

Елена ПАРХОМЕНКО: ТИШЕ едешь, ДАЛЬШЕ будешь

Июнь для прошлогоднего двукратного призёра чемпионата мира по водным лыжам за риксеном Елены ПАРХОМЕНКО выдался очень напряжённым. Студенты-заочники БГУФК в это время сдают сессию. Елене приходилось разрываться между лекциями, зачётами-экзаменами и тренировками. Однако, несмотря на плотный график, она выкроила время для общения с журналистом «СП». И начали мы разговор с учёбы.

За океан уже не рвусь

— Вообще я поступила на стационар, но после первого курса в прошлом году перевелась на заочное отделение, решив, что предлагаемый объём без проблем смогу осилить самостоятельно. Так и получилось.

— Помнится, вас интересовала кинезиотерапия, и вы вынашивали планы продолжить образование в США...

— Пока я отказалась от них. Все, кто у нас уехал в Штаты, идут по одному накатанному пути. Других вариантов как будто нет. На самом деле они есть. Поэтому за океан уже давно не рвусь. Там приоритет пришлось бы отдавать учёбе. А я хочу реализоваться в спорте. На данный момент довольна тем, что имею в Беларуси: как член национальной команды могу и на воде кататься, и в зал ходить, и в бассейн. Единственный минус — невозможность выехать зимой-весной на тёплые акватории.

Для тренировок фигурного катания у нас идеальные условия, можно работать над ним часами. А скоростные виды мы накачивали именно на выездных сборах. Там всегда мягкая вода, хороший катер, всё работает. У нас же тепло стало лишь в июне. Но и сейчас погода нередко не благоволит. Сегодня, к примеру, из-за сильного ветра я даже «фигуры» нормально потренировать не смогла, какие там три вида?! В Таиланде, США или Италии можно одновременно накачивать их, слалом и трамплин. Результаты после этого реально идут вверх. В Беларуси же форма не растёт, её удаётся только поддерживать. Поэтому очень надеемся, что ситуация изменится, и мы сможем вновь выезжать на сборы.

— К Кубку Беларуси нынче пришлось форсировать подготовку?

— Не сказала бы. Его на неделю перенесли. Благодаря этому удалось чуть больше поработать, что и на результатах положительно отразилось. Они оказались выше, чем в прошлом году. Тогда я вообще на первой слаломной трассе упала, а нынче взяла 4 буя на 13-ти метрах. Понятно, что это далеко не вау (личный рекорд у меня 1/11), но для первых соревнований неплохой результат. Как и 7040 очков — в фигурном катании. Мне даже засчитали элемент, который обычно браковали. Вообще май выдался очень холодный. Но буквально за неделю до Кубка резко потеплело. И мы с Мариной Александровной Басинской и Олесей Павловой заметно увеличили накатку, что и позволило выйти на неплохую сумму.

В принципе, сколько себя помню, на этих стартах мы всегда «сырыми» выступали. Поэтому многого от них не ждём. Даже когда проводили сборы в США, вернувшись домой, за месяц теряли приобретённые чувства. Поэтому организовывать выезды на тёплые акватории лучше, мне кажется, в апреле, чтобы затем сразу вливаться в сезон.

Всё внимание тебе

— Каково это — в мае вставать в 7 утра и идти тренироваться на почти ледяной воде?

— Нормально. Пока холодно было, мы вставали попозже. Вообще я обожаю кататься в 7 утра, первой или в числе первых. Потому что в это время гладь на озере. Внимание тренера полностью на тебе сосредоточено. И он, и ты ещё со свежей головой. Это гарантирует, что отработаешь плодотворно и без спешки. А если тот же слалом запланирован днём, то наверняка придётся торопиться, и тренер не успеет толком что-то объяснить.

— Но утром обычно холоднее...

— В мае мы начинали кататься часов в 9, а то и в 10-ть. Нам выдали тёплые костюмы, и нормально было. Да, руки-ноги открытые. Но за много лет мы научились абстрагироваться

от холода. В ином случае ничего не добьёшься. Да и, когда раскачиваешься, тебе жарко становится. В том же мае меня уже душил костюм, хотелось поскорее снять его.

— На Кубке страны вы выиграли три вида...

— И только в прыжках стала второй. Но места на наших внутренних турнирах для меня теперь не важны. Они потеряли свою ценность. Так получилось, что несколько спортсменов уехали тренироваться за рубеж, и в Беларуси в моём возрасте не осталось сильных соперниц. Пока Лера Трубская не поступила учиться в США, с ней интересно было бороться в слаломе. И в фигурном катании была намного выше конкуренция. Сейчас, увы, дома скучно соревноваться. На том же мемориале Николая Генова благодаря приезду россиян было намного интереснее выступать. И на турнир Vega Ореп в Москву всегда с удовольствием выезжаю. Надеюсь, и в Минске на мемориале Виктора Мельника будет с кем соревноваться.

— Как расцените свою лучшую попытку в прыжках с трамплина на 37 м на Кубке страны?

— На большее рассчитывать пока не приходилось. Этот вид нужно именно накачивать. Мы же из-за холодной погоды такой возможности не имели. А если на тренировках на

45 м не прыгал, то и на соревнованиях в аналогичных условиях это не удастся. Вот, если после них в очень хорошие попасть, тогда можно прибавить и «личник» побить.

Последовал спад

— Перед турниром в Новополоцке вы уже разрывались между учёбой и тренировками?

— Одну неделю я успела ударно отработать, делая по пять заездов в день. В слаломе уже и на 11 метров выходила, что в начале сезона пре-

мошная атмосфера. И спад на таком уровне уже предчувствуешь.

— В фигурном катании вы тоже там 1000 очков не досчитались...

— В предварительном круге я упала. В финале, поскольку и неприятный порывистый ветер дул, упростила программу. Кроме того, во вращательном заезде одну фигуру судьи не засчитали. Зато я попробовала новый винт, пусть и за временем его исполняла, и выехать не смогла. Но чтобы интереснее было ехать, решила поэкспериментировать. Когда что-то новое вставляешь, как будто второе дыхание открывается.

Оттянуться во всю силу

— И только в трамплине там улучшили результат...

— Знаете, это как пазлы подбираешь и находишь то, что нужно. Так и в прыжках требуется правильно сделать срез и отход со стола. К финалу я, видимо, подладилась и спокойно прыгнула на 40,9 м. Неплохо, с учётом того, что рекорд у меня — 43,6 м и показан он в Испании, где всегда хорошо прыгается.

— С ветераном сборной Ириной Турец, которой, как и в Минске, проиграли, можно бороться в этом виде?

— Конечно. Ничего сверхъестественного для этого не нужно, только накатка. Ирина — прекрасная спортсменка с огромным опытом. А последний в водных лыжах невероятно важен. Мне его не хватает, поэтому пока и уступаю. Сложно сказать, на что Ира сейчас способна за катером. Если на 44 — 45 м, то уже нынче можно попробовать дать ей бой, а если на 50 м, то в текущем сезоне перехватить пальму первенства не получится.

— А какой вид вам больше нравится?

— «Фигуры». Я лучше их чувствую. Они намного разнообразнее: можно пробовать одно, другое. Вообще, будь у нас всегда гладкая вода, я бы обожала все три дисциплины. На тёплых сборах у меня и прыжки неплохо получаются. Они и по комплекции мне подходят. И нравятся тем, что можно оттянуться во всю свою силу. Но для этого нужно быть накатанным. Ведь, если сильно разгонишься, а техника ещё не отлажена, можно больно «ляпнуться». Поэтому пока силу особо не прикладываю, скорее — просто линии выстраиваю.

— Следующий этап Кубка Содружества состоится в Москве на упомянутом турнире Vega Ореп. Успеете к нему как минимум вернуть прежние кондиции?

— Конечно. Сессия закончилась. К тому моменту у нас ещё два старта пройдут — сначала первенство, затем чемпионат Беларуси в Новополоцке. То есть времени на то, чтобы набрать форму, достаточно.

Елена ДАНИЛЬЧЕНКО, фото автора



жде никогда не удавалось. Но затем началась сессия, иногда и по 6 пар приходилось отсиживать в универе. Рабочий ритм немного сбился. К тому же за полтора месяца у меня вышел большой объём накатки, за которым последовал естественный спад. Поэтому и выступила неважно.

— Но упасть в слаломе на скорости 52 км/ч...

— Это в протоколе так пишут, если не взял первую трассу. Начинала же я с 14 метров на 55 км/ч. Чтобы вновь не наступить на те же грабли, впредь, скорее всего, буду стартовать с них же на 52 км/ч. Как говорят, тише едешь, дальше будешь. Потому что на 16-метровом фале уже не катаюсь, он длинный для меня, требует много лишних движений. А 14-ть — всё в натяжку, всё удобно. Не взяла же трассу я, видимо, из-за волнения. Признаться, мне не очень нравится соревноваться в Новополоцке. Хотя озеро там хорошее, дует намного меньше, чем у нас в Минске. Единственное, на слаломе мешает отбойная волна. На трамплине, хотя он гладенький, удобный, я почему-то всегда падаю. И в этот раз неприятно приложилась. Не нравится же та-

