



белагпропромбанк
партнер рубрики

В среде спортсменов есть немало талантов, способных побеждать в ситуации, которая многим кажется безнадежной. Особенно это характерно для тех дисциплин, где атлеты могут показать индивидуальное мастерство. К примеру, вольная борьба. Она воспитывает личностные качества человека и очень часто заставляет его для достижения цели пересилить себя. Белоруска Ванесса Колодинская — яркий тому пример. На недавнем чемпионате мира по борьбе в Париже уроженка

Бобруйска смогла выиграть золотую медаль, став двукратной чемпионкой мира. Турнирный путь нашей спортсменки на этих соревнованиях не был легким еще и до финала, когда она (весовая категория до 53 кг) поочередно одолела Юлию Леорду из Молдовы, Марию Преволараки из Греции (бронзового призера) и румынку Эстерой Добре. А вот в заключительной схватке против японки Маи Мукаиды расклад оказался против Колодинской. Белоруска по ходу встречи проигрывала сопернице даже 0:6, и решающий победный прием провела за несколько секунд до окончания поединка... Корреспондент «НС» отыскал героиню парижских баталий спустя месяц после феерического выигрыша. Разговор получился долгим и откровенным.

Ванесса КОЛОДИНСКАЯ, двукратная чемпионка мира по вольной борьбе:



«Не следует терзать себя мыслями о том, что ты все время что-то должна»

— Ванесса, с течением времени сглаживается острота ощущений от того или иного события. Какие чувства преобладают сегодня в Вашей душе?

— Конечно, теперь я смотрю на свою победу с позиции уже дву-

кратной чемпионки мира более спокойно и взвешенно, чем сразу после окончания схватки. Но, поверьте, что радости от достигнутого успеха сейчас испытываю не меньше, чем под сводами парижской «Арены-Берси» в августе нынешнего года.

— Признаться, что Вам помогло одолеть 20-летнюю японку Маю Мукаиду, которая выступала в ранге чемпионки юношеских Олимпийских игр-2014 в китайском Нанкине?

— Прежде всего, вера в себя, которую мне внушили

мои тренеры — Николай Лиштван, Михаил Капустин, Артур Зайцев, Сергей Смаль... Также мне оказалась очень кстати горячая поддержка родных и близких, которые слали мне приветы не только из Беларуси. Я прекрасно осознавала, что победить на этом чемпионате будет чрезвычайно трудно. Во многом потому, что для меня предыдущие несколько лет были далеки от идеальных, чтобы вернуть себе славу чемпионки мира (48 кг) образца 2012 в Канаде. — Кстати, пять лет назад в канадском Стратконе в финальной схватке пришлось противостоять японской спортсменке Эри Тосаку, которую Вы одолели в упорной борьбе.

— Что ж поделаешь, если японки сейчас диктуют мировую моду в женской борьбе. Ведь только на мундиале-2017 в Париже представительницы Страны Восходящего Солнца победили в четырех глав-



ных поединках, завоевав половину всех золотых наград.

А что касается того финала, когда я впервые примерила чемпионское золото, то, наверное, не обошлось без определенной доли везения. Заметьте, что тогда мне было всего-то 19 лет, и у меня не было такого опыта, как теперь.

Хоть за плечами значилась Олимпиада-2012 в Лондоне, где я проиграла в четвертьфинале.

А теперь совсем другая картина. Хотя не все шло гладко. После рождения в 2013 году сына Савелия я вернулась к борьбе лишь спустя полтора года, сразу выиграв бронзовую медаль на чемпионате Европы (U-23). Потом у меня обнаружили проблемы со щитовидной железой. На этом фоне я набрала в весе и не смогла отобраться на Олимпийские игры-2016 в Рио-де-Жанейро.

— **Ванесса, наверное, это было большим испытанием для Вас — не поехать на Олимпиаду?**

— А как вы думаете?! Игры проходят ведь раз в четыре года... Я, хоть и стараюсь далеко не за-

гадывать, чтобы не взглянуть, но успехами на будущих Олимпийских играх живу каждый день.

На ОИ-2016 в Бразилию, о чем уже говорила не однажды, не попала по одной только причине: слишком сильно зациклилась на том, что после рождения ребенка должна была успеть вернуться на топ-уровень к августу 2016 года. А вот болезнь преподала мне урок: не следует терзать себя мыслями о том, что ты все время что-то должна. Прежде всего, нужно получать удовольствие от жизни. Это значит, расслабиться и делать то, что умеешь лучше всего. С таким настроением можно выходить победителем в схватке на ковре. Да и с любым недугом бороться куда легче. Сейчас спокойно работаю, далеко не забегая наперед. Вообще, я выигрываю еще и потому, что не думаю об итоговом результате.

А тогда меня настигла какая-то черная полоса. Врачи вообще поставили мне диагноз «не годна» и запретили не то что выступать, но и даже тренироваться. Хотя еще несколько лет назад среди спор-

тивных специалистов можно было слышать, что бобруйчанка Колодинская стремительно ворвалась в мировую элиту женской борьбы и ей не хватает только олимпийской медали. Но в жизни получилось по-другому.

Я надолго сошла со спортивной орбиты и приступила к тренировкам только в марте 2016 года.

— **Вы оказались смелы духом и тверды характером...**

— Конечно, хочется сказать



Ванесса с сыном Савелием

спасибо за это моим родителям: маме Людмиле Андреевне и папе Валерию Викентьевичу, которые привили мне спортивную злость и воспитывали меня как дочку, способную за себя постоять в любой ситуации. Интересно, что, как профессионалы, связанные с тренерской деятельностью в спортивной гимнастике, они видели меня на спортивном бревне или брусьях, но я выбрала свой путь.

— **Получается, что отечественная спортивная гимнастика недосчиталась в лице Ванессы Колодинской потенциальной чемпионки?**

— Не знаю, хотя всякое могло быть. В четыре года я начала заниматься спортивной гимнастикой под маминым руководством. Понимала, что мне это было очень интересно. А спустя семь лет мама ушла из гимнастики, папа уехал тренировать в Австралию (откуда вернулся в 2013 году). Поэтому мой жизненный путь круто изменился — я связала свою дальнейшую жизнь с борцовским ковром. До 10-го класса училась в обычной городской школе, а затем — в Бобруйском училище олимпийского резерва. В 2016 году окончила факультет физвоспитания Могилевского государственного университета им. А. Кулешова.



Радость победы в финале

— **Фортуна оказалась благосклонной к Вам на борцовском поприще?**

— Это как считать, хотя на судьбу не в обиде. В неполные 18 лет я уже была в первой восьмерке на молодежном чемпионате мира, а в 2011 году стала бронзовым призером на первенстве континента в этой возрастной категории.

— **Ванесса, нынешний год, как ни крути, тоже начинался со знакового события — Вы стали чемпионкой Европы на соревнованиях в Сербии.**

— Это приятно вспомнить, хотя, если быть точнее, то первенству Европы в Сербии предшествовали различные турниры. Тем не менее, мне приятно отметить, что золотую медаль на спортивной арене города Нови-Сад мне вручал не кто-нибудь, а сам Александр Медведь. Может, это и стало хорошим предзнаменованием в моей дальнейшей карьере. Мне кажется, что положительная аура Александра Васильевича, как трехкратного олимпийского чемпиона и многократного чемпиона мира по вольной борьбе, стала прологом в достижении мной высоких целей.

— **Многие считают, что борьба — не совсем женский вид спорта.**

— Я с этим утверждением не соглашусь. Известно ведь, что борьбой занимаются многие красивые девушки, с хорошими фигурами. И от этого они не становятся менее привлекательными и женственными. Вообще, знающие спортсменки в курсе, что если не тренироваться в течение года, то все излишне накаченные мышцы пропадут.

— **А как относитесь к утверждению, что профессиональный спорт — это потерянное детство и юность...**

— У каждого человека свое видение той или иной жизненной ситуации. К тому же в любом деле нужно знать меру. К примеру, я всегда стараюсь работать в разумных пределах. И от своего профессионального увлечения ничего не потеряла. Наоборот, как мне кажется, даже во многом имею больше, чем другие — возмож-

ность ездить за границу на сборы и на соревнования, видеть мир, общаться с разными людьми. К тому же здесь прослеживается простая философия: я сейчас буду усиленно работать, зато обеспечу будущее себе и постараюсь обеспечить будущее своим детям. Думаю, что такого же мнения придерживаются мои подруги по жизни и по спорту Василиса Марзалюк, Мария Мамошук и другие девчонки по сборной.

— **Многие девушки мечтают согнать парочку килограммов, да не всегда получается.**

— Нужно выбирать продукты, которые не откладываются в лишние килограммы, а быстро «отдают» энергию. На первом месте это фрукты. И никакого фаст-фуда, газировки и булок. Рекомендуется употреблять меньше жидкости, кроме обычной питьевой воды.

— **Ванесса, а что ответите талисману белорусских олимпийцев Агрику, олицетворяющего генерального спонсора НОК Беларуси — ОАО «Белагропромбанк», на вопрос о том, как двукратной чемпионке мира удается держать себя в тонусе?**

— Прежде всего, нужно, чтобы у каждого из нас было желание быть в хорошей спортивной форме и в нужном настроении. А для этого все средства хороши. Лучшее из них в этом деле — активный образ жизни, который доставляет удовольствие.



С Александром Васильевичем Медведем

И для каждого тут свои варианты: пробежки и пешие прогулки, езда на велосипеде, коньки, ролики, плавание. Что касается меня лично, то я еще очень люблю бани. У некоторых спортсменов это любовь в крови, потому что каждому из нас нередко приходится сгонять вес, чтобы вписаться в нужную весовую категорию. И в лучших кондициях подойти к стартам.

— **А главные Ваши старты еще впереди?**

— Повторюсь, что не хочу загадывать, но все мои мысли об олимпийском пьедестале. Это моя главная цель на ближайшее будущее. После этого я скажу себе, что жизнь в большом спорте прожита не зря и моя карьера завершилась достойно.

**Беседовал
Владимир ЗДАНОВИЧ**