

Двукратная чемпионка мира среди юниоров, победительница этапов Кубка мира и Европы по лыжной акробатике... Это все о представительнице отечественной лыжной акробатики Александре Романовской. В свои 19 лет она показывает лучшие результаты среди белорусских девушек на международных стартах. Такие успехи доказывают, что смена поколений для нашей команды не стала проблемой. Мы встретились с Александрой сразу после окончания насыщенного спортивного сезона. О кумирах, планах на предстоящую Олимпиаду, а также о том, откуда появляется страх перед прыжком, корреспондент «НС» беседует со спортсменкой.

Александра РОМАНОВСКАЯ,

двукратная чемпионка мира по фристайлу среди юниоров:



«На старте я стараюсь отогнать плохие мысли и панику»

— Александра, поделись впечатлениями: каково это стать двукратной победительницей мирового первенства?

— А как вы думаете? Конечно же, приятно. Ощущаешь гордость за себя и за свою страну. Для меня это очень значимая победа. Во-первых, она состоялась на родине, в Раубичах. А во вторых — это был мой последний юниорский чемпионат. Отрадно, что мои выступления на юниорском уровне закончились именно так!

— Ты еще успела стать серебряным призером на домашнем этапе Кубка мира. У тебя есть своя формула успеха?

— Честно говоря, нет. Своей подготовкой я не отличаюсь от других спортсменов нашей сборной. Может быть, мне иногда больше улыбается удача, где-то получается лучше собраться.

— «Переходный период» во взрослый спорт, наверняка, связан с каким-то волнением и изменением подготовки в ближайшем будущем?

— Все намного проще. Я уже несколько лет, как тренируюсь со взрослой командой, поэтому изменений в тренировках не будет. У меня этот переход, можно сказать, уже прошел, а теперь закончился лишь юниорский возраст.

— В этом сезоне ты показала лучшие результаты в белорусской женской команде. Ощущаешь себя лидером сборной?

— Я не считаю себя лучшей в команде, поэтому не совсем правильно называть меня лидером. В сезоне мы с

Аней Гуськовой выступали примерно на одном уровне. У нее даже больше опыта, она и прыжки делает сложнее. Думаю, лидер белорусской сборной она, просто в этом сезоне мне везло немного больше. Я понимаю, что сейчас мне нужно будет подтверждать свои успехи и работать намного больше, чем раньше, чтобы освоить новые прыжки и подняться на более высокий уровень.

— Александра, а тебе знакомо такое понятие, как жесткое соперничество в команде?

— Здоровая конкуренция внутри коллектива всегда только на пользу. У нас отличная команда! Мне приходилось наблюдать со стороны, как общаются между собой в других видах спорта, и я нигде не видела такого хорошего отношения друг к другу, как у нас. Мы все одна большая семья. Это чувство помогает в подготовке и во время соревновательного сезона.

— Главный тренер команды Николай Козеко еще несколько лет назад выделял тебя как одну из самых перспективных спортсменок?

— Наверное, настоящему наставнику всегда видней со стороны, на что способен спортсмен. Признаюсь, что мне работать с Николаем Ивановичем очень интересно. Таких профессионалов очень мало. Он знает, что делать. У него это очень хорошо получается. Даже в те моменты, когда его решения нам, на первый взгляд, кажутся неожиданными

и не всегда понятными, в итоге они оказываются всегда правильными.

— С недавних пор на тренерской работе в юниорской команде двукратный олимпийский призер Дмитрий Дащинский. Наверняка, у него есть чему поучиться...

— У него, как тренера-практика, на самом деле есть чему поучиться. Он делится своим опытом и знаниями на каждой тренировке. Я знаю немало фристайлистов, кто берет с него пример. Я тоже стараюсь почерпнуть для себя что-то новое.

— Какие планы и цели у тебя на следующий сезон?

— Сначала хочу отгулять отпуск, а потом входить в новый сезон. Для меня он будет начинаться сейчас, когда я буду подтягивать свою учебу в столичном педуниверситете, где я постигаю азы специальности, связанной со спортом и туризмом. Что касается других задач? Понятно, что все планы и цели будем обсуждать вместе с тренерами после возвращения с отдыха. Однозначно, что хочется выступить не менее успешно, чем в ушедшем сезоне. Не сомневаюсь, что так думают и мои соперницы. Поэтому нужно будет совершенствовать прыжковую программу. Главная цель на это лето — выучить более сложные прыжки: попробовать тройные, либо количество винтов увеличить. Я хочу выигрывать на топ-уровне не за счет неудач моих соперниц, а исключительно благодаря высокому техническому уровню моей программы.

Сложные прыжки — это преодоление себя, а это всегда интересно.

— **Несмотря на большой опыт, тебе бывает страшно перед прыжком?**

— Не бояться только глупцы! Честно, с каждым годом прыгать все страшнее! Наверное, инстинкт самосохранения растет. Каждый раз все больше боишься начинать сезон. Страшно бывает даже после небольшого перерыва, смены места. В каждой стране каждый склон отличается, нужно привыкать. Иногда бывает непросто сделать первый прыжок в новом месте. Хотя ты и понимаешь, что делала то же самое совсем недавно, но все равно бывает очень тяжело. Особенно после каких-то ошибок, болезненных падений, когда нужно встать и делать этот прыжок снова. Нужно время, чтобы прийти в себя. Могут и ошибки появиться ниоткуда. Поэтому на старте я стараюсь отогнать плохие мысли, панику.

— **А поддержка зрителей помогает?**

— Без них я вряд ли бы добилась таких успехов. Правда, зрители и музыкальная поддержка — это все очень хорошо, но не в момент прыжка. А в остальном — только на пользу. Честно говоря, когда я впервые стартовала на Кубке мира, то была удивлена тем, сколько зрителей приходит на стадион. Приятно осознавать, что нашим видом спорта увлекаются десятки тысяч болельщиков по всему миру. Отрадно, что и белорусские кубковые этапы с каждым годом привлекают все больше зрителей. Такая поддержка нам, спортсменам, очень нужна. Кстати, это я уже понимала, когда начинала свой путь в большом спорте.

— **И давно это было?**

— А это кто как смотрит на свои годы? Мне было примерно 10 лет, когда я совершила свой первый прыжок на лыжах.

— **Первый блин, как правило, получается комом...**

— Помню, что я нормально прыгнула, но на приземлении упала.

— **Твоя мама, наверное, за голову схватилась, если б это увидела?**

— Наверное. Вообще, моя мама раньше смотреть не могла на мои прыжки. Приезжала на соревнования, но всегда отворачивалась, когда я прыгаю. Она очень сильно переживает, когда спортсмены падают. Волнуется за каждого. Она очень впечатлительная. Но со временем родители привыкли, стали больше интересоваться технической составляющей спорта. Теперь уже они видят не просто прыжок, а какой это прыжок. Меня это радует.

— **Получается, что падение — это неотъемлемая часть лыжной акробатики?**

— Да, и причем не только среди начинающих фристайлистов, но и у признанных мастеров такое нередко случается.

— **А кто у тебя признанный мастер в лыжной акробатике? Или выступаешь по принципу «Не сотвори себе кумира»?**

— У меня в авторитете Лидия Лассила — австралийская фристайлистка, олимпийская чемпионка Ванкувера-2010, обладательница Кубка мира 2008/2009 в лыжной акробатике. Она просто сверхталантливая спортсменка. То, что она делала — это невероятно. Наблюдать за ней очень интересно. Я бы очень хотела быть похожей на нее. Да и всегда, когда вижу целеустремленных спортсменов, которые выкладываются по полной на каждой тренировке, стараюсь перенять это рвение.

— **Это совсем неплохо, особенно, если учесть, что до Олимпийских игр в Корею остается меньше двух лет.**

— Конечно, хочется достичь конкурентоспособного уровня, чтобы для начала завоевать право выступить на своей первой Олимпиаде, почувствовать ту невероятную атмосферу. Если такое случится, то все свои силы и умение



отдам, чтобы не ударить лицом в грязь, а попасть хотя бы в финал.

— **Но у каждого спортсмена в мечтах — выиграть Олимпиаду...**

— Так-то оно так, но об этом пока так громко заявлять я не хочу. Для меня участие в Олимпиаде уже будет огромным достижением. И сейчас моя работа направлена на это. Но если все звезды сойдутся и мне улыбнется фортуна, то буду сражаться за олимпийский пьедестал изо всех сил.

Беседовала
Александра КАВЕЛИЧ

Союз «Белорусский лыжный союз»



Ассоциация «Белорусская федерация горнолыжного спорта и сноуборда»

Общественное объединение «Спортивный клуб прыжков на лыжах с трамплина и лыжного двоеборья»

Общественное объединение «Белорусская федерация фристайла»

Общественное объединение «Белорусская федерация лыжных гонок»