



Проект «Будь в спорте, будь в форме!»



- Елизавета Александровна, радостно видеть Вас в Кингисеппе в дни празднования главной даты нашей страны. Давайте напомним читателям о том, как начинался Ваш путь в спорте.

- Мои родители - тренеры. Поэтому после занятий в детском саду или в школе они забирали меня с собой на лыжную базу. И мне не оставалось ничего иного, кроме как смотреть, как тренируются другие, либо пытаться тренироваться самой.

Уже тогда у меня не возникало мыслей о другом виде спорта или о каких-то иных увлечениях, потому что когда видишь, что вокруг тебя все этим занимаются, то сосредотачиваешься только на лыжных гонках.

Все первые шаги в спорте были сделаны здесь. До 14 лет тренировалась у мамы, Татьяны Маслаковой, выезжала на соревнования только с ней, под ее руководством выступала за Ленинградскую область.

- Но сейчас Вы уже выступаете за страну?

- Это случилось не сразу. Когда результаты начали расти, понадобилось финансирование, и было принято решение перейти в Санкт-Петербург. Там я провела два года, у двух тренеров. Затем последовало приглашение в столичную команду. Встретились с тренером, обсудили детали, и вот уже шесть лет я выступаю за команду Москвы.

Два года назад я попала в молодежный состав сборной России. Это был спартакиадный год. Спартакиада считается у нас одним из самых главных стартов, и я выиграла индивидуальную гонку с раздельным стартом среди женщин на дистанции 10 км. Видимо, тренеры сборной за мной наблюдали, и по итогам сезона, по тому, как хорошо я его прошла, решили, что стоит дать мне шанс.

- Каковы Ваши успехи в сборной России?

- В сборной все сразу стало идти по нарастающей - не успеваю осознать, как все происходит. В прошлом сезоне - призовое место на этапе Кубка России, выступление в возрастной категории среди женщин... Учитывая тот факт, что российских спортсменов не пускают на мировой уровень, это очень неожиданное достижение было.

В этом сезоне победа в мини-туре, победа на этапе Кубка России, победа на Чемпионате России. И при всем том по итогам сезона ТОП-три общего зачета - это говорит о стабильности и о том, как весь сезон шла ровно и нигде, так сказать, не провалилась.

- Насколько сложно было выдержать марафон классическим стилем на 50 км? Психологически, физически?

- Эта гонка проходила в Сыктывкаре, в поселке Вильгорт, у нас там проводится большинство соревнований. Не сказала бы, что там самый сложный рельеф. Если брать по России, то что-то среднее. Есть, конечно,

и такие моменты, когда можно "отдохнуть".

Наверное, именно за счет этого вообще получилось правильно "разложиться" и хорошо пройти по дистанции, потому что да, 50 км - дистанция не маленькая. Я бежала первый раз - это почти два с половиной часа работы на гонке (чемпионский результат Елизаветы Маслаковой - 2:28.05,7. - Прим. ред.). Как это выдержать? Я просто

- Что помогает набору формы и результатам?

- Смена обстановки всегда влияет на спортсменов, в моем случае это сыграло положительную роль.

- Наступает лето, никто больше не катается на лыжах...

- Вся работа как раз делается за лето и часть осени. Сейчас у нас заканчивается отдых, который длился месяц. Начинаем

Ваш. Но ведь бывает иначе...

- Самое страшное - это когда родители, у которых не получилось что-то реализовать в детстве, пытаются этого достичь через детей, не замечая, что ребенок этого не хочет. Успех в спорте - это всегда совместная работа. Не бывает так, чтобы ребенок захотел, а родители - нет, и наоборот.

Мне повезло - все совпало. И помощь родителей, и то, что

- это верх ожиданий любого спортсмена. И хотя бы раз в жизни каждому хочется ощутить ее особую атмосферу.

- Долго ли длится карьера лыжницы? Какие у Вас планы на будущее?

- Как правило, до 35 лет точно. Как сложится лично у меня - не могу сказать. Есть разные примеры. В будущем хотела бы помогать стране развиваться в плане спорта, то есть в том, в чем по-настоящему разбираюсь.

- Есть ли у Вас желание стать тренером?

- Я окончила училище олимпийского резерва в Щелково как тренер, а сейчас обучаюсь заочно на отделении спортивного менеджмента в институте "Синергия". Дистанционное обучение позволяет составлять более гибкий график сдачи экзаменов, для спортсмена это важно. Иногда участвую как ассистент в тренировках, которые проводит мама. Но в качестве основной профессии тренерство пока не рассматриваю.

- Расскажите, как бежали эстафету 9 Мая в год 80-летия Великой Победы в Кингисеппе.

- Пробегаю ее каждый год - и это всегда мой самый волнующий старт в сезоне! В этом году меня еще и на завершающий забег поставили. Такого мандража, наверное, не испытывала зимой на лыжных стартах. При этом волнение не уходит, независимо от статуса. Меня все поздравляли с победой на Чемпионате России, а я все равно тряслась перед эстафетой, как и в прежние годы. Лишь бы команду в своем родном городе не подвести!

- На эстафету Вы вышли в "боевой раскраске", это такая традиция?

- Это пошло где-то с подросткового возраста. Мне стало нравиться как-то выделяться на соревнованиях, плюс раньше нас учили, что любые соревнования - праздник. Так и повелось. Сначала блестки наносила, а потом нашла более удобный способ - переводные татуировки. Сейчас делаю так все реже и далеко не на все соревнования, но бывает, что появляюсь, так сказать, "с боевым раскрасом". Это радует других, и в принципе нравится мне самой.

- Кингисепп, Санкт-Петербург, Москва - какой город выберете?

- Кингисепп! При любой возможности приезжаю в родной город! [47]

А. УЛЬЯНОВА
Фото Е. БАГИНА

САМЫЙ ГЛАВНЫЙ СТАРТ

Она занимается лыжными гонками с раннего детства, ее стремительным успехам удивляется прославленная Елена Вяльбе, она выиграла женскую индивидуальную "разделку" на 10 км на Спартакиаде, ее включили в молодежный состав сборной России, ей удалось опередить двух олимпийских чемпионов на дистанции 50 км, она приняла участие в массовом забеге в честь 80-летия Великой Победы в Кингисеппе... Кто же она?.. В преддверии 9 Мая наши коллеги из газеты "Восточный берег" Кингисеппского района пообщались со своей землячкой мастером спорта России Елизаветой Маслаковой.



Елизавета Маслакова.

разъезжать по сборам. Начиная снова тренироваться. Мы будем очень много бегать, у нас будет очень много велосипедных тренировок, после чего мы встанем на лыжероллеры. А дальше - соревнования, между ними по большей части некогда будет работать.

- Набранного за лето достаточно на сезон?

- Летом проводится такая работа, запаса которой должно хватить на всю зиму. Ну, и зимой ты должен доработать. У нас все - с накопительным эффектом.

- Кому бы Вы хотели сказать спасибо?

- В первую очередь - родителям. Всей семье, родным людям рядом, потому что я очень сильно завишу от них эмоционально. Многочисленным тренерам - каждый из них привнес свой вклад. И, конечно, моему молодому человеку - после того как он вошел в мою жизнь, в ней изменилось абсолютно все!

- Хватает ли времени на личную жизнь?

- Раньше и родители, и тренеры старались меня от нее оградить. Но в более осознанном возрасте, когда дружба переросла в нечто большее, все признали, что так и должно быть.

- Вы человек талантливый, и Вам повезло - этот спорт

они понимают, что я делаю, зачем я это делаю, то, как они вникают во всю мою работу, весь этот процесс играет очень большую роль.

- Будут ли Ваши дети заниматься лыжами?

- Только если они сами этого захотят.

- Есть ли у Вас самое яркое спортивное воспоминание детства?

- Одного нет. Я помню все события! Все лыжи, которые мне покупали, всё, что вкладывали в меня родители, как и куда меня возили, все соревнования... Всё помню, поэтому что-то одно выделить не смогу.

- А о каких-нибудь дальних или зарубежных поездках?

- Наверное, я одна из тех спортсменов, кто не был за границей и никогда туда не рвался. Всегда считала, что сперва надо развиваться в России, среди своих, а уже потом, если возьмут, ездить на соревнования за рубеж. Поэтому сейчас, когда речь заходит о допуске на Олимпиаду, появляется некий мандраж - с непривычки.

- Если скажут ехать под нейтральным флагом - поедете?

- Если так решит Федерация лыжных гонок. На самом деле осуждать спортсменов в этой ситуации не стоит - решение принимают за нас. Но в принципе я считаю, что Олимпиада

старалась ехать и думать о чем-то хорошем, не закидываясь на том, что происходит вокруг. Следила, конечно, за ситуацией, но мысленно сама с собой разговаривала о чем-то другом, думала о чем-то отвлеченном, то есть старалась не отсчитывать: "Осталось 49 км, осталось 48 км..."

- Вы обошли двух олимпийских чемпионов. Что почувствовали, поняв, что пришли первой?

- Конечно, я понимала, что состав гонки очень серьезный. Когда мы выходили на последний круг 5 км, нас оставалось четверо - и все чемпионки России. От этого волновалась еще больше. Тем не менее, осознания, что обогнала двух олимпийских чемпионов, все еще не было. И нет до сих пор. Сохранялось ощущение, что все равны, и чувства восхищения собой не было. Возможно, я просто не смогла прожить эти эмоции...

