

Алина ГОРНОСЬКО: ХОЧУ БЫТЬ КАК ЛОБАЧ

В художественной гимнастике люди видят всё только самое прекрасное — лёгкость, красоту, изящество. Месяцы пахоты ради грациозного выступления в полторы минуты остаются за кадром. Какого титанического труда стоило Алине ГОРНОСЬКО вернуться в любимый вид спорта, знает только она.

В 2018 году гимнастка возвратилась на помост после долгого перерыва. Давняя травма стопы мешала тренироваться, поэтому 17-летней грации пришлось оперироваться. Ко всему Алина повредила спину и провела год в корсете. «Пропущенный год в гимнастике может вообще выбросить из неё. Очень редко кто-то способен вернуться, не каждому дано выдержать такое. А Алина смогла», — отмечает главный тренер сборной Беларуси по художественной гимнастике Ирина Лепарская.

Мы встретились с Алиной в одном из тренировочных залов Дворца художественной гимнастики и поговорили о её возвращении и стремлениях.

— Во время вынужденной паузы в 2018 году мелькали мысли о завершении спортивной карьеры?

— Нет, об этом и речи быть не могло. Ведь в 2017-м я начала выступать во взрослой программе. Мне так понравилось! Это был очень насыщенный, хороший год. Поэтому даже мыслей не допускала попрощаться с художественной гимнастикой. С нетерпением ждала, когда мне разрешат тренироваться. Старалась хорошо восстановиться. И в 2019 году уже с новыми силами ворвалась в бой. (Улыбается.)

— Из-за чего вас постигло такое большое количество травм сразу?

(Окончание на 2-й стр.)



Алина ГОРНОСЬКО: ХОЧУ БЫТЬ КАК ЛОБАЧ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

— Думаю, сказались определённые перегрузки. Я очень быстро начала расти. Возможно, организм меня не догонял, из-за чего всё и началось. Мне сделали операцию на колене и на стопе, пришлось лечиться после травмы спины. Но главное — я вновь в строю! Готовимся к старту сезона, который начнётся в конце августа.

— После пережитого не каждый захочет вернуться к запрещённым нагрузкам!

— Мне помогало очень много людей. Ощущала поддержку главного тренера сборной Ирины Юрьевны Лепарской, моего личного тренера Марины Викентьевны Лобач. Безусловно, вдохновляла и вера в себя. И большое желание поскорее вернуться! Мне не хватало адреналина от выступлений. В 2018 году нам всем подарили прекрасный Дворец художественной гимнастики. Девочки готовятся, ездят на соревнования, а я в таком красивом месте была вынуждена просто сидеть... Это тяжело. Очень хотелось поскорее вернуться и начать выступать. Всё это время старалась думать только о том, как вновь приступлю к занятиям.

— Как проходила работа во время трёхмесячной вынужденной изоляции во дворце?

— Первое время было немного тяжело. Мы не понимали, что ждёт дальше. Однако вскоре нашли неплохой выход из ситуации. Помимо тренировок, уделяли много времени другим вещам. Могу сказать, что тренерский штаб постарался максимально разнообразить наши будни. Помимо привычной работы, для нас была подготовлена и необычная. Мы окунулись в историю художественной гимнастики. Разучивали упражнения известных гим-

насток из Беларуси, России, Болгарии и других стран. Начиная с 1988 года, когда Марина Викентьевна Лобач завоевала «золото» на Олимпийских играх в Сеуле. После сами выступали с этими упражнениями. Проводили небольшие турниры в выходной день. Нам вручали поощрительные призы. Много времени посвятили творчеству. Время пролетело незаметно и интересно. Безусловно, занимались и восстановлением здоровья, проводили работу над ошибками собственных программ. Теперь с нетерпением ждём возобновления соревнований.

— На старте сезона вы успели поучаствовать в нескольких турнирах...

— Мы решили начать сезон немного раньше обычного, с целью подготовки к Олимпийским играм. В конце февраля выступили на международном турнире в Лос-Анджелесе. В феврале я съездила на Гран-при международного турнира в Москве, в марте — на Гран-при в чешский Брно.

— В Чехии вы взяли «золото» в многоборье...

— Да, я очень хорошо там выступила. К сожалению, это был последний международный турнир. Вскоре из-за пандемии начали закрываться страны на карантин. С тех пор ждём возобновления соревнований.

— Не так давно ваш личный тренер Марина Лобач отмечала юбилей...

— Марина Викентьевна мой кумир. Причём во всем! Я очень готовилась к её дню рождения. К тому же я у Марины Викентьевны старшая воспитанница. Когда мы были на экскурсии в Олимпийском зале в Токио, то сфотографировались там. Взяла этот момент в идею карточки. Рисовала её месяц — после



тренировок, в перерывах на обед и по вечерам. Очень старалась. Рада, что успела преподнести такой подарок тренеру на день рождения. Конечно, есть огромное стремление вновь поехать в Токио, но уже не в роли посетителя, а участника Олимпийских игр.

— Как восприняли известие о переносе Олимпиады?

— Подождём! Она ведь нас тоже ждёт.

— Поехать на Игры — мечта?

— Конечно! Думаю, это мечта с рождения у любой гимнастки. Когда маленьких деток приводят в

зал, они наблюдают за нами и хотят быть такими же. Когда я в 10 лет попала в группу к олимпийской чемпионке Марине Лобач, то для себя сразу решила: хочу взять «золото» на Олимпиаде, как Марина Викентьевна!

Илона КУПРЕЙЧИК,
фото Владимира ИВАНОВА