



# ГЕОРГИЙ КУНАЦ: «ЧТО ЗА ДЕЛА... Я ЖЕ ПОБЕДИЛ»

О ДЕЙСТВЕННЫХ МЕТОДАХ ЛИЧНОГО ТРЕНЕРА, ЧИПСАХ И ГАЗИРОВКЕ В ЮНОМ ВОЗРАСТЕ, ОБ АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ ОТ ПАПЫ РАССКАЗАЛ 20-ЛЕТНИЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА ИЗ ГРОДНО.

## СТАВКА **НА ОПЫТ**

— Сначала в секцию настольного тенниса пришла моя старшая сестра Майя, — рассказывает Георгий. — У нее хорошо получалось, и родители привели меня в 6-летнем возрасте в этот вид. Помню, тренер сестры провел для меня своеобразное тестирование: сдавал бег, прыжки. К тому времени уже держал в руках ракетку — играли с Майей, стучали мячиком о стену. Что касается первых тренировок, то мы набивали мяч на ракетке, учились отбивать мяч от стенки. Позже начали пробовать простые элементы уже у стола, играть. У меня быстро начало получаться. Это подогревало интерес.

Наверняка на первых серьезных соревнованиях ты вошел в число медалистов?

А вот и нет. На такой турнир приехали в Минск. Это случилось примерно через год после того, как я пришел в настольный теннис. Правда, играл против старших ребят. В число призеров не попал. Далее чаще выступал среди более опытных. Пусть не побеждал, зато приобретал опыт, быстрее понимал игру. В зале тренеры ставили в пары с более мастеровитыми парнями. Уровень уверенно поднимался.

**Когда старшие обыгрывали на тренировках, психовал?**

Очень спокойно реагировал. Понимал, что спарринг-партнеры играют лучше. Хотелось подняться на их уровень, составлять конкуренцию, обыгрывать. Расстраивался на соревнованиях, ког-



**В 2023 году Георгий Кунац выиграл первенство Беларуси среди молодежи до 21 года, победив в финале Вячеслава Белоконя (4:3).**

да проигрывал сверстникам. Не хватало психологической уверенности. До меня мог достучаться только личный тренер — Максим Николаевич Саатов, с которым проработали около 12 лет. Он давил, и это действовало. После его внушений действовал у стола лучше.

**А за победные матчи ругал?**

Злился на меня, когда выигрывал не по нашей схеме, а за счет случайности. Я не мог понять: что за дела... я же победил. Обижался. Со временем научился анализировать свою игру, видеть ошибки и недочеты. Понял, почему наставник ругался и чего от меня добивался. Были ли споры с тренером? Изначально — нет. Понимал, что это классный специалист и хочет, чтобы из меня вырос хороший игрок. Споров не припомню. Скорее получался диалог. Я рассказывал об ощущениях во время игры, тренер делился своими наблюдениями. На основании этого понимали, куда дальше двигаться и над чем больше работать.

### **В другие виды спорта не тянуло?**

На первых порах еще хотелось заниматься футболом. Я по вечерам гонял мяч с друзьями во дворе. Примерно с 14 лет забыл про идею с секцией футбола. Там были мысли о паузах после неудачных турниров или больших нагрузок на тренировках. Говорил об этом тренеру, и мне могли сделать выходные на пару дней или снижали объемы работы. Помню, Максим Николаевич просил, чтобы мы отказывались себе во вредных продуктах — чипсах и газировке. Хотя раз в месяц разрешалось отвести душу... Но я тайком давал себе слабину. Разок или два в неделю покупал себе «санкционные» продукты.

### **В подростковом возрасте был ли интерес к просмотру трансляций турниров по настольному теннису?**

Огромный. Настолько, что не пропускал значимых соревнований, знал китайских игроков, не говоря о европейских. Запоминал тройку призеров и позиции белорусов, если они выступали. Были и любимики. Конечно, Владимир Самсонов. Еще трехкратный олимпийский чемпион Чжан Цзикэ из Китая. Это неподинарная личность с яркой манерой игры, особенностями подачами. У 10-летнего парня его игра вызывала восторг.

## **ШКОЛЬНАЯ ПОРА**

### **Получалось успешно совмещать учебу и тренировки?**

Без особых проблем. И в этом большая заслуга родителей. Они с 1 класса напоминали об успеваемости. В этом плане не давал себе откровенной слабины. Ходил в хорошистах. По итогам 11 класса средний балл был 8,8. Из предметов не очень давались русский и белорусский. Чтобы



**Свой отпуск Георгий любит проводить в Гродно. И отдых выбирает активный: с друзьями ходит в походы, нравятся прогулки по городу.**

правильно выполнять задания, нужно было заучивать правила. С английским помог папа. Он сам незадолго до этого поднимал свой уровень, а потом занимался со мной. Каждый год перед летними каникулами покупали мне книжку, по которой работали. Мне не очень нравилось. Но со временем здорово подтянул и разговорный английский, и грамматику. Из любимых предметов — геометрия, история. По русской литературе не очень нравилось читать произведения, но благодаря учителю с удовольствием ходил на этот предмет. И хотя бы кандидатский минимум по книгам старался осилить, чтобы ответить на уроке.

### **Учился в гимназии?**

Младшая школа классическая, а потом взяли в спортивный класс. Со мной учились волейболисты, гимнастка. У нас были поблажки с посещением уроков в связи со сборами, соревнованиями. После 10 класса осталось всего 15 человек и нас расформировали. Три четверти отучился в привычном режиме, а потом грязнула пандемия коронавируса. Во время весенних каникул приехал в Минск на сборы. Их продлили, а я остался до экзаменов в столице. Даже учебников не взял. Но на старом багаже экзамены сдал хорошо.



### **Дальше был Университет физической культуры?**

Нет. Поступил в Республиканское училище олимпийского резерва. Это хороший вариант совмещения учебы и тренировок. Плюс получаешь специальность тренера. По поводу вуза долго не напрягался. Прикинул, что Университет физической культуры — это оптимальный вариант. Причем после училища поступал на 2 курс. Вопросы внутреннего экзамена были несложными. Про альтернативную профессию задумывался, но даже на этом этапе не определился с ней. Не знаю, в какой роли хотелось бы себя по-пробовать...

### **Тяжело учиться в БГУФК?**

Первая сессия получилась простой: один экзамен и один зачет. Но пришлось посидеть с учебниками, напрячься. Например, выучить темы по английскому, изучить особенности лыжного спорта. Нынешняя летняя сессия получилась куда тяжелее: 6 экзаменов и несколько зачетов. Тем более предметы сложные. Ту же биомеханику или биохимию нужно понимать, учить.

## **ЧТО НАША ЖИЗНЬ? ИГРА!**

### **Вспомни удачные этапы в карьере.**

Кадетский чемпионат Европы — 2018 в Португалии. В парном разряде с Михаилом Цыгановским попали в восьмерку сильнейших. На открытом чемпионате Чехии — 2019 в молодежной категории с Владиславом Руклецовым в паре заняли 3-е место. На Кубке Захарова — 2022 в миксте с Екатериной Боровок стали третьими. На чемпионате Беларуси в одиночном разряде пока не попадал в тройку сильнейших. Максимум пятым становился. Скорее всего, мешает психологическая неуверенность. Играешь с равными соперниками, понимаешь, что можешь победить, но не хватает чуть-чуть. Зато два года подряд хорошо получается в паре и миксте: каждый раз входил с напарниками в тройку сильнейших. Добавлю, что с момента приезда в Минск занимался под руководством Андрея Игоревича Воробьевса, а с января 2023-го личным наставником стал Ростислав Иванович Жадько.

### **То есть в команде с кем-то выходит лучше, чем в одиночке?**

Чувствую себя более уверенно, когда есть партнер. Я могу его выручить, он — меня. Кстати, на тренировках поч-



ти не тренируем игру в паре. Перед соревнованиями можем поработать вместе. Но этого хватает, чтобы наладить связи. В паре главное — совместный опыт. Чем больше сыграли вместе, тем легче выигрывать потом.

**Рассказывая об успехах, ты не упомянул о I Играх стран СНГ, с которых привез два серебра...**

На тот турнир от Беларуси поехали ребята 2002 года рождения и моложе. Сложнее всего было играть против россиян. В командном турнире и девочки, и парни заняли 2-е место. В паре с Мишой Цыгановским добрались до финала и проиграли 2:3. Хороший матч выдали. В личном турнире за выход в четверку сильнейших проиграл россиянину. Увы, в программу II Игр стран СНГ наш вид спорта не включили...

**Самая главная цель в спорте — Олимпиада?**

Уточняю: победить на Играх. Или на чемпионате мира. Для этого нужно много-много работать. Побеждать азиатов очень сложно. Хотя Владимиру Самсонову это удавалось. Помимо трудолюбия, у него прирожденное спортивное чутье, понимание игры, умение больно бить по слабым точкам соперника.

**Фотки из зала в социальные сети не выкладываешь?**

У меня есть страничка в Instagram, но ни одной публикации еще не сделал. Не уверен, что другие парни из команды что-то выкладывают. А вот девчонки — да. Например, что-нибудь с отмечания дня рождения в зале. Обычно именинник приносит два тортика и сок. После тренировки идут поздравления, поглощаем вкусности.