



Художественная гимнастика весьма парадоксальный вид спорта. Она объединяет в себе пластику тела и силу духа, красоту, изящество и мужество, тяжелую физическую работу. Все это сочетает в себе и Алина Горносько, член национальной сборной по художественной гимнастике. У этой хрупкой девушки можно поучиться преданности своему нелегкому, но, все же, любимому делу. Ученица легендарной олимпийской чемпионки Марины Лобач, как и все спортсмены, мечтает об Олимпийских играх.

Призер чемпионата Европы и Кубка мира рассказала корреспонденту «НС», как адаптироваться к новым реалиям и, несмотря ни на что, оставаться сильной девочкой—«тростиночкой».

**Алина ГОРНОСЬКО,**  
призер чемпионата Европы и Кубка мира  
по художественной гимнастике:

**«Я готова ждать**

**Олимпийских игр бесконечно»**

— Алина, пожалуй, самый актуальный вопрос в наше время о здоровье. Коронавирус не коснулся тебя и твоих близких?

— К огромному счастью, ни меня, ни моих родных болезнь не зацепила. Конечно, когда Катя Галкина заболела, все немного испугались. Но нас быстро проверили и отправили в небольшой отпуск. Слава богу, Катя быстро выздоровела. А мы дома немного отдохнули от ежедневных тренировок. В связи с переносом многих соревнований и Олимпийских игр надо было отвлечь себя и заняться чем-то другим, кроме отработки программ.

— Новость о переносе многих стартов, в том числе, Олимпийских игр стала для тебя шоком?

— Это происходило не в один день, а постепенно. Последний раз в этом сезоне я выступала 8 марта на этапе Гран-при в чешском Брно, где у меня было золото в многоборье. И я уже обрадовалась, что сезон идет хорошо и я в неплохой форме. Но постепенно начали закрываться Италия, Испания, куда мы собирались на следующие старты, которые отменили. Все поняли, что остаемся дома

на неопределенный срок, но верили в лучшее. Однако чуда не произошло, и мы закрылись во Дворце художественной гимнастики, сократили общение и передвижение. Во Дворце есть общежитие, поэтому по городу гимнастки практически не перемещались. Жили так достаточно долго. Я за это время открыла для себя новые способности.

— Например?

— Пристрастилась к рисованию. Просто показать художества на бумаге сложно, а вот срисовать очень даже получается. Начала пробовать проявлять свое влечение на шортах, байках, футболках. Вещь, раскрашенная своими руками, мне кажется, интересной идеей для подарка. Кроме этого, вышиваю, монтирую блоги, учусь. В общем, развлекаюсь как могу. Кстати, рисование меня так поглотило, что на юбилей Марины Викентьевны Лобач я подарила ей картину с нашим с ней изображением.

— А после переноса соревнований не было обидно, что с реализацией больших спортивных планов придется подождать?

— Нет, я этого даже не опасалась. Ведь каждая тренировка не прошла

впустую — она была мне только на пользу. Да, мы начали сезон раньше для подготовки к Олимпийским играм. Выступили на соревнованиях в Лос-Анджелесе, Москве, Будапеште, Брно. Набрали форму, и все остановилось. Мало приятного, когда непредвиденные обстоятельства рушат все планы. Но чего расстраиваться? Думаю, дополнительный год для отработки мастерства и совершенствования программ к Олимпийским играм, нам на руку.

— Но если бы все пошло по плану, лидер национальной сборной Екатерина Галкина, наверняка, завершила бы карьеру. И ты стала бы первым номером в команде?

— Такое разделение по номерам важно, скорее, для вас, журналистов. Мы не делимся на номера. Гимнастика — непредсказуемый вид спорта. Сегодня лидирует одна, завтра другая. Здесь нет смысла загадывать, а нужно работать с учетом обстоятельств.

— Чемпионат Европы в этом году пройдет в конце ноября в Киеве. Это не очень поздно для гимнасток?

— Поздно. Обычно в ноябре у нас уже заканчивается сезон. Но в этом сезоне все

наперекосяк, поэтому ориентироваться на какие-то нормы, бессмысленно. Мы искренне верим, что в сентябре нам ничто не помешает выступить на чемпионате Беларуси. И если все будет хорошо, то октябрь и ноябрь будут насыщенными.

— **Алина, можно ли утверждать, что справиться с потрясениями этого сезона тебе помогли поклонники?**

— Конечно. Моя хорошая знакомая, которая очень любит гимнастику, создала мою фан-группу в «ВКонтакте». Очень приятно видеть, как люди интересуются моей персоной. У меня уже достаточно большая аудитория, но я стараюсь отвечать каждому, кто пишет мне комплименты и желает удачи. Я безумно им благодарна за поддержку.

— **Не думала создать собственный блог о художественной гимнастике?**

— В этом плане я пыталась реализоваться через приложение «Тик-Ток» — мне была интересна эта новая платформа. Но она требует ежедневной отдачи, и пока у меня нет столько времени.

У нас с девочками есть идея сделать гимнастический блог в «Инстаграме», сейчас стараемся ее воплотить в жизнь.

— **Алина, профессиональные гимнастки часто сталкиваются с проблемами со здоровьем. У тебя были серьезные травмы?**

— Да, меня тоже травмы не обошли стороной. У меня уже были операции на правом колене и на левом голеностопе. Также случилась серьезная травма спины, из-за чего я пропустила целый год. В художественной гимнастике много девочек, которые после травм не могут вернуть прежнюю мотивацию, и бросают спорт. Мне повезло. Родители, тренеры, друзья окружают меня заботой и всегда поддерживают. Когда мне пришлось пропустить год, было тяжело. Но мы переехали в роскошный Дворец художественной гимнастики,

и мне очень хотелось в нем поработать, поэтому я быстрее восстановилась.

— **Алина, 9-го августа у тебя день рождения. Как прошел год после совершеннолетия?**

— Да, мне уже 19 лет! Не могу сказать, что с совершеннолетием у меня в жизни многое изменилось: тренировки и соревнования — все как обычно. Если бы нужно было выбрать одно слово для этого года, я бы выбрала «неожиданный». Кстати, 9-го августа 2020 года планировалось закрытие Олимпийских игр в Токио. Хотя, насколько известно, в следующем году будет так же.

— **Художественная гимнастика хоть и красивый, но довольно сложный вид спорта. Ты в нем с трех лет. Что тебе помогло терпеть неимоверные нагрузки, постоянно работать?**

— Здесь много факторов. Меня с самого начала сильно заинтересовали и замотиви-

ровали гимнастикой. Да, возможно, у меня не было детства. Ведь я не знаю, каково быть обычным ребенком. Наверное, это что-то невероятное. Но у меня с трех лет были цели, примеры, характер. В спорте если начал, должен довести до конца.

Согласимся, что и для жизни вне спорта это полезно. Я уже не могу представить свою жизнь без нагрузок. Как это? Да, когда-то наступит момент и мне придется выбирать, чем занимать свое время. Но я уверена, что останусь в художественной гимнастике. Конечно, родители переживали, когда были травмы, операции, они ведь не спортсмены. Но я даже им не позволяла себя жалеть, не переночу, когда меня жалеют. За такой характер тоже спасибо спорту. Я живу гимнастикой, и другого себе не представляю. Моя цель — Олимпийские игры, их я готова ждать бесконечно.

**Беседовала Валерия ОСТАПЧУК**



Фото из архива Алины Горносько

Генеральный партнёр  
Белорусской ассоциации  
гимнастики

Официальные партнёры  
Белорусской ассоциации  
гимнастики

Генеральный партнёр  
Национальной команды  
Республики Беларусь  
по художественной гимнастике

