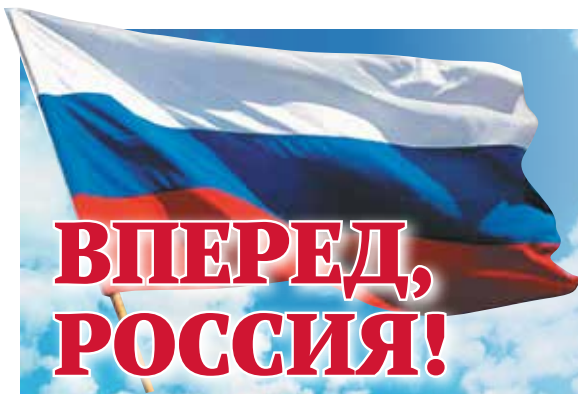




ВФП

Всероссийская
федерация плавания



«Как можно не любить этих молодых людей, которые вдохновенно борются за спортивную честь Родины? Я прожил долгую жизнь, и для меня они все будто родные дети или даже внуки. Дети моей страны, прославляющие её на плавательных дорожках».

Захарий Павлович ФИРСОВ,
легендарный председатель
Федерации плавания СССР

В Ф П п р е д с т а в л я е т первую общероссийскую газету о плавании

ПЛАВАНИЕ

№ 65-2020 ДЛЯ ВСЕХ

Коронавирус объявил человечеству войну, уже почти год лишая мир привычно разнообразной жизни и нанеся ощутимый удар по спорту. Перенос летней Олимпиады в Токио на год – одно из «спортивных» последствий этой самой войны и пока что наиболее резонансное. Однако нам куда ближе то, что происходит с внутренними российскими соревнованиями по плаванию. Обрадовало, что небольшая летне-осенняя передышка позволила «встрепенуться» открытой воде. А уже напряженная пандемическая обстановка в октябре все же не отменила соревнования в плавании классическом – Кубок России в Обнинске и чемпионат России в Казани. И то, и другое в 50-метровых бассейнах. О кубковых стартах будет рассказ в этом номере под рубрикой «вспоминая октябрь». О чемпионате России поведем речь в следующем выпуске газеты «ПДВ», выход которого планируется на конец ноября. В

МГНОВЕННУЮ И ЖИЗНЬ



Самым именитым среди всех участников чемпионата России в Казани оказался двукратный чемпион мира брассист Антон Чупков (на снимке справа). И выступил он здесь более чем достойно. То же самое можно сказать о выступлениях мультимедалиста (5 золотых, а всего – 7 наград) нынешнего чемпионата Андрея Минакова (в центре) и кролиста Владислава Гринева.

«Говорят, что между двумя противоположными мнениями находится истина», – однажды сказал отец всемирно известного «Фауста» Иоганн Вольфганг фон Гёте. При этом добавил: «Ни в коем случае! Между ними лежит Проблема». И это его высказывание заставляет задуматься.

рии... относительности. Во-первых, в «плюс» руководству ВФП отнесу бесконфликтное решение вопроса. Вы же понимаете, горячие люди есть и среди спортсменов, и среди чиновников. Могло бы получиться так: слово за слово и по восходящей – до точки невозврата. Обошлось. Во-вторых, чемпионат России, как понимаю, – обязательное мероприятие для членов сборной команды страны. Это – закон. А значит, нарушившие его должны понести ответственность. Как меня просветили, скорее всего, финансовую, если учесть, что члены сборной команды находятся на государственной стипендии. Но думаю, что такой поворот не явится для ребят каким-то откровением. В конце концов, не дети, знали, на что подписывались, заключая контракты на участие в этапах ISL. И в-третьих, по моему разумению, самое главное. Прецедент состоялся и, думаю, больше не повторится – в нынешнем виде, разумеется. Сейчас руководство отечественным плаванием к нему просто не было готово. Теперь же появился опыт. Но выводы – однозначные, не подверженные двойности (уж в чем в чем, а в этом уверен на сто процентов) – будут сделаны. Причем главенствовать в них будет буква закона. Заметьте, с обеих сторон. Заодно лишний раз подчеркнута необходимость всеобщего понимания, что чемпионат России – не игры в песочнице: хочу участвую, хочу – нет. Иначе может наступить в нашем плавании момент анархии. А это точно начало движения в никуда...

Другая тема читательского обсуждения – безальтернативные выборы президента Всероссийской федерации плавания, которые состоялись в Казани во время отчетно-выборной конференции ВФП и на следующий день после завершения соревновательной программы чемпионата России. Вот как откликнулись на данное обстоятельство наши читатели. Алексей Филонов: «Я считаю, что Сальников – хороший менеджер, сумевший объединить и тренеров, и спортсменов ради достижения цели. И я уверен, что если бы Олимпиада в Токио была проведена в этом году, у нас было бы несколько золотых медалей».

БОИ НЕ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ

двух этих публикациях постараемся вас не очень-то «тиранить» «голами-очками-секундами». Статистика турниров со всеми нужными фамилиями и результатами прекрасно представлена на официальном сайте ВФП. А вот «оттолкнуться» от этих цифр и порассуждать в общении со специалистами плавания о тенденциях сегодняшнего дня в нашем виде спорта – куда интереснее. Хотя... В самом начале ноября – когда пишутся эти строки – в Лозанне, в международном спортивном арбитраже происходит «олимпийское» событие, пожалуй, важнейшее для россиян на нынешний отрезок времени. Наша делегация борется за сохранение отечественных Гимна и Флага на грядущих летних Играх в Японии. И еще – за спортсменов, которых «кто-то» ужасно хочет подвести под очередные санкции (как это уже было в Рио) и попытаться оставить без Олимпиады. Пловцы ведь тоже тогда оказались среди пострадавших. В общем, тема животрепещущая, и

мы постараемся вернуться к ней в следующем номере. Пока же хочу познакомить вас с мнениями читателей «ПДВ», высказанными по мотивам недавно завершившегося чемпионата России. Признаюсь, я очень дорожу подобными телефонными звонками и смс, сообщениями на мою почту в интернете. За годы, что выходит «Плавание для всех», организовался такой крепенький читательский актив, состоящий, можно сказать, из знатоков плавания, людей, искренне переживающих за его беды и победы, от общения с которыми я получаю не просто удовольствие, а вдобавок немало новых тем, а также и критику, и похвалу. Вот и сейчас первый отклик прозвучал на состав участников чемпионата. Обсуждение начал москвич Алексей Викторович Филонов: «Мне непонятно, почему большинство лидеров сборной команды предпочли чемпионату России соревнования недавно созданной Международной лиги плавания (ISL). Разве участие в нем не является

обязательным условием для ведущих пловцов страны?». И дальше обсуждение стремительно покатило под горку, обрастая, как снежный ком, новыми подробностями и домыслами, советами и предложениями, подчас разумными, но иногда переходящими границы принятой этики. История, на самом деле, не до конца понятная даже мне. Что все спортсмены лишились в нынешнем году заработка на коммерческих турнирах – объективное следствие мирового разгула коронавирусной пандемии. И что ISL проводит как раз коммерческую серию турниров – тоже не новость. Да-да, та самая ISL, у которой натянутые отношения с Международной федерацией плавания – это с одной стороны; зато с другой – далеко простирающиеся амбиции. Впрочем, ситуация с ISL и вокруг ISL к нынешнему разговору не имеет абсолютно никакого отношения. Другое дело, что дать заработать ребятам, на протяжении последних лет исправно приносящим медали отечествен-

ному плаванию, – это, как подчеркнула наша читательница Вера Смирнова, «святое дело». Соглашусь с ней. Но приведу еще одно высказывание – от Марата Рыбчинского: «Мне трудно представить, что, например, в США, самой сильно развитой плавательной державе мира, кто-нибудь из элитных спортсменов вместо участия в национальном чемпионате отправился бы на коммерческий турнир. Думаю, что путь в сборную ему был бы закрыт раз и навсегда». Ничего не могу ответить на сей счет. Потому что не обладаю полной информацией. Тем паче что с похожей ситуацией, если бы она касалась членов сборной США, мне сталкиваться не приходилось ни разу. А когда чего-то не знаешь или же не владеешь исчерпывающей информацией, то и давать комментарий, подкрепленный какими-то выводами, считаю в корне неверным. Однако все же попробую препарировать данную ситуацию (не американскую, а нашу), исходя из те-

БОИ НЕ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ

Продолжение. Начало на стр. 1

Вера Смирнова: «Меня удивило, что никто, кроме В.Сальникова, не выставил своей кандидатуры на президента ВФП. Я помню, как еще пару лет назад его критиковали так неистово и зло, что даже неприятно было все это видеть и слышать. И где же сейчас эти критики?». Марат Рыбчинский: «Безальтернативность Владимира Сальникова легко объяснима. В пандемию надо не просто работать, а пахать; надо постоянно налаживать рвущиеся связи и постоянно держать руку на пульсе смены ситуаций. Что во сто раз труднее, нежели при обычном течении жизни». Сергей Болотин: «Человек своей работой и своим отношением к делу заслужил, чтобы мы сейчас вспоминали не только его достижения выдающегося спортсмена, но и говорили как о знающем, болеющем за дело управленце». Игорь Кривов: «Сальникову веришь. Мне кажется, что если вдруг станет совсем плохо, он так всем в глаза и скажет: ребята, извините, но совсем плохо... Но это я просто для примера. Сейчас в российском плавании как раз всё хорошо. И главное, что когда болею за наших пловцов, то получаю заряд позитива. Потому что они выигрывают». Рашит Таушев: «Я думаю, что лидер всегда должен быть яркой и харизматичной фигурой. Владимир Сальников как раз из таких. Он – боец. Это очень важное качество для руководителя»...

Мог бы еще продолжить знакомить вас с оценками постоянных читателей «ПДВ», но, надеюсь, и того, что привел, вполне достаточно, чтобы мы с вами, уважаемые друзья, выставили В.Сальникову и руководимой им Всероссийской федерации плавания положительную оценку за прошедший 4-летний период их работы. Сейчас открыл свои записи за эти годы, а там столько интересных цифр и акций как по спортивному, так и по массовому плаванию, что подмывало привести их чуть ли не все. Но здесь и сейчас обойдусь лишь... медалями. На чемпионате мира-2017 в Будапеште завоевано 10 наград, через два года в Кванджу – 16, причем и там, и там по три золотые. Всего же во взрослых и юниорских соревнованиях наши в международном бассейновом плавании добыли аж 156 побед...

И в заключении поделюсь своим отношением к сути обсуждаемого действия. Не готов сказать, что меня обрадовало отсутствие у Владимира Валерьевича Сальникова на выборах достойных конкурентов. Объясню – почему. Будучи действующим спортсменом, он оттачивал и закалял свой победный дух в соревнованиях и жестких спаррингах. В любом случае, то была постоянная борьба. Борьба как движитель его спортивной эволюции. Как руководитель он закалялся и матерел в противоборстве с оппонентами, в практическом доказательстве своей правоты и правильности выбранной ВФП линии действия. Надеюсь, что этот процесс не завершится нынешними выборами, где безальтернативность останется лишь фоном. Как мгновение – да, приятным, подчеркивающим исключительность главного и единственного претендента. Но если говорить как о призыве к дальнейшим свершениям, то она должна забыться буквально на следующий день. Потому что жизнь, особенно в ее пандемической проекции, подсказывает совсем другое: ... и снова в бой, покой нам только снится.

Александр Елисейкин

Фото Алексея Савченко (Архив ВФП)

Кубок России-2020 не был похож ни на один из предыдущих. Никогда прежде между отборочными турнирами и финалом не было столь длинной – почти в восемь месяцев – дистанции. На протяжении которой пловцам пришлось пройти испытание отлучением от воды, выдержать невзгоды самоизоляции, а по возвращении в родную стихию постараться наверстать потери. Насколько им это удалось? Вот главный вопрос, на который должны были дать ответ старты в Обнинске.

Хотя спорткомплекс «Олимп» был открыт восемь лет назад, только сейчас открылось его ценное преимущество перед другими плавательными аренами страны. А

и **Евгения Чихунова** (921 очко). Оба из Санкт-Петербурга и за результаты, показанные на одной дистанции – 200 м брассом.

Для Пригоды драйвером этого успеха был **Антон Чупков**. А еще – желание доказать, что с ним все в порядке. «Не считаю свой результат каким-то фантастическим», – сказал Кирилл. – Радует, что проплыл хорошо, но работы впереди непочатый край. Этот год



Мария Каменева

опытную подругу по питерской команде **Марию Темникову** на 200 м, уступила стометровку **Татьяне Белоногофф**.

Двукратной чемпионке мира среди юниоров больше всего, по её словам, хотелось порадовать своих фанатов. Чтобы доказать, что издержки карантина преодолены, Женя даже подумывала: не замахнуться ли на собственный юношеский рекорд

МАСКИ, МЫ

К ПЕРВОМУ ПОСЛЕ ЖЕСТКОЙ САМОИЗОЛЯЦИИ ОФИЦИАЛЬНОМУ



Пригода поднимает рекордный вес: Минакова, да еще и с Кубком.

именно то, что расположен он в лесопарковой зоне компактного города. Что значительно облегчало задачу организаторов столь крупного турнира в условиях пандемии. Востребован был, конечно, опыт Кубка и чемпионата России на открытой воде, однако крытые бассейны диктуют свои, более строгие требования к режиму.

О том, что он соблюдался неукоснительно, можно и не говорить. Вход только по аккредитации, маски и дистанция – обязательны. И хотя соревнования проходили без зрителей, за событиями на водных дистанциях поклонники плавания могли следить по онлайн-трансляции.

На старт спортсмены выходили тоже в масках. Однако те, кто представляет, образно говоря, лицо нашего плавания, были легко узнаваемы. Тем более когда они включались в борьбу уже с открытым забралом и демонстрировали, пусть даже не в полном блеске, свой фирменный стиль.

Обладателем главного приза уже по традиции стала команда Санкт-Петербург-1, опередившая с большим преимуществом сборную Москвы. Третью сумму очков набрала вторая команда города на Неве. В двух других группах победили Свердловская и Тульская области.

В номинации «самый ценный игрок» отметилась **Арина Суркова** из Новосибирска. На ее счету – три победы (50 м вольным стилем, 50 м и 100 м баттерфляем) и второе место на 100 м вольным стилем.

Трижды побеждали **Мария Каменева**, представляющая Санкт-Петербург (на 100 и 200 м вольным стилем и на 100 – на спине) и москвич **Александр Егоров** – на 400, 800 и 1500 м вольным стилем. В рейтинге FINA выше всех поднялись **Кирилл Пригода** (959 очков)

в разной степени ударил по каждому. Перерыв в шесть месяцев – это много. Мне перерыв пошел даже на пользу. Любому человеку время от времени нужен отдых. Чтобы была возможность успокоиться, посидеть подумать, разобрать ошибки или, наоборот, найти для себя что-то новое. Мне надо было вспомнить прежние ощущения. И я рад, что ничего не потерял».

Двукратный чемпион мира не покривил душой, сказав, что ничуть не разочарован вторым местом: «Наоборот, я рад, что есть конкуренция. Только с ней можно улучшать время и показывать достойные результаты. Нет побед без поражений. Все будет хорошо». Свою физическую форму Чупков оценил как среднюю: «Будем с тренером анализировать, делать корректировки в подводке к стартам. Главное, что они есть и чтобы они были дальше. Аппетит приходит во время еды – надо больше стартовать».

Про аппетит Антон вспомнил не ради красного словца. На следующий день Чупков и Пригода схлестнулись на дистанции вдвое короче и поменялись местами. Хотя и с ничтожной – всего на сотую долю секунды – разницей, но это был тот случай, когда принцип гораздо важнее преимущества. Да и результатом он остался доволен: именно на такой они с **Александром Немытьевым** и нацеливались.

Иного рода интрига завязалась в женском брассе. Юная **Евгения Чихунова**, открытие прошлого сезона, довольно легко опередив

страны? А победу не стала переоценивать: «Рада, что доплыла... Впервые был настолько тяжело. Чувствуется, что не хватает стартов. Такой длинный перерыв был у меня впервые. Тяжело входить в форму, и я надеюсь, что будут время и новые старты, чтобы себя проявить».

Чемпионка Европы среди юниоров, англичанка с русскими корнями Белоногофф в прошлом году уже поднималась на пьедестал открытого чемпионата России в короткой воде. Поменяв спортивное гражданство, Татьяна не скрывает, что намерена побороться за место в нашей сборной. Судя по этому выступлению, её претензии не беспочвенны.

Для **Андрея Минакова** кубковые старты



И сразу – маска. Так положено (Евгения Чихунова).

были лишь частью подготовки к чемпионату. Что не помешало трехкратному призеру чемпионата мира-2019 на коронной стометровке баттерфляем отбить упорную атаку хозяина турнира **Михаила Вековищева**. «Сложно назвать это хорошим эмоциональным трамплином, – сказал новобранец университета Стэнфорда, решивший на год остаться в родном Питере. – Тут была не так важна победа, как результат. Было бы приятнее проплыть за 50 секунд и проиграть, нежели за 52,41 и выиграть. Но хорошо уже то, что удалось вспомнить, как нужно соревноваться».

Проходной остановкой на дальнейшем пути был Обнинск и для **Евгения Рылова**. Причем



Такое впечатление, что судьи на зарядку вышли или дружным коллективом потанцевать. И это – здорово! Что улыбка сопутствует серьезно.

очень короткой. Двукратный чемпион мира стартовал лишь на 50 м и не на спине, а вольным стилем, чтобы лишний раз испытать себя на скорость. Тест удался: Рылов уступил молодому новосибирцу **Даниилу Маркову**, но обошел Минакова.

Победитель прошлогоднего чемпионата континента на короткой воде в составе кролевой эстафеты Марков признался, что карантин его «достал» больше морально, чем физически, а показанным результатом доволен: «В принципе, на него и настраивался. Удалось приблизиться к тому, что было полтора года назад на Универсиаде в Италии. Не получился заплыв на 100 м вольным стилем, разъехались руки, не знаю, чем это можно объяснить. Первый раз

употребил весь свой авторитет, чтобы решить вопрос в пользу плавания.

– **В какой степени кубковые старты оправдали ваши ожидания?**

– С учетом нестандартной ситуации – на все сто процентов. Как по количеству участников и представительности команд регионов страны, так и по уровню результатов лидеров. Достоинно выступили Антон Чупков, Кирилл Пригода, Андрей Минаков, Мария Каменева, Дарья Устинова, Евгения Чикунова.

– **Понятно, что никто на сей раз не ждал от пловцов рекордов. Но насколько их кондиции близки к оптимальным?**

– У каждого своя планка отсчета. Сложно вычислить в процентах индекс готовности.

ни к кому нет серьезных претензий в том смысле, что они валяли ваны. За малым исключением. Каким именно, предпочту не расшифровывать.

– **Еще несколько вопросов по персоналиям. Почему Евгений Рылов не стартовал на коронной спине?**

– Об этом надо спросить его тренера Андрея Шишина. Каждый спортсмен, тем более такого уровня, волен идти своим путем к новым вершинам.

– **Вчерашний вундеркинд Евгения Чикунова на верном, по вашему мнению, пути?**

– С ней все в полном порядке.

Президент ВФП В.Сальников и главный тренер сборной С.Чепик.



ВАС ЗНАЕМ

РОССИЙСКОМУ СТАРТУ В БАССЕЙНЕ У НАС ОСОБОЕ ОТНОШЕНИЕ!

такое со мной, даже на тренировке никогда не случалось».

Двукратный призер чемпионатов мира и чемпионка Европы в эстафетах **Дарья Устинова**, проиграв стометровку на спине Марии Каменевой, сочла «первый блин комом»: «Было тяжело из-за раскоординации движений. У тебя вырабатывается определенная привычка, например, делать повороты, старты, а когда этого долго нет, тело забывает. Я проигрывала именно в этих элементах, где-то вообще не попала в поворот. В целом форма хорошая, но по деталям сложно после перерыва собрать все в кучу. Для этого нужно чаще стартовать».

На старте турнира 2 октября **главный тренер сборной команды Сергей Чепик** не только награждал призеров, но и сам принимал поздравления.

– **С каким настроением, Сергей Геннадьевич, провели свой день рождения?**

– С приподнятым. Главным образом потому, что день получился по-настоящему рабочим. И в то же время – праздничным. Было приятно окунуться в соревновательную атмосферу, пообщаться накоротке с коллегами, которых давно не видел.

– **Кубковый праздник мог ведь и не состояться?**

– Да, буквально накануне, когда все уже были готовы стартовать, поступило указание отложить турнир. В том, что этого не произошло, заслуга президента нашей федерации Сальникова. Владимир Валерьевич



Великая сила монтажа: Чупков и Пригода после финиша смотрят... как соревновались на дистанции.

Возьмем, к примеру, Чупкова. Рекорд мира на 200 метров, который он установил на прошлогоднем чемпионате мира, – 2.06,12. Сейчас Антон проплыл за 2.08,11, а Пригода – за 2.07,85. А сотню они разыграли вообще на равных – 59,79 и 59,80. Сравните с рекордом России того же Чупкова – 58,94. Результаты вполне сопоставимы. Это очень высокий уровень для данного периода и ранга соревнований.

– **К тому же стоит, очевидно, принять во внимание, что именитые пловцы выступали под нагрузкой?**

– Естественно, они были еще не на пике спортивной формы. Не только потому, что нацеливались на чемпионат России. Сказались также сложные условия, в которых спортсменам пришлось готовиться. Тем не менее у меня практически



Девушка не только талантливая, но и работоспособная. Она уже хорошо ориентируется и занимается тем, что требуется для уверенного роста.

– **С чем связано отсутствие на Кубке Климента Колесникова?**

– Насколько знаю, в это время он тренировался на базе клуба «Энергетический стандарт», готовился к серии Международной лиги.

– **Татьяна Белоногофф представляет интерес с точки зрения перспектив в сборной?**

– Безусловно. Тане всего 18 лет, она прогрессирует. Хотя конкуренция в нашем жен-

ском бросе довольно высока, появление еще одного хорошего игрока на этом поле не будет лишним.

– **Тем более что опекать её взялась Ирина Вятчанина, бывший тренер Юлии Ефимовой.**

– Мы более двух лет вели с Ириной Германовой переговоры о возвращении в штаб сборной. Я понимаю, почему она не соглашалась – хотела прийти не с пустыми руками. Сейчас такая возможность появилась.

Евгений МАЛКОВ

Фото Алексея Савченко (архив ВФП)



ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ВСЕРОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ

Григорий Тарасевич отличился сразу на двух кубковых дистанциях на спине. В Обнинске стометровку он проплыл не намного медленнее, чем прошлым летом в Неаполе, став чемпионом Всемирной Универсиады. Можно считать, что экзамен пандемией студент Поволжской спортивной академии сдал успешно.

Еще не так давно он представлял другой университет – в Луисвилле, крупнейшем городе штата Кентукки. Туда из родного Омска, окончив гимназию, Григорий отправился с двойной целью – получить добротное инженерное образование и продолжить плавательное.

На вопрос, сколько из своих 25 лет он посвятил плаванию, Тарасевич затрудняется ответить. Когда мама с папой – мастера спорта и тренеры, сложно вспомнить, когда ты оказался в бассейне. Приучать сына к воде родители начали лет с трех, в пять он уже плавал самостоятельно в «Юности», где работала мама, а позже отец взял его к себе в «Альбатрос».



ИНЖЕНЕР СВОЕЙ СУДЬБЫ

Доплавался Гриша до молодежной сборной России, в 2013 году выиграл три золота первенства Европы (50, 100 метров на спине и в комплексной эстафете) и три медали первенства мира (в том числе золотую на 50 метров).

Пока Аркадий Эдуардович занимался спортивной подготовкой сына, Галина Анатольевна взяла на себя его общее образование. Именно она настояла, чтобы мальчик пошел не в школу рядом с бассейном, а в одну из лучших омских гимназий с физико-математическим уклоном. Эти предметы ему нравились больше, хотя давались нелегко. Учился Гриша прилежно, по этой причине не любил разезжать по сборам.

«Уже в 16 лет я понимал, что профессиональный спорт – это нечто очень хрупкое, – вспоминает он. – Я хотел, чтобы у меня в нем все получилось, но иметь запасной план считал полезным».

Вариант учебы в Америке начал просматривать после того, как он впервые там побывал в летнем тренировочном лагере. Он открывал возможность выучить английский, расширить круг знакомств и испытать все прелести самостоятельной жизни. К тому же интерес к плаванию начал угасать. Группа отца постепенно редела, и ему уже не с кем было тренироваться. Требовалось что-то менять.

Тарасевич выбрал Луисвилль еще и потому, что в университетском спортклубе «Кардиналы» работал Владимир Поляков – первый в истории Казахстана чемпион мира

по плаванию. Он отвечал за подготовку мужской команды, попутно занимаясь отбором кандидатов. Новый главный тренер бразилец Артур Албьеро задался целью вывести команду в элиту NCCA (Национальной студенческой спортивной ассоциации) и старался укреплять её перспективной молодежью из разных стран. Позднее примеру Тарасевича последовали Мария Асташкина и Арина Опёнышева.

В команде его называли Гришей. Григорий для партнеров по спорту и учебе звучало слишком сложно, а от американского Грегори он их отучил. Специальность русский парень выбрал непростую в освоении – инженер-механик в аэрокосмической сфере. С этого факультета многие уходили после первого же семестра. Он потому и «выжил», что был увлечен и сумел построить такой рабочий режим, чтобы академические нагрузки уживались со спортивными. Для чего приходилось вставать в 5 утра и строго соблюдать график.

Спортивную стипендию Тарасевич отработывал полностью, регулярно пополняя актив «Кардиналов» очками, а нередко и медалями. Но куда больше его занимали мысли о приближающейся Олимпиаде в Рио.

Путевку туда Григорий заработал на чемпионате России. В бассейне СК «Олимпийский» он сначала выиграл 50 метров на спине, а потом выполнил квалификацию на

100. Причем сделал это в полуфинале, опередив Евгений Рылова. Эта же дистанция принесла ему серебро первого за карьеру взрослого чемпионата Европы. В Лондоне он лишь касание проиграл французу Камилу Лакуру.

В Рио Тарасевичу не хватило всего нескольких сотых секунды, чтобы пробиться в финал. Но под занавес того года он все же испытал радость больших побед. Борьба за золото чемпионата мира на короткой воде в канадском Виндзоре в обеих комплексных эстафетах проходила с его участием.

На ЧМ-2017 в Будапеште Григорий доплыл до пятого места на стометровке и выступал в квалификации эстафет 4x100 комплексом. В финале его заменил Евгений Рылов.

Усилия нашего квартета увенчались бронзой и национальным рекордом.

К тому времени Тарасевич получил степень бакалавра и перешел в магистратуру. Выполнив обязательства перед университетским клубом, он вернулся на родину. Но не в Омск, а в Казань, где условия для подготовки, по его оценке, даже лучше, чем в Луисвилле.

Решение поступить в академию спорта Григорий прокомментировал так: «Инженер – это мое второе я. Но в этой отрасли у меня за спиной лишь четыре года университета. А плаванию я отдал 16 лет, и было бы неправильно спускать их в никуда. Фактически, плавание – это моя первая специаль-

ность. Возможно, спортивное образование мне пригодится в будущем».

На чемпионате Европы-2018 в Глазго именно он невольно помешал Клименту Колесникову в очередной раз подняться на пьедестал. Выиграв 50 (с мировым рекордом) и 100 метров на спине, тот слегка ослабился на двухсотметровке и показал третий результат после Рылова и Тарасевича. По правилам третий представитель одной страны в следующую стадию соревнований не проходит. В итоге Рылов победил, а Тарасевич финишировал лишь шестым. На этом турнире он довольствовался серебром в смешанной комбинированной эстафете.

Универсиада в Неаполе добавила в коллекцию наград спиниста Тарасевича полный комплект медалей – золотую на 100, серебряную на 200 и бронзовую на 50 метров. Стометровку он выиграл мощным финишным спуртом, на касание опередив француза Йоанна Н'Дойе-Бруара и американца Джастина Ресса.

На чемпионате мира в Кванджу Григорий плыл 200 метров и пролетел мимо финала. Эта неудача лишь подогрела желание настырного сибиряка вновь испытать себя Олимпиадой. Тем более не охладила его пыл отсрочка Токио. Инженер Тарасевич не только знает толк в космических технологиях, но и умеет настраивать механизм своей подготовки на оптимальный лад.

Виктор КРЫЛОВ
Фото из открытого источника

ЖУБЕТ ТАКОУ ПАРЕНЬ

Что же дальше?

В отличие от FINA, отменившей из-за пандемии коронавируса все международные старты, ISL предпочла разыграть прошлогодний сценарий.

Год назад Международная лига плавания (ISL) впервые заявила о себе, проведя серию турниров в США и Европе, а также финал в Лас-Вегасе. Участие в них приняли восемь клубных команд (по четыре американских и европейских). В финальном квартете лучшей стала Energy Standard.

Победа этой команды, впрочем, была вполне предсказуема. Почему? Да потому, что она сформирована на деньги Константина Григоришина – инициатора создания и единственного спонсора ISL.

Об истории этого проекта мы уже рассказывали (см. материал «Позиция ФИНА – сохранение единства», «ПДВ» №52). В кратком переписке она выглядит так. Несколько лет назад Константин Григоришин, владелец холдинга Energy Standard, основал одноименный плавательный клуб. Поначалу в нем тренировались ведущие пловцы Украины. Потом клуб был объявлен международным и начал проводить

ЛИГА ПОВЫШЕННОГО РИСКА

свой турнир под названием Energy for Swim. Эти соревнования считались благотворительными, поэтому не нуждались в официальном признании. Когда же Григоришин, решив пойти дальше, учредил ISL, начал назревать конфликт с FINA. Впрочем, бизнесмену было не привыкать рисковать. В его послужном списке немало судебных разбирательств по разным поводам – от обвинений в торговле наркотиками до рейдерских захватов. За уклонение от налогов и недобросовестное ведение бизнеса он объявлен «персоной нон грата» в России, Украине, Великобритании и ряде других стран. Сейчас живет на Кипре.

Первые соревнования под флагом ISL планировались в 2018 году в итальянском Турине. Однако тогда FINA, не признав их международный статус, предупредила потенциальных участников о возможной дисквалификации на два года. То есть на предстоящие чемпионат мира и Олимпиаду. Санкциям могли также подвергнуться и национальные федерации. Пер-

вой отреагировала итальянская, отказав организаторам турнира в поддержке. Позднее FINA запрет сняла, предоставив федерациям право самим решать вопрос о допуске своих пловцов на турниры непризнанной Лиги. В прошлом году среди участников были и россияне. Владимир Морозов и Вероника Андрусенко представляли венгерский клуб Iron, а Антон Чупков, Евгений Рылов, Климент Колесников, Иван Гирев и Максим Ступин – Energy Standard. Ситуация с пандемией не побудила штаб ISL поставить крест на турнирах второго сезона. Правда, она серьезно повлияла на формат. Все соревнования пройдут в Будапеште с середины октября по середину ноября. Наиболее вероятным местом декабрьского финала назван Токио. Видимо, по той причине, что список соискателей призов пополнила команда Tokyo Frog Kings. В ее состав включен Владимир Морозов, покинувший Energy Standard. Другим новобранцем Лиги станет клуб Toronto Titans.

Далеко не все участники прошлогодней серии выразили желание вновь выйти на старты Лиги. Антон Чупков – одна из многих звезд первой величины, которые предпочли сосредоточиться на подготовке к Олимпиаде в том же Токио. Вопрос об участии в этих турнирах ведущих российских пловцов, помимо рисков, связанных с пандемией, осложняется еще и тем, что они накладываются на чемпионат страны. Эта тема обсуждалась на специальной онлайн-конференции, которую вел президент ВФП Владимир Сальников. В ходе конструктивного разговора со спортсменами и их наставниками был подчеркнут приоритет национального чемпионата перед коммерческими стартами, а также готовность федерации оказать помощь тем, у кого могут возникнуть проблемы с выполнением обязательств по контрактам. За три недели до старта серии олимпийский чемпион и капитан лондонской команды Roar Кайл Чалмерс объявил, что снимается с соревнований из-за травмы. Его примеру после-

довали другие австралийцы – Кейт и Бронте Кэмпбелл, Эмма Маккеон, Ариарна Титтус и Митч Ларкин (двое последних должны были представлять команду Cali Condo из Сан-Франциско). Перед тем Федерация плавания Австралии рекомендовала спортсменам воздержаться от поездки в Европу, но оставила за ними и тренерами право самим взвесить риски и принять решение.

В ответ ISL выступила с резким заявлением, обвинив руководство некоторых национальных федераций в давлении и запугивании спортсменов, а также (цитата) в «циничном использовании пандемии в своих корыстных интересах».

Для Роба Вудхауса, генерального менеджера London Roar, этот демарш стал полной неожиданностью: «Я даже не понимаю, что они хотели сказать!» К тому моменту потери его команды оказались настолько серьезными, что она фактически распалась. А когда список «отказников» пополнился еще десятком австралийцев, та же участь постигла и «кондоров».

Андрей НИКИТИН



ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ СПОРТСМЕН

ВФП

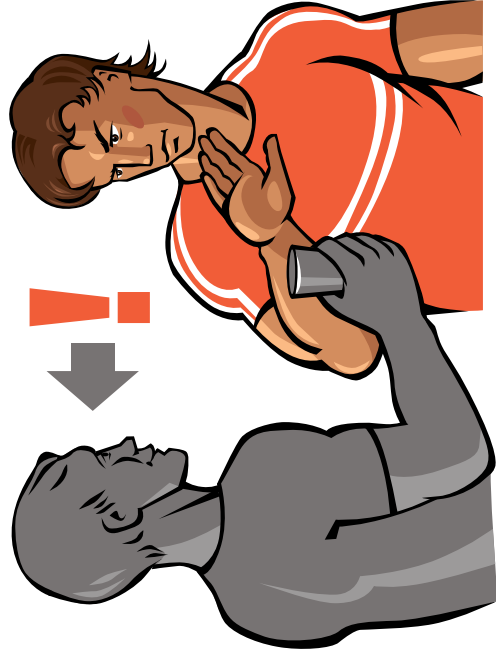
Всероссийская
федерация плавания

НЕ СЛЕДУЕТ

ПИТЬ ИЗ
непроверенных
источников.



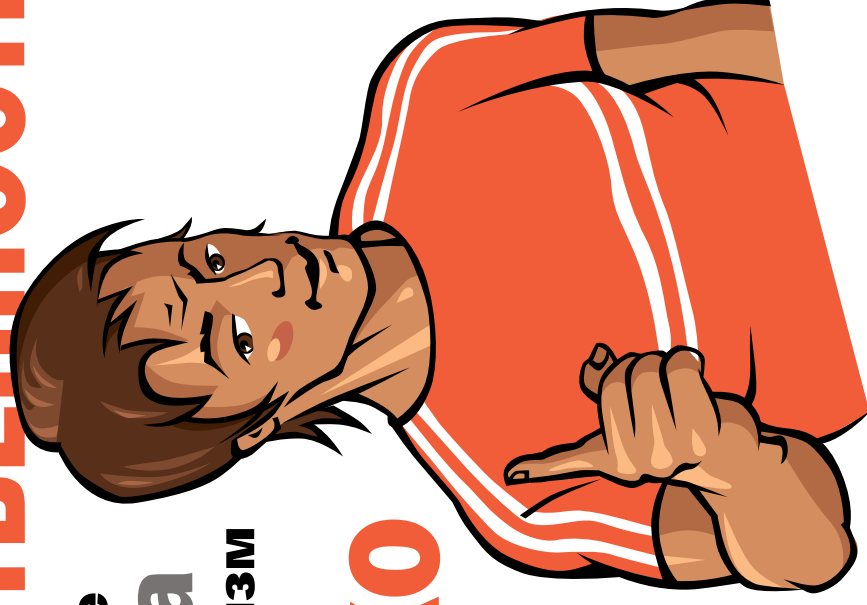
Умейте **НЕТ**,
даже если стакан воды
вам предлагает
товарищ по команде.



ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

за попадание
ДОПИНГА
в ваш организм
несете

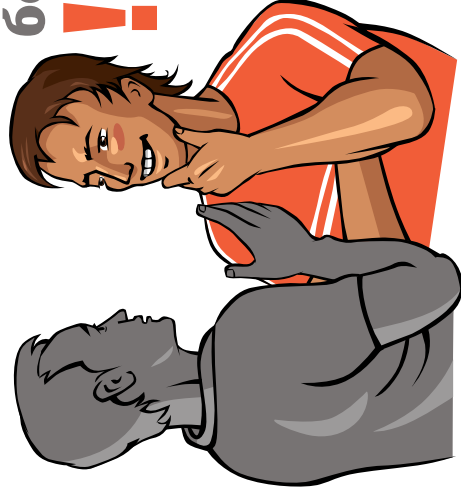
**ТОЛЬКО
ВЫ !**



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ

без присмотра

! свои вещи,
где хранятся ёмкости
с напитками или едой.



Открывать ёмкость
с водой или напитком
должны

**ТОЛЬКО
ВЫ САМИ,**

или это должно
быть сделано
на ваших глазах. **!**



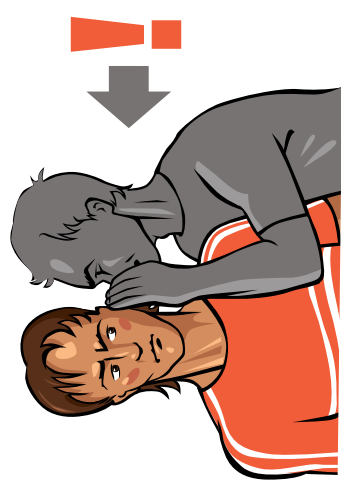
ВНИМАТЕЛЬНО

читайте этикетки
на БАДах, лекарствах
и продуктах
питания. **!**



Любые
СОВЕТЫ
надо
воспринимать

КРИТИЧЕСКИ.



Вступление к занятию, во время которого попробуем показать вам пути совершенствования в плавании брассом, будет минимальным и традиционным. И так, не только сегодня, но всегда помните, что наши уроки носят, прежде всего, рекомендательный характер. Рекомендательный, прежде всего, для тех, кто контролирует вас при проведении занятия. Ибо позна-

**Практикум
от Елены
Мехтелевой**

вать азы плавания в бассейне или на открытом водоеме необходимо **ОБЯЗАТЕЛЬНО** под присмотром инструктора или тренера. Как показывает практика в том числе нынешнего лета, даже те, кто хорошо умеют плавать, не всегда знают, как правильно оказать помощь новичку, терпящему бедствие в воде. Ну а теперь – непосредственно урок.

ОСЕНЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ К БРАССУ

ЗАПОМНИТЕ: ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРЕДЕЛА НЕТ!

1 Стоя в вертикальном положении в воде без опоры о дно ногами, руки за головой, приподняться из воды как можно выше за счет непрерывных движений ногами вниз брассом.



2 Предыдущее упражнение, но пловец продвигается вперед и постепенно придает телу положение, близкое к горизонтальному.



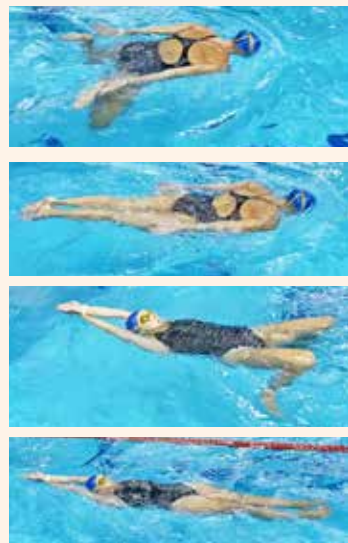
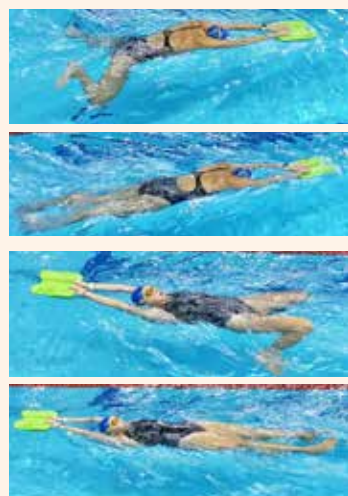
3 Плавание с помощью непрерывных и нешироких движений ногами брассом, лежа на груди, руки у бедер, подбородок на поверхности воды.



4 Предыдущее упражнение, но руки вытянуты вперед.



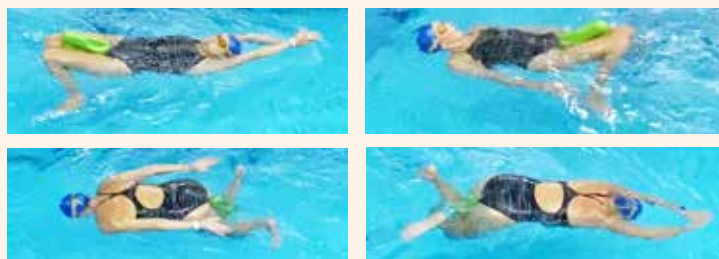
5 Плавание (руки у бедер или вытянуты вперед) с помощью движений ногами брассом на груди или на спине, с доской или без нее. То же, но на наименьшее количество отталкиваний ногами, сохраняя заданную скорость на отрезке.



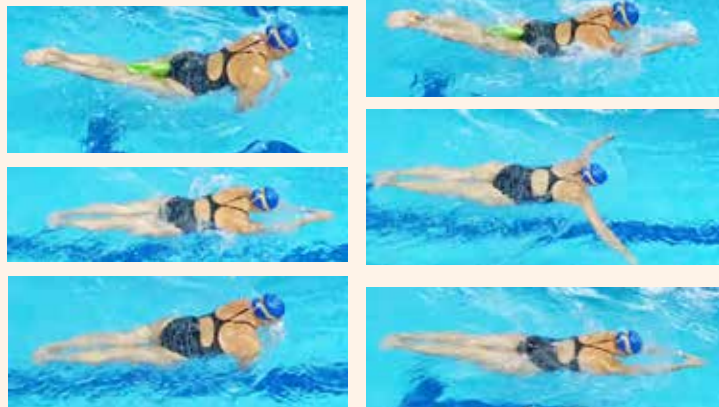
6 Ныряние на 10-12 м с помощью движений ногами брассом, руки вытянуты вперед.



7 Плавание с помощью движений ногами брассом на груди и на спине, колени сомкнуты (поплавок зажат между коленями).



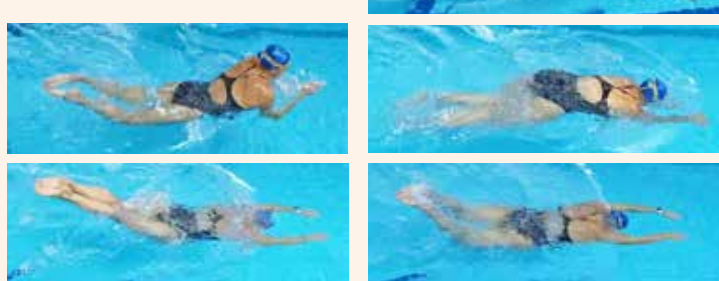
8 Плавание с помощью непрерывных движений руками брассом с поплавком между бедрами. То же, но без полавка, ноги у поверхности воды и расслаблены.



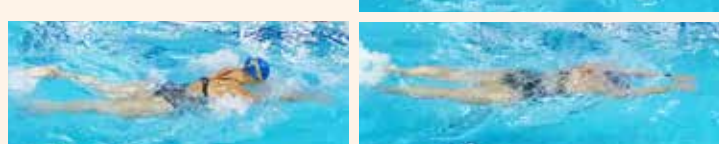
9 Плавание с попеременными движениями руками брассом.



10 Плавание с помощью непрерывных движений руками брассом и ногами дельфином.



11 Плавание с помощью непрерывных движений руками брассом и ногами кролем.



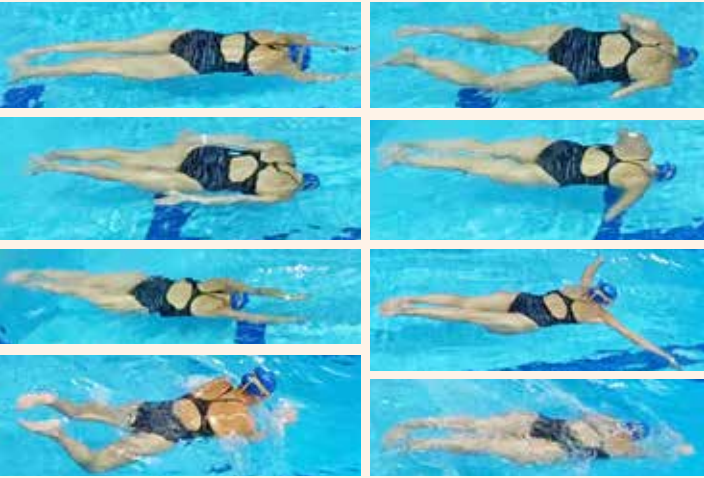
12 Плавание, чередуя два-три цикла движений рук брассом и ног дельфином с двумя-тремя циклами движениями брассом без наплыва.



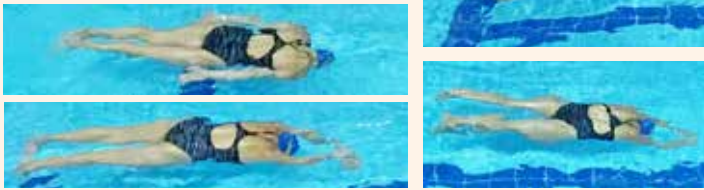
13 Передвижение брассом с полной координацией движений, чередуя два-три цикла ныряния (с обычным гребком руками) с двумя-тремя циклами движений по поверхности.



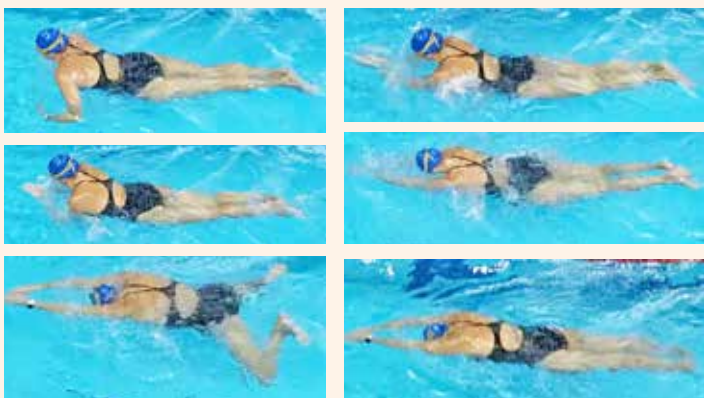
14 Предыдущее упражнение, но ныряние выполняется с длинным гребком руками до бедер.



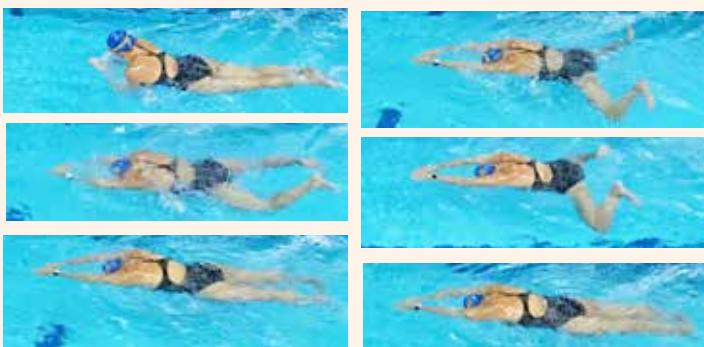
15 Ныряние брассом на 10-12 м с полной координацией движений и длинным гребком руками до бедер. Используется для совершенствования обтекаемого положения тела и длинного гребка руками, применяемого при выходе на поверхность после старта и поворота. То же, но ныряние брассом с полной координацией движений.



16 Плавание брассом, в согласовании 2 гребка руками с 1 отталкиванием ногами



17 Плавание брассом, в согласовании 2 отталкивания ногами с 1 гребком руками.



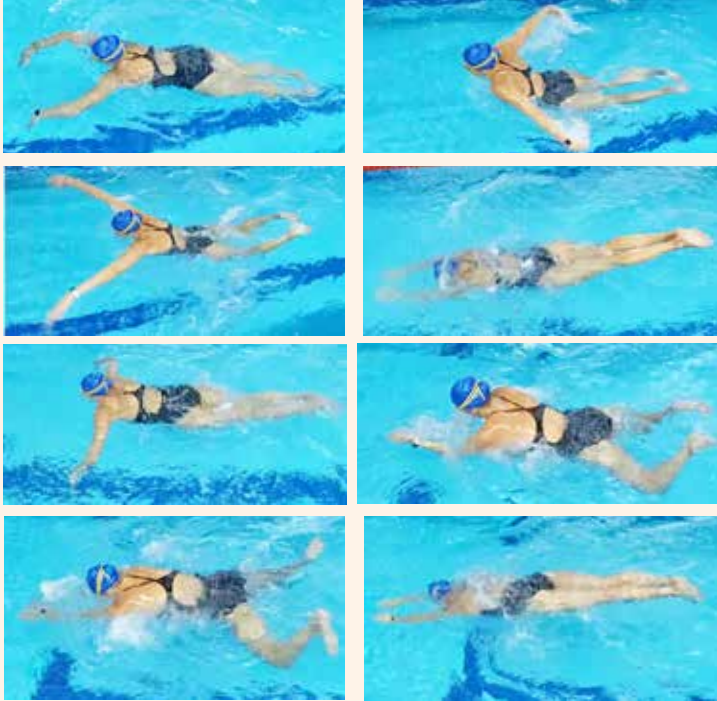
18 Плавание брассом с полной координацией движений, но с непрерывными и специально укороченными движениями ног от коленей.



19 Плавание брассом с полной координацией движений, подбородком удерживая мяч.



20 Плавание один цикл дельфином, один цикл брассом.



21 Стоя в вертикальном положении, руки работают брассом, постепенно переходя в горизонтальное положение, продолжить плыть брассом с полной координацией движения.



22 Захватив одной рукой противоположную ногу, плавание с помощью свободной руки и ноги.



ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

**МЕХТЕЛЕВА
Елена Александровна**

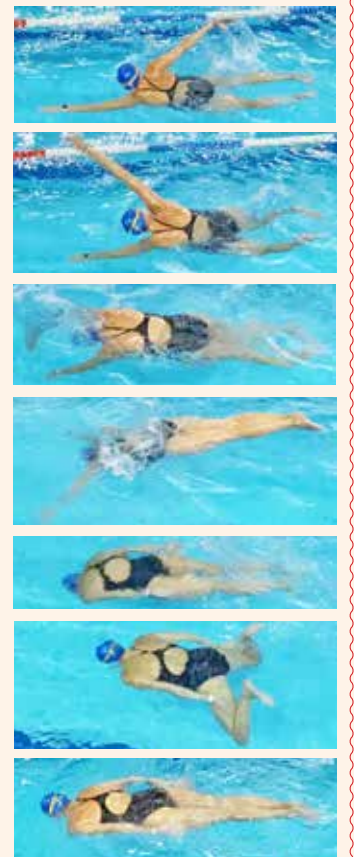
Мастер спорта России по плаванию, призёр чемпионатов и Кубков России по плаванию. Доцент кафедры плавания РГУФ-КСМиТ. Кандидат педагогических наук. Активный участник движения «Мастерс». Чемпион и рекордсмен России, призёр чемпионата мира по плаванию в категории «Мастерс».



23 Выполнение гребка правой рукой и левой ногой, правой ногой и левой рукой, цикл с координацией движений брассом.



24 Мах руки над водой, скольжение под водой, выполнить одновременное движение руками до бедер, с усилием оттолкнуться ногами и выплыть на поверхность.



25 Плавание брассом на наименьшее количество гребков, сохраняя заданную скорость на отрезке.

26 Плавание брассом с полной координацией движений с ускорением и переходом от последовательного согласования движений руками и ногами к частично слитному их согласованию.

В мировом рейтинге самых успешных тренеров по плаванию, возможно, есть и другие претенденты на первенство, но из иностранных специалистов Дэвид Сало, бесспорно, внес наиболее весомый вклад в подготовку российских спортсменов.

ЛЮДИ ПЛАНЕТЫ «ПЛАВАНЦЕ»

«Моя тренерская карьера сложилась очень удачно. Мне посчастливилось работать со многими из лучших пловцов мира в одном из ведущих клубов нашей страны». В этом утверждении главного тренера команды университета Южной Калифорнии лишь одно слово – «посчастливилось» – можно оспорить. Оно подразумевает элемент везения. На самом деле Дэвид (или, как он сам предпочитает представляться, Дэйв) Сало добился признания трудом и талантом.

Пловцом он был средним, дальше сборной колледжа в Санта-Розе не продвинулся. Именно поэтому задумался о карьере тренера. Для того чтобы помогать другим подниматься на вершины мастерства, Дэйву не нравилось, как тренировали его. А как нужно, он не знал. В поисках ответа поступил в университет Лонг-Бича, где не только овладевал спортивной физиологией, но и, признается, открывал себя. Заодно и раскрывал свой творческий потенциал в роли помощника наставника женской команды.

Получив диплом магистра, Сало перебрался в другой университет – Южнокалифорнийский (USC). Пять лет работы у бортика бассейна под началом знаменитого Питера Дэлэнда, гуру американского плавания, стали отменной школой для молодого и амбициозного специалиста. Достаточной, чтобы отправиться в автономное плавание. Что он и сделал, пополнив штаб студенческого клуба Novaquatics в Ирвайне. В 1990 году Сало был назначен главным тренером клуба и оставался им вплоть до 2006 года. За это время он воспитал немало спортсменов мирового и национального уровня. В том числе пятикратного олимпийского чемпиона, экс-рекордсмена мира Аарона Пирсона, двукратную олимпийскую чемпионку, экс-рекордсменку мира Аманду Бирд и четырехкратного олимпийского чемпиона Джейсона Лезака. Примечательно, что у них разная специализация. Наглядная иллюстрация универсализма наставника, который овладел нюансами всех стилей плавания.

В 2002 году, после того как его подопечные выиграли оба студенческих чемпионата США (весенний и летний), Сало был назван «Тренером года». В 2005 году ему доверили возглавить штаб мужской сборной, в который он уже входил перед чемпионатом мира 2003 года и Олимпиадой-2004.

В USC Дэйв сменил Марка Шуберта, которого назначили главным тренером национальной команды. В то время команда пловцов USC утратила былую



славу, но уже в сезоне-2007 значительно прибавила. Пекинская Олимпиада 2008 года принесла его подопечным три золота: Ребекки Сони на 200 метров брассом, Клита Келлера в кролевой эстафете 4x200 метров и Усамы Меллули на 1500 метров.

Тунисец Меллули был первой, но не последней звездой первой величины, которую помог зажечь Дэйв Сало. Ему удалось наконец реализовать свою задумку – открыть на университетской базе международный клуб «Троян» для профессионалов. Проблем с наполнением группы не возникло: спортсмены выходили на Дэйва сами, если были места, их принимали. Не бесплатно, разумеется. Ведь к работе с ними привлекались опытные помощники главного тренера, а также специалисты по физподготовке и физиотерапии.

Первым российским учеником Сало стал Владимир Морозов. Но это особый случай. Володю он приметил, когда тот еще учился в колледже. Именно с его подачи он получил грант на обучение в USC. Когда у Юлии Ефимовой возникли проблемы дома, за неё ходатайствовала ВФП. Потом компанию ей составили Никита Лобинцев и Александр Сухорук.

Вопрос, не выглядит ли несколько странным, что американец готовит конкурентов спортсменам своей страны, кажется Дэйву праздным. «Я помогаю и рус-



ДЭВИД САЛО:

МНЕ КАЖЕТСЯ, МОЙ СТИЛЬ ПОЛЕЗЕН ДЛЯ МИРА

ским, и французам, и итальянцам. Если уж девушка из России оставила родной дом, приехала ко мне, чтобы прогрессировать, в конце концов она поможет и моим американским ученикам стать лучше, ведь они будут плавать с сильнейшими... Я ведь независим от правительства США, мне не платят из бюджета, так что могу делать всё, что захочу. Мне кажется, что мой стиль полезен для мира, потому что так люди объединяются, так страны становятся дружнее, и мы все учимся быть хорошими гражданами мира. Когда спортсмен представляет свою страну, какая разница, где он тренировался?»

На Олимпиаде 2012 в Лондоне 13 подопечных Дэйва Сало представляли 10 стран. Тогда Ребекка Сони выиграла второе золото на 200 метров брассом, а другая соотечественница Хэйли Андерсон – серебро на открытой воде. Усама Меллули отличился в марафоне, став первым в истории олимпийским чемпионом как в бассейне, так и на открытой воде. Француз Клеман Лефер стал обладателем золота



и серебра в эстафетах. Морозов поднялся на пьедестал в составе российского квартета в эстафете 4x100 метров вольным стилем. В том же году Владимир завоевал два золота чемпионата мира в короткой воде, а в очередном сезоне стал серебряным призером чемпионата мира в Барселоне. Юлия Ефимова была третьей в Лондоне и дважды первой – в Барселоне.

Андрей Ефимов, отец и первый наставник Юлии, высоко оценил роль американского коллеги в том, что дочь преодолела полосу кризиса: «Дэвид, как мне кажется, всё правильно делает. Я был у него на тренировках и подтверждаю, что они очень интересные. Сам

многому научился. Сало сам по себе феноменальный тренер, но он ещё собрал феноменальную группу. Я однажды посчитал – на тренировке на восьми дорожках работали по восемь человек. То есть всего 64. А ведь практически каждый из них рекордсмен своей страны. Атмосфера такая, что не сачканёшь».

Юлия Ефимова рассказывала, что первые полтора года Сало учил её одной технике, а потом переключил на другую. «Раньше, как я понимаю, он ставил мне некий усредненный вариант между моей техникой и техникой Ребекки Сони. А сейчас обучает, учитывая исключительно мои индивидуальные качества. То есть сначала он долго изучал мои природные качества и особенности прежней техники, а потом придумал некие приемы, которые должны мне помочь раскрыть уже весь потенциал».

Чтобы раскрыть потенциал, пловцу вовсе не обязательно, считает Сало, изнурять себя большими объемами работы. Вот что он рассказывал о своей системе подготовки: «Я долго сам себе задавал вопрос – зачем так много плавал в университете? Тогда это было модно – у одного из американских тренеров появилась идея с двумя-тремя тренировками в день, с большими аэробными отрезками и сумасшедшими объемами. Половина команды этого тренера выступила успешно на студенческом чемпионате, и все тут же бросились копировать его методику. В том числе и я. Приходил домой уставший, выжатый как лимон и снова и снова задавал себе вопрос – зачем я это делаю?»

По мере того как изучал физиологию, все больше понимал процессы, которые происходят в организме спортсмена, и находил для себя ответ. Мне не нужно давать спортсмену 10 или 20 отрезков по 200 метров основным стилем. Через неделю после таких нагрузок спортсмены просто сбегут от меня. Им станет неинтересно. Потому я ищу способы заинтересовать их, сделать тренировку разнообразной, интенсивной и интересной. И чтобы при этом спортсмены получили нагрузку, адекватную тем процессам метаболизма, что происходят у них на крупных соревнованиях. То есть мелкими отрезками я собираю эту дистанцию, как конструктор. Я не моделирую ее по метрам, я моделирую ее по физиологическим механизмам. Мои пловцы плавают по 5-6 километров в день, всегда улыбаются, приходят на тренировку в

хорошем настроении и с блеском в глазах, ожидая, чем именно я смогу их в очередной раз удивить»...

«Антураж и разговоры про «клуб чемпионов» никак не влияют на тех, кто там тренируется, – утверждал Владимир Морозов. – Все работают, занимаются своим делом. Помогает как раз это. Перед Играми в команде было 40 человек – столько отличных спарринг-партнеров. Думаю, у нас был сильнейший клуб в мире. В такой обстановке ты начинаешь верить в тренеров, в то, что ты все делаешь правильно».

В Морозове, помимо прочего, Дэйву импонировала способность максимально эффективно усваивать полученную информацию. Когда они задалась целью добиться такого гребка, при котором тело не болталось бы из стороны в сторону, и много над этим работали, итогом стала его фирменная техника спринта с прямыми руками.

Узнав в январе 2014 года, что в пробе Ефимовой обнаружен запрещенный мельдоний, он был удивлен и расстроен. «С момента приезда в США для тренировок все осознают, что будут регулярно проверяться на допинг, как нигде в мире. Юлия, почти как и все в моей группе, проходила проверку практически каждую неделю».

Впрочем, дисквалификация Ефимовой на полтора года не разорвала творческий союз россиянки и американца. Комментируя выступление Юлии на чемпионате мира 2015 года в Казани, Сало подчеркнул, что победа на стометровке брассом – не главное её достижение: «Она прошла через очень сложный этап жизни, но справилась с давлением и не бросила спорт. Не столь важно, что она показывает теперь даже лучшие результаты, самое сложное было продолжить борьбу».

Продолжение последовало на Олимпиаде-2016 и увенчалось двумя серебряными медалями. Однако для Юлии путь в Рио оказался настолько тернистым, осложненным судебными исками, что их дуэт все же распался. Руководство USC по сути запретило Сало работать с иностранцами, имеющими допинговое прошлое.

После Олимпиады всем иностранцам, пополнявшим «Троян», пришлось подписывать договор, что в случае позитивного допинг-теста они должны выплачивать некую компенсацию. За ущерб репутации клуба и его главного тренера. Владимир Морозов, многократный чемпион и обладатель трех Кубков мира, вспоминает: «По этому поводу я задал Дэйву шуточный вопрос: «Можно мне тут немного потренироваться?» Он засмеялся: «Плавай, сколько хочешь и когда хочешь». Сало понимает, что происходило вокруг Олимпиады, и зачем это делалось. Так что предубеждения ко мне у него не было».

Евгений АЛЕКСЕЕВ
Фото из открытых источников

Продолжаем (начало в №№63 и 64) публикацию документальной книги-интервью Александра Елисейкина и Владимира Сальникова «Его называли «монстр в воде». Напомним, что данная книга уже на протяжении более тридцати лет находится в состоянии... рукописи и, соответственно, никогда и нигде не издавалась. Просто так вышло. А начинается сегодняшняя часть публикации интервью с Игорем Михайловичем Кошкиным (оно состоялось весной 1982 года. – Прим. ред.), под руководством которого Сальников выиграл три золотые медали Олимпийских игр в Москве, множество мировых, европейских и союзных спортивных трофеев.

Редакция «ПДВ»

Я ВЗЯЛ ЕГО ПОТОМУ, ЧТО...

У Кошкина оказалось время для экспресс-интервью, благо по счастливому стечению обстоятельств никто не отвлекал его вопросами, разумеется, кроме меня.

– Итак, – повторил я, – чемпионство – это роль или черта характера?

– Разговор предметный, о Сальникове? – спросил он в свою очередь.

– О Сальникове.

– Для него – черта характера. По своей спортивной психологии Володя не рекордсмен, а чемпион. Объясню: он умеет побеждать в острой конкуренции, умеет выигрывать сотые доли секунды. Поверь, были бы у него на дистанции 1500 м конкуренты посильнее, он бы плыл еще лучше.

– В чем, по-вашему, заключается его талант? – задал я наблевший вопрос.

– В сознательности и умении критически относиться к себе, – последовал незамедлительный ответ. – Если бы все мои ученики были похожи в этом на него, то...

– Что – «то»?

– Было бы намного проще с ними работать, и кпд полезного действия – раскрытие их потенциальных возможностей – был бы зачастую не как у паровоза, – заключил Кошкин.

– Вам приходилось когда-нибудь заставлять его тренироваться?

– Доказывать необходимость той или иной работы – было. И в этом право его – как и любого другого – докопаться до сути задания. Заставлять себя он сам умеет, точнее – уже научился – потому что может отличить главное от второстепенного.

– Выходит, получился идеальный спортсмен?

– Смотря что понимать под словом «идеальный».

– Что характер и данные позволяют ему одновременно быть и человеком, и чемпионом.

– Может быть, кто-то и назовет его идеальным, но лично для меня это понятие больше ассоциируется с фотографией, когда все вроде как и в жизни, но не живое. А Сальников жизнью живет, и ошибается в ней, и на своих ошибках учится. Но он правлен в главном.

– Опять это эмпирическое «главное».

– Почему опять? Оно было, есть и будет всегда, не пропадая и не возникая. Главное – это то, что передано родительскими генами и усилено воспитанием. Главное – не проходящее; оно – фундамент, основа, на которой строится твоя жизнь: ты в ней, и восприятие ее тобой; одновременно и целое, и составляющие целого, которые определяют его...

– Игорь Михайлович, когда вы пригласили Володю Сальникова тренироваться к себе, вы видели в нем это главное?

– Сейчас мне может показаться, что видел. Хотя навряд ли. Мальчишка был управляем, умел рабrotать и мог стать неплохим спарринг-партнером для своего ровестника Сергея Русина, который тренировался у меня. Вот талант того был виден явно, что называется, невооруженным глазом.

– Несколько лет назад вы сказали мне, что в сборной было немало стайеров талантливее Сальникова и в двигательном отношении, и по координации движений. Не изменилось ли ваше мнение за прошедшее время?

– Нет. Владимир сумел развить в себе то, что другим дала природа. Плюс психологическая устойчивость и физическая выносливость сделали из него пловца экстра-класса...

ГЛАВА ВТОРАЯ КАК Я ВОРОВАЛ ЯБЛОКИ, И ЧТО ИЗ ЭТОГО ВЫШЛО

Магнитофонная запись одно из наших «подготовительных» междусобойчиков:

Александр: Будем считать, что первая глава стала твоей «визитной карточкой».

Владимир: Только не забудь – обязательно со скидкой на возраст. Мне в ней сначала – девятнадцать, в конце – двадцать четыре.

стием сам бы почитал биографию великих пловцов: Джона Вейсмюллера, Марка Спитца, Микаэля Гросса или моего хорошего знакомого Джона Набера.

Александр: Теперь представь, что им тоже было бы интересно узнать – с чего ты начал и как пришел к себе сегодняшнему.

Владимир: Твое предложение?

Александр: Вспомни из своей жизни то, о чем еще не рассказывал широкой аудитории. А если и

Безумно завидую своим одногодкам, которые и плавать умеют, грибные и ягодные места знают, коров не боятся, даже доить их умеют.

Когда бабушка, мамаина мама Таисия Андреевна, догадывалась, что я без ее ведома путешествовал на дикие пляжи, она по старинной русской традиции воспитывала меня крапивой. Крапива выбиралась молодая и гжучая. Мне было больно, но ничуть не обидно. Старики в деревне говорили, что после знакомства с крапивой кожа становится дубле-

ЕГО НАЗЫВАЛИ «МОНСТР В ВОДЕ»



Я уже говорил, что события, в корне изменившие мою жизнь – в том числе и спортивную, – начались несколькими месяцами позже. Хотя их предыстория ведет отсчет, пожалуй, с 1982-го, когда после чемпионата мира в Эквадоре, где я выиграл золотые медали на 400 и 1500 м вольным стилем, Игорь Михайлович Кошкин впервые завел речь, что не пора ли мне подумать об уходе из плавания.

Александр: Не торопись. Об этом разговор впереди. И заодно вспомни: ведь не кто-то, а именно ты рассказывал о «золотом правиле» американских пловцов. Не помню, в каком из студенческих плавательных клубов они вывешены и как звучат дословно, но суть такова: пункт первый – тренер всегда прав; пункт второй – если в чем-то сомневаешься, смотри пункт первый...

Владимир: Значит, придется жевать жвачку хронологии событий, вспоминая тысячу раз рассказанное и сотни раз описанное.

Не успел подумать об этом – уже устал.

Александр: Знаешь, чего мы не учли, и я – в первую очередь? Что по-крупному о тебе писалось лишь в Союзе. Но ведь вполне возможный вариант, что о Сальникове захотят узнать поподробнее и зарубежные читатели.

Владимир: Я и говорю: кому интересен, например, подробный пересказ моего плавательного детства, подкрепленный десятками фамилий, которые тем же зарубежникам ни о чем не скажут?

Александр: Но отрицать вполне понятное любопытство людей к биографии «звезд» ты ведь не станешь?

Владимир: Как читатель – нет. Это было бы по меньшей мере глупо. С огромным удоволь-

рассказывал, то не очень часто.

Владимир: У меня такое ощущение, что ничего «нового» нет и не может быть. Да и вообще – смотрю на чистые листы бумаги, которые мы с тобой наготовили, и меня жуть берет: о чем писать, что говорить?

Александр: Ладно, о жути – потом. Давай работать. Я сажусь за пишущую машинку, ты «делаешь» музыку, только тихо-тихо, для фона, и вспоминаешь все подряд. Право отбора оставляю за собой. В конце-концов, если и повторимся в чем-либо из когда-то и где-то напечатанного, думаю, ничего страшного.

Владимир: Согласен. Если не возражаешь, ставлю «Цепелинов», и поехали...



Начну с того, что ребенком помню себя не в Ленинграде, у бабушки в деревне. Стою среди длинных рядов с роскошной клубникой или мчусь на велосипеде по обязательно пыльным деревенским дорогам.

И пыль эта, туманящая солнечные лучи, тянется за мной полупрозрачным шлейфом. Аромат у нее есть – горьковатый, неповторимый, не имеющий ничего общего с цивилизацией больших городов.

И переполняет меня непередаваемое словами счастье. Я и не помню, испытывал ли когда позже нечто похожее...

Деревня – в Новгородской области, на реке Мсте. Как и во всем мире, где есть моря, реки и озера, ребят манят дикие пляжи, где нет надзора взрослых. Без разрешения бабушки бегаю на дикие пляжи в компании деревенских ребят. Плавать не умею, голубины боюсь, плещусь на мелководье, около берега.

ной и крепкой, как панцирь. Потому мы иногда по собственной воле залезали в крапивные заросли и скакали в них горными козлами, вопя от раскаленного жала зубастых зеленых листьев и проявляя силу воли, чтобы остаться среди крапивы как можно дольше.

В деревне у меня был друг – Вовка. Всего на год старше, зато признанный авторитет в нашей компании. С ним бабушка отпускала меня куда угодно. Другое дело, что ей не всегда следовало знать – куда идем.

Однажды отправились воровать китайские яблоки в саду кого-то из деревенских. Яблочки эти – маленькие, очень сладкие, вкусные. Меня как городского и еще непроверенного в таком серьезном мероприятии, как преодоление забора по тревоге, оставили «на стреме». Заметив опасность, я должен был вопить как на пожаре.

Операция прошла успешно, и я был ужасно горд собой. Дома сидели гости, пили чай и мирно беседовали в том о сем. Тут появился я, весь из себя значительный. Вошел в дом и громко объявил: «Бабушка, ты знаешь, где я был? Я воровал яблоки!»

Аплодисментов не последовало, что меня немножко обидело. Гости молчали, с интересом поглядывая то на меня, то на бабушку. Я снова начал свой монолог, задетый всеобщим непониманием момента. Но бабушка не дала мне договорить до конца.

– Знаю, знаю, ты воровал яблоки, – сказала она, улыбаясь. – Иди, садись за стол. Чай остывает...

И все тут же забыли о том, откуда я пришел.

Поздно вечером, когда гости разошлись, бабушка, посадив меня на колени, долго говорила, почему нельзя брать ничего чужого, и что только очень плохие люди так поступают.

После того вечера я ни разу в жизни не взял чужого и больше никогда не ходил воровать яблоки.

Друг Вовка, когда я ему все объяснил, не разделял моей убежденности и явно, как теперь понимаю, сострадал моей «городской ущербности».

– Как знаешь, – сказал он. – Будем ходить без тебя.

– А на реку тоже без меня? – спросил я, боясь его ответа.

– Нет, на речку – вместе, – успокоил он. – А то вдруг потонешь, кто Таисии Андреевне об этом скажет?

Я напомним, что нам тогда было по 5-6 лет от роду, но частенько мы вели очень взрослые разговоры...

Когда мне исполнилось семь лет, как и все советские дети, я пошел в первый класс. Но долго еще вспоминал раскованность деревенской жизни.

Мне в школе сначала не понравилось. Наверное, было просто неинтересно. На всех уроках я рисовал в тетрадах военные картинки, на которых самолеты бомбили, танки стреляли, а фашистские корабли с черными крестами, задрав носы, исчезали в огромных волнах.

Родителям мое художество скоро надоело, и они потребовали, чтобы я нормально учился. Самое интересное, что я никогда не учился плохо. В конце концов это вошло в привычку, и мне было стыдно, когда получал отметки ниже «четверки». А наиболее страшным наказанием для меня было мамино, вслух, предупреждение: «Если не исправитесь «тройку», – что тебе вполне по силам – то напишу папе».

Продолжение на стр. 10

Продолжение. Начало на стр. 9

Я не имел права подвести отца. Он – капитан дальнего плавания, ему и так в «девярых валах» не сладко, а тут еще мои «тройки». Позор...

В общем, я всегда учился хорошо. И никогда не был пай-мальчиком. Случалось, прогуливал с ребятами уроки, участвовал в большинстве мальчишеских начинаний, заканчивавшихся отнюдь не похвалой взрослых. Но после меня всегда мучили угрызения совести. Получалось, что, хотел того или не хотел, обманывал учителей и родителей. Или другими словами, опять воровал те злополучные китайские яблочки. Поэтому старался приучить себя думать до того, а не после, когда дело сделано.

Чего я еще не любил, так это уроков физкультуры.

Вы спросите – от чего так? Какой нормально развитый ребенок откажет себе в удовольствии побегать и попрыгать в компании сверстников?

Нет, я не был доходягой. Был вполне физически развит для своих лет. Однако повышенного энтузиазма занятиям какими бы то ни было физическими упражнениями у меня не вызывали. Мне это было – все равно. Я воспринимал школьную физкультуру как необходимость, с которой надо мириться.

Тут произошло одно событие, в корне изменившее плавное течение моей жизни.

Но сначала о моей тайной мечте, о которой никому не рассказывал, но которая мгновенно начала управлять моими мыслями и желаниями, как только видел воду. Да, я мечтал научиться плавать и сделать это вдаль от речных деревенских просторов. Чтобы раз и навсегда доказать моему другу Вовке и всем, кто с ним, что переплыть туда и обратно недостижимую Мсту мне все равно что раз плюнуть.

Мысленно рисовал прекрасную картину: такой ленивой, небрежной походкой выхожу на берег, классическим нырком, без брызг, вхожу в воду и – залихватскими саженками утюжу спокойное течение Мсты. И ни водоворотов не боюсь, ни перекатов, потому что чувствую себя в воде как рыба. Тут, наверное, стоит объяснить, что такое – «плыть саженками».

Название идет от русского слова «сажень» – мера длины. Внешне «саженки» напоминают кроль. Только кроль особенный – почти без работы ног и с высокой посадкой туловища, когда тело под углом градусов в тридцать сидит в воде и гордая твоя голова ни на секунду не зарывается в волны.

В том моем деревенском детстве «саженки» считались вершиной плавательного искусства – и по красоте, и по скорости...

Итак, я по-ударному учился во втором классе, не любя физкультуру, когда к нам в школу пришел мужчина по имени Глеб Георгиевич Петров. Впрочем, чуть забежал вперед – как его зовут, я узнал чуть позже.

Мужчина сказал, что он тренер по плаванию, и предложил всему классу стать пловцами.

Я подумал: нет, не может быть, чтобы вот так просто исполнилась моя потаенная мечта. И мне стало – как сейчас помню – одновременно и грустно, и радостно. Да, оказывается, в жизни и так бывает.

Однако тренер почему-то не торопился записывать всех подряд. Он предложил нам несколько упражнений. Например, «мельницу». От прилива душевных сил я с остервенением размахивал руками в родной школе 103, а перед моим взором простиралась речка Мста. Одного до сих пор не могу понять: как остались целы в тот момент мои плечи, совершенно неподготовленные к «шарнирным» нагрузкам, почему не повывлетали суставы.

Всегда хорошо то, что хорошо кончается. Меня тренер записал. Сказал, чтобы приходил в бассейн.

И тут я вспомнил, что учиться плавать придется – в бассейне. А бассейна я боялся. Боялся его неприятной глубины темно-синего цвета. И эта боязнь имела свою историю. Когда мне исполнилось шесть лет, в семье решили сделать из Сальникова-младшего закаленного человека. Я рос не то чтобы болезненным ребенком, но в то же время почти не вылезал из ангины и простуд. Перевел такое количество лекарств, что детского моего запаса, думаю, хватит на всю оставшуюся жизнь. Наш домашний врач неоднократно давал родителям самый практический рецепт – мальчика необходимо закалять. И советовал плавание. Укрепляющее весь организм и развивающее легкие.

После очередной моей простуды мама с большим трудом достала детский абонемент в бассейн СКА. Учить нас плавать должны были в «лягушатнике», о чем мы, конечно, не знали. И надо же такому случиться, что путь в «лягушатник» пролегал по бортику основной 50-метровой ванны. Я



увидел это раздолье воды и сразу почувствовал, что плавать мне не научиться некогда. Шел по бортику, боясь упасть в бассейн и утонуть. Мне очень хотелось опять простудиться и заболеть, чтобы не видеть всех этих страхов.

И я простудился. На втором занятии. Мама сказала, что плавание – не для моего ослабленного организма. Папа ничего сказать не мог, он был в очередном плавании.

Самое смешное, что уже в ту пору я два-три раза зимой страдал исключительно «плавательной» болезнью – воспалением среднего уха. Кстати, после нескольких занятий у Глеба Георгиевича Петрова мое «среднее ухо» опять взбунтовалось. Плавать к тому моменту я еще не научился, зато опять заболел. Пропустил недели две-три. И до сих пор не понимаю, почему Петров не сказал мне: «Мальчик, спасибо, но ты можешь больше не приходиться»...

Первый раз я поплыл, когда мне было 8 лет. Это был эпохальный день в моей жизни: я понял, что летом, в деревне, наконец-то сбудется моя мечта – наконец-то преодолеть речку Мсту.

Наверное, в тот день я и полюбил плавание, а скоро установил свой первый рекорд: дистанция 50 м вольным стилем преодолел за сорок шесть и одну десятую секунды...

МОИ УНИВЕРСИТЕТЫ. ПОЧТИ ПО ГОРЬКОМУ.

– **Итак, твой первый тренер – Глеб Георгиевич Петров. С ним ты работал с 1968 по 1973 год. С Игорем Михайловичем Кошкиным спортивная судьба свела тебя на 12 лет – с 1973 по 1984. С 1985 года ты тренируешься под руководством своей жены Марины Сальниковой.**

Три личных тренера за 20-летнюю плавательную карьеру. Я правильно сосчитал?

– В целом – да.

– **Тогда давай и начнем с участия в твоей жизни Глеба Петрова.**

– Петрову я благодарен в главном:

а) он не выгнал меня из своей тренировочной группы, хотя я пропустил столько дней, что стыдно вспомнить;

б) он научил меня плавать;

в) он заложил во мне основы сознательного отношения к честному спортивному труду.

У него я научился плавать всеми способами. Самым ненавистным для меня был «дельфин», наиболее приятным – плавание на спине. Для нормального брасса не хватало «шарнирности» суставов. Кроль шел так себе. Зримо мучился на спринтерских отрезках. Видно, от бога мне было не дано стать «взрывным».

Тот же спринт я тянул, как жевательную резинку. На дистанции 100 м разогнался к концу первого «полтинника» и финишировал якобы 20-30-метровым рывком, который мало отличался от дистанционного хода.

Не могу сказать, что в те первые свои спортивные годы я очень переживал, что у меня что-то не выходит так же удачно, как у других.

Я просто плавал. С каждым днем получал от этого все большее удовольствие. И очень боялся не успеть на очередную тренировку или пропустить ее по какой-либо объективной причине.

Этот страх потихоньку передавался маме и бабушке – папиной маме Ольге Ивановне, заслуженной учительнице РСФСР, преподавателю русского языка и литературы в одной из школ.

Так получилось, что моим воспитанием занимались женщины.

Отец большую часть времени проводил в походах по морям и океанам. В его «капитанские перемены» дома наступал праздник. К приезду отца я готовился заранее – срочно избавляясь от школьных «троек» и улучшая поведение. С ним я чувствовал себя как бы взрослее. За это великое чувство мужского общения без лишних слов и эмоций и одновременно дающее уверенность в делах и поступках я ему буду благодарен всегда.

Когда мне было 7 лет, родилась сестренка Света. У мамы хлопот прибавилось. И как раз на ближайшие годы пришлось мои первые опыты в спортивном плавании у Глеба Петрова.

Я говорил, что научившись плавать, но будучи довольно болезненным ребенком, столкнулся с боязнью пропустить очередную тренировку. У этого страха была еще одна составляющая (кроме основной – а вдруг выгонят из группы?) – повышенное чувство ответственности, к которому меня приучали с детства.

Например, опоздание куда бы то ни было воспринималось в нашей семье как ЧП местного масштаба.

Если давалось какое-нибудь обещание, то в переводе на современный язык оно означало роспись в чековой книжке. Нарушить данное слово – не помню, чтобы подобное случалось в жизни Сальниковых.

Поэтому когда однажды на Ленинград обрушились почти 40-градусные морозы, жгучий ветер с Невы останавливал полет птиц и даже отменили занятия в школе, меня все равно привезли на тренировку. Я сказал маме и бабушке, что Глеб Георгиевич занятий не отменял, и я обязан быть в бассейне.

Они по-женски посокрушались, но – люди слова, – укутав меня с ног до головы, в бассейн доставили.

Почти все наши ребята в тот морозный день пришли. Петров даже удивился...

Мы учились спорту. И мы, дети, учились не уступать друг другу первенства даже в мелочах. Не знаю – плохо это или хорошо. Но происходило именно так.

Покрывил бы душой, не назвав десятилетия существующую первопричину родительских страхов. В стране минимум бассейнов. Чтобы записать ребенка в группу по обучению плаванию, в иных городах надо не один час отстоять в очереди. И то неизвестно: достанется абонемент или нет. Ну а если сын или дочь попали в спортивную группу, то все папы и мамы, зная, что плавание полезно для здоровья ребенка, не всегда себе представляют, что несет собой большой спорт.

Мои родители никогда не гадали о моем громком спортивном будущем. Никогда. Я был при полезном деле, которое мне вдобавок нравилось, и это их полностью устраивало. Более того, когда я стал известным и стипендия члена сборной команды СССР (а это – 350 рублей) плюс премии за победы на чемпионатах СССР, Европы, мира, на Олимпийских играх сделали меня обеспеченным – разумеется, по нашим, советским меркам – человеком, мама все равно не уставала повторять: «Когда же ты получишь профессию? Ведь не всю же жизнь будешь плавать».

Моя профессия – это спорт.

Считаю себя профессионалом. Не сочти за нескромность, прежде всего – по отношению к любимому делу.

Как профессионал хочу сказать: есть три обязательные вещи, без которых профессиональное отношение к спорту может просто-напросто погубить тебя, и эти наиглавнейшие составляющие профессионального спортивного бытия и успеха звучат так: чувствующий ученика тренер; хороший медицинский контроль; высококачественное питание. Причем этот «треугольник» архиважен и для юного спортсмена в период его физического и духовного становления.

Беда советского спортивного плавания как раз в обратном. Многие тренеры на местах, отрабатывая свои зарплатные категории, вгоняют ребят в такие нагрузки, что в сборную те приходят... стариками. Да, сегодня они показали результат. Но завтра их уже нет.

Как нет в большинстве спортшкол ни нормальной спортивной медицины, ни нормального питания. И неоткуда им взяться – вот она, безысходность-то!

И не вина это, а, увы, беда наша.

Зато есть система-установка: при минимальных затратах на максимальную выживаемость. Так было и так есть. Похоже, что в ближайшее время так и будет...

Мне повезло, я выжил, не изнасилованный сверхнагрузками в нежном спортивном возрасте.

Я не отличался яркостью спортивного таланта, что, как теперь понимаю, тоже сыграло свою положительную роль. Вошел в тренировочные нагрузки как-то очень естественно, без творческого надрыва, постепенно, не торопя картину. У Петрова, а затем и у Кошкина хватало забот с юными талантами помимо моей скромной персоны.

Сам того не подозревая, я копил силы и постепенно здоровел на радость родителям.

В 1978 году в моей медицинской книжке появилась в общем-то уникальная для большого спорта запись: «Абсолютно здоров». Не «практически здоров» – как писалось подавляющему большинству, а – абсолютно! Если не ошибаюсь, на три состава сборной СССР по плаванию лишь двое попали в эти абсолютисты.

– **Погоди, как-то быстро перескочили в семьдесят девятый, минуя твой переход к Игорю Михайловичу Кошкину, монреальскую Олимпиаду 1976**

года и многое другое важное.

– Важное? Переспросил не потому, что ставлю под сомнение. Подумал: что в моей спортивной жизни было самым важным?

– **Знаешь однозначный ответ?**

– Наверное, нет. И если честно, не хочу ломать голову над этой однозначностью – вспоминать, сравнивать, копаться в себе. Давай ненадолго отвлечемся от книги, от воспоминаний, от прошлого. Попросим Марину тебе кофе сварить, мне чаю сделать. Я вечером кофе не пью. Привычка. Рациональное отношение к организму. Всегда знаю, когда и что мне можно, а чего нельзя или нежелательно. И не поверишь, бывал счастлив, нарушая собственные запреты.

– **Что значит – «собственные»?**

– Когда сердце, то есть эмоции, хоть и редко, но брали верх над разумом – пресчетом ситуации.

– **Давно хотел спросить: ты – счастливый человек?**

– Конечно! Повторяю во всеулышание – я, Владимир Сальников, очень счастливый человек!

– **Словно заклинание.**

– Ничего подобного. И готов объяснить некоторые, как бы это поточнее сказать, составляющие моего счастья.

Вот спорт. Счастье для меня – не только достижение цели, но и путь к ней. А после – воспоминание об этом пути.

Когда выигрываешь что-то очень большое – например, олимпийское золото, то не сразу осознаешь всю радость от свершенного. Чудовищное утомление крепко держит оборону против эмоций.

Затем – всплеск. Ура! Выдержал, выстоял, победил!

Затем наступает время профессиональной гордости: ощущаешь всем своим существом, что хорошо, а главное – достойно сделал свое дело.

– **Другую составляющую можешь не называть, догадываюсь...**

– Ты прав, я знаю, что такое любовь. Звучит немного по-детски, ну и что? Любить и быть любимым – вот истина, ради которой стоит жить.

... Однажды поймал себя на мысли, что никогда не стать мне тренером-практиком, отдавшим жизнь «бортику бассейна». Пришло это осознание в ту пору, когда наши отношения с Игорем Михайловичем Кошкиным были идеальными. Я еще мало над чем задумывался. И верил, что тренерскому фанатизму Кошкина нет и не может быть подобия и предела...

К Игорю Михайловичу Кошкину я пришел в 13 лет. К тому времени мой годовой тренировочный объем достигал 1100 км, и я ничем не выделялся среди других ребят из группы Петрова. Учился уже не в обыкновенной школе, а в школе-интернате спортивного профиля № 62, откуда вышло немало известных спортсменов.

Каждодневные тренировки занимали 2-3 часа: в бассейне и зале сухого плавания. Мне такая жизнь нравилась. Я привык к ней. Родители тоже не имели ничего против. Их полностью устраивало, что хорошо учился и постоянно находился при деле, которое отвлекало от безделья улицы. Болеть перестал, окреп физически. Научился ценить свободное время. И очень скоро понял, что без жесткого распорядка дня ничего не буду успевать.

Самое невероятное, что в ту пору я неосознанно становился стайером, потому что в спринте, брассе, дельфине был явно бесперспективен. Но этого я еще не знал. Зато с удовольствием выполнял любую тренировочную работу. Худшим в группе никогда не был. Случись такое, я бы бросил плавание. И никакие призывы к моей сознательности не заставили бы вернуться в бассейн. Хватит. Всегда помнил, как в деревне местные ребята могли дать мне сто очков форы в любом мальчишеском мероприятии. Повторения я не хотел.

Осенью родителям сообщили, что Петров продолжит работать только с девочками, среди которых выделялась его лучшая ученица Марина Малютина, чемпионка и рекордсменка СССР в комплексном плавании.

Меня забрал к себе Кошкин. Точнее – выбрал, одного из всех ребят Петрова.

Что я знал о своем новом тренере? Только то, что не раз и не два наблюдал, как он собирал своих учеников и вместе с ними что-то оживленно обсуждал. Мне всегда очень хотелось узнать: о чем же они говорят?

Теперь представилась такая возможность.

Мама и бабушка – отец был в очередном плавании – восприняли смену тренера как тревожную неизбежность. Но успокоились, когда поняли, что повторения летнего «концерта» не будет.

Летом мы должны были ехать с Глебом Георги-

евичем в спортивный лагерь. В последний момент из-за Малютиной, входившей в состав сборной, его планы изменились. Отправиться в спортивный лагерь без любимого тренера я наотрез отказался. Не представлял свою спортивную жизнь без Петрова. Пришлось ему на пару с родителями долго меня уговаривать...

Кошкин в детстве был гимнастом. После серьезной травмы врачи рекомендовали ему лечение бассейном. Помогло. На гимнастический помост Игорь Михайлович не вернулся, оставшись тренером по плаванию. И не кто-нибудь, а именно он пробил строительство бассейна в ленинградском научно-исследовательском институте телевидения, где до этого работал радиомонтажником.

В середине семидесятых свершить подобное, найдя лазейку в давным-давно утвержденном плане строительства, согласовав сотни невыслышанных согласований, найти рабсилу, подрядчика, средства и, главное, не превратить строительство в долгострой – все это сродни подвигу.

Спортивную школу назвали «Экран». В нее-то я и попал, когда начал карьеру пловца у Петрова.

В 1973 году юные спортсмены «Экрана» добились первых международных успехов в составе юношеской сборной СССР и на 20 лет прочно захватили лидерство среди детских спортшкол страны.

В «Экране» Кошкин был наиглавнейшим человеком.

По своей натуре он – думающий экспериментатор. Хотя обидно, что некоторые тренировочные истины Игорь Михайлович (а вместе с ним и мы, его ученики) открывал как бы во втором раз, сколько времени зря потеряли – вот что обидно. Зарубежная методика, прежде всего лидеров мирового плавания, спортсменов США, – особенно в стайерском кроле, – в Союзе той поры была практически неизвестна. И никто ее до нас доносить не собирався, политическое взаимоотношение со Штатами было на точке замерзания. Но аналитический ум Кошкина позволял ему идти след в след за американцами. И не только открывать уже открытое Америкой, но и придумывать что-то свое.

Насколько помню, Игорь Михайлович всегда оттапливался в своей работе от практики.

Кто-то из нас, чем-то ему приглянувшись, призван был раствориться в гигантском водовороте эксперимента (понял это, конечно, намного позже), а кто-то просто выжить.

Я выжил. Хотя не раз и не два мы с тренером пробалансировали на лезвии ножа. Это было время моего плавательного детства, когда, ни о чем не задумываясь, шел за Кошкиным, как бычок на веревочке. Шел потому, что верил ему во всем и всегда.

Как-то на сборе в высокогорном Цахкадзоре давление у меня упало наполовину. Самочувствие оставалось сносным. Небольшую слабость объяснял издержками акклиматизации.

После утренней тренировки врач сборной смерила мне давление и подумала, что прибор испортился. Когда разобралась, что дело не в технике, то предписала мне постельный режим и полный покой.

Срочно сообщили Кошкину. Он, как чуть раньше и я, задал один-единственный вопрос: в чем причина? Но медицина оказалась бессильной прокомментировать случившееся.

Вечером по плану предстояла вторая тренировка, на скоростную выносливость. За полчаса до нее между нами состоялся приблизительно такой диалог.

Кошкин: Что будем делать?

Сальников: Не знаю.

Кошкин: Как самочувствие?

Сальников: Нормальное.

Кошкин: Я считаю, что тебе надо выйти на тренировку.

Сальников: Вы знаете, что со мною?

Кошкин: Нет. Потому что с тобой все в порядке.

Сальников: А почему давление такое низкое? Как врач сказала, почти нулевое.

Кошкин: Пойми, у тебя все в порядке. Если бы было наоборот, ты бы уже давно был в больнице.

Сальников: Тренировка по полной программе?

Кошкин: По самочувствию...

Я провел тренировку от звонка до звонка. Выполнял все серии упражнений, предложенных Игорем Михайловичем, не утонул и не потерял сознание.

На следующее утро давление пришло в норму. И что интересно: спустя месяцы узнал, что Кошкин всю ответственность за исход вечерней тренировки взял на себя.

На чем базировалась его уверенность, могу лишь догадываться. Кошкин, обладая аналитическим складом ума, отрицает то, что не в состоянии объяснить. Должны существовать очень серьезные аргу-

менты, чтобы он смирился с поражением.

Что касается непосредственно того эпизода, то... Ломались другие его ученики, не выдерживая нагрузок, которые выдерживал я. А тут – всеобщего очередной жизненный нюанс, один из многих, выпадавших на мою долю...

Сейчас мне кажется, что Игорь Михайлович до конца так и не смог для себя определить – где мой потолок, на что я способен.

Отсюда – и многое из того, что произошло в наших дальнейших отношениях.

Как ему, так и мне на многочисленных пресс-конференциях задавали вопрос: видел ли Кошкин во мне будущую звезду, беря в ученики?

Но о какой звездности могла идти речь, если он взял меня для спарринга одному из лучших своих учеников – средневику Сергею Русину. Вот кто был зримо талантлив для звездного плавания, о чем свидетельствовали всевозможные тренировочные тесты.

Мой основной «плюс» заключался в том, что был исполнитель, молчалив, трудолюбив. И, понятно, не безнадёжен. Так что в плавании прожил самую верную жизнь: от «гарнира» до лидера.

Кошкин научил меня быть доскональным в мелочах. Поверь на слово, это обязательная наука. Именно ее посоветовал бы в первую очередь изучить молодым спортсменам. В спорте нет и не может быть незначительного. Начиная от строгого соблюдения распорядка дня и кончая обузданием всевозможных «я». Например, я хочу то-то и то-то: мороженого после тренировки или привык зимой обходиться без головного убора. Раз принесет, другой, а на третий свалишься с температурой.

Вот и выбирай: или большой спорт, или «я» на фоне физкультуры.

Понимаю, что для тренера лучше всего иметь ученика-робота. Какую программу в него заложил, он ту и выполнит. Ни лишних вопросов, ни сомнений. Я тоже прошел через «роботность». Детство тому причиной и полнейшее неосознанное доверие к тренеру.

Подчеркиваю, то была работа «робота», хотя Игорь Михайлович и советовался с нами, а не с родителями; и после ввода новых упражнений мы докладывали ему о наших ощущениях, даже рекомендовали что-то...

Человеку свойственно взрослеть, и что характерно – уметь и сравнивать. И то, что раньше проходило мимо тебя, в какой-то момент заставляет задумываться. Наступает осознанное отношение ученика к тренировкам – самая трудная пора для тренера. Сфальшивь он даже в малости, это станет началом конца.

Если тебе в очередной раз предлагают роль камикадзе, ты задаешься вполне резонным вопросом: а так ли это необходимо для достижения цели?

Девять лет я провел в сборной с Игорем Михайловичем Кошкиным. Он из плеяды тренеров, которых пригласил в главную команду страны после неудачного выступления советских пловцов на Олимпийских играх-72 её новый старший тренер Сергей Михайлович Вайцеховский.

Гений Вайцеховского заключался в его блистательных организационных способностях. Достать, пробить, организовать – в этом ему равных не было и, думаю, долго не будет.

Он сумел объединить в одной тренерской упряжке совершенно различных по характеру и честолюбивым амбициям людей и сделал, пожалуй, наисильнейшую сборную за все годы существования советского спортивного плавания.

Сборная резко ушла вперед. Но её тылы остались на месте. С Вайцеховского требовали медалей, он, по мере возможностей, их приносил. Непосвященные радовались и надеялись, что отечественное плавание развивается вширь и вглубь, а оно, как некогда наливное яблоко, отделенное от дерева, старело и морщилось.

Теперь какой год расхлебываем предтечу и последствия успехов эпохи московской Олимпиады. А тогда дело доходило до смешного. Тренерам сборной был выдан карт-бланш: кого считаете нужным, того и берите в свои бригады. Итог не заставил долго ждать: тренеры на местах, кого обирали на лучших учеников, взамен кормя обещаниями – мол, погодите, если чего из вашего воспитанника выйдет, то вы свое получите – пустились во все тяжкие, скрывая найденные ими таланты.

И приключился в советском спортивном плавании форменный бардак. Сборная потеряла сотни способных мальчишек и девочек, которые пачками выбраковывались тренерами-лидерами. Юных сначала запускали под мельничные жернова сверхнагрузок, а затем, изломанных, отправляли по домам с клеймом бесперспективности. Говорю об этом столь уверенно, потому что самому пришлось играть отведенную мне роль «мерила». Кошкин брал себе молодых стайеров и ставил со мной в спарринг. Искал мне смену. Большинство даже не физически, а психологически не выдерживали предлагаемых им нагрузок. Приходящие изначально были слабее меня. Спорт есть спорт, и не дать победить себя даже на тренировке – что тут объяснять? В конце концов мы же не морду друг другу били в квадрате ринга, а интеллигентно выполняли задания тренера в безобидном бассейне. И если кто-то чего-то не мог...

Хочу сказать, что у меня нынешнего, 29-летнего главного тренера сборной СССР по плаванию (а это – 1989 год. – Прим. ред.), оценка той поры бывает и другой, нежели Сальниковым-спортсменом. Но в то же время есть такое понятие, как факт. Как говорится, или не было, или было. Другого не дано.

Так вот, настало время, когда Сергей Михайлович стал объяснять людям, что после того, как в 1985 году мы с Кошкиным расстались, с моей стороны было преступлением задержаться в плавании.

Когда я это услышал, то рассказал Вайцеховскому о похоронных обрядах из той древности, когда с умершим правителем отправлялись на тот свет его жена, рабы, кони. Сергей Михайлович подумал и сказал, что коли я был «знаменем» советского плавания в целом и сборной команды в частности, то «знаменем» должен и остаться. А мой 20-й по счету мировой рекорд – на сей раз на 800 м вольным стилем, установленный в первый день Игр Доброй воли-86, – оказывается, никому не нужен.

Я ответил, что, может, рекорд никому и не нужен, зато необходим мне и Марине – моему нынешнему тренеру. Ради будущего. Ведь до этого полтора года практически впустую поучаствовал в международных соревнованиях.

Тогда Вайцеховский спросил:

– Ты и о сеульской Олимпиаде думаешь?



– Думаю, – ответил я, хотя так далеко после тех перипетий, в которых оказался, не загадывал.

– Тогда нам не о чем говорить, – этой фразой Сергей Михайлович как бы попрощался со мною. Вот, что мне было сказано в глаза.

Я же не понимал одного: почему должен быть похоронен живо? Мол, Сальников – наш и только наш? Чуть какая-то.

Вскоре после этого Вайцеховский в телефильме обо мне скажет, что Сальников непредсказуем, и он не знает, чего от меня еще можно ожидать...

Но это будет потом. Пока я тружусь под руководством Игоря Михайловича Кошкина и являюсь спарринг-партнером Сергея Русина, который на год старше и «тащит» меня за собой.

Фото из открытых источников.

(Продолжение книги «Его называли «монстр в воде» в следующем номере)



ВФП Всероссийская
федерация плавания

Вы можете стать участником просмотрного сбора
Целевой программы подготовки резерва
сборной команды России по плаванию

«Я СТАНУ ЧЕМПИОНОМ!»

по результатам Всероссийских соревнований
«Веселый дельфин» в текущем году, если:


- 1 Ваш результат на отдельных дистанциях или в общем зачете входит в 3-ку лучших результатов Всероссийских соревнований по плаванию «Веселый дельфин»
- 2 Ваш результат входит в общем зачете в 30 лучших результатов Европейского рейтинга на одной из дистанций www.swimrankings.net
- 3 По решению тренерского совета персональный отбор на участие в программе осуществляет старший тренер Тренировочного центра Всероссийской федерации плавания Журавлев А.В.

Заявки на участие в программе
подаются по адресу электронной почты:

@ swim-fed-volgograd@yandex.ru
с пометкой «Я стану Чемпионом!»
(ответ в течение трех дней).

ВАЖНО! Если ребенок пока не достиг
указанных результатов, Вы сможете
принять участие в программе на платной
основе, также оставив заявку
на электронной почте. Стоимость участия
в программе составляет 3 700 руб. чел./день.

**Все заявки подаются только тренером
ребенка!**

 Консультации по телефону:
+7(8442) 27 13 43