

Карьера белорусского молотобойца Ивана Тихона — яркий пример для подражания атлету любого уровня. Жизненный путь уроженца Гродненской области оказался в центре хитросплетения самых разных казусов и непредвиденных обстоятельств, из которых далеко не каждому человеку по силам выйти.

К счастью, многолетняя допинг-история уже позади. Серебряная медаль Олимпийских игр-2016 в Рио-де-Жанейро стала своеобразной точкой отсчета, после которой, хочется верить, в биографии двукратного чемпиона мира и дважды призера ОИ наступила светлая полоса. О том, чем сейчас занят 41-летний атлет, собирает ли он продолжить подготовку к Олимпийским играм-2020 в Токио, а также на многие другие темы корреспондент «НС» беседует с заслуженным мастером спорта Республики Беларусь и членом исполкома НОК Иваном Тихоном.

Телефонный звонок по Вайберу застал известного молотобойца на сборе в российском городе Адлер.

— Я сейчас нахожусь в плановой командировке, — шутит Тихон. — Обычно, в межсезонье отправляюсь в теплые края, чтобы поддерживать себя в форме и продолжить свою подготовку к топовым соревнованиям. Адлер уже несколько лет, как стал традиционным местом таких сборов.

— **Иван, в последнее время Вас нечасто можно было видеть в секторе для метания молота на знаковых соревнованиях. Пожалуй, чаще — в качестве VIP-персоны на важных мероприятиях. К примеру, в президиуме на майском олимпийском собрании в НОК Беларуси...**

— Если я и пропускал какие-нибудь соревнования или какое-то время не тренировался, то исключи-

тельно по уважительной причине. Взять хотя бы августовский чемпионат мира-2017 в Лондоне. На него я не поехал не из-за того, что для чего-то сэкономил свои силы, а по причине болезни. Незадолго до этих стартов врачи у меня обнаружили пневмонию. Понятно, что вся подготовительная программа из-за последующего восстановления после лечения антибиотиками была скомкана. Я даже не смог участвовать в чемпионате Беларуси, который был своеобразным отбором на 16-й чемпионат мира.

Что касается «неспортивной» стороны моей жизни, то честно скажу: в число кулуарных чиновников или на роль свадебного генерала никогда не стремился. Хотя, полезно почувствовать себя в разной ипостаси. Например, мне было по-своему интересно присутствовать на Дне города Гродно, который отмечался не так давно. По просьбе городских властей я даже специально приехал на этот праздник из Адлера. Почувствовал атмосферу родного мегаполиса, пообщался с людьми, для которых история областного центра и достижения в белорусском спорте — не пустой звук. Правда, для меня все-таки ближе соревновательная обстановка на стадионе или тренировочный процесс. Причем, неважно где: на зарубежном сборе или у себя на родине. Ну, а что касается моего присутствия в президиуме на олимпийском собрании, так приглашение на это почетное место не считаю для себя чем-то неожиданным. Все-таки это было важное мероприятие, на котором решались очень многие вопросы спортивного плана, и был намечен курс олимпийского движения в нашей республике на ближайшие годы. И я, наверное, не последний спортсмен из обоймы лучших. К тому же я был не



**Иван ТИХОН,**  
двукратный призёр Олимпийских игр в метании молота:

## «Стремлюсь быть на соревнованиях»



один рядом с Главой Государства — со мной в компании находились не менее заслуженные коллеги.

— Среди них была и прима мирового биатлона Дарья Домрачева. Удалось ли Вам пообщаться с трехкратной олимпийской чемпионкой?

— Понятное дело, что та встреча в НОКе не предусматривала разных кулуарных мероприятий, во время которых можно было побеседовать или обсуждать вслух какие-то вопросы. Но, тем не менее, мне удалось сказать в адрес Домрачевой пару комплиментов. Рад, что она после рождения дочери очень быстро вернулась в большой спорт и сейчас готовится к новому сезону. Скажу честно, что я буду болеть за Дашу на ближайших



## конкурентноспособным любого ранга»

зимних Олимпийских играх в Корею. Уверен, что она сможет достойно выступить, за что ей будет почет и хвала. Также шлю слова поддержки и другим нашим известным спортсменам, которые достойно выступают под флагом Беларуси.

— Среди них, несомненно, можно выделить известную белорусскую пловчиху Александру Герасименю и звезду настольного тенниса Владимира Самсонова — в компании этих спортсменов Вы недавно получили высокую государственную награду — Орден «Знак Почета»...

— Да, это так. И мне приятно вспомнить те моменты, когда Президент Беларуси вручал государственные награды большой группе людей разных профессий, в том числе и спортсменам. Я считаю, что эта высокая награда — заслуга всей нашей команды, тренеров, массажистов. Просто выпало получать ее мне. С этого награждения в моей душе остались

приятные воспоминания, хотя их быстро пришлось отодвинуть в сторону и с новыми силами окунуться в работу.

— Иван, если бы Вы поехали на чемпионат мира в Лондон, то на какой результат могли бы рассчитывать?

— Я не могу говорить или судить о том, чего не было. Не был — значит, не был. Потому что чувствовал: если поеду, то в борьбу за медали не смогу включиться. А это не мой принцип. Кто-то скажет, что еще было пару недель, чтобы подтянуть свою спортивную форму и удивить весь легкоатлетический мир своей прытью. Но в спорте так не бывает, чтобы без надлежащей подготовки доставать звезды с неба. А форсировать в данном случае свою готовность к знаковому старту никак нельзя. Потому что форсаж в данном случае — это дополнительные нагрузки, которые напрямую ведут к травмам.

— Как известно, белорусская сборная мундиаля в столице Великобритании

не привезла ни одной медали. Какой оценки, по-вашему, заслуживает выступление команды?

— Мне некорректно оценивать своих товарищей и коллег по команде. Думаю, что руководству федерации, тренерскому штабу намного виднее, где и на каком этапе были допущены просчеты. Как в физическом, так и в психологическом плане. Они сделают соответствующие выводы, и в дальнейшем подобных промахов допускать не будут. Ведь, судя по выступлениям многих наших легкоатлетов на разных международных соревнованиях в сезоне, потенциал у белорусской команды большой. Это, в первую очередь, касается возможностей бегуны Алины Талай, метательницы копья Татьяны Холодович и многих других спортсменов.

— На высшей ступеньке медального подиума в Лондоне стоял Ваш неизменный конкурент Павел Фрайдек из Польши. Чем объяснить его нынешний взлет после провального выступления на Олимпийских играх в Бразилии?

— То, что Фрайдек не попал даже в число финальной дюжины молотобойцев в Рио, совсем не значит, что он уже сходит с дистанции. Вспомните, что



«ЭЛИНГ»



именно он выиграл золото мирового первенства-2015 в Пекине, через год финишировал первым на чемпионате Европы в Амстердаме. Потом у него наступил непреднамеренный спад спортивной формы. Этот период на его беду как раз пришелся на Олимпийские игры. А теперь польский богатырь вновь доказал, что его еще рано списывать со счетов. Вообще, в Польше этот вид спорта в большом почете. Как известно, лидерство в этой дисциплине среди женщин занимают полячки, а в спину Фрайдеку дышит его коллега Войцех Новицкий, который неизменно остается с бронзовыми наградами.

— **Нынче серебряную медаль лондонского образца в составе нейтральной команды завоевал россиянин Валерий Пронкин. Вам знакома эта фамилия?**

— Конечно. Я знаю этого 23-летнего атлета по его высоким результатам, хоть и не чемпионским, которые он показывал на протяжении последнего времени на международной арене в разных возрастных категориях. В нынешнем же году он стал чемпионом России. А совсем недавно я узнал Пронкина поближе, поскольку был приглашен на его свадьбу: Ва-

лера взял в жены мою ученицу Анну Заянчковскую. Так что совет им да любовь, и удачи в большом спорте.

— **Иван, а вообще, со своими соперниками Вы связь поддерживаете?**

— По-разному бывает. К примеру, с моим главным конкурентом на Олимпийских играх Дильшодом Назаровым из Таджикистана я недавно списывался по Вайберу. Несмотря на то, что он завоевал золотую медаль, а я серебряную, между нами нет никакой неприязни друг к другу. Спортсмены ведь конкуренты на спортивной площадке или в секторе для метания молота, а за пределами стадиона — друзья или остаются просто в хороших отношениях. По крайней мере, я придерживаюсь именно такой позиции, и всегда готов сделать такой дипломатический жест первым.

— **Можете сказать, какой ближайший соревновательный календарь у Ивана Тихона?**

— Здесь никакого секрета. Мой первый подготовительный этап завершится в декабре, а продолжится уже в начале следующего года. Вся подготовка направлена на участие в чемпионате Европы-2018, который пройдет в августе в Берлине. Уж не знаю, будет ли включен молот в соревновательную программу II Европейских игр-2019 в Минске, но я буду морально и физически готов выступить и в родных стенах. Следом за этим турниром идет чемпионат мира в Катаре. Так что план очерчен — и я постепенно буду стараться воплотить его в жизнь. И главное из моих целей — это участие в Олимпийских играх 2020 года в столице Японии — Токио.

— **Легко ли в 41 год распределять свои силы поэтапно, чтобы рассчитывать на покорение самых престижных вершин?**

— Думаю, что возраст здесь — не самый главный критерий. Нужно быть крепким духом, получать поддержку от руководства спортивного ведомства, федерации, тренерского состава, родных и близких...

— **По несколько месяцев кряду тренироваться вдали от семьи, наверное, не совсем просто в психологическом плане?**

— Когда сознательно идешь на такой шаг, видя конечную цель, то стараешься не акцентировать свое внимание на

таких нюансах. К тому же современные средства связи в виде Скайпа и Вайбера позволяют общаться с супругой Ольгой, сыном Иваном и дочерью Верой практически ежедневно. Ну, а если выпадает возможность, то я приезжаю в Гродно, как это было на День города, а жена с детьми на осенних каникулах собирается навестить меня в Адлере.

— **На Ваш взгляд, когда в нашей легкой атлетике появятся метатели молота уровня Ивана Тихона?**

— Вряд ли можно загадать, что на спортивном небосклоне в указанное время может «засветиться» новая звезда. Я знаю, что в нашей дисциплине немало молодых и талантливых ребят, которые иногда «выстреливают» неплохими результатами на международных соревнованиях. Но, к сожалению, на главных стартах — чемпионатах Европы и мира, на Олимпийских играх им не хватает, наверное, психологической устойчивости, чтобы с дрожащими коленками не тушеваться перед именитыми соперниками, а выйти и показать все, на что ты еще недавно был способен. Я ведь тоже вырос не в одночасье, а шел постепенно к своим лучшим результатам, стараясь не обращать внимания на возраст и всякие жизненные неурядицы. В связи с этим часто задаю себе вопрос: думал ли я после завоевания бронзовой медали на Олимпиаде-2008 в Пекине, что моя карьера тогда еще в 33-летнем возрасте еще растянется на долгие годы? Сначала — до Игр в Рио-де-Жанейро-2016, а теперь, надеюсь, что и до Токио-2020. Вряд ли! Но, если я почувствую, что уже не могу соперничать с лучшими молотобойцами планеты или меня подвинут молодые белорусские таланты, то скажу себе: пора, Иван, завязывать! Пока же я стремлюсь быть конкурентноспособным на соревнованиях любого ранга и реализовать себя в жизни на сто процентов. Это, о чем я уже говорил неоднократно, заложено в моем характере — умении ждать, проявляя трудолюбие, терпеливость и спортивное упрямство. В достижении поставленной цели моим ориентиром служит жизненный принцип: жить тем, чтобы радовать окружающих своими результатами и достижениями.

Беседовал  
Максим ВЛАДИМИРОВ