичная семейка завоевала любовь зрителей именно своей реалистичностью — это типичные американцы, пусть и с немного необычной внешностью — поэтому и многие ситуации, происходящие в сериале, могут оказаться правдой. К слову, сами Адам и Джейми «засветились» в «Симпсонах» намного раньше — в одной из серий они проверяли, выживет ли кошка, если ею выстрелить из паровой пушки, и благополучно опровергли этот миф. А теперь им предстоит выяснить, может ли человек защитить своим телом дом от сноса, намертво прицепившись к шару на экскаваторе-драглайне (в простонародье «шар-бабе»). Вряд ли у кого-то возникнет желание проверять это лично, но Гомера Симпсона

## Вряд ли у кого-то возникнет желание проверять это лично, но тело может хорошо смягчить удар и спасти дом от разрушения

жизнь буквально заставила пойти на крайние меры. Не имея ни влияния, ни власти, ни денег, любитель пончиков защищал родной дом, в прямом смысле не жалея живота своего. Он обхватил тяжеленный шар руками и при ударе выступил в роли амортизатора, противостоя таким образом решению горе-мэра, которому вздумалось построить новую дорогу как раз на том месте, где стоит дом знаменитого семейства. Оказывается, тело (именно тело, потому что выжить после такой встречи со стеной вряд ли получится) может хорошо смягчить удар и спасти дом от разрушения. Вопрос о том, что важнее, кирпичи или жизнь, остается открытым, но манекен Гомера в натуральную величину действительно помешал развалить тестовую стену. Но если Гомер хоть как-то пытается защищать и созидать, то Барт, наоборот, больше любит навести шороху, особенно когда дело касается злых шуток. Однажды он, например, решил проверить, что будет, если кинуть бомбочку в школьный унитаз. О, этот удивительный мир туалетов и их запутанная система труб, когда засор на любом этаже может вызвать бурю у хозяев других квартир, которые не имеют никакого отношения к злостному засорителю. В общем, если верить эксперименту Барта Симпсона, для которого ему понадобились школьный сортир, бомбочка и полное отсутствие тормозов, взрывная волна должна вытолкнуть воду из всех унитазов, объединенных одной водопроводной системой — то есть сотворить своего рода гейзеры. Однако реальный результат Раз-

рушителей не так безобиден — у Адама и Джейми все унитазы разлетелись на куски. Согласитесь, это совсем не то же самое, что безобидный фонтан из сортира.

## «Бородатые» трюки

В отличие от относительно недавнего полнометражного ремейка сериал «Команда „А“» шел аж в 80-х, когда многих из нас еще и на свете не было, и завоевал массу наград, в том числе в номинациях «Лучший экшн-сюжет» и «Лучший каскадерский трюк», что намекает нам — это хорошая почва для экспериментов. Но какие времена, такие и трюки — в отличие от игры Doom с ее передовым оружием героям сериала «Команда „А“» как-то раз пришлось использовать пушку, сделанную из обычного бревна, которая стреляла под давлением горящего пропана. Адам и Джейми сделали все как полагается, и газ, само собой, воспламенился, но планка-снаряд при этом даже не сдвинулась с места — в импровизированном оружии без заглушки о необходимом давлении не могло быть и речи. Конечно, после того как бревно усовершенствовали, оно выстрелило, но это никак нельзя считать удачным повторением оригинальной сцены. Выходит, свои награды сериал получил явно не за этот трюк. С другой стороны, со второй попытки Разрушители создали другую машину из дерева, которая стреляла превосходно, но не имела с исходником ничего общего. Разрушители снова возвращаются к теме взрыва в канализации, но на этот раз все серьезнее, чем бомбочка в школьном сортире. В сериале есть момент, когда злодей, установив динамит прямо под люком, взрывает его ровно в тот момент, когда по дороге проезжает машина жертвы. Эффектно? Очень. Правда, герой, как ни странно, выбирается из нее целым и невредимым — а ведь машина сделала в воздухе несколько кульбитов. Конечно же, Адам и Джейми захотели проверить, может ли бомба в канализации взорваться так, чтобы ни машина, ни люди в ней особо не пострадали. Как ни странно, этот эксперимент получил статус «правдоподобно», хотя в сериале все выглядит довольно сомнительно. Сперва Разрушители поместили динамит слишком близко к поверхности, и машину как следует трянуло, а взрывная волна была настолько сильной, что, находясь в ней кто-нибудь живой, и ему бы пришлось туго, но со второго раза все получилось удачнее. По мнению экспериментаторов, в такой ситуации пассажиры получили бы незначительные травмы и точно так же смогли бы резво выбраться из удачно (или неудачно) взорванной машины. **FHM**

Смотрите программу «Разрушители легенд» с 30 августа по воскресеньям в 14.20 на Discovery Channel



## КАК ПОЩУПАТЬ СБЫЧУ МЕЧТ?



В 2009 году Бен Саутхолл, тогда 34-летний, из Петерсфилда, Хэмпшир, обошел почти 35 тысяч претендентов на «вакансию мечты» — смотрителя острова Гамильтон на Большом Барьерном рифе

«**Просыпаться каждый день в своем особняке за \$3,5 млн** видя за окном Коралловое море, это невероятно круто. Мне иногда приходилось щипать себя, чтобы удостовериться, что я не сплю. За полгода я посетил более 60 островов, нырял с аквалангом в сотне разных мест на Большом Барьерном рифе, летал на

вертолетах и встречался с голливудскими звездами на красных ковровых дорожках в Лос-Анджелесе». «**У рая есть и свои недостатки.** В последнюю неделю моей работы меня ужалила крошечная, смертельно ядовитая медуза Ируканджи, и я провел следующие восемь часов в больнице на коктей-

ле из сильнодействующих лекарств, меня рвало, я потел и корчился от боли».

«**Я думаю, что, если ты живешь так, как хочешь,** ты так близок к счастью, как только возможно. У нас есть лишь один шанс на этой планете, так что использовать его нужно с умом».

«**Исполнение мечты** — путь к достижению счастья, но только если эта мечта была с тобой задолго до исполнения. Ежедневное стремление быть счастливым от того, что вокруг меня друзья и родственники, дает мне силы и уверенность для покорения все больших вершин и исполнения самых заветных желаний».

Следи за путешествием Бена из Сингапура в Лондон на [bestlifeintheworld.com](http://bestlifeintheworld.com). **FHM**



# НА СТО ПРОЦЕНТОВ

Спорить о вкусах в приличном обществе не принято, кому-то нравится арбуз, кому-то свиной хрящик, а кому-то Майли Сайрус. Мы, тем не менее, очень рады, что ни арбуз, ни хрящик не попали в наш ежегодный рейтинг, а значит, проблем со вкусом ни у нас, ни у вас нет



О чем тебе говорит смена времен года? Что ты осознаешь, когда солнце восходит над горизонтом, а потом снова уходит за горизонт? Окей, раз в школе ты прогуливал астрономию – напомним,

все эти признаки сообщают тебе, что мир наш не просто не стоит на месте, но и все время вращается – и вокруг солнца, и вокруг своей оси. Это, впрочем, касается и других сторон нашей жизни – так, например, в шоу-бизнесе довольно пуританские нравы нулевых сменяются все более веселой разнузданностью. Посуди сам – еще год назад верхом неприличия считался тверкинг, а теперь его уже танцуют в оренбургских школах. А все прошлые массовые эротические переживания затмил farpening – гран-

диозный хакерский слив, сделавший домашние фото и видео моделей, актрис и певиц первой величины достоянием не слишком щепетильной общественности. Внезапно выяснилось, что вовсе не Саша Грей, пусть даже она и снялась у Кроненберга, завидует славе голливудских звезд. Содержание всплывших в сети видеоклипов не оставляет сомнений – все в точности до наоборот. Это королевы комедий, драм и телешоу в свободное от работы время стараются подражать порнозвездам, в меру своих сил и возможностей, разумеется. Ну, а если учесть, что все остальные девушки на планете по-прежнему подражают своим заокеанским кумирам, можно предположить, что нас с вами ждет чертовски увлекательное десятилетие. Ну а пока ты можешь познакомиться с сотней девушек, которые изо всех сил приближают нашу с тобой мечту к реальности.



# 100

ЗА ПУЛЬТОМ  
**ЖАННА  
РАССКАЗОВА**

★ НОВЕНЬКАЯ

Количество диджеев в клубах уже давно превышает десяток на один квадратный метр, но мы не против распространения этой профессии, если все будут выглядеть, как Жанна. Да что таить? Мы не против, если самой Жанны Рассказовой будет хотя бы парочка. А то встретить ее можно только в берлинском клубе Berghain или в нашем журнале.



# 99

НИ ШАГУ НАЗАД  
**НЮША**

78 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Мы уже запутались в количестве хитов и наград Нюши, поэтому просто следим за тем, чтобы в каждом своем клипе она не сдавала позиции одной из самых сексуальных девушек России. Пока все равно: и красивое нижнее белье, и жаркие танцы, и привлекательные образы – все есть в сценариях.



# 98

СТРАННЫЕ ТАНЦЫ

## ОКСАНА СИДОРЕНКО

★ НОВЕНЬКАЯ

Это только в сериале «Физрук» Оксана играет роль легкомысленной стриптизерши Полины. В жизни же девушка имеет ряд серьезных достижений в спорте: она и чемпионка мира по бальным танцам, и двукратная победительница в латиноамериканской программе международного турнира, и абсолютная чемпионка мира по модельному фитнесу. Как ты понял, танцовщицей Оксана в сериале не притворяется, за что и получила свое место в нашем рейтинге.



# 96

ДИРЕКТОР ФИЗРУКА  
**ЕКАТЕРИНА МЕЛЬНИК**

★ НОВЕНЬКАЯ

В этом году в сериале «Физрук» была обнаружена еще одна участница топа самых сексуальных – строгая начальница Фома, персонажа Нагиева, сексапильная бизнес-леди Елена. «Моя героиня красивая, сексуальная и мстительная», – говорит актриса, и мы с ней, в общем-то, согласны.



# 95

НОВАЯ ЗРА  
**АНАСТАСИЯ КОЖЕВНИКОВА**

★ НОВЕНЬКАЯ

Новоиспеченная «ВИА Гра», образованная в результате шоу «Хочу V ВИА Гру», вышла на редкость хороша, но особенно ФНМ приглянулась Настя. Девушка родилась в Украине и уже в шесть лет начала петь. Сейчас у коллектива только четыре песни, но мы верим, все впереди.



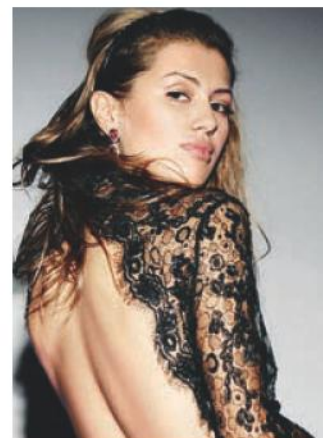
# 94

НАИГРАННОЕ ВЕЛИЧИЕ

## ОЛЕСЯ СУДЗИЛОВСКАЯ

★ НОВЕНЬКАЯ

Закон природы гласит, что девушки, занимающиеся художественной гимнастикой в детстве, попадают в списки самых привлекательных. Вот и Олеся сразу после спорта пошла в кино. Ее последние работы («Дом с лилиями», «Орлова и Александров») не то чтобы очень сексуальные, но точно достойные внимания.



# 93

НА ВЫДАНИЕ

## ВИКТОРИЯ БОНЯ

73 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Вика и в этом году все так же активно пропагандирует спорт, красоту и стойки на голове. Девушка наконец-то собирается за отца ее ребенка, ирландского миллиардера Алекса Смерфита. Что ж, если у тебя поместьев больше, чем у него, можешь попробовать претендовать на ее сердце.



# 97

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ

## НАСТЯ НИКИТИНА

★ НОВЕНЬКАЯ

Настя своим видом показывает пример того, как важно заниматься фитнесом. Она является победительницей «Мисс Бикини Мира 2012» и мастером спорта по легкой атлетике. Ее слабость – молодые спортивные парни, так что если тебе 24 и меньше, смело ставь ей лайки в инстаграме @yanastassiya.





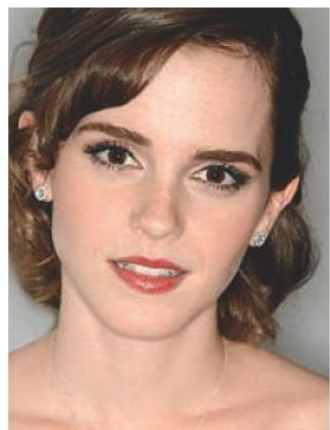
91

ПАЛОЧКА-ВЫРУЧАЛОЧКА

**ЭММА  
УОТСОН**

64 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Родившаяся в Париже англичанка может сколько угодно колесить по Африке и помогать людям – нам все равно запомнится самая сексуальная зануда Хогвартса и оторва из «Элитного общества». Впрочем, судя по слухам о романе с принцем Гарри, она из элитного общества уже никуда не выпадет.



92

РОМАНТИЧНАЯ

**ДАША  
ЖУКОВА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Директор модного музея современного искусства «Гараж» и просто подруга Абрамовича, Даша ни разу не была замечена общественностью в непривлекательном виде. Среди ее близких людей есть и Голливуд – в этом году папарацци заметили девушку в дружеских объятиях самого Леонардо Ди Каприо.



90

ЗОЛОТО ИЗ СЕРЕБРА

**ОЛЬГА  
СЕРЯЖКИНА**

85 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Став центральной солисткой группы Serebro, Оля не бросила свой аккаунт в Инстаграме и продолжает все так же радовать подписчиков полуобнаженными снимками. В этом году, кстати, появилось и альтер-эго девушки – проект Holy Molly, еще более нескромный и нами любимый.

89

ПОЭЗИЯ В ПРОЗЕ

**АННА  
ГРАЧЕВСКАЯ**

\* НОВЕНЬКАЯ

Аня Грачевская, родом из Харькова, прошла через КВН, «Ералаш», «Стиляг» к работе телеведущей на канале «Юмор TV». Ее хобби – литература. Она номинант на премию «Писатель года» от Проза.ру. Так что, если тебе нравятся филологические девушки, ищи контакты Ани и присылай ей свои стихи.



88

ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД

**НАТАЛЬЯ  
КОРОЛЕВА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Наташа Королева, по мнению Милонова, подорвала статус заслуженной артистки, но, по-нашему, укрепила звание сексуальной. Хотя что мы только о скандалах Наташа также выпустила новую песню «Па-па-поздравляю» и взяла награду «Песня года 2014».



87

В ДВИЖЕНИИ

**ЛЕНА  
САМОДАНОВА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Лена, родившись в семье хореографов, с юных лет собиралась танцевать и уже в 16 лет получила звание самого молодого профессионального танцора латиноамериканских танцев в мире. объездив полмира по соревнованиям, девушка стала хореографом-постановщиком «Танцев со звездами» в Австралии и Индии и членом жюри шоу «Танцы со звездами» канала «Россия». А мы-то любим девушек, которые умеют хорошо двигаться.



86

ЭТО ПО ЛЮБВИ

РУТ  
УИЛСОН

\* НОВЕНЬКАЯ

Английская актриса, долгое время известная по роли Джейн Эйр и Элис Морган в детективе «Лютер», в этом году получила «Золотой глобус» за лучшую женскую роль в драматическом телесериале «Любовники», а также премию «Спутник» за ту же работу. Рут действительно отлично сыграла любовницу: густые русые волосы, женственная фигура и невинный взгляд – не так ли выглядят желанные девушки?



85

СОКРОВИЩЕ НАЦИИ

МИШЕЛЬ  
КИГАН

89 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Мишель Киган, победительницу рейтинга FHM Великобритании, сложно назвать актрисой, как она сама себя именует. За ее плечами лишь 6 сезонов популярной в Британии «Улицы коронации» и пара проектов этого года. Но это не мешает девушке регулярно позировать гляцевым журналам, не сходить с таблоидов, а также обгонять Кейт Аптон, Кендалл Дженнер и Дженнифер Лоуренс у себя на родине.





# 84

ВЫСОКО МЕТИТ

## ИГГИ АЗАЛИЯ

★ НОВЕНЬКАЯ

Мир узнал об австралийской хип-хоперше, когда она выложила скандальный клип «Ru\$\$y». Но сейчас Игги может позволить себе дуэты с Ритой Орой и даже с самой Бритни Спирс. Усердная работа привела к представлению на «Грэмми», а симпатичный внешний вид – к помолвке с защитником НБА «Лос-Анджелес Лейкерс» Ником Янгом.



# 83

БРИТ-ПОП

## КИЛИ ХЕЙЗЕЛ

95 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Наши британские коллеги дают Кили 11-е место. Оно и понятно – девушка не только их соотечественница, но и регулярно мелькает на местном телевидении то в различных шоу, то просто в рекламе. Хотя надо отметить, что и до наших экранов Кили добралась – в рамках «Несносных боссов 2».

# 82

ДУХFULL

## АЛЕКСАНДРА БОРТИЧ

★ НОВЕНЬКАЯ

20-летняя девушка из Белоруссии появилась на российских экранах сразу в трех картинах: «Неуловимые», «Выстрел» и, конечно же, «Духless 2». Симпатичная актриса сыграла одну из главных ролей – девушку Алену – и сразу же попала во все списки актеров, которых можно считать прорывом года.



# 81

ЭТО ВСЕ ОНА

## ЕЛЕНА ПЕРМИНОВА

★ НОВЕНЬКАЯ

К 28 годам Лена Перминова, жена Александра Лебедева, которая, кстати, младше своего супруга на свой же возраст, успела родить троих детей, выйти замуж за олигарха и остаться одной из самых востребованных моделей мира. Наркотическое прошлое позади – сейчас можно наслаждаться званием.

# 80

УНИВЕРСАЛЬНАЯ

## НАСТАСЬЯ САМБУРСКАЯ

★ НОВЕНЬКАЯ

Настасья активно участвует в новой жизни телесериала «Универ», снимается для мужских журналов и пробует себя в новых драматических ролях – в сериале «Верни мою любовь». В принципе сниматься девушка может, в чем захочет, из списка она все равно не уйдет, пока так прекрасно выглядит.



# 79

ТАЛАНТЫ ПАЧКАМИ

## ДЖЕССИКА БРАУН-ФИНДЛЕЙ

★ НОВЕНЬКАЯ

Леди Сибилл Кроули в телесериале «Аббатство Даунтон» – дело рук (и ног, и головы) 25-летней актрисы Джессики Браун-Финдлей. Изначально девушка серьезно занималась балетом. Но судьба направила ее в киноиндустрию – и правильно сделала.



**78**

МИСС КАМЕДИ

# ЕКАТЕРИНА ВАРНАВА

99 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Родившись в семье военного, Катя Варнава с юных лет росла в атмосфере дисциплины и серьезности. Вот и захотелось ей, видимо, в 19 лет полной противоположности, поэтому стала играть в КВН. Но девушка не попала бы в этот список, если бы не проект Comedy Women, стартовавший в 2008 году. Именно там Варнава впервые появилась в образе главного секс-символа шоу.



**77**

В СВОЕМ ЖАНРЕ

# ТАТЬЯНА АНДРИЯШ

\* НОВЕНЬКАЯ

Фотографии голубоглазой Татьяны в нашем любимом полуэротическом жанре распространяются в Интернете с космической скоростью. Да так, что мы не успеваем отслеживать все ее работы и съемки.

Но на тот случай, если ты не веришь своим глазам, можем рассказать о модельных параметрах Тани — они у нее с позапрошлого рейтинга не изменились и остались в таком же полном порядке.



76

СРАЗУ В ДАМКИ

ДАРЬЯ  
ПОГОДИНА

\* НОВЕНЬКАЯ

С Дашей ты виделся совсем недавно – только в июньском номере она украшала шесть страниц нашего журнала и вот теперь красуется в рейтинге лучших. Еще чуть-чуть – и Даша выйдет за границы модельной среды и атакует кинотеатры проектами со своим присутствием. По крайней мере она так обещает, а мы верим.







## 74 ВЕДУЩАЯ ПЕВИЦА ЮЛИЯ КОВАЛЬЧУК

72 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Анализируя работу Юли, мы пришли к выводу, что она скорее телеведущая, чем певица. У нее есть программы на СТС, «Ю» и «Россия-1». А сольных клипов она выпустила ровно один – «В дым». Но не страшно. Сексуальных телеведущих мы вместе с читателями тоже активно включаем в Топ-100.



## 72 В ФОКУСЕ МАРГО РОББИ

\* НОВЕНЬКАЯ

Австралия подарила миру еще одну сексуальную актрису ровно 24 года назад. В 2013-м она поразила нас в роли жены Ди Каприо в «Волке с Уолл-стрит», а в этом году девушка снялась с Уиллом Смитом и окончательно утвердила себя в качестве новой звезды.



## 71 РАЗЛОМ ШАБЛОНОВ АЛЕКСАНДРА ДАДДАРИО

\* НОВЕНЬКАЯ

Даддарио родилась в семье юристов, но сама с 16 лет училась в Нью-Йорке актерскому мастерству. В 2015 году Александра плотно работала с Дуэйном Джонсоном над «Разломом Сан-Андреас», а теперь девушка обещает союз с Кейт Аптон – ждем скорее эту нереально сексуальную комедию.

## 75 ПОЛКОМАНДЫ ЭММА СТОУН

71 В ПРОШЛОМ ГОДУ

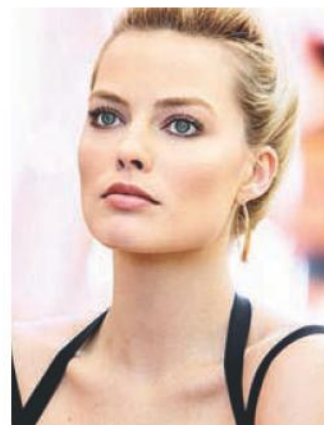
Эмма известна по фильмам «Новый Человек-паук» и «Бердмэн». А сейчас в планах – продолжение «Семейки Крудс» и отношений с Человеком-пауком Эндрю Гарфилдом. Интересный факт: ее низкий сексуальный голос (смотри фильмы в оригинале) – следствие мозолей на голосовых связках.



## 73 С ДВУМЯ ДЕВЯТКАМИ ХОУП СОЛО

93 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Само существование женского футбола (тем более американского) было бы еще больше спорно, если бы не вратарь женской сборной США и клуба WPS «Сиэтл Саундерс» Хоуп Соло. В детстве она играла в баскетбол и волейбол и каталась на сноуборде. Но остановилась на газоне.



## 70 А ТЕПЕРЬ СОЛО НАЙЯ РИВЕРА

\* НОВЕНЬКАЯ

Честное слово, даже эта умопомрачительная красотка не сможет заставить нормального (и совершеннолетнего) человека посмотреть хотя бы эпизод чудовищного сериала «Хор». Зато фотографии Найи мы можем разглядывать бесконечно. И даже триллер «У дверей дьявола» включить пару раз. Говорят, кстати, что она еще и поет. Но честное слово, она могла бы просто сидеть перед нами и ничего не делать. По правде сказать, так было бы даже лучше.





68

## БРОСАЕТСЯ В КРАЙНОСТИ ДЖЕССИКА АЛЬБА

75 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Несмотря на двух маленьких детей, Джессика не забывает регулярно демонстрировать общественности молодое и подтянутое тело. В 2015-м вышел боевик «Особо опасна» с ее участием в главной роли, где Альба, как всегда, крайне сексуальна.



67

## МАЛЫШКА НА МИЛЛИАРД КЭТИ ПЕРРИ

66 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Кэти попала бы в этот список, даже если бы не выпускала мировые музыкальные хиты. В этом году она разделась для рекламной кампании Moschino, снялась в сексуально-хулиганском клипе Мадонны и собрала миллиард просмотров на YouTube благодаря клипу на песню Dark Horse.



66

## К НАМ ЕДЕТ ЕЛЕНА ЛЕТУЧАЯ

\* НОВЕНЬКАЯ

Летучая не боится агрессивных администраторов, невоспитанных шеф-поваров и недобросовестных горничных в отелях и проверяет гостиницы и рестораны во всех уголках страны – в рамках шоу «Ревизорро». И главное – и в эфире, и в жизни всегда выглядит сногшибательно.



65

## ПОЛКОМАНДЫ ТАИСИЯ ВИЛКОВА

91 В ПРОШЛОМ ГОДУ

18-летняя Таисия уже успела сняться в «Деффчонках», «Выкрутасах», «Чемпионах», «Фарце» и еще десятке картин, а также попасть в рейтинг 100 самых сексуальных. Таисия, прежде чем ты решишь, что жизнь окончательно удалась – переберись хотя бы в верхнюю половину списка.



64

## ТЕЛЕХИТ ВИКТОРИЯ ЯКУБОВСКАЯ

\* НОВЕНЬКАЯ

В апреле этого года Вика уже рассказала тебе подробно и о своих предпочтениях среди мужчин, и о работе на телевидении. Только вспомни съемку в манящем красном платье и паре откровенных боди, и станет ясно, почему Виктория вновь появляется в нашем журнале.



63

ВЫСОКИЙ СТАНДАРТ

КАРЛИ  
КЛОСС

76 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Некоторым супермоделям не чуждо ничто человеческое. Вот, например, ангелу Victoria's Secret Карли Клосс не чужды потрясающее человеческое обаяние и непосредственная сексуальность.





62

ШИК, БЛЕСК, БУРЛЕСК

ЭШЛИ  
РОБЕРТС

★ НОВЕНЬКАЯ

К танцам мы, если честно, относимся настороженно, да и уроки пения в школе прогуляли едва ли не все. Тем не менее певица и танцовщица, склонная к жанру бурлеска, не может оставить нас – да судя по всему, и вас – равнодушными. Распад Pussycat Dolls не заставил нас лить слезы, но позволил лучше разглядеть самую маленькую куколку. Уже несколько лет не можем налюбоваться.









61

ТОК ШОУ

# КАРМЕН ЭЛЕКТРА

60 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Всего на одну строчку опустилась за год нестареющая звезда наших влажных подростковых снов. В принципе такими темпами она выпадет из мировой сотни годам к восьмидесяти. Или нет.







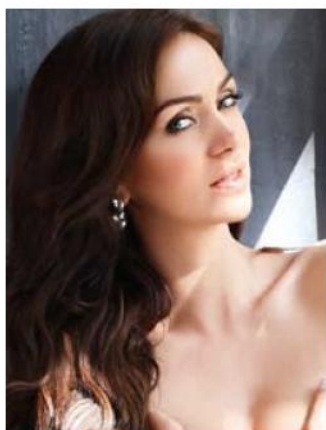
59

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

**ЛЕРА  
КОНДРА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Если ты до сих пор не знаешь, кто перед тобой, значит, ты купил правильный журнал и открыл его с неправильной стороны. Чтобы не тратить на тебя гласные, согласные и точки с запятыми, предлагаем перевернуть журнал и найти интервью с Лерой. Кстати, там есть и более откровенные фотографии.



60

ДИКАЯ ПОЗА

**ЛЯЙСАН  
УТЯШЕВА**

58 В ПРОШЛОМ ГОДУ

В 80-е годы утренняя гимнастика на ТВ была единственным источником незамутненного вуайеристского наслаждения. С тех пор успели изобрести веб-камеры и порносайты, но соблазн встать пораньше, чтобы увидеть Ляйсан Утяшеву, завязавшуюся узлом, могут преодолеть только самые отчаянные совы.



57

МИСС МИРА

**ОЛЬГА  
РОДИОНОВА**

57 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Украшать своим существованием планету – довольно трудная работа, и отпуск в ней не предусмотрен. Подписавшись на инстаграм Ольги, мы внимательно следим, как она преображается своим появлением то Лазурный Берег Франции, то греческие руины. Присоединяйся.



56

НАША МАША

**МАРИЯ  
АНДРЕЕВА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Актриса театра «Мастерская Петра Фоменко» не слишком удачно выбирает роли в кино (чего стоит хотя бы пара «Духlessов»), но компенсирует эту неосмотрительность редкой, хотя иногда и чрезмерной искренностью. Так или иначе, перед тобой достойная причина сходить в театр.



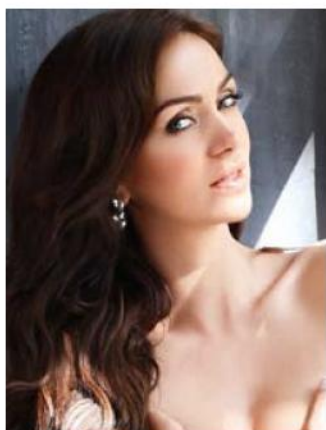
58

ОСОБА ОПАСНАЯ

**ОЛИВИЯ  
УАЙЛД**

55 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Внешность этой актрисы всегда заставляла относиться к ней с некоторой опаской. Хоррор «Эффект Лазаря» этот эффект лишь развил. Так что в этом году за стройную красоту проголосовали только самые смелые читатели. Радует, что смельчаков по-прежнему чертовски много.



55

В ЗНАЧИТ ВИКА

**ВИКТОРИЯ  
ДАЙНЕКО**

70 В ПРОШЛОМ ГОДУ

С последнего рейтинга самых сексуальных в жизни Вики произошло сразу несколько громких событий. Во-первых, она представила свой дебютный англоязычный альбом с кратким названием «V». Во-вторых, певица вышла замуж за барабанщика группы DrumCast Дмитрия Клеймана, которому, к слову, лишь 20 лет. В-третьих, пара ожидает ребенка, если верить слухам. Однако все это не мешает Вике выходить на публику в нижнем белье и выкладывать откровенные снимки в Инстаграм.





# 54

СНОВА В ДЕЛЕ

## РЕЙЧЕЛ СТИВЕНС

★ НОВЕНЬКАЯ

Конечно, нельзя назвать Рейчел стопроцентным новичком — в Британии она уже занимала первое место рейтинга. Кажется, в прошлом веке... Наверное, она вернулась напомнить, что юность — не единственный источник сексуальности, и даже не самый интересный.







# 53

БЕЛАЯ КОРОЛЕВА

## НАТАЛИ ДОРМЕР

\* НОВЕНЬКАЯ

Женщина, отравившая жизнь Шерлоку Холмсу из американского сериала «Элементарно», для нас прежде всего несчастливая супруга трех королей Вестероса и молодая соперница королевы Серсеи. С тех пор как мы выяснили, что обнаженная Лена Хиди, которую провели по улицам Королевской Гавани, – ненастоящая, мы с нетерпением ждем, что прогулку повторят уже с настоящей Натали Дормер. Иначе зачем вообще нужен шестой сезон «Игры престолов»?



# 52

ЧЕЛОВЕК С РУЖЬЕМ

## ЮЛИЯ ПЕРЕСИЛЬД

\* НОВЕНЬКАЯ

«Женщина, которая убьет» – не самое привычное амплуа не только для актрисы, но и для нашего кинематографа вообще. Тем не менее в кинематографической «Битве за Севастополь» главным

победителем следует считать именно Юлию. Красивая театральная актриса давно заслужила свой звездный час на тысячах больших экранов. Ну и попадание в наш рейтинг, само собой.





51

ПОЛКОМАНДЫ  
**СЕЛЕНА ГОМЕС**

51 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Майли Сайрус отлично знает, что, выбравшись из «Микки-Маус клуба», нужно отбросить компромиссы и полумеры. Иначе, как Селена, навсегда зависнешь в середине заветного списка мужских фантазий. Впрочем, у подружки Джастина Бибера еще есть время пойти ва-банк и наверстать упущенное.



50  
ПЛОХАЯ УЧИЛКА  
**КАМЕРОН  
ДИАЗ**

50 В ПРОШЛОМ ГОДУ

В издевательски смешной комедии «Другая женщина» героиня Диаз отлично поладила с молодой и прекрасной Кейт Аптон. Уверен, что и первому месту Кейт в нашем рейтинге старшая подруга только порадует. А сама продолжит отжигать так, как молодым соперницам и не снилось.



48  
ИЗМЕНЧИВАЯ КРАСОТА  
**ЕЛЕНА  
ЛЯДОВА**

\* НОВЕНЬКАЯ

В нашумевшем гимне российской безысходности, известном также как «Левиафан», она играла жену Серебрякова и любовницу Вдовиченкова, а за пределами экрана оказалась женой Вдовиченкова без всяких планов на Серебрякова. Мы запутались, но постельными сценами впечатлились.

49  
ПО ВОЛОСАМ НЕ ПЛАЧЕТ  
**БРИТНИ  
СПИРС**

41 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Упс, она сделала это снова. Снова оказалась в пятом десятке нашего престижного ежегодного рейтинга. Впрочем, вспоминая, как певицу колбасило последние лет десять, мы радуемся любой стабильности в ее непростой, но интересной жизни. И с интересом продолжаем наблюдать.



47  
ХОРОШАЯ УЧИЛКА  
**АНАСТАСИЯ  
ПАНИНА**

49 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Торжественное шествие «Физрука» по отечественным телеэкранам продолжается, и популярность условно главной героини наверняка будет только расти. Впрочем, теперь у нее наконец-то появились серьезные соперницы в борьбе не только за Фому, но и за наши с вами симпатии.







БОДИ — LA PERLA,  
ТУФЛИ — JIMMY CHOO,  
СЕРЬГИ — DIOR



# 46

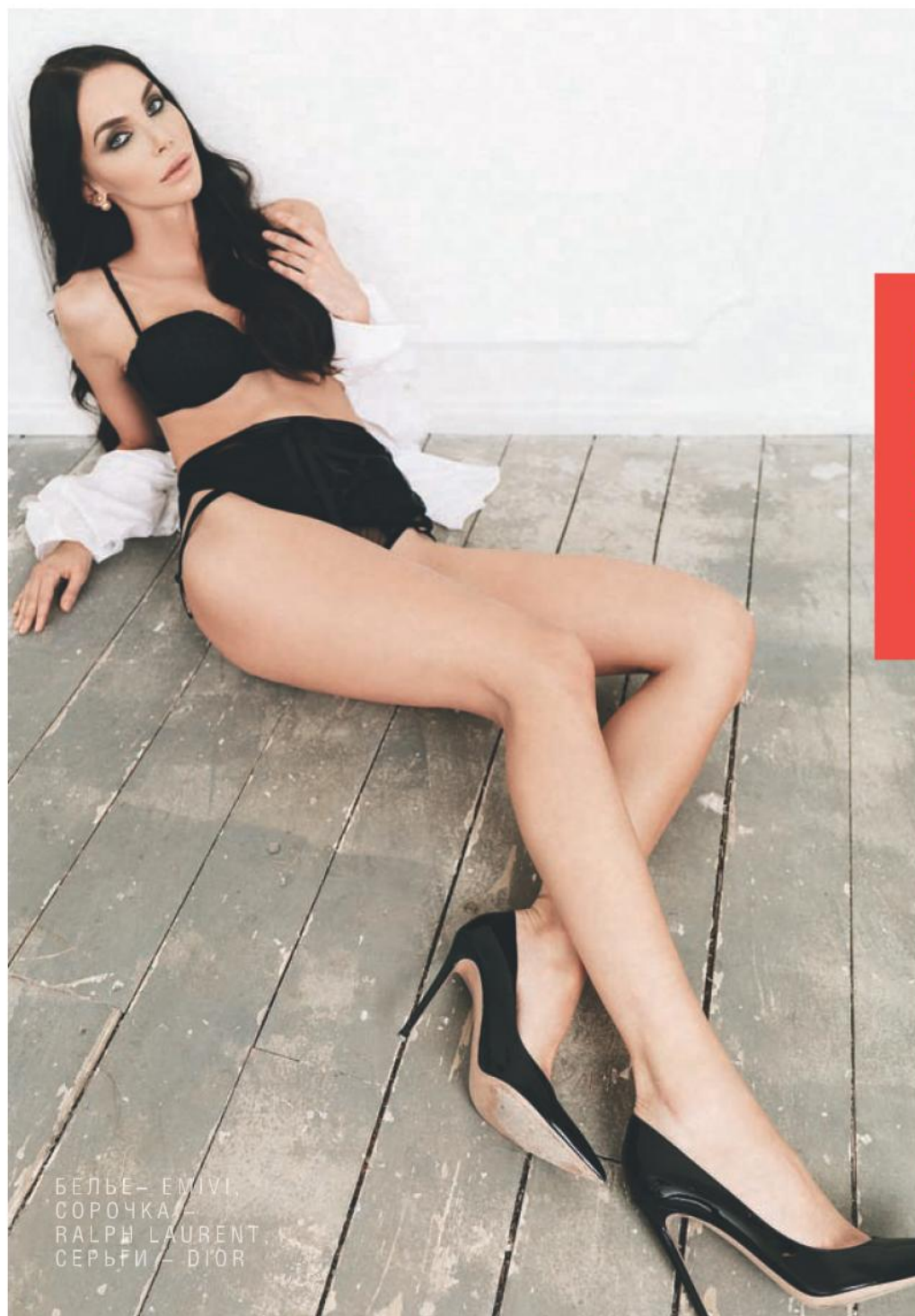
## НАЧИНАЕТ И ВЫИГРЫВАЕТ ОЛЬГА РОМ

★ НОВЕНЬКАЯ

Ольга Ром заслуженно разместилась в середине рейтинга самых сексуальных девушек планеты. Девушка запросто может опьянить тебя своим внешним видом — посмотри хотя бы на ее фамилию

ТЕКСТ STASY BOO ФОТО ИГОРЬ УСЕНКО СТИЛЬ ГАЛА БОРЗОВА  
ВИЗАЖ АННА КАРТАШОВА ПРИЧЕСКА КАЙ РАСЫЛ





## ДОСЬЕ

**Имя:** Ольга Ром  
**Дата рождения:** 22 февраля  
**Место рождения:** Москва  
**Любит:** путешествия, телевидение, съемки  
**Не любит:** слащавых мужчин  
**Инстаграм:** @rom\_amor

Это было в Марокко, в пустыне Сахара. Мы тогда остановились в каком-то отеле с двумя звездами, в котором не было горячей воды. Жара была неопиcуемая. Мы провели два дня под солнцем, так как снимать можно было только с 12 часов дня до 6 вечера. Утром слишком холодно и сильный ветер, поднимающий песок, а вечером вспышки и свет запрещены, иначе придут дикие животные. В общем, те еще условия.

### А что была за тематика и как вас занесло в Марокко?

У меня был образ такой сексуальной байкерши, поэтому мы искали какую-то колоритную локацию. А в Марокко невероятного цвета песок и вся природа.

### Скажи, ты только в фотосессиях принимаешь участие?

Нет, я вообще работала на РБК, вела «Светскую хронику», а еще вот скоро буду сниматься в клипе Джигана. Это будет танцевальная история на песню «Грув».

### Тебе нравится российский хип-хоп?

Я меломан. По настроению могу и Колю Баскова послушать, и что-нибудь зарубежное. Сейчас вот очень нравится Тимати и L'One «GQ», хотя, наверно, Джиган приревнует, если прочитает это. *(Смеется.)*

### А отдыхать летом планируешь?

Да, после съемок собираюсь на месяц к морю, а потом еще в сентябре на пару недель на юг Франции хотелось бы успеть.

### Где мечтаешь побывать?

Очень хочу в Японию и в Бразилию. Меня правда пугают длительные перелеты. Я вот недавно побывала в Китае. Мы ездили сначала на остров Хайнань, а потом отправи-

**Т**ы попала в список самых сексуальных женщин планеты! Как ощущения?  
Просто класс!

### А как прошла эта съемка?

Отлично, я очень люблю сниматься.

### А какая твоя любимая часть процесса?

Ой, я вообще люблю активно принимать участие и на стадии макияжа, и при выборе одежды и позы. Еще очень нравится отбирать финальные снимки. Фотосессии – это очень творческий процесс, я люблю, когда мне дают возможность в нем поучаствовать.

### Можешь вспомнить свою самую сложную съемку?





Все девушки,  
красивы  
примерно  
одинаково.  
А каждый  
мужчина  
красив  
по-своему

БЮСТГАЛТЕР  
И ЮБКА – EMIVI







лись в Шанхай. Я вообще в восторге от еды, местного колорита, атмосферы Азии.

**То есть ты предпочитаешь более активный отдых?**

Однозначно. Раньше я любила лежать долго на пляже. А сейчас даже если не в первый раз еду в какой-то город, стараюсь брать экскурсию или искать какие-то развлечения. Этой зимой еще и на лыжи встала, прям горжусь, что сразу поехала.

**Этот номер FHM посвящен самым сексуальным женщинам планеты. А кто для тебя на первом месте?**

Я в некотором смысле отвечу банально, но это Анджелина Джоли. Она потрясающая женщина. Не только внешне, но и вся ее деятельность по помощи странам третьего мира – это настоящий пример для подражания.

**Ты смогла бы прожить ее жизнь?**

Как известно, до 25 лет Джоли вообще была бунтаркой. Я тоже лет в 18, как и многие, любила тусоваться и клубиться, но потом резко поменялись приоритеты. Кто знает, может, я тоже к 35 захочу усыновить ребенка или активно заняться общественной деятельностью.

**А из мужчин кто тебе близок?**

С мужской красотой все сложнее, чем с женской. Если красивые девушки выглядят примерно одинаково, то каждый мужчина красив по-своему. Вот, например, Джордж Клуни хорош, но и Ричард Гир с далеко не правильными чертами лица тоже. Смазливые и миловидные, как Бен Аффлек, меня не возбуждают. Я люблю харизматичных, как Хавьер Бардем.

**С внешностью понятно, а какими качествами должен обладать мужчина, чтобы понравиться тебе?**

Умом однозначно! Мозги – самое сексуальное, что может быть у парня. Мне не нужны бицепсы, трицепсы, часы и крокодиловые ботинки. Куда важнее ум и хорошее чувство юмора. **FHM**



**Мозги – самое сексуальное, что может быть у парня. Ну и чувство юмора, разумеется**

БЮСТГАЛТЕР  
И ЮБКА – EMIVI







# 45

ЧАСТЬ ВСЕЛЕННОЙ

## ЭМИ УИЛЕРТОН

★ НОВЕНЬКАЯ

Всего пару лет назад Эми Уилертон стояла на сцене «Крокус-Сити Холла» и не совсем отчетливо понимала, плакать ей или радоваться. С одной стороны, она не прошла

в финал «Мисс Вселенной», с другой – стала первой девушкой из Британии, вышедшей в полуфинал. Теперь, когда она в нашем рейтинге, может уже не сомневаться.



# 43

ПО-ПАЦАНСКИ

## ЗОЯ БЕРБЕР

46 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Переехав (пусть и не окончательно) с ТНТ на вездесущий Первый канал, Зоя не только попробовала себя в драматической роли, но и завоевала миллионную армию новых поклонников. Это в какой-то мере объясняет невиданный скачок с сорок шестого места в нашем рейтинге на сорок третье.



# 41

ПОЛОВИНА ПЕРВОГО

## АЛЛА МИХЕЕВА

40 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Каждую неделю в эфире Первого канала актриса из Санкт-Петербурга демонстрирует образцы искренней, честной и бестолковой журналистики, которым позавидовал бы и Борат Сагдиев. К тому же смотреть на нее (даже в рекламе сотового оператора) куда приятнее, чем на Сашу Барона Коэна.



# 40

СМЕШНО ВСПОМНИТЬ

## АНАСТАСИЯ ЗАДОРЖНАЯ

★ НОВЕНЬКАЯ

Идея импортозамещения уже не кажется столь бесперспективной. Вологодское масло успешно конкурирует с датским, вологодское кружево с венецианским, а вологодская актриса Анастасия Задорная готова заменить собой любую американскую комическую блондинку.

# 44

БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ

## ОКСАНА АКИНЬШИНА

47 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Мы уже не первый год ждем, что Оксана возглавит рейтинг, оторвавшись от конкуренток «на два-три корпуса», но, видимо, для этого актрисе, сыгравшей когда-то с Мэттом Деймоном, нужно сниматься чуть больше, а роли выбирать чуть тщательнее. Противоречивая задача, если хорошо подумать.



# 42

БЬЮТ ЗНАЧИТ ЛЮБЯТ

## ДАКОТА ДЖОНСОН

★ НОВЕНЬКАЯ

Пословица «не было бы счастья, да несчастье помогло» нуждается в срочном переводе специально для Дакоты. Не видать бы ей этого рейтинга как своих ушей, но фильм «Пятьдесят оттенков серого» был настолько плох, что тысячи читателей до сих пор хотят ее за это выпороть.





**39**

**ПОТЕРТОЕ СЕДЛО**

**ЛЮСИ МЕК**

★ **НОВЕНЬКАЯ**

Даже консервативные англичане давно поняли, что Люси идут полупрозрачные трусики, летнее солнце и винтажные велосипеды. А фамилия Мекленбург не подходит совершенно. Они просто сократили ее до трех букв, а ты можешь мечтать, как заменишь ее куда более благозвучной собственной.







38

СТИЛЬНЫЙ ПОЛ

ЛЮСИ  
УОТСОН

★ НОВЕНЬКАЯ

Посмотри внимательно — перед тобой классическая «соседская девчонка»: простая, милая, сексуально привлекательная. Правда, чтобы постучаться к ней за солью, придется наконец-то переехать из Южного Бутова куда-нибудь в Челси. Но едва ли ты будешь скучать по московской погоде.



37

ЭТО ПРИЧИНА  
**ЭМИЛИ  
РАТАКОВСКИ**

\* НОВЕНЬКАЯ

Закон запрещает нам демонстрировать тебе Эмили топлес, но никак не запрещает найти нецензурированную версию клипа Робина Тики «Blurred lines» и смотреть на юную Ратаковски с широко открытыми глазами. Ну а если скромничаешь, пересмотри фильм

«Исчезнувшая» — там актриса не такая голая, но такая же горячая. Мы не уверены, что у англичанки с польскими корнями впереди блестящая карьера, но в том, что забудем мы ее не скоро, нисколько не сомневаемся. Ищи в следующих выпусках Top-100.







# 36

## ТРИДЦАТЬ ШЕСТЬ И ШЕСТЬ ВАРДА

★ НОВЕНЬКАЯ

В идеальном мире танцы на шесте уже давно стали бы олимпийским видом спорта, а на груди у Вардануш Мартиросян (известной также как Черный Ангел) красовалось бы несколько олимпийских медалей. Мы, впрочем, и без медалей не можем оторвать от этой груди взгляд. И даже теперь, когда Варда окончательно переквалифицировалась в певицы, предпочитаем смотреть клипы.



# 34

## ВСЕГДА ПОД РУКОЙ САША ГРЕЙ

28 В ПРОШЛОМ ГОДУ

В стране уже почти победившей нравственности бешеная популярность отошедшей от дел (но не раскаявшейся) порноактрисы могла бы вызывать тревогу. Но мы призываем депутатов и священников отнестись с пониманием: это лишь склонность к ностальгии – важнейшая русская черта.



# 33

## ДОЧЕРНЕЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ЗОИ КРАВИЦ

★ НОВЕНЬКАЯ

Одного только клипа в дуэте с Майли Сайрус хватит, чтобы объяснить, как в нашем рейтинге оказалась эта знаменитая дочка легендарного отца. А ведь мисс Кравиц еще и в ураганном блокбастере «Безумный Макс: Дорога ярости» снялась, так что тест на знойность в этом году пройден Зои «на отлично».



# 32

## ЕЕ ЗВАЛИ... ДАРЬЯ АСТАФЬЕВА

★ НОВЕНЬКАЯ

Каждый, кто хоть раз видел клип «Веревки» группы Nikita солисткой которой является любимая модель Хью Хефнера в Playboy – Даша Астафьева, понимает, что нет такого места ни в одном рейтинге, чтобы достойно отразить уровень сексуальности этой украинки. Видимо, ты и не пытался.



# 31

## КАВАБАНГА МЕГАН ФОКС

25 В ПРОШЛОМ ГОДУ

У поклонников «Черепашек-ниндзя» в конце прошлого года был двойной праздник. В обновленной кинофраншизе и черепахи были как живые, и в роли журналистки Эйприл О'Нил снялась не кто-нибудь, а сама неподражаемая Меган Фокс. За это ей все гики планеты даже уход из «Трансформеров» охотно простили.



# 35

## ЧЕЛОВЕК ЗА КОРМОЙ НИККИ МИНАЖ

★ НОВЕНЬКАЯ

Ты, наверное, уже заметил, что некоторым женщинам можно простить многое. И отсутствие вкуса, и пластические операции, и наглое вранье о том, что этих пластических операций не было. Отныне певица Никки Минаж, не вполне помещающаяся в кресло бизнес-класса, входит в число этих женщин.



30

ГРЕШИТЬ ПОДАНО

РОЗАРИО  
ДОУСОН

29 В ПРОШЛОМ ГОДУ

За прошедший с предыдущего рейтинга самых сексуальных год Розарио не на шутку увлеклась комиксами, и если ее появление в «Городе грехов-2» было более чем ожидаемо, то роль в сериале «Сорвиголовы» вызвала бурю неожиданных восторгов у фанатов комиксов. Эпизодические появления мисс Доусон на экране затмевают всех остальных главных персонажей, а ее хрупкие плечи практически в одиночку тащат сексуальную составляющую многосерийной драмы.







A full-page photograph of Miranda Kerr. She is standing outdoors in front of a large window with vertical bars. She has long, wavy brown hair and is looking directly at the camera with a slight smile. She is wearing a white, long-sleeved blouse with a small collar and a bright pink, pleated skirt. Her hands are clasped in front of her. The lighting is bright, suggesting daytime.

# 29

УЖЕ НЕ СЕКРЕТ

## МИРАНДА КЕРР

14 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Первая австралийская модель, подписавшая контракт с Victoria's Secrets в прошлом году, как обычно, привлекала твое внимание с десятков обложек модных журналов, стала лицом пары-тройки брендов, в общем, делала все, чтобы ты ее не забывал. И ты, судя по стабильному месту Миранды в верхней части нашего рейтинга, и не думаешь это делать, наш дорогой читатель. Не можем не похвалить твой выбор.





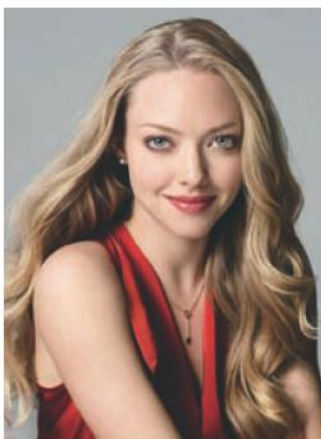
27

У ГУБ ТВОИХ КОНФЕТНЫХ...

**ТЕЙЛОР  
СВИФТ**

13 В ПРОШЛОМ ГОДУ

До появления Тейлор ты и не думал, что можешь переносить музыку кантри, а теперь ты понимаешь, что еще не такое бы слушал, лишь бы наблюдать за ней. Видимо, в этом секрет популярности музыки Свифт, обложку последнего альбома которой украшают ее ярко-красные губы.



26

МЕДВЕЖЬЯ ЗАСЛУГА

**АМАНДА  
САЙФРИД**

19 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Не передать, как мы разочарованы ролями Аманды за этот год. Вместо коварных соблазнительниц и развратных порнозвезд она предстала в благочестивых ролях порядочных девушек. Мы уж думали совсем загрустить, но после выхода «Третьего лишнего-2» решили простить лихой девчонке все на свете.



28

ВДОХ-ВЫДОХ

**МАРИЯ  
ШАРАПОВА**

21 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Покорившая корты всего мира и сердца всех любителей тенниса Мария Шарапова в этом году, как обычно, вошла не только в наш рейтинг, но и в список самых богатых спортсменов по версии Forbes, причем оба эти факта никак не связаны, хотя места в них у нее приблизительно одинаковые.

25

ALL RIGHTS RESERVED

**БЕЙОНСЕ**

38 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Госпожа Ноулз уже давно практически не женщина, а бренд, без которого нельзя обойтись в рейтинге самых-самых, как без Apple, Coca-cola и Mastercard. И то, что она пока еще не спонсирует чемпионаты мира по футболу, можно объяснить только нежеланием это делать. В остальном же у Бейонсе все как всегда неплохо — как в жизни, так и в нашем рейтинге.



24

РАЙСКОЕ НАСЛАЖДЕНИЕ

**БАР  
РАФАЭЛИ**

27 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Жизнь самой известной и красивой уроженки Израиля течет своим чередом: фотосессии, показы, обложки глянца... Мы видели ее на этапах «Формулы-1» и открытии Канн-2015, а появление ее в списке знаменитостей, чьи интимные фото просочились в Сеть, мы точно никогда не забудем.



23

МЕСТЬ ЗАВИСТНИКАМ

**СКАРЛЕТТ  
ЙОХАНССОН**

20 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Молниеносное возвращение на публику после родов и смена прически, без сомнения, дали новый виток к восприятию Скарлетт как одной из самых сексуальных женщин планеты. Уверены, ты оценил ее подтянутую фигуру и еще более магнетический блеск в глазах. Что-то в этих горячих мамочках есть, не правда ли? Хотя чего это мы спрашиваем, судя по наличию миссис Йоханссон в первых рядах нашего рейтинга, все и так понятно.







21

## ВКУС БОНДА ОЛЬГА КУРИЛЕНКО

24 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Бывшая девушка одного Бонда (Крейга) за год не только ослепила нас присутствием в роли партнерши другого (Броснана) – в шпионском триллере «Человек ноября», но и отметилась в роли знойной красавицы в полнометражном режиссерском дебюте Гладжатора-Рассела Кроу «Искатель воды».

22

ТЕОРИЯ НА ПРАКТИКЕ

## КЕЙЛИ КУОКО

42 В ПРОШЛОМ ГОДУ

У тебя было время отойти от печальной новости о свадьбе мистера и миссис Свитинг, но вот забыть, как видим, времени не было. Видимо, Кейли суждено оставаться в числе любимых девушек FHM вечно, ну или хотя бы пока идет «Теория Большого взрыва». Ведь рядом с такой девушкой каждый из нас немножко Леонард.



20

50 ОТТЕНКОВ ОРА

## РИТА ОРА

15 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Британская певица албанского происхождения Рита Ора все еще не надумала выпускать второй альбом, но чтобы ты не забывал о ней, немножко снялась в кино. Не говори, что не знаешь в каком, потому что, если у тебя есть девушка, она наверняка сбегала от тебя на «50 оттенков серого».

19

КУТЧЕРЯВО ЖИВЕТ

## МИЛА КУНИС

11 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Уроженка украинских Черновцов так знатно спелась с Эштоном Катчером, что дело закончилось рождением дочери и браком. Но в перерыве между обустройством гнездышка Мила не забывает радовать нас такими ролями, как в фантастическом эпике брата и сестры Вачовски «Восхождение Юпитер».



18

ЗАСЕЛЕБРИЛО

## КИМ КАРДАШЬЯН

23 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Если по телевизору бесконечно что-то показывать, то оно рано или поздно станет таким знаменитым, что ты и забудешь, что это тебе долго показывали по телевизору. Если ты подумал, что мы это все о Ким Кардашьян, то не совсем. Этой девушке все-таки есть чем «поломать Интернет», за что ей большое спасибо.



17

ПРАВИЛА ПЕРЕВОЗКИ

## РОЗИ ХАНТИНГТОН- УИТЛИ

16 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Посмотрев эпический «Безумный Макс: Дорога ярости», мы окончательно поняли, что Джейсон Стейтем лишь бы кого в спутницы жизни не берет. Розы мало того что красотка, так еще и не робкого десятка, и водит лихо, и стреляет отлично. Лучшей девушки для самого «Перевозчика» и представить нельзя. А уж для наших снов и подавно.



16

ОТ СКОРОЙ ВСТРЕЧИ

**ЮЛИЯ  
СНИГИРЬ**

10 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Если ты думаешь, что от роли в клипе группы «Звери» до голливудских красных дорожек и имени в титрах рядом с Брюсом Уиллисом непреодолимо длинная дорога, то Юлия Снегирь одна из немногих, кто может тебе сказать, что ты ошибаешься. Юля – редкий пример хорошей актрисы и красивой девушки, которая ничего не боится и нигде не затеряется. В нашем рейтинге – особенно. Ей тут даже самое место, считаем мы. Ты вроде тоже согласен.





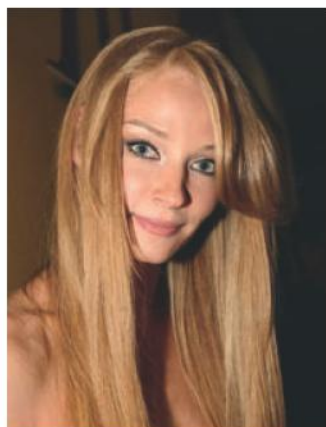


14

## СИЛА ЕСТЬ СВЕТЛАНА ХОДЧЕНКОВА

★ НОВЕНЬКАЯ

Голливуду без русской красоты просто никак. Светлана – одна из самых заметных и красивых актрис в нашем и ненашем кино. А ее последние роли заставят задуматься о ней не только как о женщине, но и о личности: и Василиса Кожина, и леди Батори – с такими ролями справится только очень сильная женщина.

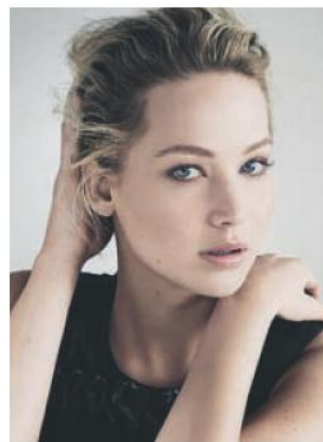
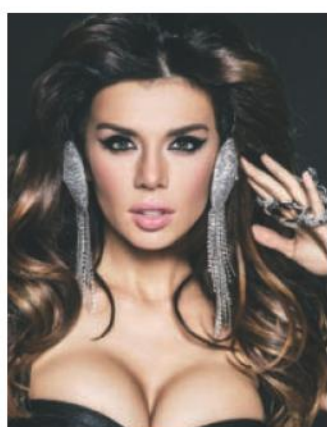


12

## ИНСТАЛГИЯ АННА СЕДОКОВА

04 В ПРОШЛОМ ГОДУ

По наличию Анны Седоковой в нашем рейтинге можно предсказывать конец света. Как? Если ее в нем не будет, значит, он наступил или вот-вот наступит. Потому что забыть об этой женщине не могли бы ни ты, ни мы. Вот такая в нас зародилась уверенность за все те годы, что Аня с нами.



11

## ГОЛОДНАЯ ДО ИГР ДЖЕННИФЕР ЛОУРЕНС

03 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Кроме премьеры новых «Голодных игр» этот год был богат на огромное количество фотографий голой Дженнифер Лоуренс, которые оказались в Сети в результате глобальной киберкатастрофы под названием The Fappening. Остается только гадать, какое же количество осталось в собственности Джен.

15

## ПЕРВАЯ ПРЕСТОЛЬНАЯ ЭМИЛИ КЛАРК

18 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Главная героиня «Игры престолов» и новая Сара Коннор в ребуте саги о «Терминаторе», Эмили Кларк уже который год самая желанная из женщин на большом и малом экранах. И это при том, что в сериале Дейнерис уже давно не разоблачалась. Но мы все равно помним ее выходящей «аки из пены морской»...



10

## ТЕМ КРЕПЧЕ НАША ОБОРОНА ШАКИРА

12 В ПРОШЛОМ ГОДУ

В семье Шакиры и защитника сборной Испании Жерара Пике, видимо, существует уговор на счет успешных годов. В прошлом году жена записала убойный гимн чемпионата мира по футболу, на котором сборная мужа выступила провальнее некуда, в этом муж выиграл все, что можно, на клубном уровне, а жена... Хотя стоп – не считать же провальным год, в котором ты в третий раз попадаешь в Книгу рекордов Гиннесса. Шакира опять оказалась в ней, как первый человек со 100 миллионами лайков в Facebook. Выходит 2015-й обоюдоудачный год.



# 09

## ПЛАН БАРБАДОСА РИАННА

08 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Уж не знаем, насколько правдивы слухи о романе красы и гордости Барбадоса с острием атаки мадридского «Реала» – Каримом Бензема, но если это так, то этот дуэт имеет все шансы затмить по популярности эпическую пару спайс-девочки Виктории и спайс-мальчика Дэвида Бэкхемов. Ну или затмить по противоречивости, если ты, к примеру, фанат «Барселоны». В любом случае против Рианны, надеемся, тебе иметь нечего, как против девушки, так и певицы. Что и подтверждает ее место в рейтинге самых сексуальных.











# 08

ВИНТАЖНЫЙ СОРТ

## АННА ПЛЕТНЕВА

07 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Первая любовь — она самая сильная и запоминающаяся. Не беремся с уверенностью утверждать, что Анна Плетнева была первой любовью российского FHM и его читателей, но думаем, истина где-то рядом. Как еще объяснить такую стабильность в занятии высоких мест нашего рейтинга. Анна снова в десятке. Ура.





# 07

ШОУ «ХОЛОСТЯЧКА»

## ИРИНА ШЕЙК

22 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Ты наверняка уже слышал все слухи о Криштиану Роналду, которые поползли после расставания с Ириной Шейк. Еще бы. Мы бы сами себя заподозрили в какой-то не такой ориентации, если бы бросили такую девушку. К счастью для нас, ты регулярно помещаешь Ирину на высокие места нашего рейтинга, и нам расставание с ней не грозит.



06

В ПОЗЕ

# КАРА ДЕЛЕВИНЬ

★ НОВЕНЬКАЯ

В жизни молодой британской модели Кары Делевинь все идет по плану. Сначала были покорены подиумы, потом обложки модных журналов, теперь же Кара вовсю штурмует вершины кинобизнеса. Несколько улетных короткометражек с ее участием, ты, надемся, уже видел, как, впрочем, и наверняка скачал с торрентов ее дебютный полнометражный фильм «Бумажные города». В общем, мы понимаем, почему ты решил, что этот год за Карой.











# 05

ПИРАТСКАЯ ДОБЫЧА

**ЭМБЕР  
ХЕРД**

02 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Видимо, тебе, о читатель, ничего не страшно, и любовь твоя к Эмбер выдерживает любые самые жестокие испытания. Ни признания в нетрадиционной ориентации актрисы, ни ее внезапные выходы замуж за Джонни Деппа не могут изменить твое-

го устойчивого преклонения перед красотой и сексуальностью этой техасской фурии. Что ж, судя по тем личным фотографиям Эмбер, которые просочились в Сеть в рамках знаменитого The Fappening, ты прав – забыть такую мужчину не способен.





# 04

САЛЮТ...

## ВЕРА БРЕЖНЕВА

05 В ПРОШЛОМ ГОДУ

Список самых красивых женщин планеты, в котором не было бы Веры Брежневой, вообще сложно было бы воспринимать адекватно. Спасибо тебе, читатель, что вот уже который год подряд ты служишь гарантом нашей адекватности и с завидным постоянством голосуешь за самую сексуальную экс-участницу ансамбля «ВИА Гра». Да-да, мы настолько стары, что еще такой Веру помним.

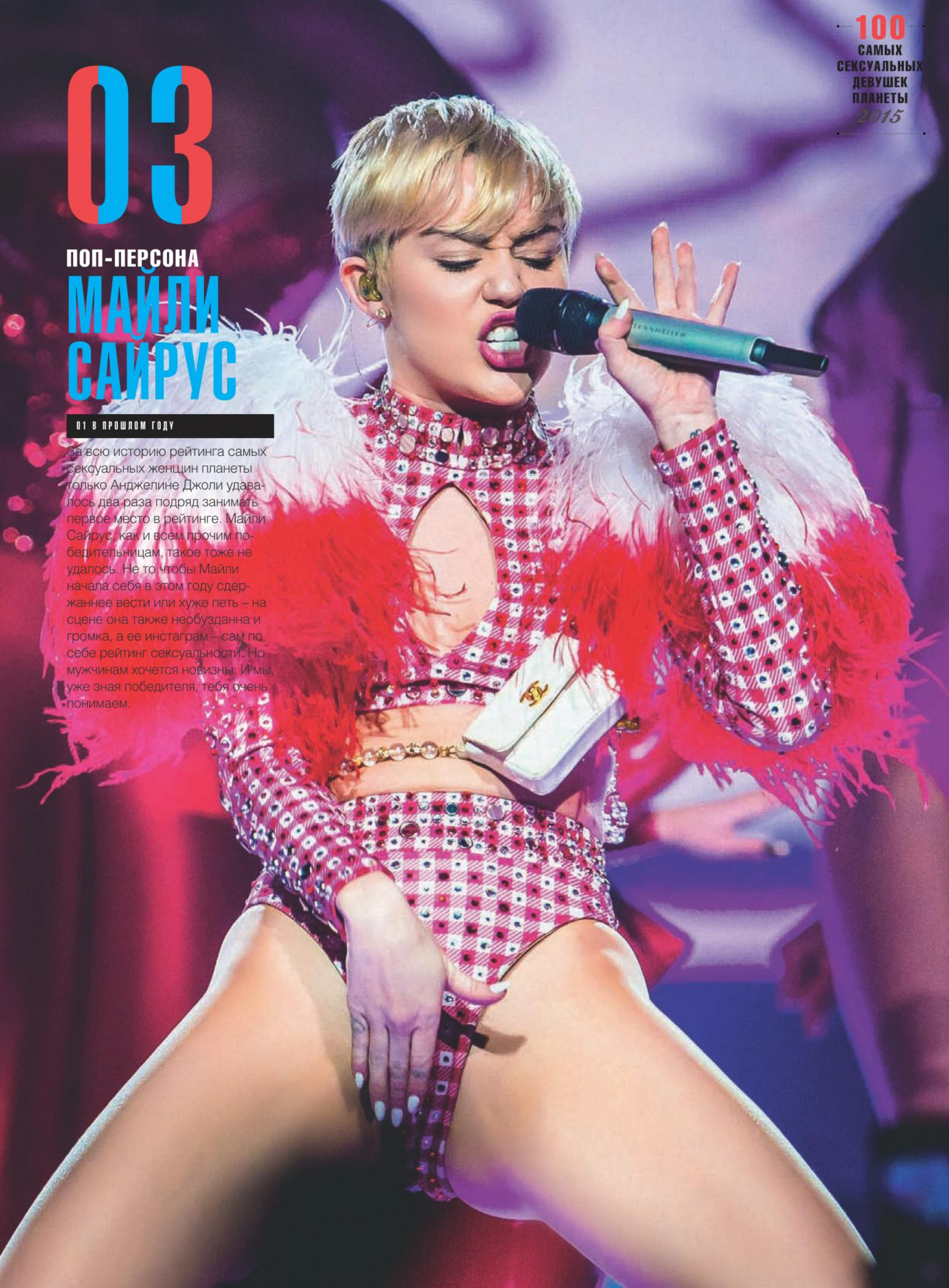


03

ПОП-ПЕРСОНА  
МАЙЛИ  
САЙРУС

01 В ПРОШЛОМ ГОДУ

За всю историю рейтинга самых сексуальных женщин планеты только Анджелине Джоли удалось два раза подряд занимать первое место в рейтинге. Майли Сайрус, как и всем прочим победительницам, такое тоже не удалось. Не то чтобы Майли начала себя в этом году сдержаннее вести или хуже петь – на сцене она также необузданна и громка, а ее инстаграм – сам по себе рейтинг сексуальности. Но мужчинам хочется новизны. И мы, уже зная победителя, тебя очень понимаем.







# 02

ЕВРОВИДНАЯ

**ПОЛИНА  
ГАГАРИНА**

\* НОВЕНЬКАЯ

Каждый раз собирая артиста на песенный конкурс «Евровидение», мы любим приговаривать, что конкурс это политический, что проклятая гейропа нас опять засудит, пора бы уже прекратить посылать туда певцов... Однако, когда вопреки всем напутствиям артист занимает почетное место, восторгу и хвалебным эпитетам нет числа. В этом году восторги по поводу этой красивой хрупкой девушки со звонким голосом и громкой фамилией были абсолютно заслуженными. Ну как и место в нашем рейтинге.