



В октябре нынешнего года в Монреале прошел очередной чемпионат мира по спортивной гимнастике. Нашу страну на нем представляли только четыре спортсмена в мужской программе, в том числе, один из лидеров сборной Павел Булавский. К чемпионату мира наш атлет подошел в хорошей форме: на этапе Кубка мира в Баку он завоевал две серебряные награды в отдельных упражнениях, а на аналогичных соревнованиях в болгарской Варне ему досталось второе место в опорном прыжке. Правда, на топ-турнире в Монреале удача белорусу не улыбнулась — он не смог пробиться в финал этого упражнения. Что помешало нашему спортсмену показать более высокий результат, почему на монреальском первенстве планеты было так много травм и к каким советам соперников стоит прислушаться — обо всем этом Булавский рассказал в интервью корреспонденту «НС».

Павел БУЛАВСКИЙ,

неоднократный призер этапов Кубка мира по спортивной гимнастике:

«Спорт без соревнований — это просто хобби»

— Павел, насколько известно, перед 47-м чемпионатом мира на олимпийском стадионе Монреаля главный тренер команды Александр Баранов поставил перед своими подчиненными задачу — войти в восьмерку сильнейших.

— Это правда. Поэтому я сам ехал туда за этим результатом. Но на чемпионате мира сделать это очень сложно — конкуренция невероятная. Сегодня я говорю себе, что в Канаде мне можно было и лучше выступить. Хотя в Монреале я сделал все вольные упражнения без грубых ошибок, но в самом конце случилось обидное падение. Если бы не это, то можно было рассчитывать на попадание в финал.

После любых стартов я всегда анализирую свои результаты. Если провести правильную «работу над ошибками», то это, безусловно, плюс, на следующие соревнования. Сразу видно, на что обратить внимание. Пока не скажу, что произошло в Монреале...

— В канун чемпионата мира Вы взяли серебро на этапе Кубка мира в Варне. Как этот успех повлиял на Вашу психологическую готовность к планетарному первенству?

— Каждое успешное выступление вырабатывает уверенность в себе: да, я могу бороться за медали. По крайней мере, до выхода в финал. Потому что в финале уже совсем другая борьба, труднее психологически. Психология

играет очень важную роль в спортивной гимнастике.

— В СМИ сообщалось, что спортивные гимнасты на олимпийском стадионе Монреаля нередко травмировались во время выступлений. На Ваш взгляд, с чем это было связано?

— Трудно сказать. У каждого свои причины. Я точно знаю, что многие спортсмены жаловались на организацию чемпионата. Например, автобусы не всегда вовремя приезжали, после чего мы просто уже наизусть знали, на сколько времени они опаздывают. Поэтому приходили на отъезд позже, чем было указано в расписании. Может быть, свою отрицательную роль сыграли новые спортивные снаряды, которые меняются каждый цикл. Когда тренируешься на одних снарядах, а выходишь представлять свою программу на других, то уже совсем иначе себя чувствуешь. Например, в приземлении.

Хватало проблем с освещением — оно очень резало глаза. Получалось, что когда я выходил на помост, то приходилось прищуриваться. Но все эти минусы в сторону организаторов я привожу не в качестве оправданий. Ведь все спортсме-

ны выступали в одинаковых условиях. На мой взгляд, большую роль играет адреналин, прилив которого влияет на твои эмоции. Если контроль внимания теряешь хотя бы на долю секунды — уже травма. А сейчас гимнастика очень сложный координационный вид спорта. Хотя ей еще есть куда расти.

— Гимнасты — народ мужественный. Они часто выступают с травмами. Вам приходилось выходить на помост в таком состоянии?

— Конечно. На квалификационных соревнованиях в 2014 году я получил травму плеча на кольцах, а потом сразу же пошел на опорный прыжок. Это были командные состязания. И, если бы я не вышел на дорожку и не сделал сложный по композиции элемент, то мы бы не пробились в число 24 лучших сборных, и не попали бы на Олимпийские игры. Несмотря на боль, мне все же хотелось выступить. Что я — зря приехал?!



Павел Булавский на турнире на призы Антонины Кошель

— Павел, во время выполнения какого-либо упражнения у Вас остается время, чтобы подумать: что-то можно изменить в программе?

— Если что-то не так сделаю, то импровизирую. Бывают случаи, когда ты на адреналине что-то перекрутил и приходится «выкручиваться» из такой ситуации. У нас есть специальные требования, которые нужно выполнять. В любом случае, потом приходится анализировать. Но лучше, конечно, сразу делать все, как запланировано. — У Вас были такие соревнования, когда Вы остались довольны своим выступлением?

— Да, в этом году, в столице Азербайджана я с новой программой взял две серебряные медали. Если бы с ней я вышел в финал на чемпионате мира, то был бы доволен своим результатом. К сожалению, на турнире такого уровня пока вскочить на пьедестал у меня ни разу не получалось. А, вообще, я люблю приезжать на все этапы Кубка мира, чемпионаты Европы и мира. Спорт — это и есть соревнования. Без них это просто хобби. Правда, после некоторых стартов возникает апатия. Бывает такое чувство, что я еще что-то могу, но делать ничего не хочется. Обычно спад происходит после трудных состязаний или если ты очень эмоционально выложился на старте. Вот японцы — совсем другое дело. На мой взгляд, это единственная команда, которая вообще выступает без эмоций. Они никогда и ни на что не реагируют. Наверное, психологически себя так настраивают. А мне эмоции иногда помогают. Страх ведь есть всегда. Он помогает собраться, лучше все сделать, чтобы в нужном тоне подходить к снаряду.

— Павел, а Вы можете сравнить это ощущение с чем-то в обычной жизни?

— Нет, в спортивной гимнастике я осознанно иду на риск. А в жизни я очень осто-

рожный человек. На автомобиле я езжу, как пенсионер — аккуратненько, Правила дорожного движения не нарушаю.

— Вы уже отметили, что на международной арене большая конкуренция в спортивной гимнастике, а какие страны можно особенно выделить?

— Их не так и мало. Считаем: Япония, Россия, США, Великобритания, Китай... Беларусь, к сожалению, в этот топ-список не входит. Чтобы туда войти, мы должны создать конкурентную среду внутри своей команды и не зависеть от зарубежных сборов. Лучше, конечно, чтобы такая подготовка проходила вместе с несколькими сильными командами. К примеру, сборные России и Израиля постоянно ездят на сборы вместе. Я бы не отказался отправиться в такой кратковременный тур на пару с командами, которые «делают погоду» в мировой спортивной гимнастике — Россией, США, Францией или Румынией.

— Пока, к сожалению, отечественную спортивную гимнастику больше ругают, чем хвалят...

— Ничего удивительного — все привыкли к победам Щербо и хотят опять сразу по 6 золотых олимпийских медалей. Но с того времени произошел огромный скачок в развитии гимнастики — она стала другой, прямо-таки фантастической. Правда, сегодня также есть такие личности в нашем виде спорта, на которых смотришь, открыв рот. К примеру, голландский гимнаст, олимпийский чемпион в упражнениях на перекладине Эпке Зондерланд. Хотя он был вторым на чемпионате мира в Монреале в этом разделе, но все равно я его считаю гениальным спортсменом.

— Кто-то еще из соперников Вас мотивирует?

— Конечно, на перекладине я уже вряд ли смогу сделать программу так вир-



На ОИ-2016 в Рио мужскую спортивную гимнастику Беларуси представлял коллега Павла Булавского по сборной Андрей Лиховицкий (многоборье)

туозно, как голландец, но отточенную технику прыжков, которую показывают некоторые гимнасты, для себя подсматриваю. Сейчас очень много общался с украинцем Игорем Радивиловым, он мне даже дал несколько советов.

— Прислушиваетесь ли к советам и рекомендациям своих конкурентов?

— Любой совет хорош по-своему. Слушать надо все, а потом делать выводы. К тому же надо в первую очередь учитывать требования своего тренера. Ведь со стороны всегда виднее, а эмоции бывают обманчивы.

Беседовала
Екатерина ОСТАПЕНКО



Генеральный партнёр
Белорусской ассоциации
гимнастики



Официальные партнёры
Белорусской ассоциации
гимнастики

Генеральный партнёр
Национальной команды
Республики Беларусь
по художественной гимнастике