

Анна Ивановна на тропе войны



– Анна, ваш сын Максим родился в феврале 2009 года, всего за год до Олимпиады. Расскажите, как получилось, что сумели к Ванкуверу вернуть форму?

– Да, в день открытия Олимпиады моему сыну исполнился ровно годик. А потихоньку тренироваться я начала примерно через полтора месяца после его рождения. Недели через три мы в первый раз вышли с ним гулять – до этого было нельзя, в Новосибирске стояли морозы. И вот с первой же прогулки так повелось, что Максим спал только на улице. И мне приходилось по 2–3 часа ходить с коляской в парке. Пока ходишь – спит, только остановилась – просыпается, орёт. А с конца марта я начала тренироваться на беговом тренажёре, а с апреля – на биатлонном комплексе по асфальтовому кругу. Затем подключила плавание, а в конце мая мы всей семьёй при-

«С первой тренировки можно было с уверенностью сказать, что этот человек заряжён на победу. Мало кто способен тренироваться с таким остервенением. То, чего она добилась, вызывает большое восхищение», – написал в своём блоге на skisport.ru Сергей Рожков, менеджер резервной сборной, в которой Анна Ивановна Богалий–Титовец провела межсезонную подготовку.



Ванкувер. Олимпийские игры. Золотой эстафетный состав российских биатлонисток

ехали на биатлонный комплекс и там прожили весь июнь. Это был уже полноценный выход на «тропу войны»: зарядка, утренняя и вторая тренировки, вечерний тренаж, и всё в жёстком режиме. А начиная с июля меня подключили к резервной команде, с ней я и готовилась к сезону до декабря – так и сумела отобраться на этап Кубка мира в Поклюке. Это был первый, базовый успех в олимпийском сезоне.

– Тренировки и выступления не мешали кормить ребёнка? Знаю, что всё лето вы ездили на сборы с малышом.

– Я кормила Максимку грудью до конца ноября. Мне, конечно, невероятно повезло, что ребёнок позволял вести активный образ жизни и до рождения, и сразу после. Видимо, сознательность у него в крови. Мы с ним и плавали, и на лыжах катались до самого Нового года, а в феврале он уже появился на свет. И самочувствие у меня было просто чудесное. Ну а Максимка уже сейчас невероятно активный: ни папа, ни бабушка за ним не успевают. И я достаточно легко втянулась обратно в нагрузки, потому что очень большого перерыва не было.

– В сентябре вы участвовали в летнем чемпионате мира. К нему как-то готовились специально?

– Резервная сборная готовилась к чемпионату России, который проходил в Уфе в те же сроки – в конце сентября. Но Валерий Николаевич Польховский посчитал, что такой проверки, как Оберхоф, Уфа, мне не выдерживать. Оберхоф называют «меккой биатлона» – там всегда переполненные трибуны, волнение, ажиотаж. И конкуренция другого уровня: ведь немецкая команда выставила там всех своих сильнейших спортсменов, а у меня же специальной подготовки не было. Скоростную работу делала, были и контрольные тренировки, но такого, чтобы бежать «как в последний раз», – не было. Так что тренер правильно сделал, когда попридержал меня.

– Мы с вами виделись перед Олимпиадой на сборе в Риднау, тогда вы жаловались на болезнь. К Играм удалось полностью восстановиться?

– Да, я тяжело заболела на этапе Кубка мира в Рупольдинге и потом ещё и весь итальянский этап проболела. Два дня меня лихорадило, что бывает крайне редко, потом долго чувствовалась слабость, на высоту поднялись – никак не могла восстановиться, и только в Риднау немного отошла. А скоростную работу смогла делать только в Ванкувере. Поэтому я очень благодарна тренерскому штабу за доверие, что взяли меня и доверили бежать в эстафете. Я ведь не могла отбираться в январе, болела, и результат сильно упал.

– Проверили вас перед Ванкувером?

– Да, приходил представитель WADA и разъяснял нам почасовую систему контроля: нам нужно было весь месяц по часам расписать. И потом в течение названного часа быть именно в том месте, где ты указал. У нас в команде был даже один человек, который знал пароли к нашим ВАДовским страничкам, и мы ему звонили, если, например, в пробке застряли, выезжая со стадиона, а он вносил изменения в данные. Указывал, что это время – в дороге. Этот опыт, впервые опробованный на Олимпиаде в Пекине, был признан удачным и продолжен в Ванкувере. До открытия Игр нас брали трижды: один раз на стадионе и два раза приезжали к нам домой. А после – только призеров. После эстафеты Олю Зайцеву проверяли – как правило, берут одного члена команды. Например, в Турине сдавала я пробу после эстафеты, теперь – Оля.

– Когда вам сказали, кто какие гонки победит?

– На первом собрании нам с Яной Романовой сказали готовиться к индивидуальной гонке. В качестве подводящей работы мы провели две контрольные тренировки, я их выиграла. Но это не было отбором – просто скоростная работа. После спринта тренеры должны были решить, кто из участниц спринта составит нам компанию в индивидуальной гонке. Спринт и преследование мы смотрели по телевизору, а затем ещё раз пробежали контрольную – это тоже была лишь подводящая работа, поскольку место в составе нам было обещано.

– Когда спринт и преследование как у мужчин, так и у женщин прошли, а ни одной медали у сборной России не было, это не создало вам проблем с психологическим состоянием перед гонкой?

– Весёлого, конечно, в той ситуации было мало. Нас старались поддержать, никто медалей не требовал, но мы сами переживали ужасно.

– Нетрудно представить, как вы волновались перед стартом.

– Да нет, именно перед гонкой не волновалась совершенно. Всё-таки это была у меня третья Олимпиада, всё знакомо. Тем более, накануне контрольную я прошла с четырьмя нулями и ногами очень хорошо работала, и стреляла на тренировке, возможно, не слишком быстро, но очень надёжно.

– А что же случилось в гонке?

– У меня был обычный ижевский ствол, взятый в спортшколе, и иногда первый выстрел «улетал» на шесть часов. Я спрашивала у оружейников, с чем это может быть связано, но они не знали. Скорее всего, с подборкой патронов. Это и произошло в гонке. После Олимпиады я попросила изготовить специ-

ально для меня новый ствол. Мне нравятся наши ижевский механизм перезарядки, спусковой механизм, поэтому я стреляю из ижевского оружия.

– То есть проблема была техническая?

– Нет, техническая была только с первым выстрелом. Но когда ты в гонке первым же выстрелом мажешь, перед глазами сразу проносятся четыре года твоей работы. Понимаешь, что уже минута есть. Это же не штрафной круг, минуту отыграть ногами очень трудно, хотя дистанция и большая. И понимаешь, что больше нет права на ошибку, а впереди ещё 19 выстрелов. Тут минута – как целая жизнь! Потому и считается гонка такой престижной, это же классика, тут стрелять надо. Особенно почетно её выиграть с нулём, попасть в «клуб зеро». А я дёргаться начала, в том числе переживать за технику, что вдруг ещё раз ствол подведёт, и вот из-за желания компенсировать этот промах, отыграть ногами и отыграть чистой стрельбой и возникает какая-то напряжённость. А она, само собой, и давит на тебя, на результат.

– После гонки как в себя приходили?

– Очень тяжело. У всех наших не получилось в этой гонке буквально ничего. И все мы чувствовали, что не оправдали ожиданий, подвели. А дела, вспомните, у остальных олимпийцев России шли из рук вон плохо, и на биатлон очень надеялись. А мы... Между собой договорились не читать Интернет, чтобы не расстраиваться окончательно. Но настроение было такое, что ничего даже не надо было читать – мы просто кожей чувствовали, что вся страна нас ненавидит. Что все условия созданы, мы как сыр в масле катаемся и при этом не можем завоевать даже одну медаль в шести гонках! Бежать не можем, стрелять не можем... День за днём – и всё впустую! В общем, ужас. Но я Интернет не читала, только общалась по скайпу с родными, проверяла почту и через «Одноклассников» переписывалась с друзьями.

– Были мысли, что в масс-старт не попадаете и упустили свой шанс попасть в эстафету?

– Не думала об этом. Наверное, это была такая защитная реакция у организма. Вокруг тоже никто разговоры об эстафете не заводил – все были настроены на масс-старт, погружены в работу.

– Вам после масс-старта назвали эстафетный состав?

– Да. Спросили, как я себя чувствую, как я готова и готова ли бежать в эстафете. Я сказала, что если доверят, то сделаю всё возможное и невозможное. Я всегда в эстафетах выкладываюсь больше, чем в личных гонках.

– Волновались перед эстафетой или тоже спокойно всё прошло?

– Первую ночь, после того как узнала что побегу, спала плохо. Мысли всякие в голову лезли, и в голове царил какой-то разброд. А утром вышла на тренировку, поработала на трассе и на рубеже, днём поспала, после обеда побегала... и успокоилась.

– С Анной Булыгиной не общались в это время? Ведь у неё были большие шансы войти в эстафетный состав.

– Я не знала, что сказать. Извиняться мне было как будто не за что, ведь я не интриговала против неё, ничего для себя не просила. Но, тем не менее, этот момент дался мне тяжелее всего. Я очень переживала за Аню. Все понимали, что у неё в спринте четвёртый результат, и она должна бежать. Но масс-старт, видимо, вселил в тренерский штаб беспокойство. И, хотя я не имела никакого отношения к решению тренеров, всё равно было такое чувство, что я занимаю чужое место. Но ведь это не мне решать: сказали – я побежала. Конечно, я очень переживала, в том числе и в ту первую бессонную ночь. Просто надеялась, что она поймёт и мы по-прежнему будем с ней хорошо общаться. Ведь человеческие отношения превыше всего. А мы все прекрасно понимали, как ей тяжело – ведь никто от этого не застрахован, любая из нас бывала в таких ситуациях. Это очень тяжело, ужасно. Аня справилась с этим испытанием мужественно, она – очень адекватный человек, молодец.

– Насколько для вас привычно бежать на втором этапе эстафеты?

– Когда хорошо готова, это не имеет значения. Света мне передала эстафету второй в двух секундах за французенкой. И всё пошло как-то быстро и ладно. Скорость была очень высокая для этого снега. Мы прошли весь первый круг втроём с французенкой и немкой и вместе пришли на рубеж. Там я взяла дополнительный патрон и потом вынуждена была догонять. К стойке догнала, снова взяла патрон и снова догоняла. В середине круга французенка «дёрнула», но мы с Хаусвальд поддержали её темп, так втроём и передали в тех же двух секундах.

– А дальше? Смотрели, как идут остальные?

– Пошла переодеваться и вернулась ко второй стрельбе Ольги Медведцевой. Когда она отстреляла стойку, мы увидели, что немка отстала, появился задел, а впереди на четвёртом этапе была Ольга Зайцева – человек, на которого всегда можно положиться.

– Не обсуждали тот факт, что немцы не поставили в эстафету Магдалену Нойнер, завоевавшую в личных гонках два «золота» и «серебро»?

– Нет, почти не обсуждали. Поговорили о распорядке дня: во сколько выезжаем, во сколько пристрелка. Перед эстафетой у нас даже собрания не было. Я даже не помню, знала ли я о Нойнер или нет. Как правило, я

не смотрю стартовые протоколы и не знаю, кто у соперников бежит на моём этапе. Мне это даже не бывает интересно, ведь кто бы ни бежал, ты выходишь и работаешь одна.

– Как отмечали победу?

– Мы бежали 23 февраля. К тому моменту у сборной России уже были две медали в масс-стартах, это позволило нам подышать посвободнее. Особенно это касается победы Жени Устюгова. Медальный счёт был открыт, да ещё и золотой, настроение сразу изменилось. Плюс ребята-лыжники выиграли спринт, Ольга Зайцева тоже поддержала – появился хоть какой-то позитив. Ну и, конечно, на эстафету все надеялись, хотя нам никто не говорил о задачах, но мы сами это чувствовали. Понятно, что команда сильная и всегда в числе фаворитов.

Что касается торжества, то у нас был дом приёмов, у Союза биатлонистов России. Ребята там обедали и ужинали, а мы туда иногда приезжали на общекомандные мероприятия. После медальной церемонии мы все поехали туда и отметили на славу и 23 февраля, и эстафетное «золото». Поздравляли мужчин, пили шампанское. Нас, в свою очередь, тоже поздравляли, цветы дарили, фотографировались.

– После катастрофы в минувшем сезоне в сборной России произошли большие перемены. Вы их чувствуете?

– Да, в команду пришли новые тренеры, женскую сборную вообще возглавил зарубежный специалист – Вольфганг Пихлер. Он, как я понимаю, большое значение придаёт стабильности в составе. Если у биатлонистки несколько неудач, всё равно держит в основе, даёт шанс. Хотя вот ввёл в состав Шумилову и Глазырину.

– Вам не грозит вояж во вторую лигу?

– Это спорт, всякое может случиться. Но на сегодня Пихлер доволен моим уровнем, он, скажу так, на твёрдую «четвёрку»: стою на 7-м месте в гонке преследования в мировом рейтинге и на 12-м – по всем дистанциям. Но я понимаю, что в течение сезона надо подниматься выше, мои сегодняшние результаты не удовлетворяют тренерский штаб, если вести речь о чемпионате мира. Я свои возможности оцениваю спокойно и трезво. Индивидуальные дистанции, особенно спринт, не самое большое счастье для меня. А вот в эстафете я выступаю лучше и стабильнее, это мой вид. Но сейчас к ней готова Оля Зайцева, в какой-то мере и я. Два остальных номера, считайте, вакантны, и это головная боль тренеров. Так что в течение сезона всем нам надо активно и правильно тренироваться, чтобы поддержать Зайцеву, нашего замечательного многолетнего лидера.

Беседу провела
Елена КОПЫЛОВА



Ольга Медведцева и Анна Ивановна
с олимпийскими медалями
у олимпийских колец