

ВЕРНЫМ КУРСОМ

О БОРЬБЕ ДРУГ ПРОТИВ ДРУГА, ДЕСЯТИ ШОКОЛАДКАХ, СЪЕДЕННЫХ НА СПОР, А ТАКЖЕ О ПЕРЕЖИВАНИЯХ ИЗ-ЗА ТРАВМ РАССКАЗАЛИ БРАТЬЯ-БЛИЗНЕЦЫ АНТОН И ЯРОСЛАВ КУРСЫ — ПРИЗЕРЫ ЧЕМПИОНАТА БЕЛАРУСИ ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ.



В НУЖНОЕ РУСЛО

Начало карьеры в борцовском зале у ребят получилось довольно банальным. Ведь изначально они занимались водным поло. Вроде все их устраивало, только добираться в бассейн оказалось далековато. А потом кто-то предложил их маме отдать парней в борьбу: тут далеко ездить не нужно было. Правда, все же сначала Антон и Ярослав с сестрой Настей и одноклассниками отправились на разведку. — Первое занятие прошло интересно, — вспоминает Ярослав. — Даже пару приемов показали. Решили продолжать. Полгода совмещали водное поло и борьбу. Однако потом сосредоточились на единоборствах. Тренировки настолько затянули, что делали все, чтобы их не пропускать. Мама радовалась нашему увлечению: энергия из нас била через край, а мы направляли ее в нужное русло. Тем более с уроками тоже успевали.

Собеседники признаются, что тренировки в паре в юные годы напоминали взрывоопасную смесь. Братья ни в чем друг другу не хотели уступать, заводились во время борьбы не на шутку. Порой тренеру приходилось растаскивать горячих ребят по углам. С возрастом это прошло. Антон добавляет, что редко с братом выступал в одной весовой категории: Ярослав весил меньше. Хотя несколько раз жребий сводил братьев на ковре. В таком случае один из них снимался с

ТРЕНИРОВКИ БРАТЬЕВ В ПАРЕ В ЮНЫЕ ГОДЫ НАПОМИНАЛИ ВЗРЫВООПАСНУЮ СМЕСЬ. ОНИ НИ В ЧЕМ ДРУГ ДРУГУ НЕ ХОТЕЛИ УСТУПАТЬ. ЗАВОДИЛИСЬ ВО ВРЕМЯ БОРЬБЫ ТАК, ЧТО ПОРОЙ ТРЕНЕРУ ПРИХОДИЛОСЬ РАСТАСКИВАТЬ ГОРЯЧИХ РЕБЯТ ПО УГЛАМ. С ВОЗРАСТОМ ЭТО ПРОШЛО.

поединка, что приравнивается к поражению, а второй выступал дальше.

С особым трепетом юноши рассказывают о прошлогоднем чемпионате страны, когда оба попали на пьедестал. Ярослав выиграл бронзу (весовая категория до 82 кг), Антон — серебро (до 87 кг).

— Возможно, выступили бы и лучше, — говорит Антон. — Не хватило боевой практики: из-за коронавируса отменяли и переносили турниры. До этого залечивал травмированное колено. Однако в ходе поединков опять ему досталось, поэтому не



**ЕСЛИ БЫ НЕ БОРЬБА,
ТО БРАТЯ НАВЕРНЯКА
ПРОЯВИЛИ БЫ СЕБЯ В ДРУГОМ
ВИДЕ СПОРТА. ИМ НРАВЯТСЯ
ИГРОВЫЕ ВИДЫ: БАСКЕТБОЛ,
ВОЛЕЙБОЛ, ГАНДБОЛ.
И РОСТ (192 СМ) В ПОМОЩЬ**

смог выйти на финальный поединок против Кирилла Маскевича. Стал вторым. Ярослав остался недоволен бронзой. Он выигрывал у Станислава Шафаренко 3:1. Но за 20 секунд до окончания встречи пропустил результативное действие соперника и уступил.

Ярослав утвердительно кивает головой. Видно, задела за больное. Мы переключаемся на тему поддержки друг друга во время поединков и даем высказаться Ярику. Он подтверждает, что поболеть за брата — это святое. Не менее важно вносить коррективы в ход поединка. Для этого нужно покричать с трибун. Однако собеседник открывает занавес: подсказки хорошо слышны в начале поединка, а когда нужно отыгрываться,

на голос с трибун или подсказки тренера редко реагируешь. С другой стороны, такого не бывает: подсказали во время схватки — и ты выиграл. Сам должен провести прием, набрать нужные баллы.

ОХ, ЭТИ ТРАВМЫ...

Последний год вышел не совсем удачным для братьев. Ярослав в очередной раз травмировал ногу. В декабре 2021 года даже потребовалась операция на крестообразных мышцах. Срок восстановления — около года. У Антона проблемы со спиной. Чуть больше нагрузка — серьезные боли дают о себе знать. Он ходил на процедуры, а сейчас — курс лечебной физкультуры.

— Очень тянет бороться, — говорит Антон. — Иной раз вместе с Яриком выходим на ковер и осторожно работаем в паре. Главное — не переусердствовать, чтобы не усугубить мою и его травму. Пусть уйдет больше времени на восстановление, но потом можно будет нормально тренироваться и выступать. Ведь уже столько времени нормально не боролся на соревнованиях.

Ярослав добавляет, что они следили за результатами турниров, смотрели трансляции состязаний разного масштаба: Олимпиады, чемпионатов мира, всевозможных турниров. Наши героев больше интересуют мировые лидеры, которые выступают в их весовых категориях. Например, олимпийские чемпионы Токио-2020 украинец Жан Беленюк и россиянин Муса Евлоев. Болели парни за белорусских борцов, которые сражались на Играх в Японии. Большим праздником стали награды Ирины Курочкиной, Ванессы Колодинской и Магомедхабиба Кадимомедова.

— Когда восстановимся и наберем форму, хотим вернуться на ковры крупных турниров, вновь почувствовать атмосферу спортивного праздника, от которого мурашки по коже, проверить себя в поединке против сильных соперников, — расписывает Ярослав. — В жизни вне спорта не испытаешь таких эмоций и переживаний.

ПОХОЖ — НЕ ПОХОЖ

Не мог не спросить ребят о том, путали ли их преподаватели в школе и университете, сдавали ли они друг за друга экзамены.

Однако занимательных историй не выудил. Свою схожесть братья никогда не использовали во время экзаменов, зачетов. Порой педагоги им говорили, мол, хватит друг за друга сдавать предметы. Но только в шутку. Парни уверяют, что сами учились, старались побольше запомнить на уроках, лекциях. Дома также сидели за учебниками и конспектами. В школе и университете физической культуры их путали те, кто мало с ними общался. Близкие, друзья, любимые девушки — никогда. А вот по поводу отпуска борцы удивили:

— У профессиональных спортсменов его толком нет. Нужно ежедневно делать пробежки, выполнять силовые комплексы, ходить в тренажерный зал, ездить на велосипеде. Если этим пренебречь, то к началу нового сезона будет мучительно набирать форму. Мы в отпуске много времени проводим на даче, где помогаем маме на огороде, по хозяйству, — говорит Антон.

АНТОН КУРС СТАНОВИЛСЯ ПРИЗЕРОМ МОЛОДЕЖНОГО ЧЕМПИОНАТА МИРА, КОТОРЫЙ ПРОХОДИЛ В БУХАРЕСТЕ В 2018 ГОДУ





И В ОТПУСКЕ НУЖНО ЕЖЕДНЕВНО ДЕЛАТЬ ПРОБЕЖКИ, ВЫПОЛНЯТЬ СИЛОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ, ХОДИТЬ В ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ, ЕЗДИТЬ НА ВЕЛОСИПЕДЕ. ЕСЛИ ЭТИМ ПРЕНЕБРЕЧЬ, ТО К НАЧАЛУ НОВОГО СЕЗОНА БУДЕТ МУЧИТЕЛЬНО НАБИРАТЬ ФОРМУ.

Ярослав добавляет, что на отдыхе часто ходят на рыбалку. Это увлечение у парней с детства. Их дядя как-то предложил сходить с удочками на озеро. Процесс понравился. Сейчас в свободное время они выбирают на водоемы, которые расположены недалеко от Минска, на реки. Это помогает отвлекаться от борьбы. Причем уловом делятся с родными, знакомыми, тренерами.

— Вообще свободного времени у нас не так и много, — уточняет Антон. — Между тренировками хочется поспать часок. Мы не играем в компьютерные игры, на приставке. Можем посмотреть сериалы, комедии. Выбираемся с друзьями

в кинотеатр. Но это только в выходной. Бывает, за счастье выйти просто на прогулку в парк. Нравится бильярд, боулинг.

ПОДСЛАСТИТЬ ЖИЗНЬ

Ярослав и Антон говорят, что обожают конфеты, шоколадки, тортики, выпечку. Они вспоминают, что во время домашних праздников им на двоих порой перепало полторта. Такое количество сладкого не влияет на вес. Ребята и сами в шоке. На тренировки они непременно берут шоколад. Неважно какой — горький, молочный или белый. Перед тренировкой несколько долек, после занятия, а затем в течение дня. Антон вспоминает, как в 14-летнем возрасте на спор с другом оприходовал 10 шоколадок в течение часа. Брали горький, молочный, с наполнителем. Запивал сладости одним стаканом воды. В положенное

время уложился. Как вы думаете, что выиграл парень? Столько же плиток шоколада!

В беседе всплывает еще один спор из детства. Один из друзей не поверил, что Антон сможет сделать на турнике 120 подъемов переворотом без остановок. И зря.

— Мы регулярно ходили подтягиваться, делали разные упражнения. Антон без проблем выиграл тот спор. Во время него подошел наш дядя. Он предложил сделать еще 20 подъемов, а за успешное исполнение обещал купить крутой детский автомат. Брату не хватило сил. Сестра Настя с нами тоже ходила на турники. Она подтягивалась в классе больше, чем любой парень. Но по спортивной стезе не пошла, — добавил Ярослав.

А еще близнецы просят у друг друга на день рождения (9 марта) несколько необычные подарки. Оказывается, лучший презент... медаль, выигранная на соревнованиях. А кроме того, борцы любят собирать всех родственников и выбираться, например, в аквапарк.