



О белорусской легкоатлетке Елизавете Подосиновой можно говорить, как об амбициозной, жаждущей побед спортсменке. Уроженка Гомельщины пока хоть и не имеет чемпионских титулов на взрослых первенствах континента или мира, но все же у нее уже есть список определенных достижений. Она дважды была чемпионкой зимних республиканских соревнований в беге на 60м с барьерами, а также достойно представляла нашу страну на международной матчевой встрече в турецком Стамбуле с участием представителей Франции, Украины, Беларуси и Турции.

Корреспондент «НС» решила побеседовать с очень перспективной легкоатлеткой и разузнать подробности ее спортивной биографии.

Елизавета ПОДОСИНОВА, двукратная чемпионка республиканских соревнований по легкой атлетике:

«Важно, чтобы мои желания совпадали с возможностями»

— Лиза, в начале мая в Катаре прошли международные соревнования «Бриллиантовая лига». Хотелось ли тебе поучаствовать в турнире такого ранга?

— Я по жизни стараюсь придерживаться принципа, чтобы мои желания совпадали с возможностями. Соревнования в Дохе прошли, естественно, без моего участия. Во-первых, я еще не доросла в мастерстве, чтобы быть в числе приглашенных на «большой сбор» ведущих легкоатлетов мира. Во-вторых, на этапах «Бриллиантовой лиги» выступают взрослые спортсмены, а мне пока только 17 лет. Так что все 14 этапов, которые в течение этого года пройдут в разных точках Европы и мира, я буду отслеживать через интернет или социальные сети.

— В твоем послужном списке особняком стоят международные мартовские старты в Турции на матчевой встрече атлетов из четырех стран. Насколько тебе удалось реализоваться в турецком Стамбуле?

— Несмотря на то, что уже прошло больше года с тех пор, соревнования под сводами знаменитого комплекса «Ataköy Athletics Arena» оставили неизгладимый след в моей душе. Все-таки выступать в зале в присутствии более 7 тысяч зрителей – это дорогого стоит. Жаль, что мне не удалось пробиться в число призеров. Наверное,

во многом из-за того, что я была самой молодой бегуньей в своем квартете. В любом случае, я благодарна судьбе, что мне, как победительнице первенства Беларуси по легкой атлетике среди юношей и девушек 2001-2002 годов рождения, выпала такая честь представлять нашу страну за рубежом. Надеюсь, что мой результат в 9.07





фото БФЛА

секунды станет той точкой отсчета на международных стартах, от которой придется плясать дальше и улучшать личные показатели.

— Ты, наверное, была в курсе, что в марте 2012 года, спустя несколько месяцев после официального открытия комплекса, «Ataköy Athletics Arena» принимала чемпионат мира по легкой атлетике?

— Да, я знала, что здесь вели борьбу с сильнейшими легкоатлетами мира белорусы Марина Арзамасова, Андрей Кравченко, Юлия Нестеренко, Максим Лыньша, Анастасия Мирончик-Иванова и другие лидеры отечественной сборной. И что интересно, именно на этих соревнованиях наша Алина Талай завоевала свою первую медаль планетарного первенства, став бронзовым призером на дистанции 60 м с барьерами. Кстати, для меня Алина Талай — пример мужества и самоотдачи. Каждый раз слезу за ее стартами, и, по-доброму, не перестаю восхищаться.

— Будем надеяться, что у тебя в дальнейшем все сложится самым лучшим образом. И твои многочисленные болельщики будут интересоваться элементарным

вопросом: как ты пришла в легкую атлетику?

— Вообще, спортом начала заниматься с 10 лет. Именно тогда в школе №1 г.Добруш меня заметил учитель физической культуры Вадим Николаевич Кацериков. Он сразу же передал меня в секцию легкой атлетики к тренеру Наталье Вячеславовне Амелиной. А спустя несколько лет мой путь лежал уже в Гомельское училище олимпийского резерва, где я быстро освоилась и начала свой тернистый путь к намеченной цели.

— Лиза, каждый раз, выходя на старт, как себя настраиваешь на «быстрые» секунды?

— Наверное, у каждого спортсмена по-разному бывает. Кто-то, может, для мотивации вспоминает хорошие моменты из жизни, но меня это отвлекает. Я должна думать только о беге — о том, как выложиться на беговой дорожке на все сто процентов.

— Все же, где находишь в себе скрытые резервы и новые силы, чтобы двигаться дальше и идти к поставленной цели?

— Не открою ничего нового, если скажу: чем ближе финиш, тем меньше остается сил. И тем

тяжелее преодолевать новые препятствия. В последнее время мои результаты улучшаются, поэтому растут и требования тренеров. Я знаю, что мне уже нужно выходить на мировой уровень, а это не так просто. Я пытаюсь не думать о таком давлении из «вне». Просто буду упорно готовиться. Чтобы, выкладываясь по максимуму, не только улучшать свои результаты, но и завоевывать призовые места.

— Известно, что атлеты на беговой дорожке улучшают свои результаты, чувствуя горячее дыхание трибун. Насколько для тебя важна такая поддержка на старте карьеры?

— Ее важность трудно переоценить. Ведь поддержка — это та же мотивация. Рядом со мной постоянно были мои родители. А также тренеры Валерий Владимирович Платонов и Владимир Николаевич Козлов. Они болеют и переживают за меня. И меня это заводит и настраивает на новые свершения. Для того, чтобы достойно представлять Республику Беларусь на международной арене.

Беседовала
Анжелика РОМАНЮК