

АНДРЕЙ ГРИНЕВИЧ: «В НАШЕМ ВИДЕ СПОРТА НЕ БЫВАЕТ ГЛУПЫХ БОЙЦОВ»

ВОКРУГ ЯПОНСКОГО БОЕВОГО ИСКУССТВА КАРАТЭ БЫЛО НЕМАЛО ШУМА И СКАНДАЛА ЕЩЕ ПРИ СОВЕТСКОМ СОЮЗЕ. СНАЧАЛА ЭКЗОТИЧЕСКИЙ ВИД СПОРТА НАБИРАЛ БЕШЕНЫЕ ОБОРОТЫ. ПОД ВЛИЯНИЕМ НЕГЛАСНОЙ ПРОПАГАНДЫ, В ТОМ ЧИСЛЕ И С КИНОЭКРАНА, ОТКРЫВАЛИСЬ МНОГОЧИСЛЕННЫЕ СЕКЦИИ ПО ВСЕЙ ОГРОМНОЙ СТРАНЕ. НИКАКИЕ УКАЗЫ И УГРОЗЫ ПАРТИИ И ПРАВИТЕЛЬСТВА НЕ МОГЛИ ОСТАНОВИТЬ НЕБЫВАЛЫЙ НАПЛЫВ ЖЕЛАЮЩИХ.

В 80-е вид спорта в стране и вовсе запретили. Инициаторам проведения подпольных тренировок грозил тюремный срок, но любителей это не останавливало и не пугало. Несмотря на сумасшедшую популярность, вид спорта до недавнего момента не мог попасть в олимпийскую семью. Спортивное направление долгие годы развивалось без единой программы, результатом чего стало множество стилей и версий.

Минчанина Андрея Гриневича пугающие запреты коснуться уже не могли — он родился гораздо позже. Но много слышал шокирующих историй от своего отца, Виктора Эдуардовича Гриневича, который дважды становился чемпионом СССР и получил приз за лучшую технику в 1982 году.

Первые шаги в каратэ Андрей сделал в раннем детстве. Сегодня бронзовый призер чемпионатов мира и Европы среди молодежи до 21 года по олимпийской версии WKF спустя три десятка лет имеет неплохие шансы осуществить мечту отца и попасть на Олимпийские игры в Токио-2020, где обросший слухами, домыслами и скандалами вид спорта будет дебютировать.

ВОЗМОЖНОСТЬ

В этом году я стал серебряным призером престижных соревнований Премьер-лиги, которые проходили в Дубае, в весовой категории 84 кг. На данный момент у меня 22-й рейтинг, — **поясняет Андрей Гриневич.** Насколько он высок — судите сами: первый номер запросто может проиграть 20-му или 30-му. Можно сказать, все, кто входит в 50, — уже элита. Это что касается именно олимпийской версии под эгидой WKF (Всемирной федерации каратэ). На сегодня эта крупнейшая в мире организация, включающая в себя континентальные и национальные федерации каратэ, проводит соревнования по правилам самых топовых турниров — чемпионатов мира и Европы. Данная версия объединяет все стили каратэ.

Надо признать, что при этом упал статус всех остальных версий. Ведущие спортсмены перестали ездить на стилиевые чемпионаты мира и Европы. Но, конечно, никто не может помешать мне традиционно ездить к японскому мастеру изучать мой стиль годзю-рю. Тем более что я трехкратный чемпион Европы и бронзовый призер чемпионата мира по этому стилю.

Я сдавал экзамен на 2-й дан Морио Хигаонна. Он признан достоянием Японии по годзю-рю. При жизни такое не часто бывает. Очень сильный мастер. И это отмечает даже спортивная организация WKF, которая приглашает сенсея с 10-м даном на чемпионаты мира и по-



казательные выступления. В WKF уважают мастеров. В октябре Премьер-лига будет проходить в Японии, поэтому останусь там на недельку. После этих занятий совсем другое внутреннее состояние, отличное от спорта. Ты развиваешься там духовно. И, на мой взгляд, каратист обязательно должен сохранять свой стиль. Это фундамент, на который «накручивается» спорт.

В олимпийской версии существуют только поединки, то есть раздел кумитэ. До 12 лет я еще выступал и в разделе ката. Очень даже неплохо получалось. Мой второй учитель, известный испанец Антонио Олива Себа, говорит, что до 16 лет у спортсменов вообще не должно быть специализации.

Ката — это хорошая форма и линии, а значит, техника. Здесь ценится скорость и красота выполнения движения. С корявой техникой ты сегодня не выиграешь крутой поединок.

У меня самая тяжелая весовая категория, но я самый маленький по росту. Как-то смирился. К примеру, мне неудобен двухметровый немец. А у кого-то лучше физические кондиции. Значит, я беру верх над противником другими качествами, например, делаю сильнее толчок, чтобы быстро сократить дистанцию, то есть выкручиваюсь с помощью хорошей координации. У каждого свое преимущество. Главное, грамотно этим пользоваться. С некоторых пор я стал неудобен даже для спарринг-партнеров. До 16 лет был правой. Потом упал, повредил в области локтя суставную сумку. На три месяца меня отстранили от тренировок. Так долго я выдержать не мог — через месяц снял гипс и с фиксирующей повязкой пошел атаковать на тренировках левой. С тех пор стал левшой. А это в некотором смысле козырь.

Сейчас подсчета стиливых чемпионов не ведется, потому что в этом нет смысла. Можно заниматься всю жизнь, и спортом это не назовешь, скорее искусство, общение, дружба. Ты занимаешься, отвлекаешься от тяжелых мыслей, сохраняешь внутреннюю чистоту, и это приносит удовольствие. А спорт не вечен.



ПО НАУКЕ

Давно ли я занимаюсь этим видом спорта? Кажется, начал еще в утробе матери, когда она приходила на соревнования поболеть за отца...

На самом деле работать в зале начал с пяти лет. И когда-то пытался вырваться из этого круга, хотя, как говорят, был весьма способным.

Мне давалось все очень легко, кажется, даже никаких особых усилий не прикладывал. С годами выигрывать становилось все сложнее, но я полюбил это дело и никому не желал уступать. Стал старше и понял, что уже не могу так запросто выскочить на таланте, потому что появились соперники, у которых работоспособность побольше. От многих соблазнов пришлось отказаться. Увлёкся вегетарианством, сбросил 10 кг. Изменил отношение к тренировкам. Не любил упражнения на гибкость — нанял тренера по йоге. Не уважал физподготовку — привлек к занятиям тренера по спринту Леонида Сафронникова. Нашел тренера по контактным боям Константина Маханькова. Подключил врача Светлану Михайловну Митрофаненкову. Вскоре, несмотря на то, что совсем недавно закончил университет физкультуры, понял, что у меня пробелы в образовании. В студенческие годы я считался топовым спортсменом и многое проскочил «на позитиве». Просто не понимал, что и зачем мне пригодится в жизни. Эх, вернуть бы назад этот период, я бы подошел к вопросу серьезнее!

С ГОДАМИ ВЫИГРЫВАТЬ СТАНОВИЛОСЬ ВСЕ СЛОЖНЕЕ, НО Я ПОЛЮБИЛ ЭТО ДЕЛО И НИКОМУ НЕ ЖЕЛАЛ УСТУПАТЬ

Правда, в последнее время мне стала помогать разобраться во всем научная группа. Я вновь стал сотрудничать с заведующим кафедрой спортивно-боевых единоборств и спецподготовки БГУФК Виктором Анатольевичем Барташем, который контролирует мой тренировочный процесс. Что не изменилось, так это работа над техникой и тактикой. За эти аспекты отвечает мой отец. В общем, со мной работает большая группа людей. И только благодаря этому я в этом сезоне взял медаль в соревнованиях Премьер-лиги.

Спорт высокого уровня требует постоянного развития. В нашем виде не бывает глупых бойцов. И это мне доказал мой отец. Пусть в то время не было филигранной техники, но их поколение билось «характером». В период, когда каратэ запретили, папа окончил юридический факультет БГУ. Профессия юриста кормит семью и по сей день, а в молодые годы он успевал еще и выступать в КВН. Сегодня возглавляет Минскую федерацию каратэ. Интересов множество, но преданность спорту на всю жизнь. Может быть, по этой причине у него сохранился огромный круг друзей во всех сферах деятельности.



МОЗГ

Среди спортсменов я считаю себя «брейнфайтером», то есть думающим спортсменом (brain — англ. «мозг»). У представителей таких стран, как Турция, Иран, Грузия, в приоритете сердце.

У японцев и китайцев — традиции. Впрочем, у них и техника отличается. Они выглядят жизнерадостными и «незасоренными» и чувствуют себя очень спокойно. Сейчас тренировки японцев уже можно посещать, хотя совсем недавно в плане каратэ они считались закрытыми. Тихо тренировались, приезжали и все выигрывали. Но в последние годы очень подросли другие страны.

Азиаты — более мелкий народ, поэтому у них спортсмены легких весов очень сильные. Быстро прогрессирует Иран, Турция. У Франции и Испании большое представительство рефери. И если белорус с ними одинакового уровня, то предпочтение судей всегда будет на стороне французов и испанцев. Они, соответственно, и чувствуют себя раскрепощеннее. Против этих оппонентов надо демонстрировать абсолютный максимум.

Сегодня мы уже не стремимся к лидерству в стране, а нацелены на мировой подиум. Совсем скоро состоятся домашние Европейские игры, на которых будет разыгрываться путевка на Олимпиаду, поэтому я сам лично и собрал вокруг себя специалистов. Молодые спортсмены так не делают. А мне можно. Я взрослый, сознательный, не боюсь учиться и теперь сам прекрасно понимаю, что мне нужно.

Понимают ли это все? Сомневаюсь. Когда-то каратэ развивалось подпольно, люди правдами и неправдами рвались на тренировки. Я то время не застал. Теперь провожу мастер-классы для детей. Наш спортивный клуб «Олимп» находится в центре Минска. Прихожу и вижу, как поголовно все сидят в телефонах. У каждого масса репетиторов и кружков. Сложно уследить, когда у кого бассейн, робототехника и программирование. Много дано, и, соответственно, огромное давление сверху. И можно ли от ребенка ждать прогресса на татами? Мне 27 лет, и я еще помню, что массу времени проводил в детстве на улице, играя со сверстниками в различные игры. А они это вспомнят? Вряд ли.

ЧЕЛОВЕК—ОРКЕСТР

Люди стараются успевать везде. И с годами интересов становится еще больше. Чтобы показать приличный результат, требуется направить все свои силы именно в каратэ, нужна концентрация.

Я не утверждаю, что не надо всесторонне развиваться. Например, мой отец — спортсмен, а мама — очень творческая личность, закончила консерваторию, играла на фортепиано. Сейчас концертмейстер у оперных певцов. Кстати, и моя сестра в этом году окончила консерваторию. Я сам 5 лет занимался в музыкальной школе. Играл на фортепиано, кларнете и трубе. Меня и сейчас приглашают на концерты работать ведущим. Творчество — это постоянный драйв, который помогает мне общаться и думать, в том числе и как выстроить поединок перед судьей и зрителями. Своеобразный элемент шоу. Таким образом, я могу управлять эмоциями и процессом.

Часто спрашивают, не приходилось ли мне драться. Все зависит от склада человека. Если ты чрезмерно активный, то можешь бесконечно попадать в нехорошие ситуации. Кого-то «прет» от успеха. Когда я взял первую медаль на Европе, считал, что теперь для меня тоже все должно измениться. Проснулся на следующий день — и все по-прежнему. Чем старше становлюсь, тем более спокойным, понимающим и рассудительным себя чувствую.

Если кто-то доведет меня до драки и ситуация будет представлять угрозу для моей семьи, то я буду биться и применять на практике весь свой опыт.

Мастеровитые спортсмены (как правило, это касается борцов, боксеров и прочих единоборцев) в быту очень спокойные люди. Если рядом кто-то ведет себя неадекватно, они могут остановить столкновение буквально силой взгляда.

В детстве конфликтных ситуаций было немало. Меня постепенно приучали быть сдержанным. А вообще, когда я стал работать с детьми, понял, что они от природы все чисты и незлопамятны. Ты их чувствуешь и направляешь. Они все схватывают на лету, правильно исполняют, и, в свою очередь, учат тебя. Важно сохранить их любовь, развить у каждого ребенка «коронные» качества и научить правильно ими пользоваться.

У каждого свое формирование, собственная техника. Кто-то боится, значит, у него хорошее чувство дистанции, предвидит опасность. Кто-то рвется в бой — у него хорошие атакующие действия.

Совсем другая работа со взрос-

лыми. После рабочего дня прежде всего требуется очистить их мозг и дать возможность почувствовать радость настоящего момента с помощью упражнений. Каратэ способствует развитию координации. Оно полезно всем, от мала до велика. В дальнейшем я мечтаю работать с людьми. Чувствую, у меня это неплохо получается. Но сейчас для меня важен настоящий спорт. По этой причине пришлось отказаться даже от участия в боях профессиональной лиги, в которую попали 100 лучших каратистов мира. В данный момент финансовый аспект ушел на второй план. Весть о том, что каратэ отныне олимпийский вид спорта, стала приятным сюрпризом. Всех захлестнуло волной радости. Ведь старшее поколение долгие годы к этому стремилось. А у нас появилась возможность.

...Европейские и Олимпийские игры совсем рядом. Они очень важны для меня, это и есть мое настоящее.

СЕГОДНЯ МЫ УЖЕ НЕ СТРЕМИМСЯ К ЛИДЕРСТВУ В СТРАНЕ, А НАЦЕЛЕНЫ НА МИРОВОЙ ПОДИУМ

