

Хочу на тренировочку!
1

СПОРТ НЕ БРОШУ И СТАНУ ТРЕНЕРКОЙ!



16-летняя Анастасия БОБРЫШОВА занимается кикбоксингом всего пару лет, но уже успела добиться хороших результатов. Вообще, девчонки в этот вид единоборств приходят всё чаще, много девочек и девушек занимаются кикбоксингом и в Белгородской области. Я тоже раньше думала, что бои на ринге и девичья красота — вещи несовместимые. Но, познакомившись с Настей Бобрышовой из белгородского клуба кикбоксинга «Гладиатор», убедилась: очень даже совместимые. Сила и скромность, красота и упорство. И, конечно же, спортивный характер.

— Настя, как ты пришла в этот вид спорта?

— Занимаюсь кикбоксингом недавно. До него пять лет занималась теннисом и три с половиной года лёгкой атлетикой, так что спортивная подготовка у меня была, но как-то всё это было не то... А тут подруга рассказала, что она занимается и ей очень нравится. Вот я и решила попробовать.

— И тебе понравилось?

— Да, сейчас я уже привыкла к постоянным тренировкам и большим нагрузкам, однако это меня не пугает. Мне нравится быть всё время рядом с единомышленниками, — улыбаясь, говорит Настя. — В кикбоксинге мне нравятся эмоциональность, тонкие и продуманные комбинации, радость побед и горечь поражений. Наверное, сложно описать словами своё отношение к нему. У всех оно разное, но для меня тренировка — это как празд-

ник, её всегда ждёшь с нетерпением.

— Не отвлекают ли занятия спортом от учёбы?

— Наоборот, тренировки помогают мне преодолевать трудности в учёбе. Я постоянно собрана и стараюсь делать все домашние задания, хоть это бывает и нелегко. У меня ведь постоянные тренировки, сборы, соревнования, поэтому иногда приходится пропускать занятия, потом навёрстываю сама. Если что-то не получается, то учителя стараются войти в моё положение. Я за это им очень благодарна.

— Делает ли ваш тренер какие-либо поблажки?

— Наш тренер — Ильнур Николаевич Халтурин — мастер спорта по боксу, судья всероссийской категории. На тренировках он один, а в быту — другой, может помочь, поддержать, знает хорошо этот вид спорта. Ильнур Николаевич — очень понимаю-

У НИКОГДА НЕРОМ!



щий человек, но на поблажки не приходится рассчитывать: мальчик ты или девочка — роли не играет. На тренировке мы все равны, мы — спортсмены.

— **После поражений сильно переживаешь?**

— Кто не падает, тот не встаёт. Надо просто собираться и добиваться успеха в следующий раз. Главное, не огорчаться неудачам. Падают все. Только кто-то встаёт быстрее, а кто-то продолжает отчаиваться. Проигрыш даёт мне стремление совершенствовать свои умения. Нужно быть настойчивым, целеустремлённым. Не сворачивать на полпути, ни в коем случае не бросать дело под давлением трудностей и проблем.

— **А какие трудности у тебя возникают?**

— Иногда бывает тяжело психологически. Перед каждым поединком приходится забывать о прошлых исходах и абстрагироваться от всего остального. И каким бы ни был результат — мы потом идём по улице с улыбкой, как будто ничего не было. Смеёмся с друзьями, и они даже ничего не подозревают. Никто не знает, как бывает тяжело после неудачного выступления или после плохой тренировки. Всё приходит с опытом.

— **Каким представляешь будущее через пару лет?**

— Не могу и не буду представлять. Строить планы и надежды, чтобы потом в них разочаровываться, — отнюдь не лучший путь к развитию. Нужно делать то, что делаешь и что любишь, учиться на ошибках, ценить свой коллектив. Это и есть главные критерии гармонии. Что будет дальше — посмотрим. Но одно знаю точно: я никогда не брошу занятия спортом, и если получится, тоже стану тренером.

Ирина ПОДЗОЛКОВА,
учащаяся детского объединения
«Журналистика» Белгородского
дворца детского творчества,
юнкор «Большой переменки»