

Отечественный лыжный спорт в последние годы, несмотря на смену поколений, мало радует болельщиков высокими результатами или знаковыми победами на международной арене. Хотя наша страна практически каждый раз имеет представительство на всех престижных международных стартах. И, кажется, что еще немножко, и в рядах белорусской команды появится способный лыжный гонщик, который сможет на равных конкурировать с признанными авторитетами в этом популярном виде спорта.

В этом году Республику Беларусь в мужской программе на Олимпийских играх по лыжным гонкам представляли два спортсмена — опытный лыжник Александр Воронов и дебютант соревнований такого уровня Егор Шпунтов, на долю которого и выпала основная нагрузка.

О том, как 20-летний уроженец Новополоцка справился со своей задачей, а также о многом другом, с ним беседует корреспондент «НС».

## Егор ШПУНТОВ,

член национальной сборной по лыжным гонкам:



# «Я уже почувствовал олимпийскую атмосферу и психологически закалился»

— Егор, расскажите, кто привел Вас в лыжные гонки?

— С этим видом спорта я подружился в пятилетнем возрасте, благодаря родителям — Юрию Валентиновичу и Елене Анатольевне. Во времена моего детства зимой мы вместе с семьей отправлялись в лес, что в пригороде родного Новополоцка, чтобы покататься на лыжах, где я впервые и встал на них. Чуть повзрослев, папа с мамой решили записать меня в секцию лыжных гонок — там я познакомился со своим первым тренером Инной Козловой. Именно здесь усовершенствовал свои навыки в лыжах. Хочу поблагодарить Инну Васильевну за большой вклад, который она внесла в мое спортивное будущее.

— Наверняка, что в начале своей карьеры хотелось быть на кого-то похожим из звезд лыжного спорта?

— Можно сказать, что я и раньше, и теперь восхищаюсь выступлениями многих мастеров лыжных гонок. Правда, стараюсь все же концентрироваться исключительно на собственных достижениях и

каждый раз совершенствовать свои навыки, делая работу над ошибками. Конечно, я смотрю выступления и других спортсменов, но только ради тщательного анализа различных недочетов в личной подготовке.

— Вы были непосредственным участником Олимпийских игр-2022 в Пекине. Чувствовали ли на себе повышенную ответственность в сравнении с другими международными соревнованиями?

— Вообще, я стараюсь максимально выкладываться на любых стартах — будь это чемпионаты и Кубки мира или другие топовые международные выезды. Но олимпийский дебют — это что-то особое. И чувство повышенной ответственности здесь появляется автоматически. Однако благодаря моему другу и товарищу по национальной команде Александру Воронову, в Национальном лыжном центре кластера Чжанцзякоу я смог с легкостью справиться с волнением и полностью сконцентрироваться на гонках. Хочу отметить, что у Александра исключительное чувство

юмора, которое помогало мне приобрести позитив и хорошее настроение.

— Поделитесь своими эмоциями от Олимпиады в Поднебесной?

— Впечатления смешанные, так как эти Игры для меня стали первыми. И сказать, что ощущения были незабываемыми, значит, ничего не сказать. Конечно, я был огорчен своими результатами этой Олимпиады, где выступал в спринте и в командной гонке. Но прекрасно понимаю, что сейчас мне нужно двигаться дальше и работать над собственными ошибками. Думаю, что на следующих аналогичных стартах я смогу показать результат лучше, так как уже прочувствовал соревновательную атмосферу и психологически закалился. Мне уже легче будет адаптироваться, как морально, так и физически.

— В мужскую олимпийскую заявку от нашей страны попали Вы и Александр Воронов, который большую часть Игр, из-за положительного теста на коронавирус, вынужден был находиться на карантине.

**Каково это — представлять Беларусь в мужской соревновательной программе, считай, в одиночку?**

— Как дебютант, сначала чувствовал напряжение от того, что на меня свалилась вся ответственность за результат, а после общения с Александром я успокоился. Так как, повторюсь, этот человек умеет заряжать позитивом и спокойствием. Все-таки мой коллега по цеху был участником Олимпийских игр-2018 в Пхенчхане, и является более опытным бойцом, чем я. Но, находясь во временной изоляции в другом отеле, по видеосвязи он пожелал мне быстрых ног и лыж. Я старался оправдать его паупствие, как и наставления тренерского штаба.

**— Егор, во время Олимпийских игр удалось ли Вам насладиться красотой Пекина?**

— К сожалению, не удалось в полной мере ощутить красоту столицы Китая, так как олимпийская деревня, в которой я проживал, была примерно в 200 километрах от города. И, кроме гор и снега, там нечем было любоваться.

Но во время открытия Олимпийских игр я смог немного увидеть Пекин и насладиться видами мегаполиса.

**— Сейчас межсезонье в лыжных гонках. Как предпочитаете проводить свободное время?**

**— Может, у Вас есть хобби, которые занимают досуг?**  
— В свободное от тренировок и стартов время я стараюсь как можно

больше быть со своей семьей и друзьями. Ведь в сезоне бывают отрезки, когда мы не видимся и по несколько месяцев. Вообще, больше всего люблю отдыхать вдали от шумного города, на природе: с банькой, на рыбалке и шашлыками. А что касается хобби, то, кроме занятий лыжами, у меня других увлечений просто нет.

**— Ваша самая заветная мечта?**

— На данном этапе моей жизни могу сказать, что главной мечтой остается медаль чемпионата мира и, конечно же, заветная награда Олимпийских игр.

Беседовала  
Ангелика РОМАНИК

