



белагропромбанк
партнер рубрики

Жизнь любого спортсмена делится на периоды взлета и падения. Если на волне удачи жить легко и просто, то вынужденный «тайм-аут» в карьере может дорого стоить. И чтобы вернуться потом на прежние позиции — нужно приложить неимоверные усилия.

Примером такой настойчивости и упорства можно считать олимпийского чемпиона Сочи Антона Кушнира. Его спортивная биография в целом и жизнь после обретения звездного статуса чрезвычайно разнообразны. Правда, объединяет все эти пути-дороги одно — сильный характер и

твердость духа. После триумфального выступления на ОИ-2014 золотой медалист на несколько сезонов ушел в тень. Но в этом году спортсмен вновь напомнил о себе во весь голос, выиграв три этапа Кубка мира.

Корреспондент «НС» встретился с известным фристайлистом и поинтересовался его планами на ближайшее время.



Антон КУШНИР,

олимпийский чемпион-2014 в лыжной акробатике:

«Отношусь к каждому прыжку как к самому главному в жизни»

— Антон, излишне говорить, что настоящие любители лыжной акробатики соскучились по громким победам после того, как Вы блестяще покорили олимпийский склон в Сочи...

— Знаете, после нескольких побед на Кубке мира, я вспомнил олимпийский пьедестал. Искренне говорю спасибо тем, кто за меня переживал тогда и волнуется теперь. К сожалению, у спортсмена такая доля, что очень часто не все от него зависит. Особенно, если дисциплина, которую ты представляешь, довольно травмоопасная.

— Выходит, что травмы за три послеолимпийских года никуда не ушли?

— Я бы хотел, чтобы их не было. Но, увы, в нашем виде спорта такое трудно

себе представить. Перед началом каждого сезона я говорю: главное — провести сезон без травм, от которых устал. Про свои болячки не хочется распространяться. Скажу только, что для представителей лыжной акробатики характерны проблемы с коленными суставами, грудным, шейным и поясничным отделами позвоночника. Но я это говорю не в качестве какого-то оправдания, чтобы надавить на жалость. Ни в коем случае. У каждого из нас свой жизненный путь. И если ты его выбрал — то иди и не сворачивай, как бы тебе тяжело не было.

— Интересно, такие философские мысли у Вас появились после громких побед, или они были и раньше?

— Трудно сказать. Наверное, во втором

классе, когда я, получив добро от своих родителей записаться в секцию лыжной акробатики, еще не мог осознавать всех трудностей этой дисциплины. Признаюсь даже, что на каком-то этапе возникла мысль все бросить и найти более спокойное занятие. Вот тогда педагогом по философии выступил мой отец. Он сказал слова, которые отложились у меня в голове на всю жизнь: мужчина должен поступать по-мужски; или уходи, или оставайся, но только потом уже ни на что не жалуйся. Знаете, на меня это наставление произвело неизгладимое впечатление. И я остался во фристайле, за что благодарен папе до сих пор.

— Сегодня можете сказать, что же нужно делать, чтобы не стать заложником бесконечных травм?

— Понятно, что универсального рецепта счастья здесь быть не может. Но защита от неприятностей всегда одна — быть собранным и относиться к каждому прыжку в своей жизни как к самому главному.

— А свой самый главный прыжок где планируете совершить?

— Я не знаю. Возможно, он будет там, где я поставлю в своей карьере жирную точку. Хотя удачные прыжки были и на других соревнованиях. Вот недавно у меня получилась отличная серия вы-



Антон Кушнир с главным тренером Николаем Козеко

ступлений на этапах Кубка мира в Китае, США и Корее, где я трижды завоевывал золото. В планах было выступление и на чемпионате мира в Испании с программой определенной сложности. Но, скажу откровенно, что, если я не буду выступать на этих соревнованиях в Сьера-Неваде, то это не будет никакой трагедии. Данные старты я сознательно пропускаю из-за восстановительных процедур. Имея большой соревновательный опыт, колоссальные нагрузки, я готовлюсь по индивидуальной программе. Мы с главным тренером Николаем Ивановичем Козеко работаем в полном взаимопонимании с прицелом на Олимпийские игры-2018 в Пхенчхане.

— **Тем более, что подобные факты в Вашей биографии уже были. Ведь Кушнир пропустил чемпионат мира 2013 года в Норвегии, а через год стал Олимпийским чемпионом...**

— Мне не хотелось бы проводить аналогию между этими соревнованиями. Все-таки тогда причиной пропуска был не тонкий расчет, а проблемы со здоровьем. Ведь за год до Олимпиады в Сочи мне сделали операцию на связки. И я какое-то время вообще ходить не мог. Но поверите, но я научился делать шаги вместе со своим сыном Платоном, которому, на то время, было чуть более годика.

— **Антон, тем не менее, у Вас впечатляющий олимпийский стаж. С тех пор, как Вы перебрались в Беларусь с Украины, уже успели трижды участвовать на зимних Играх...**

— Хочется повториться, что с некоторых пор лыжная акробатика стала смыслом моей жизни. Я в ней жил с малых лет, и продолжаю жить сегодня, имея за плечами 32 года. Но стараюсь не строить долговременные планы, а решать задачи, поставленные передо мной тренером, по мере их поступления.

— **Как ни крути, а за спортивную карьеру самая главная задача в виде сложнейшего прыжка «тройное сальто с пятью пируэтами» была выполнена Вами на олимпийском склоне в Сочи...**

— Я благодарен судьбе и главному тренеру Николаю Ивановичу Козеко, что так вышло. Сегодня мне не хочется говорить, что такой прыжок был огромным риском, и до меня его выполняли немногие. В их числе был американец Эрик Бергуст, ставший олимпийским чемпионом на Играх-1998 в Нагано.

Впрочем, я не считаю, что мой дебют и на Олимпийских играх-2006 в Турине был провальным. Думаю, что я в 20-летнем возрасте неплохо исполнил сложные прыжки. Но тогда, как вы помните, лидерами в команде были Дима Дашинский и Леша Гришин, завоевавшие, соответственно 2-е и 4-е места. А после Игр-2010 в Ванкувере рекомендации наставника нашей команды заставили меня взглянуть на все происходящее вокруг по-новому?

— **И что же такое сказал Вам тогда Николай Иванович?**

— Как-то во время тренировок главный тренер мне сказал: «Антон, не ищи в хорошем плохое, ищи в плохом хорошее». Не помню, по какому случаю это было сказано, но его слова вспомнились на Олимпиаде. Мне тогда в решающем прыжке надо было просто показать то, что я до этого хорошо исполнял, а не придумывать космический трюк. В итоге финал я провалил, поскольку у меня отстегнулась лыжа на приземлении, и мысли о победе моментально улетучились. Главное — уметь слушать тренера. Через четыре года в Сочи я уже был мудрее, и выполнил все тренерские установки.

— **Антон, а кто Вам помогал восстанавливаться в последние год-полтора, когда из-за травм пришлось пропустить немало соревнований?**

— Я старался поддерживать форму на протяжении всего послеолимпийского цикла. Что называется, и летом, и зимой. Где-то более активно, где-то менее — как получалось. Но все это время я чувствовал поддержку нашей команды во главе с Николаем Ивановичем Козеко. Конечно, самыми первыми помощниками в моем восстановлении стали жена Наталья с нашими детьми. Старшему сыну Платону скоро исполнится 5 лет, средней дочке Вере летом будет 3 года, ну, а самой младшей дочурке Марианне в июне будем отмечать годик.

— **Вы себя считаете хорошим папой?**

— Думаю, что да. Мне нравится возиться с детьми. Это позволяет отвлекаться от тренировок. Марианна у нас, слава Богу, спокойная, по ночам дает поспать. Вообще, очень приятно возвращаться домой, где тебя так ждут!

— **Праздники, шумные компании любите?**

— Ненужных тусовок стараюсь избегать. Ведь времени всегда не хватает. Моя родина, как известно, Украина. Так вот



Антон с сыном Платоном

раз в году мне нужно обязательно к маме на день рождения съездить, потом к сестренке на такой же праздник. Бывает и по другим поводам. К примеру, как-то раз, а это было после Олимпиады в Сочи, меня пригласили в родную школу в г.Ровно. Закатили такую пышную встречу — я, признаюсь, не ожидал. Даже какой-то уголок в мою честь открыли. Так что, бывая на родине, могу вспомнить и школьные годы. Хотя сейчас все труднее выбраться даже на короткую побывку. Все-таки семейные дела просто так не отложишь. Но если нужно, то обязательно выкрою день-другой.

— **Антон, а как ответите на вопрос от генерального спонсора НОК Беларуси ОАО «Белагпромпромбанк» и его персонажа Агрика, являющегося талисманом белорусских олимпийцев: как известному атлету удастся держать себя в отличной спортивной форме?**

— В первую очередь надо правильно питаться и очень избирательно подходить к своему режиму дня. Если что-то в этой системе нарушить — пойдет сбой в тренировочном процессе, потому что будет накапливаться усталость, появится раздражительность. Вообще, с нашим графиком соревнований, когда за две недели успеешь побывать на соревнованиях в Китае, США и Корее, ты просто должен себя держать в руках. И утром вставать, как ни в чем не бывало. Несмотря на смену часовых поясов, многочисленные перелеты и переезды. Понятно, чтобы быть бодрым — нужно обязательно хорошо выспаться.



— Со своими соперниками общаетесь? К примеру, следите за тем, чем сейчас занимаются австралиец Дэвид Моррис и китаец Цзя Цзунъян, с которыми на Олимпиаде в Сочи Вы стояли на одном пьедестале?

— Сказать, что каждый день веду sms-переписку и звоню по мобильнику — будет неправдой. Но, когда пересекаемся на соревнованиях, то обязательно общаемся и даже можем побрататься. Есть о чем поговорить, что вспомнить. Тот же Моррис постоянно находится в хорошей форме и попадает в финалы на топ-соревнованиях. А китайский спортсмен, может, и не так стабилен, как лидер нынешнего этапа Кубка мира Ци Гуанпу, но все равно он остается профессионалом. Например, на этапе Кубка мира в Корее один из прыжков он исполнил очень качественно и красиво. Даже, на мой взгляд, лучше Гуанпу. Кстати, с некоторыми из своих конкурентов за Кубок мира я недавно встречался в Корее, даже в столовой за одним столом сидели. Нормально пообщались, пожелали друг другу удачи, и до новых встреч.

— Эти встречи могут быть в разных странах и на разных континентах. Вы любите путешествовать?

— Соревнования и сборы я не считаю путешествиями. Здесь главное —

успешно выступить или выполнить в полном объеме намеченную тренировочную программу, определиться с нагрузками. Поэтому, когда на пару дней прилетаешь в Китай или Корею, то и осмотреться, как следует, не успеваешь, как уже нужно собираться в дорогу по новому маршруту. День расписан по минутам, а остальное сон. Хотя после соревновательной программы, как это было после Олимпиады в Сочи, можно с очень большой пользой для себя провести свободное время. Вот тогда-то и стараешься впитать в себя как можно больше всего. Еще бывает, когда тебя приглашают на

показательные соревнования коммерческого плана, где не нужно из кожи лезть, а просто красиво выполнить номер. Такие мероприятия уже были в Швейцарии, Чехии, Австрии. На них я могу приехать даже с семьей.

— Антон, а Вы успеваете следить за успехами белорусских спортсменов?

— По возможности, да. К примеру, по прилету с Кубка мира из Кореи я уже был в курсе, что Дарья Домрачева завоевала серебряную медаль в гонке преследования. В этот же день наши девчонки вышли в полуфинал Мировой группы по теннису в рамках Кубка Федерации.

Приятно, что и минское «Динамо» пробилось в плей-офф Континентальной хоккейной лиги.

— Не удивительно, что Вас иногда можно увидеть на «Минск-Арене» на хоккее...

— Почему бы и нет. Если я нахожусь в Минске, у меня есть хоть немного свободного времени и в этот день «зубры» проводят домашний матч, то обязательно постараюсь выбраться на хоккей. С большим удовольствием на матчи со мной ходит сын Платон.

— Вы уже думали, кем он будет. Возможно, пойдет по папиным стопам?

— Я уже говорил как-то, что у фамилии Кушнир вообще очень сильное древо, и я очень хочу его разнообразить. В нашей династии были и крестьяне, и купцы, и чиновники, и путешественники. Поэтому не скажу, кем станут мои дети. В одном я уверен, что талантливыми, добрыми и порядочными людьми. А вот для Платона я уже подыскал стезю — спортивную. Конечно, мне не хочется, чтобы он, как его отец, чуть ли не ежедневно прыгал на лыжах до уровня шести- или семиэтажного дома. Для начала мы с супругой решили отдать его в теннис, а позже записали в хоккейную секцию. Знаете, я с удивлением наблюдаю, как он уже научился кататься на коньках и неплохо держать клюшку. Ему и кататься нравится, и с детьми общаться...

Как будет дальше — я не знаю. Но в любом случае я всегда ему дам правильный совет, как мне когда-то их давал мой отец. Как видим, он не ошибся с выбором.

Беседовал Владимир ЗДАНОВИЧ

Олимпийский пьедестал в Сочи

