

Алена ЛЯШКЕВІЧ:

«ЁСЦЬ ГАЛОЎНАЯ МЭТА — ПЕРАМОГА»

Пра тое, чым адрозніваецца жаночы бокс ад мужчынскага, і якія траўмы атрымліваюць чэмпіёны

На сёлетнім чэмпіянаце свету па тайскім боксе беларуская зборная заваявала 10 ўзнагарод (5 залатых, 1 сярэбраную і 4 бронзавыя). Адзінай пераможцай сярод дзяўчат (вагавая катэгорыя да 45 кг) стала Алена Ляшкевіч. Чатыры папярэднія гады яна была другой і вось, нарэшце, здолела заваяваць сусветны памост. У паўфінале спартсменка з Асіповіч адолела шведку Камілу Даніэльсан, а ў вырашальнай сустрэчы адну з фаварытак турніру тайку Супхісару Конлак. У інтэрв'ю карэспандэнту «Звязды» Алена расказвае пра тое, чым даводзіцца ахвяраваць дзеля спорту, як удаецца захоўваць знешнасць дзяўчыны больш падобнай на мадэль і дзеліцца сваімі планами.



— Алена, ужо прайшоў час пасля перамогі, адчулі сваё званне чэмпіёнкі?

— Толькі цяпер прыходзіць асэнсаванне гэтага. Непасрэдна пасля перамогі і нават тады, калі прыляцела ў Мінск, яшчэ не разумела, што выйграла чэмпіянат свету. Фінальны бой быў з дзяўчынай з Тайланда, я баксіравала з ёй у мінулым годзе і прайграла. Таму гэтым разам выходзіла на паядынак больш падрыхтаванай, ужо ведала яе манеру. Са старту пачала працаваць першым нумарам, з першага раўнда нічога не давала рабіць саперніцы і дабілася поспеху.

— Можна, былі якія-небудзь прадчуванні перад чэмпіянатам?

— Сёлета я была як ніколі спакойная, хоць звычайна ёсць хваляванне, цісне адказнасць. На сёлетнім чэмпіянаце свету ўсе беларускія дзяўчаты прайгралі свае першыя баі,

таму надзея заставалася толькі на мяне. Напэўна, мой сакрэт поспеху ў тым, каб злавіць вось гэтае адчуванне спакою. Хацелася б сказаць вялікі дзякуй маім трэнерам Сяргею Аляксандравічу Гідулян, Мікалаю Мікалаевічу Сцяпанаву і Мікалаю Уладзіміравічу Грыгараву, гэта наша агульная перамога.

— Чатыры гады запар вы на чэмпіянатах свету былі другой, гэта магло зламаць псіхалагічна...

— Так, ніхто не можа ўявіць, як мне было крыўдна за сябе. Столькі трэніруешся, аддаеш усю сябе спорту, трэнеры столькі ўкладаюць сіл, сама разумееш, што стараешся, а ўсё адно чагосьці не хапае. Усе чатыры разы я была другой па рашэнні суддзяў, гэта значыць, лік быў мінімальны — 3:2. У сэрцы была ўжо вялікая злосць, я думала: калі ж змагу пераламаць гэтую сітуацыю? Перад чэмпіянатам свету моцна захварэ-

ла — два разы перанесла ангіну. У нейкі момант наогул думала, што нікуды не паеду, таму асабліва не разлічвала на вынік, але атрымалася ўсё наадварот.

— Што самае складанае для вас на рынку?

— У прынцыпе я ўжо столькі займаюся спортам (больш за 9 гадоў), што з тэхнічнага пункту гледжання ўсё павінна ўмець. Псіхалагічна таксама галава ўжо да ўсяго гатова. Самы складаны момант для мяне, напэўна, заключаецца ў тым, каб сабрацца ў патрэбны момант, таму што бывае, выходзіш на рынг трохі расслабленай, а такога быць не павінна.

— Жаночы бокс моцна адрозніваецца ад мужчынскага? Магчыма, сярод дзяўчат ёсць нейкія хітрасці?

— Жаночы і мужчынскі бокс — гэта зусім розныя рэчы. Мужчыны ёсць мужчыны, яны больш агрэсіўныя, у іх па-іншаму пастаўлена тэхніка. У жаночых баях больш сумбуру, асабліва ў маленькіх вагах. А што датычыцца розных хітрасцяў, то з імі я асабліва не сустракалася. Адзіная «брудная» сітуацыя, якая можа здарыцца ў баі, — гэта, калі ад суддзі гучыць каманда «стоп» і біць пасля яе нельга, а саперніца мэтанакіравана ў гэты момант можа нанесці ўдар. Яшчэ здараюцца непрыемныя моманты пры рабоце ў клінчы, калі спартсменка спецыяльна падае на цябе зверху і цісне каленам на грудзі, каб збіць дыханне. Такое ёсць, але я стараюся не рабіць нічога падобнага, баксіраваць чыста, каб не было лішніх размоў.

«Па жыцці я прывыкла заўсёды ісці наперад, імкнуся дамагацца свайго і разлічваю толькі на сябе»

— Ці можна сказаць, што бокс — гэта не жаночы від спорту?

— Чаму? Не, гэта і жаночы від спорту ў тым ліку.

— Ніколі не баяліся атрымаць траўму, якая адаб'ецца на знешнасці?

— Не, не баялася. У мяне былі траўмы, напрыклад, летась пацярпела правае вока, але ўсё нармальна, дзякуй Богу, загінула. Думак пра тое, каб кінучь бокс з-за гэтага наогул не

было. Усё здараецца, гэта ж спорт, ніхто не застрахаваны. Раз я ўжо выбрала такі від, то павінна быць гатовая да ўсяго. Страху болю таксама ўжо няма. Першапачаткова, вядома, ён быў, раней, калі выходзіла і бачыла перад сабой саперніцу, не ведала, што з ёй рабіць. Здавалася, што яна забойца, хоць баксіруе, можа, значна горш за цябе. Усё з вопытам прыходзіць, з усведамленнем таго, што ёсць пэўная мэта — перамога, і ты да яе ідзеш.

— Як родныя ставяцца да вашага ладу жыцця?

— Баі яны практычна не глядзяць, а калі і глядзяць, то, думаю, не да канца разумеюць, што там і як адбываецца. У сям'і няма такога, каб за мяне трэсліся, празмерна засцерагалі. Я расла, можна сказаць, сама па сабе, а бацькі заўсёды падтрымлівалі мяне і ніколі не былі супраць бокса. Прыеду дадому з сіняком, яны з мяне пасмяюцца і ўсё.

— Што маленькую дзяўчынку Алену прывяло ў секцыю па боксе?

— Я заўсёды больш сябрала з хлопчыкамі, а яны хадзілі займацца тайскім боксам. Думаю, пайду і я. Вынікі прыйшлі адразу, я пачала выйграваць першыя месцы на чэмпіянатах рэспублікі, калі была юніёркай, не прайграла ні адных спаборніцтваў. Хоць наогул у дзяцінстве хацела стаць дызайнерам, у мяне да гэтага часу засталіся такія замашкі. Цікава, што з чым спалучаць у інтэр'еры. Калі прыязджаю да бацькоў у Асіповічы, пачынаю камандаваць куды, што трэба паставіць.

— Ці даводзілася прымяняць свае баксёрскія ўменні ў штодзённым жыцці?

— Хіба што ў дзяцінстве быў хлопчык, які чакаў мяне каля школы пасля ўрокаў і пастаянна біў. Усё скончылася, калі я вырашыла адказаць і сама ўдарыла яго. Ён усё зразумеў. З таго часу мы вельмі добра сябруем.

— Алена ў баі і ў штодзённым жыцці — гэта розныя людзі?

— Прыкладна аднолькавыя, па жыцці я прывыкла заўсёды ісці наперад, імкнуся дамагацца свайго і разлічваю толькі на сябе. Так у мяне і на рынку атрымліваецца, я адразу займаю пазіцыю першага нумара.

— Як думаеце, сябрам цяжка з вамі мець зносіны?



— Калі казаць пра рысы характару, то спартыўны нораў, вядома, пастаянна праяўляецца. Я бываю запальчывая, і гэта ідзе ад спорту. Сяброўкам са мной лёгка, таму што я заўсёды гатова выслухаць, падтрымаць, парадавацца за кагосьці, а вось майму маладому чалавеку, думаю, складаней. У мяне ярка выяўленыя лідарскія якасці, мне трэба ісці толькі наперад, не магу сядзець на месцы, трэба ўсё рабіць хутка, выразна, каб усё было на сваіх месцах. У яго трохі іншы характар, больш спакойны, я яму вельмі ўдзячная за тое, што ён умее знаходзіць кампрамісы.

— З боку вы больш падобная на мадэль, чым на баксёрку.

— У беларускім боксе шмат сімпатычных дзяўчат. У мяне гэтая жаночасць ідзе, напэўна, знутры, нічога спецыяльна я не раблю. Як і ўсе дзяўчаты, недзе нафараваць пазногці, прасачыць за валасамі.

Што датычыцца фігуры, то я выступаю ў вазе да 45 кг, таму заўсёды сачу за целам. Звычайна мой дзённы рацыён складаецца з абсалютна чыстага тварагу, ёгурту, яблыка або чарнасліву, у абыд магу з'есці зусім трохі супу-пюрэ альбо яечню з агароднінай. У прынцыпе гэта пастаянна адно і тое ж, ем я вельмі мала. Бывае, што вельмі хочацца наесціся і я зрываюся, іду ў Макдональдс і бяру ўсё, што захачу, а потым зноў трываю вагу. Шчыра скажу, гэта даецца мне не так проста, тым больш я проста жудасна люблю салодкае. Пасля буйных спаборніцтваў звычайна некалькі тыдняў ем адны прысмакі.

— Чым займаецеся на выхадных?

— Звычайна езджу да бацькоў у Асіповічы, дапамагаю ім, палю агарод, градкі, мне вельмі падабаецца гэтым займацца. У мяне там свае кветчкі, ружы растуць. А калі застаюся ў Мінску, то катаюся на веласіпедзе, езджу на рэчку, люблю гуляць у бадмінтон.

— Што цяпер у планах?

— Хацелася б яшчэ раз выйграць чэмпіянат свету, каб ужо пацвердзіць сваё званне. Тым больш у наступным годзе плануецца правесці яго ў Мінску. А ў простым жыцці, вядома, планую выйсці замуж і стварыць сям'ю. Мець дваіх-траіх дзяцей і займацца любімай справай.

■ Экспрэс-навіны

ПЕРАМОГА Ў КАНТЫНЕНТАЛЬНЫМ ПЕРШЫНСТВЕ

Зборная па мастацкай гімнастыцы

стала пераможцам чэмпіянату Еўропы

Каманда ў складзе Ксеніі Чалдышкінай, Ганны Дудзянковай, Марыі Кадобінай, Марыі Кацяк, Валерыі Пішчэлінай і Арыны Цыцільнай выйгралі залаты медаль кантынентальнага форуму ў ізраільскім Халоне ў асобных групавых практыкаваннях з пяццю стужкамі. Беларускі атрымалі ад суддзяў за сваю кампазіцыю — 18,516 бала. Другое месца ў гэтай дысцыпліне занялі гімнасткі Ізраіля — 18,400. Бронзавыя медалі ў скарабонцы зборнай Іспаніі — 18,133 бала.

У турніры юніёраў беларускі па выніках выступленняў у асобных відах тройчы ўздымаліся на п'едэстал гонару. Сярэбраныя ўзнагароды выйгралі Юлія Еўчык у практыкаванні са скакалкай, Аліна Гарноўска, якая выканала кампазіцыю з абручом. Трэцяе месца ў практыкаванні з булавамі ў Юліі Ісачанкі.

Усяго ж на рахунку зборнай Беларусі па мастацкай гімнастыцы 6 ўзнагарод. Раней каманда ў групавых практыкаваннях стала сярэбраным прызёрам у мнагабор'і.

Без ўзнагароды 32-га еўрафоруму засталася лідар зборнай Меліціна Станюта, якая завяршыла барацьбу ў індывідуальным мнагабор'і на чацвёртым месцы.

ІХ ЧАКАЕ РЫА-ДЭ-ЖАНЭЙРА

Баскетбалісткі зборнай Беларусі дабіліся права

выступіць на Алімпійскіх гульнях — 2016

У нядзелю ў вырашальным паядынку за апошняю пунцёўку ў Рыа супраць зборнай Паўднёвай Карэі падпечныя Анатоля Буяльскага выдатна правялі стартавы адрэзак, пайшоўшы ў адрыв з лікам 12:0.

Пасля гэтага карэянкаі здолелі наладзіць гульню, але першая чвэрць завяршылася з вынікам 12:8 на карысць беларусак. У другой дзесяцімінутцы беларускія баскетбалісткі зноў узалі ініцыятыву ў свае рукі, дабіўшыся перавагі ў 11 балаў — 27:16. У другой палове сустрэчы на пляцоўцы ішла зацятая барацьба, у выніку якой перамогу святкавалі беларускі — 56:39. Самай выніковай у складзе пераможцаў стала Ліндсэй Хардзінг, якая набрала 17 ачкоў.

Нагадаем, што ў кваліфікацыйным алімпійскім турніры ў Нанце наша зборная на папярэднім этапе заняла першае месца ў сваёй групе, абыграўшы каманду Нігерыі (71:60), і саступіла карэянкам (65:66), затым у чвэрцьфінале саступіла кітайскай баскетбалісткам (70:84), а потым у паўфінале "суццэсальнага" этапу разграміла аргенцінак (84:44).

У алімпійскім турніры ў Рыа-дэ-Жанэйра выступяць 12 дру-жын: Бразілія, ЗША, Сербія, Канада, Аўстралія, Сенегал, Японія, Францыя, Кітай, Іспанія, Турцыя і Беларусь. На першым этапе каманды будуць разбітыя на дзве шасцёркі, а потым па 4 леп-



шыя зборныя працягнуць барацьбу за ўзнагароды па сістэме плэй-оф. Жаночы баскетбольны турнір Алімпіяды-2016 стартуе 6 жніўня, а фінішуе 20-га.

Зборная Беларусі другі раз будзе гуляць на Алімпійскіх гульнях. У 2008 годзе ў Пекіне каманда Анатоля Буяльскага заняла 6-е месца.

Матэрыялы падрыхтавала
Дар'я ЛАБАЖЭВІЧ. lobazhevich@zviazda.by