

Свая гульня

«МАЛЕНЬКІ» ТЭНІС ПАТРАБУЕ ВЯЛІКАЙ ПРАЦЫ

Дамовіцца наконт інтэрв'ю з членам нацыянальнай каманды Беларусі па настольным тэнісе Аляксандрам ХАЊІНЫМ было няпроста. Кожны дзень васьмнадцатгадовага спартсмена распісаны па хвілінах, дома ў Мінску ён бывае даволі рэдка. Але пасля заканчэння 9-га Адкрытага чэмпіянату Беларусі па настольным тэнісе, дзе яны ўзялі «бронзу», у Сашы з'явілася вольная гадзіна для інтэрв'ю.

— **Раскажы, калі ласка, чаму ты абраў менавіта гэты від спорту?**

— Першапачаткова я хацеў займацца вялікім тэнісам. Але выбраў настольны па парадзе Міхаіла Васковіча, які з'яўляецца суддзёй на большасці сур'ёзных спаборніцтваў па гэтым відзе спорту ў Беларусі. Менавіта ён паўплываў на мой выбар.

— **Ёсць меркаванне, што для таго, каб дасягнуць поспеху ў якой-небудзь справе, неабходна займацца ёй на працягу дзесяці тысяч гадзін. А колькі ты займаешся настольным тэнісам?**

— Дакладна больш за гэты паказчык. Я займаюся настольным тэнісам з шасці гадоў. Першы год



проста трэніраваўся тры разы на тыдзень у Рэспубліканскім цэнтры алімпійскай падрыхтоўкі па настольным тэнісе. Пасля пачаліся спаборніцтвы (гарадскія, рэгіянальныя), на якіх я звычайна ўваходзіў у тройку пераможцаў. Мой першы трэнер — Аляксандра Сіпач — гэта заўважыла, і тады трэніроўкі сталі штодзённымі. Калі мне было дзесяць, трэнерам стаў Андрэй Вараб'ёў, з таго часу я перастаў трэніравацца з равеснікамі. Гадоў з трынаццаці займаюся тэнісам двойчы ў дзень — раніцай і ўвечары.

— **А дзяцінства ў цябе было?**

— Канешне! Проста яно атрымалася больш насычаным, чым у астатніх. Да васьмага класа я вучыўся ў звычайнай гімназіі, у мяне ніколі не было «васьмёрка» за чвэрць — толькі «9» і «10». Мае бацькі добра вучыліся, брат быў выдатнікам, было на каго раўняцца. І ўсё ж у пэўны момант прыйшлося выбіраць паміж тэнісам і вучобай. У Рэспубліканскім вучылішчы алімпійскага рэзерву, якое я скончыў з залатым медалём, для кожнага навучэнца складаецца індывідуальны

план. Ён дазваляе не прапускаць заняткі.

— **Напэўна, ёсць спартсмены, на якіх ты раўняешся...**

— Канешне! Гэта беларускі тэнісіст Уладзімір Самсонаў. Цяпер мы члены адной каманды, мне даводзілася выступаць разам з ім, я натхняюся яго талентам і спрабую пераняць нешта.

— **Ці бываюць моманты, калі табе хочацца ўсё кінуць і жыць, як звычайныя хлопцы твайго ўзросту?**

— Бывае, інтарэс да тэніса знікае, калі доўга не выйграеш на спаборніцтвах. Тады хаджу на трэніроўкі як на аўтапілоце, без асаблівай радасці і задавальнення. Дарэчы, у нашай каманды ёсць псіхолаг. Я час ад часу да яго звяртаюся.

Але думак пра тое, каб кінуць, не бывае ніколі. Тэніс — не проста частка майго жыцця, гэта ўжо і работа. Тут неабходна патлумачыць, што ў мяне бывае толькі адзін выхадны на тыдзень, і то калі пашчасціць! У такія дні я звычайна нешта вучу, стараюся праводзіць час з бацькамі, якія рэдка мяне бачаць.

— **Цікава, як у цябе складваюцца адносіны з дзядзючатамі, калі нават на адпачынак часу не хапае. Ды і ўвогуле, сябры ёсць?**

— Сяброў шмат: і сярод тых, з кім трэніруюся, і з былымі гімназістамі сувязь падтрымліваю. Праўда,

бачуся з імі вельмі рэдка. Што да дзядзючатаў, дык выратаўваюць сацыяльныя сеткі. Праз іх знаёмлюся і перапісваюся.

— **Настольны тэніс не вельмі папулярны від спорту ў Беларусі, калі параўноўваць яго з хакеем, вялікім тэнісам ці біятлонам. На тваю думку, магчыма гэта выправіць?**

— Сапраўды, настольны тэніс у нас успрымаюць больш як аматарскую гульню, а не алімпійскі від спорту. Але дакладна ведаю, што «маленькі» тэніс патрабуе не менш сіл, чым вялікі. У суседняй Польшчы існуюць тэнісныя клубы, за адзін з якіх я гуляю. Там паглядзець на спаборніцтвы прыходзяць не толькі блізкія і сябры тэнісістаў, як у нас, але і фанаты, і проста глядачы.

Не так даўно сусветна вядомы брэнд тэніснай экіпіроўкі падпісаў кантракты з некалькімі беларускімі спартсменамі, у тым ліку са мной. У той жа Еўропе гэта даўно практыкуецца, а для беларускіх тэнісістаў — новы ўзровень.

Думаю, цікавасць да настольнага тэніса з'явіцца ў жыхароў нашай краіны тады, калі нацыянальная каманда будзе добра выступаць не толькі на еўрапейскіх спаборніцтвах, але і на сусветных. Гэта, дарэчы, добрая матывацыя для будучых перамог!

Ганна КУРАК, студэнтка V курсу Інстытута журналістыкі БДУ.

Падтрымка з пампонамі

«ЗА ЛІШНЮЮ ВАГУ НЕ ВЫГАНЯЕМ»

Каго бяруць у чырлідары?

Некалі выступленні чырлідараў можна было пабачыць толькі ў амерыканскіх фільмах. Сёння дзядзючаты з пампонамі ўпрыгожваюць ледзь не кожны буйны матч і не даюць глядачам засумаваць у перапынку. Які адбор праходзяць тыя, хто хоча трапіць у каманду? Наколькі гэта дарагі від спорту? І чаму ў групах падтрымкі не відаць хлопцаў? Пра гэта гутарым з кіраўнікамі студыі чырлідынг Chilly girls, выпускнікамі БДПУ Надзеяй і Віталём ПРАЗАРОВІЧАМІ.

Надзея: — У нас чырлідынг стаў развівацца недзе з 2005 года. Конкурс паміж школьнымі камандамі прапанавала праводзіць Міністэрства адукацыі. Я на той момант працавала ў цэнтры творчасці дзяцей і моладзі Першамайскага раёна сталіцы, вяла гурток аэробікі. Новы напрамак зацікавіў. Мы паглядзелі па касетах, што такое чырлідынг, паспрабавалі зрабіць харэаграфічны нумар з пампонамі.

Удала выступілі, некалькі гадоў займалі прызавыя месцы. Потым у чырлідынг сталі падцягвацца спартсмены, акрабаты. І танец з пампонамі пачаў ператварацца ў нумар з эфектнымі акрабатычнымі элементамі. Цяпер у Беларусі ёсць федэрацыя чырлідынг і каманда падтрымкі. З мінулага года яна актыўна супрацоўнічае з Міністэрствам адукацыі, каб папулярна зрабіць гэты кірунак у школах.

— **Чырлідынг — дарагі від спорту?**

Віталь: — Таннейшы, вядома, чым хакей ці вялікі тэніс. Калі ты працуеш «на конкурсы», трэба аплачваць гадавы ўзнос у федэрацыю — гэта каля 20 рублёў плюс удзел у спаборніцтвах — ад 10—15 рублёў за танец з чалавека. Касцюм можа каштаваць

ад 30 рублёў і да бясконцасці. Трэніроўкі таксама платныя. Думаю, рублёў 500—600 у год ідзе на гэту справу. Прычым без паездак на спаборніцтвы за мяжу.

— **Дзядзючаты праходзяць строгі адбор?**

Надзея: — Калі іх наймаюць на работу, так. Ты павінна паказаць пэўныя харэаграфічныя і гімнастычныя навыкі, умець працаваць у камандзе. Адбор сур'ёзны, бо на гадавы кантракт бяруць звычайна 6—8 чалавек.

Віталь: — Чырлідынг такая ж праца, як і ўсе астатнія. Трэба шмат займацца. У нас былі выпадкі, калі дзядзючаты хацелі хадзіць толькі на выступленні. Але так не атрымліваецца. Яны адстаюць ад праграмы, падрыхтоўка пакрысе пагаршаецца.

— **Чырлідаркі выступаюць у даволі адкрытых касцюмах. Ад іх патрабуюць сядзець на дыэтах?**

Надзея: — Ёсць пажаданне прытрымлівацца правільнага харчавання. Зразумела, што калі ў цябе зашмат лішняй вагі, ты проста не зможаш танцаваць. І не надзенеш адкрытую сукенку. Калі робіш кола ці батман, сцёгны агаляюцца, відаць усе загані фігуры. Таму трэба мець або ідэальныя ногі, або набор калготак у сетачку (смяецца).

— **За лішнюю вагу могуць выгнаць з каманды?**

Надзея: — Дзядзючаты «ў целе» могуць выступаць, але будуць стаяць у апошняй лініі, дзе іх проста не відаць. Але пышкі патрэбны для пірамід і іншых складаных элементаў. Немагчыма худзенькім чырлідаркам падымаць дзядзючатаў на ўзровень грудзі ці выводзіць на выцягнутыя рукі. Гэта мужчынская работа.

— **Дарэчы, чаму не відаць хлопцаў у чырлідынг?**



Надзея: — Яны ёсць — у камандах, якія выступаюць на спаборніцтвах. І ў намінацыі Cheer, дзе паказваюць складаныя акрабатычныя элементы, цяпер практычна няма жаночых каманд. А на матчы часцей запрашаюць проста прыгожых дзядзючатаў з пампонамі.

Віталь: — Чырлідынгам складана зарабляць. Калі няма грошай — не будзе і хлопцаў. Як і ўсюды. Хоць пачынаўся чырлідынг з хлопцаў. І пампонаў таксама прыдумалі мужчыны.

— **А што наконт касцюмаў, тут прасочваецца нейкая мода?**

Надзея: — Раней была тэндэнцыя — асобна майка і спадніца, абавязкова голы жывот. Цяпер жывот хаваюць. Спадніцы ў складку былі модныя пару сезонаў таму, цяпер — прамыя, у якіх перад крыху карацейшы за зад. Прычоскі кожны год мяняюцца. У Амерыцы цяпер папулярна прыбіраць валасы назад і моцна начэсваць хвост. Але мы з дзядзючатамі як ні стараліся, спецыяльныя парашкі нават куплялі, усё роўна ідэальна не атрымліваецца. На такую прычоску патрэбна вельмі шмат часу.

— **Чытала, што за мяжой забаронены раманы паміж чырлідаркамі і гульцамі клуба...**

Віталь: — Калі мы кажам пра прафесійныя каманды, ёсць патрабаванне, каб адносіны не перашкаджалі рабоце.

Надзея: — Бываюць забароны на раманы паміж чырлідарамі. Адна дзядзючына рас-

казвала, што яе хлопца ўзялі ў асноўны састаў, а яе не, бо нельга, каб пара выступала разам.

Віталь: — Але ў нашай камандзе забароны няма. Калі шчыра, мы б парадаваліся, калі б былі блізкія адносіны паміж нашымі дзядзючатамі і «Ліцвінамі» (каманда па амерыканскім футболе, якую падтрымліваюць Chilly girls. — Аўт.), каб ім было цікавей на гульні хадзіць.

«Калі робіш кола ці батман, сцёгны агаляюцца, відаць усе загані фігуры. Таму трэба мець або ідэальныя ногі, або набор калготак у сетачку.»

— **Які сярэдні ўзрост чырлідараў?**

Надзея: — На спаборніцтвы ездзяць у асноўным з 14 да 22 гадоў. У групы падтрымкі пры спартыўных клубах прыходзяць дзядзючаты больш дарослыя, пасля ўніверсітэта, і тут выступаць можна да таго моманту, пакуль ты цудоўна выглядаеш. У нас у камандзе разбежка ад 17 да 31 года. А затрымліваюцца па-рознаму ў залежнасці ад таго, колькі табе хопіць сіл і патрэбы быць на відзе. У сярэднім гадоў на пяць прыходзяць.

Наталля ЛУБНЕЎСКАЯ, lubneuskaya@vziazda.by