

# ПРЫЖКИ НА ЛЫЖАХ



Прыжок на лыжах с трамплина.

**ПРЫЖКИ НА ЛЫЖАХ** с трамплина, вид спорта; заключается в свободном полёте на дальность со специально оборудованных трамплинов.

Проводятся 3 вида соревнований: индивидуальные прыжки на большом (125 м или K-125) и малом (95 м или K-95) трамплинах и командные прыжки с большого трамплина. При индивидуальных соревнованиях каждый участник совершает по 2 прыжка, за которые присуждаются баллы в зависимости от дальности прыжка и техники исполнения; при этом порядок выступлений перед первым прыжком определяется жеребьёвкой, второй прыжок начинает спортсмен с худшим результатом и т. д. Побеждает спортсмен с лучшим результатом по итогам двух попыток. Первые соревнования состоялись в Норвегии в 1897; в России под С.-Петербургом в 1906. В программе Олимпийских зимних игр с 1924 (70-метровый

трамплин), чемпионаты мира с 1937 (70-метровый). В 2011 в Лиллехаммере впервые состоялся этап Кубка мира по П. на л. среди женщин. На Олимпийских зимних играх в Сочи (2014) женщины дебютировали в этом виде спорта на Белых олимпиадах. Наибольших успехов в олимпийских состязаниях добились: С. Амман (Швейцария; 4 золотые медали), М. [Нюкянен](#) (4), Й. Вайсфлог (Германия; 3), Т. Моргенштерн (Австрия; 3), Б. [Рүүд](#) (2), К. Фунаки (Япония; 2). На чемпионатах мира успешно выступали Моргенштерн (8 золотых медалей), Я. Ахонен (Финляндия; 5), А. [Малыш](#) (4), М. Шмитт (Германия; 4), Рууд (3), С. Ханнавальд (Германия; 2) и др. Среди отеч. спортсменов В. П. [Белоусов](#) выиграл единственную (на 1.1.2015) золотую олимпийскую медаль (Гренобль, 1968), а Г. Ю. Напалков в 1970 победил на чемпионате мира в обоих видах программы – прыжки с 90-метрового и 70-метрового трамплинов. П. на л. входят в программу [лыжного двоеборья](#).