

Казалось, еще совсем недавно ведущие белорусские пловцы взяли первые лицензии апрельского образца для выступления на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро-2016! И поспособствовал этому успеху открытый чемпионат Испании в Малаге. Именно на Пиренеях лидеры национальной сборной Александра Герасименя и Евгений Цуркин получили возможность представить Беларусь на очередных стартах четырехлетия. Отечественные мастера плавания подтвердили свое мастерство и целеустремленность и на открытом чемпионате Беларуси в Бресте, прошедшем вслед за испанским. В первый же день на «сотке» баттерфляем Евгений Цуркин показал второй результат сезона в мире – 51,44 с. Следующий день сложился для него не менее благополучно. Еще бы! Установить свой второй национальный рекорд на дистанции 50 м вольным стилем – 22,49! На третий день – третий рекорд страны! В финале на 100 м вольным стилем он впервые в истории белорусского плавания «разменял» 49 секунд, показав 48,90.

Корреспондент журнала «НС» вызвал известного белорусского пловца на открытый разговор, и новоиспеченный рекордсмен без колебаний согласился.



Евгений ЦУРКИН, чемпион Европы по плаванию:

«Я — ретардант:

— Евгений, тебя можно поздравить! В этом сезоне, пожалуй, ты показал, на что способен и твоя спортивная карьера быстро пошла в гору.

— Не люблю высокопарных слов. Поэтому моя карьера скорее пошла не быстро, а по плану (смеется). Ведь все объясняется просто: есть люди-акселераты, а есть ретарданты. Это те, кто к своей цели идет медленно, но уверенно. К такой категории спортсменов я себя и отношу.

— Такое постепенное раскрытие таланта, наверняка, рассчитывается по формуле: «целеустремленность плюс трудолюбие»?

— А как же без этого? Чтобы добиться результатов, необходимо работать над собой, постоянно совершенствоваться — без этого никак! Профессиональный спорт на этом

и держится. Но, поверьте, что двух составляющих для достижения определенных результатов явно маловато. Сюда можно добавить выносливость, отменную физическую готовность, спортивную удачу и еще множество различных факторов.

— А как же весь этот «багаж знаний» ежедневно носить?! Выходит, что невероятно сложно постоянно быть в режиме «полной боевой готовности»...

— Это как в известной притче: а кто сказал, что будет легко. Вообще, когда тренируешься по 6-7 часов ежедневно, то, кажется, что ты готов ко многому. А это увеличивает шансы на победу. В жизни ведь каждому свое: кто-то работает по 8 часов в день, зарабатывая опыт, а мы — отработываем технику и скорость.

— Как обстоят дела со здоровьем? Это же ведь одно из главных условий для занятий профессиональным спортом.

— Сказать, что я все время чувствую себя богатырем — будем неправдой. Ведь от травм и разных болячек никуда не спрячешься. К примеру, в сентябре 2014-го мы с Сашей Герасименей и нашим тренером по физподготовке были в Германии. Там немецкий специалист помог мне «ослабить» боли в коленях, и я усовершенствовал технику подводного плавания. А раньше из-за проблем с коленями я не мог плыть так, как это требовалось.

— Сейчас, судя по твоим результатам этого сезона, всё хорошо!

— Да, но боли все равно никуда не ушли, да и работать над своими



ошибками нужно постоянно. Сам ты их можешь и не замечать, поэтому нужно прислушиваться к мнению специалистов.

— Например?

— В январе мы были в Эстонии, где нас консультировал известный специалист по технике плавания, профессор Рейн Хальянд. Он сделал полный анализ моей подводной и надводной техники. Заплыл записали на видео, а потом анализировали его. Как выяснилось, ошибок уйма!

пробы! До Рио еще больше года. Так что времени устранить все «неполадки», если они и есть, будет с запасом.

— В конце июля-начале августа в Казани пройдет 16-й чемпионат мира FINA по водным видам спорта. Судя по последним результатам, ты к нему уже готов...

— Я сторонник придерживаться пословицы не говорить «гоп», пока не перепрыгнул. К любым стартам надо идти без шапкозакидательского настроения. Так что говорить пока еще рано, что схватил бога за бороду —



К СВОЕЙ ЦЕЛИ ИДУ МЕДЛЕННО, НО УВЕРЕННО»

— Но ведь это известие не подорвало твою уверенность в своих возможностях? Ведь у тебя за плечами уже было чемпионство на европейском континенте?

— В том-то и дело, что было ощущение обратного: если я смог добиться определенных успехов, плавая как раньше, то сейчас, что-то откорректировав, результаты улучшились!

— Какие из твоих побед были для тебя самыми значимыми?

— Так уж сразу и не скажешь, потому каждый успех — это титанический труд. Наверное, все началось, когда в 2012 году в венгерском Дебрецене на чемпионате Европы я взял бронзу. В 2013 году на Универсиаде в Казани стал чемпионом на «полтиннике» баттерфляем и серебряным призёром на дистанции 100 метров. Наконец, в 2014 году в Берлине стал чемпионом Европы на дистанции 50 метров баттерфляем.

— Как ты оцениваешь свои возможности на Олимпиаде в Рио?

— Еще рано говорить. Естественно, мы будем бороться за медали высшей

нужно упорно тренироваться! Ведь никогда нельзя недооценивать соперников. Как только ты почувствуешь себя выше других — можешь пострадать от такой самоуверенности.

— И все же довольно часто твои конкуренты и просто малоизвестные соперники остаются за спиной. Как ты считаешь, какие качества помогают опережать других спортсменов?

— Только уверенность в своих силах, но, повторюсь, без излишней самоуверенности и недооценки тех, с кем плывешь рядом. На мой взгляд, главная составляющая успеха — это постоянное стремление к развитию и самосовершенствованию. Наверное, это уже давно не секрет: у меня есть физиологические особенности, способствующие этому, грех ими не воспользоваться!

— Недавно Глава государства посетил Университет физической культуры, где встречался со спортсменами, в том числе с Евгением Цуркиным и Александрой Герасименей.



Если не секрет, о чем говорили в водно-спортивном комплексе БГУФК с Президентом Беларуси Александром Лукашенко?

— В основном, конечно же, о результатах и о стремлении к победе. В очередной раз прихожу к мысли, что встреча с высокопоставленными людьми идет только на пользу! Сразу обретаешь уверенность, чувствуешь, что твои результаты важны не только для тебя лично, но и для страны. И это мотивирует!

Беседовала

Елена ТАРАТУШКИНА

Спортивно-оздоровительный комплекс «Веста» это:

- спортивные площадки, активный отдых и развлечения;
- релакс — сауна-люкс, боулинг, бильярд;
- широкий комплекс медицинских услуг;
- конференц-залы до 120 мест;
- рестораны, кафе белорусской и европейской кухни.

Приглашаем приятно отдохнуть, окунуться в атмосферу спорта и здорового образа жизни. И все это в живописном зеленом уголке в 30 км от Минска.

Контактные телефоны: +375291601539;+375447788562;+375171667011

