

# Степан МЕЛЬНИК: УПЛОТНИТЬ И УЛОЖИТЬСЯ В ЛИМИТ

Из Новополоцка, с традиционного турнира по водным лыжам за katerом памяти Николая Генова (нынче имел статус 1-го этапа Кубка Содружества), Степан МЕЛЬНИК вернулся с полным комплектом наград. Он выиграл многоборье, завоевал «серебро» в фигурном катании и «бронзу» — в прыжках с трамплина. И на предшествующем Кубке Беларуси на родной акватории в Волчковичах внёс весомый вклад в командную копилку. Груз с плеч свалился.

Делясь впечатлениями о первых стартах с журналистом «СП», Степан отметил:

— Конечно, есть, над чем работать. В том же Новополоцке не всё получилось, но в целом таким началом сезона я вполне доволен.

— На Кубке страны индивидуальные медали не разыгрывались. Лично вам за команду выступать легче или сложнее?

— Мне, наверное, проще. Отчасти потому, что и формула на этом турнире другая — нет квалификации и финала, а есть два круга, лучший из которых идёт в зачёт. Если в первом раунде допустил ошибку, её можно исправить во втором. И, когда за медали не нужно бороться, спокойнее себя чувствуешь. Вместе с тем здесь другая ответственность — важно заработать хорошие очки для команды.

— Начали вы этот турнир с неудачи в слаломе, в первом круге не попал в ворота...

— Самое удивительное, что и в прошлом году на Кубке я побывал в такой же ситуации, только во 2-м круге. Но после этого ни на одних соревнованиях проблем с воротами не имел. Почему это повторилось нынче? Во время тренировок я много внимания уделял самой трассе — огибанию буй, натяжке и минимум — входу в ворота. Только в предшествующий Кубку день работал именно над этим. И из десяти попыток только две оказались удачными. Поэтому промаху на соревнованиях не удивился. Когда во втором круге попал в ворота, сразу груз с плеч свалился. В итоге показал неплохой для этого периода результат — 2,5 буйа на 12-ти метрах. «Личник», установленный в разгар сезона, у меня — 1,25/11. Нынче же на тренировках я ни разу на 12 метров не выходил. Отрабатывал повороты на 16-ти, 14-ти метрах и редко — на 13-ти.

— На последних остановились и в Новополоцке...

— В предварительном круге я взял буй на 12-ти, а в финале 4,5 — на предыдущей длине. Там психологически тяжело было.

Это первые соревнования, где разыгрывались медали. И особенно в слаломе волнение давало о себе знать. К тому же была большая отбойная волна, видя которую, тяжело сфокусироваться на технике. Но все в одинаковых условиях были, так что на это нельзя списывать. В квалификации я, не скрою, расстроился. Потому что хорошо прошёл на 16, 14 и 13 метрах. И был уверен в 12-ти. Но допустил одну ошибку — и на второй буй не успел. А в финале две трассы удачно взял.

На 13-ти стал оттягиваться, увидел волну, идущую на первый буй, и сразу потерялся. Из-за чего началась борьба, рваная работа.

## С новым «личником»

— В фигурном катании в Минске вы оказались вне конкуренции с симпатичной суммой...

— 9250 очков — это мой новый «личник». Прежде больше 8470 баллов набирать не удавалось. Вообще я многоборец. Но одно время чуть больше слалом нравился, затем — прыжки, теперь — «фигуры». Поскольку погода у нас не всегда хорошая, их и катаю чаще.

— А любимые элементы есть?

— Вообще над всеми работаю с удовольствием, но особенно нравятся степ-цп и сальто. Последних у меня в программе, как и ски-лайнов, максимум — соответственно шесть и четыре.

— А за счёт чего собираетесь увеличивать сумму?

— Программа у нас состоит из двух заездов по 20 секунд. Во вращательном я на данный момент успеваю сделать шесть сальто и два ски-лайна, а третий и четвёртый — уже за временем. Моя задача — уплотнить их настолько, чтобы все 10 элементов исполнять в отведённый лимит. Это даст прибавку в 1200 очков. В цп та же ситуация. Можно подкорректировать программу и получить плюс 500-600 очков. А 11 000 — это уже призовое место на чемпионате Европы. Всё реально. Нужно просто работать.

— В Новополоцке вы 2000 не добились. Почему?

— Повторюсь, там волновался сильно. Потому что очень хотел выиграть многоборье, в котором после предварительного круга ближайших соперников опережал всего на 60 и 80 очков. Знал, что они могут добавить. И погода в финале была не лучшая — дождь шёл, и мешал порывистый ветер. С гладкой программой я справился, а на цп «поймал» порыв, и пошёл сбои. В итоге три фигуры сделать не успел. И во вращательном заезде, упав в концовке, двух «пятёрок ски-лайнов» не досчитался. Кроме того, после не лучшего квалификационного проката выбросил из программы сомнительный полувинт с неудобным захватом. В итоге наскрёб только 7650.

## Большой плюс

— Прыгаете вы пока с полуторного срезза?

— Да. В Минске мне удалось на 50 м с него выйти. Это на пять меньше моего рекорда, показанного с двойного срезза на прошлогоднем чемпионате Европы. Но если тогда я кильватер перелетел и приходил в одну ногу, то сейчас стараюсь закончить поворот, приподнять ногу и проехать на ней кильватер. Это другой подход. И он приносит свои плоды. 50 м для полуторного срезза с двумя руками — неплохой результат. При том, что мы только в середине мая начали работать на трамплине, а в начале июня уже соревновались. Прыгать, естественно, стали не сразу. Там много нюансов. Нужно натренировать среззы, подстроить их под «стол». И от погоды многое зависит — в спину дует или в лицо. То есть нужно как можно чаще прыгать. А у нас это не всегда получается. Перед Кубком Содружества, к примеру, из-за ветра я четыре дня только фигуры катал. И в трамплине в Новополоцке 47,7 м показал. Но и титулованный российский прыгун Владимир Рязин, в прошлом году в Греции на 66 м улетевший, здесь 55-ю

Мой опыт позволяет ребятам подсказать. И, когда видишь, что они избавились от ошибки, получаешь удовольствие.

ограничился. Потому что и kater в Новополоцке объёмом всего 5,7 л. Для слалома и фигурного катания этого хватает, а для трамплина такой мощности маловато.

— Что для вас важнее — победа в отдельной дисциплине или в абсолютном первенстве?

— Поскольку я многоборец, конечно, в последнем. Хотя и обыграть видовика, скажем, в фигурном катании, тоже престижно.

— Водных лыж вам, надо полагать, было не избежать?

— Да, ведь у меня и мама, и папа — тренеры по этому виду спорта. Я вырос на воднолыжной базе на Птичи. Но лет до восьми тренироваться не хотел — боялся. А однажды, впечатлённый катанием девочки, сам попросил папу поработать со мной. Он, уточнив, не ис-

пугаюсь ли вновь, согласился. Я оделся, как полагается. Но, увидев его в «Казанке», отказался за ней ехать. Пришлось папе в kater пересаживаться. Во время старта за ним меня засосало под воду — я от страха разревелся. Но через неделю начал потихоньку покатываться. Незаметно втянулся, стало нравиться. Немалую роль сыграл и тот факт, что здесь был спортивный лагерь, с ребятами из которого подружился. А когда ты с ними на одной волне и в одной группе тренируешься, это очень круто.

Пока папа был жив, я больше с ним катался, хотя он со старшими работал. И на сборы с ним в Италию, Америку не раз выезжал. Теперь с мамой тренируюсь.

— И каково это — готовиться у родителей?

— Нормально. С папой вообще спокойно было. Мама может и прикрикнуть где-то. Но она ко всем одинаково строго относится, никого не выделяя. Когда после не самых удачных тренировок дома продолжают споры, это порой не очень нравится. Вместе с тем эти обсуждения, просмотры видео помогают расти. Мама может ночь не спать, думать над тем, почему у меня перестала получаться та или иная фигура, и утром выдать готовый рецепт, как избавиться от ошибки. Это, конечно, большой плюс.

## Приподнять «потолок»

— Судя по тому, что учитесь в БГУФК, решили пойти по родительским стопам?

— Почти все воднолыжники выбирают этот вуз. Потому что учёбу в нём можно совмещать с тренировками, проще взять освобождение для выезда на сборы, получить разрешение на индивидуальный график, договориться с преподавателями какой-то предмет позже сдать. Профессия мне нравится. Мой опыт уже позволяет ребятам что-то подсказать. И, когда видишь, что, прислушавшись к твоему совету, они избавились от ошибки, сам получаешь удовольствие. Значит, удалось правильно объяснить.

— Какой из уже достигнутых своих успехов вы считаете самым весомым?

— На первенствах Европы мне не однажды удавалось подниматься на пьедестал. И каждая медаль, конечно, дорога. Но особенно я был рад и мною гордилась мама, когда в 2018-м в испанской Сесене на первенстве мира до 17 лет стал 4-м в многоборье, совсем немножко не дотянув до «бронзы». Потому что тогда и норматив мастера спорта международного класса выполнил.

— И какую задачу ставите на текущий сезон?

— Как и всегда, — обновить личные рекорды во всех видах. В фигурном катании это уже сделал. Но хочу ещё улучшить сумму, потому что резерв есть. В слаломе и трамплине также надеюсь приподнять «потолок». Над этим и работаю.

Елена ДАНИЛЬЧЕНКО,  
фото автора

