



Серебряный успех Марии Мамошук на Олимпийских играх в Рио до сих пор остается одной из главных тем в среде отечественных специалистов по вольной борьбе. А тем более с учетом того, что уроженка Гомельщины, выступающая под флагом Федерации профсоюзов Беларуси по-прежнему считает, что в Бразилии ей немножко не хватило удачи, чтобы взойти на высшую ступеньку пьедестала. Поэтому каждая встреча с журналистами — это всплеск эмоций, радости, сожалений и воспоминаний...

Мария МАМОШУК,

серебряный призер Олимпийских игр-2016 в вольной борьбе:

«На ковре почти не осталось соперниц, у которых я хоть раз не выигрывала»

— Мария, а вы помните свою первую тренировку на борцовском ковре?

— Мне кажется, что это никогда не забывается. Да и в этот вид спорта я, наверное, пришла не случайно. С самого детства во мне чувствовался бойцовский характер. Всегда больше играла с мальчиками, хотя и про кукол не забывала. Когда в 5-м классе записалась в секцию борьбы, влюбилась в этот вид спорта сразу же. А на тренировках голова шла кругом. Помню, что было много-много детей... Крики, веселье, беготня по залу. Ковра не было, и начальные уроки борьбы отрабатывали на матах. Сложных приемов в том возрасте не совершали. Программа занятий была построена таким образом, чтобы удерживать детей в секции. Хватало шуток, конкурсов, всевозможных развивающих упражнений.

— И успех не заставил себя долго ждать?

— Путь к победе редко бывает коротким. И я это усвоила, когда училась в школе в поселке Зябровка Гомельского района. Мне казалось, что если я выиграю первенство района по борьбе — это будет высшим пилотажем, а если соревнования рангом выше — то просто «вау». Так вот, спустя два года после начала своей спортивной карьеры, я начала свой путь наверх. Проводились областные соревнования по борьбе. Мне в соперницы досталась девочка из училища олимпийского резерва. Тогда это был авторитет — космический уровень. Она была опытнее меня, более мастеровитой. Но я очень хотела выиграть, и судьба оказалась благосклонной ко мне — я выиграла, чему

безумно радовалась. А первую медаль мне принесла спартакиада профсоюзов. Я заняла третье место. Наверное, тогда моя мама окончательно убедилась в верности выбора её дочери.

— Если верить слухам, вы ведете конспекты тренировок и соревнований?

— Это правда — наполовину. Да, я раньше вела спортивный дневник, но со временем отказалась от этой затеи. Теперь нахожусь уже в том возрасте, когда четко знаю, как себя вести в той или иной ситуации. Больше ориентируюсь о состоявшихся схватках по видео. Стараюсь спрогнозировать ходы соперниц, привношу в свою манеру ведения поединка всё больше спортивной хитрости. К тому же, как мне кажется, на ковре уже почти не осталось соперниц, которых я хоть раз не выигрывала.

— Выходит, что для вас не важно, кто напротив в соперницах?

— Нет. Я на сто процентов уверена в своих силах. Хочется сказать моему наставнику Сергею Николаевичу Смалю огромное спасибо за постоянную поддержку и исключительную веру в мои спортивные способности.

— В финальной схватке за золотую олимпийскую медаль вы уступили более молодой японке Каван Рисако...

— Стоя на пьедестале, чувствовала разочарование от финальной схватки. Стоит признать, что японка была быстрее меня. Поражение на ковре в Рио стало первым для меня в этом году.





— Представительницы Страны «восходящего солнца» в Рио в женской вольной борьбе первенствовали в четырех весовых категориях из семи. Стоит ли расстраиваться?

— По жизни — я максималист, поэтому буду тренироваться и совершенствоваться, чтобы добиться большего. Я получила в Рио бесценные уроки и сейчас могу сказать вслух о секретах успеха спортсменок из Японии. Он, в первую очередь, кроется в максимальной концентрации в концовках поединков. Выигрывает тот, кто сохраняет её до конца. Посмотрите на японских представительниц вольной борьбы! Сколько схваток они выиграли на последних секундах. Ярчайший пример собранности и профессионализма. К тому же они проводят детальный разбор перед схваткой своих соперниц, изучают всё до мелочей. Выходя на ковер, четко знают сильные и слабые стороны противника.

— Нет ли желания пройти стажировку или тренировочный сбор в Японии?

— Желание присутствует, и насколько я знаю, девочки из других сборных практикуют подобное. Однако, не думаю, что японки с радостью будут делиться своими наработками, тем более, в преддверии домашних для них Олимпийских игр 2020 года.

— У вас на следующие Игры четверлетия в Токио свои планы?

— Задача минимум и задача максимум одна и та же — быть первой! Победа в Токио, на родине самых сильных представительниц в нашем виде спорта — именно то, ради чего стоит ежедневно приходить в зал.

— Многие спортивные звезды приходят в залы и по другой причине — провести мастер-класс. У вас такие намерения есть?

— Понятно, что «выходить в люди» с такой благородной миссией лучше всего в чемпионском звании. Поэтому у меня таких акций в рабочем плане пока не значится. Хотя, наверное, если поступит такая просьба от какой-либо школы, то я с радостью отвечу согласием. Ведь у меня уже накопились определенные знания и опыт, которыми могу поделиться с подрастающим поколением.

— Мария, в СМИ было много информации, как вас тепло встретили на родине по приезду из Рио. Признайтесь, подобное внимание со стороны не мешает в тренировочном процессе?

— Абсолютно нет. В этом случае главное — не подхватить звездную болезнь. Но у меня такой проблемы нет. На сегодня для меня важно, что мой труд ценится. Это даёт нужный заряд

и заставляет идти вперед полной сил и радужных перспектив.

— Силы у спортсмена зависят от того как он отдыхает...

— Для меня идеальный отдых — это общение с моей мамой и близкими людьми. Таких контактов очень не хватает во время тренировочного сезона. Иной раз так и хочется отключить мобильный телефон и окунуться в семейную атмосферу. Посидеть на даче, сделать шашлыки, повспоминать забавные истории из детства. Побить наедине со своим молодым человеком. Такой отдых я предпочитаю клубам и увеселительным заведениям.

— Любимое хобби в жизни?

— Спорт на данный момент — это вся моя жизнь. На сборах люблю почитать книги. В будущем планирую заняться своим бизнесом. У нас с друзьями уже есть конкретные наработки. Скажу по секрету — хотим открыть свою пекарню по приготовлению чего-нибудь вкусенького, оригинального, мало где доступного. Люблю экспериментировать на кухне.

— Мария, вам недавно исполнилось 24 года. Считаете ли себя уже состоявшейся личностью?

— Если брать спорт, то уже есть удовлетворение от реализации своего потенциала. Для полного счастья не хватает золотой олимпийской награды. Поэтому хочу отработать новый олимпийский цикл с полной отдачей, и верю, что добьюсь поставленной цели. Создание семьи, рождение детей, домашний уют и налаженный быт — это в перспективе. Все эти компоненты и будут основой для создания по настоящему зрелой, реализованной в жизни личности. Смотрю в будущее с непередаваемым интересом, не забывая при этом жить настоящим моментом!

Беседовал

Вячеслав ХИНЕВИЧ

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;
- горнолыжный центр, санаторий, спа-процедуры, семейный отдых.

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

