



СТАВКА

НА ШТАНГУ И СИЛУ

**ПОБЕДИТЕЛЬНИЦА ЧЕМПИОНАТА
РОССИИ ПО ЖИМУ –
О ПРЕВРАТНОСТЯХ СПОРТИВНОЙ
СУДЬБЫ**

ТЕКСТ Андрей Введенский

За многолетнюю карьеру в спорте у этой девушки были и яркие победы, и крупные поражения. Но испытания только закаляли характер члена сборной команды России по пауэрлифтингу, мастера спорта, самарчанки Ирины Ивановой.

Героиня нашего очерка – человек разносторонний. Большая любительница бардовской песни, художник, киноман – душа и заводила любой компании. Поэтому с ней никогда не скучно в дороге, и уж тем более на спортивных баталиях, где девушка не только бьётся с полной отдачей, но и вдохновляет на свершения коллег по сборной.

Роман со спортом у Ирины начался ещё в школе. В 11 лет девочка, к тому времени успешно занимавшаяся в кружках музыки и рисования, случайно попала в Самарский военно-патриотический клуб «Патриот». И влюбилась в лёгкую атлетику, плавание, полевые выходы и экологические десанты. Но особое место в жизни школьницы заняла стрельба из пневматической винтовки МР-512. «Мне понравилась «Мурка» – так профессионалы ласково называют это оружие. Я и сейчас, если что, запросто могу сдать снайперский норматив», – улыбается Ирина.

В рамках общефизической подготовки юные участники клуба «Патриот» занимались и упражнениями со штангой. Однако Ирина сделала тогда ставку на лёгкую атлетику. Участвовала в соревнованиях за родную школу, даже всерьёз задумывалась о профессиональной легкоатлетической карьере.

Поэтому она искренне удивилась, когда друзья предложили поучаствовать в городских соревнованиях по жиму штанги среди юниоров. Девушке тогда было 16 лет. Она рискнула. И неожиданно для себя заняла 1-е место в весовой категории до 52 кг. (Кстати, сегодня спортсменка выступает в категории до 47 кг).

«В том дебюте меня заметил мой сегодняшний тренер Александр Поляков, предложив всерьёз подумать над тем, чтобы профессионально заняться пауэрлифтингом. Я ответила, что абсолютно не знакома с техникой этого спорта и вообще победу воспринимаю как случайность. На что Александр Александрович парировал, что у меня прекрасные данные, а правилам

В рамках общефизической подготовки юные участники клуба «Патриот» занимались и упражнениями со штангой. Однако Ирина сделала тогда ставку на лёгкую атлетику

и технике он научит. После чего позвонил моему наставнику по лёгкой атлетике. И через несколько дней я сменила «спортивную ориентацию», – вспоминает Ирина.

Спорт спортом, но в 11 классе встал выбор: куда поступать? Бабушка, мама и папа – все профессиональные инженеры одного из самарских заводов – посоветовали в унисон: «Попробуй в СамГУПС. Там ты не только сможешь получить перспективную профессию, но и состояться в спорте». Взвесив все «за» и «против», Ирина подала документы на специальность «автоматика и телемеханика на железнодорожном транспорте». Хотя с лёгкостью могла выбрать и гуманитарное направление, сочинения и диктанты в школе всегда писала на «отлично».

Сегодня Ирина – студентка 4-го курса. Строит планы на магистратуру: «Мне важно не только получить хорошее образование, но состояться в профессии. Ведь спортом хорошо заниматься, когда ты молодой. А молодость, как известно, «порок», который быстро проходит. Поэтому я хочу получить всеобъемлющую подготовку по своей специальности, чтобы

В том дебюте меня заметил мой сегодняшний тренер Александр Поляков, предложив всерьёз подумать над тем, чтобы профессионально заняться пауэрлифтингом

построить в дальнейшем профессиональную железнодорожную карьеру».

Пока же девушка небезуспешно совмещает учёбу и регулярные выезды на соревнования, график которых достаточно плотный. Наше интервью мы записали буквально за день до отбытия спортсменки в Суздаль, на чемпионат России по жиму лёжа.

«Я привыкла жить в высоком темпе. Свободного времени, практически, нет. Но преподаватели не возражают против моих спортивных разездов, поскольку знают: я наверстаю упущенное, подтверждение тому – мои неплохие оценки в «зачётке» и репутация перспективной спортсменки университета», – рассказывает Ирина, которой действительно есть чем гордиться.

В её активе – победы на городских, региональных и общероссийских соревнованиях. В 2016 году девушка заняла в Тюмени 2-е место на чемпионате России по пауэрлифтингу и 3-е – на чемпионате Европы, который проходил в испанской Малаге. В 2017-м прошла отбор на чемпионат мира в США, но за месяц до вылета на тренировке надорвала крестообразную связку правого колена. Досадная травма помешала участию в престижном турнире, который проходил в Орландо, и без малого на полгода выбила Ирину из спорта. На фоне стресса девушка даже хотела «завязать» с пауэрлифтингом. Не делать этого её убедил второй тренер, заслуженный мастер спорта Андрей Навалов, решающим аргументом которого были слова: «Хороший пинок расправляет крылья».

Крылья Ирина расправила. И даже фиаско на соревнованиях в ЮАР в сентябре 2018 года, где у Ивановой оказался нулевой результат, не выбило её из колеи.

«Да, наверное, я переоценила свои возможности, хотя на тренировках результаты были отличные, и я претендовала на рекорд мира. Возможно, повлияла долгая акклиматизация к влажному африканскому воздуху. Но в то же время я считаю, имело место не совсем корректное судейство. Во всех трёх моих подходах судьба на-

Для Ирины главное – честь вуза, который помогает спортсменам как в части тренировок, так и в плане организации участия своих студентов в турнирах различного уровня

ходили ошибки, но не это главное. Одним из судей был японец, а в моей весовой категории соперницами оказались сразу две представительницы Страны восходящего солнца. И обе они стали финалистами. Думаю, в этой ситуации можно было подавать протест. Но этого не было сделано. Может быть из-за того, что на эти соревнования со мной не мог полететь мой личный тренер, а он точно бы настоял на протесте, в отличие от тренера сборной, который по какой-то причине проигнорировал сложившуюся ситуацию», – рассказывает титулованная спортсменка.

Несмотря на эту осечку, она намерена двигаться дальше. Для Ирины главное – честь вуза, который помогает спортсменам как в части тренировок, так и в плане организации участия своих студентов в турнирах различного уровня: «На самом деле много студентов-спортсменов СамГУПС достигают высоких результатов, поскольку понимают, что это возможность не только заявить о себе, состояться как спортсмену, но и получить шанс увидеть страну и мир, обзавестись новыми профессиональными знакомствами, расширить кругозор», – считает Ирина Иванова.

Сама девушка в 2019 году намерена продолжить выступления на соревнованиях различного уровня – от областных до международных. Не так давно она вернулась с соревнований из Москвы по пауэрлифтингу, где заняла первое место: «Пауэрлифтинг – не олимпийский вид спорта, но он закаляет характер и вырабатывает силу воли. А потому это мой спорт», – убеждена девушка.