

Моя любовь – лед!

Как прекрасно кататься на коньках, а хорошо кататься, профессионально, дано не каждому. Анастасия Кузьменко начала свою карьеру в фигурном катании с обычного массового катания на льду, но очень быстро этот лед стал для нее самым главным в жизни.

- Настя, расскажи, когда ты пришла в фигурное катание?

- В этот спорт меня привели родители, мне было около шести лет. Мой папа в детстве занимался хоккеем, он и меня поставил на коньки.

- Ты сразу решила, что будешь заниматься профессионально?

- Конечно, нет. Сначала это был именно любительский спорт. Папа привел меня на массовое катание. Я с раннего детства хотела заниматься гимнастикой, но так сложилось, что в то время не было возможности, а когда в возрасте шести лет я всё же встала на лед, то мне так это понравилось, что решение заниматься этим спортом только укрепилось. Мама предложила попробовать заниматься профессионально. С этого момента и началось мое обучение фигурному катанию.

- То есть ты плавно перешла на профессиональный спорт?

- Совсем профессиональным спортом, наверное, назвать сложно. Если срав-



нивать людей, которые являются чемпионами мира, то, конечно, мои тренировки проходили гораздо реже и с меньшей нагрузкой. Когда тренер увидел, что у меня есть потенциал, то начал давать мне более сложные программы и элементы.

- Во сколько лет было твое первое выступление?

- Спустя полгода после первого занятия у меня были соревнования – это было в шесть лет. Когда начинаешь свой путь, тяжелую программу тебе не ставят. Необходимо выполнить элементы программы, там их около пяти штук. Примерно в восемь лет у меня уже было выступление со своей программой на льду. Вообще, этот путь с шести до восьми лет был очень сложным. В городе, где я жила, фигурное катание почти не было развито. Часто не было тренеров, из-за этого даже вставал вопрос

о том, чтобы бросить заниматься, но спустя какое-то время появился тренер, и я смогла продолжить тренироваться дальше. Но это была не единственная проблема. Времени, которое отводилось на тренировки на льду, было очень мало. Во дворце спорта были и другие секции, которым тоже нужен был лед.

- Как ты думаешь, как сложилась бы твоя карьера, если бы ты жила в другом городе, например, в Екатеринбурге?

- Я думала об этом. Однажды я даже была на просмотре в школе, где занималась Юлия Липницкая. После этого мне сказали, что у меня есть данные, но для фигурного катания у меня высокий рост. Мне посоветовали найти себя в другом виде спорта: баскетбол, волейбол и т. д. Дело в том, что высоким девушкам гораздо сложнее делать прыжки и

элементы, а без этого в профессиональном катании никак.

- Что в фигурном катании давалось тебе сложнее всего?

- Самым сложным всегда было справиться с волнением перед выходом на старт, потому что бывает так, что на тренировках всё получается, все элементы можешь сделать, но на выступлении из-за волнения эти элементы тебе даются во много раз сложнее.

- Какой твой любимый элемент был в фигурном катании и почему?

- В фигурном катании есть прыжки и вращения, но я люблю больше прыгать. Прыжки мне даются легче. Самым любимым моим элементом был аксель – это прыжок в полтора оборота.

- Какие соревнования запомнились тебе больше всего?

- Чемпионат Республики. Я занималась фигурным катанием в Казахстане.

- Настя, насколько я знаю, в свободное от учебы время ты фитнес-тренер. Расскажи об этом.

- После окончания тренировок по фигурному катанию я не смогла полностью уйти из спорта. Ведь он стал неотъемлемой частью моей жизни. Я учусь в 10-м классе, время свободное у меня есть. Сейчас я веду занятия по растяжке, до этого зани-

малась сама, потом прошла обучение.

- То есть у тебя есть сертификат?

- Да. Я сертифицированный тренер.

- Еще немного и ты окончишь школу. Какое образование ты хочешь получить, будет ли оно связано со спортом?

- Я больше склоняюсь к тому, что оставлю свою тренерскую деятельность, как хобби. Для получения профессионального образования, скорее всего, выберу медицину.

- Настя, ты учишься в 10-м классе. Когда ты всё успеваешь? Какие у тебя оценки по предметам?

- В прошлом триместре у меня была только одна четверка. Девятый класс я окончила с аттестатом с отличием.

- Чем занято твое свободное время помимо спорта?

- Всё равно спорт. Ведь, когда я иду на занятия и учу других людей, я не испытываю никакого дискомфорта, мне нравится общаться с людьми, проводить время, занимаясь любимым делом. В свободное от спорта время, конечно, уделяю внимание общению с друзьями и близкими. Люблю смотреть фильмы и слушать музыку.

Богдан Сутонько, 6А класс, фото из архива А. Кузьменко

