

Главное – победить себя

Такому принципу стремятся следовать спортсмены, которые занимаются в Курской городской общественной организации «Федерация киокушинкай каратэ-до».

Как только юные бойцы вернулись со всероссийских сборов, мы пообщались с их тренером, обладателем черного пояса второго дана Евгением ГРАЧЕВЫМ.

Беседа проходила в новом спортзале на улице Радищева, 115-а. Не могла не отметить, что помещение, где разместились многочисленные трофеи (кубки, фотографии, почетные дипломы), просторное и очень светлое.

– Наконец-то мы вышли из подвала, – улыбнулся мой собеседник. – Двадцать лет назад, когда секция только делала свои первые шаги, занятия мы проводили в помещении без окон. Хотя это, конечно, не самое важное. Если по-настоящему чем-то увлечен, то бытовая неустроенность отходит на второй план. Главное, не где, а как тебя встречают наставники. Мне повезло. Мои тренеры – Олег Ревягин и Александр Баталкин – смогли увлечь, ведь они не только профессионалы, но и замечательные люди. Сейчас вместе развиваем нашу секцию, мы – одна большая команда, как семья.

– Когда вы начали заниматься этим видом спорта?

– Начал шестилетним мальчишкой, в восемнадцать сам стал тренером. Кстати, девять лет назад мы получили индивидуальное название «SK North West» и статус клуба. Сегодня здесь тренируются около трехсот ребят.

– В шесть лет...

Не рановато ли?

– Отнюдь. Мы записываем с трех с половиной лет. А вообще-то возрастных ограничений нет, в секции занимаются и 45-летние спортсмены,

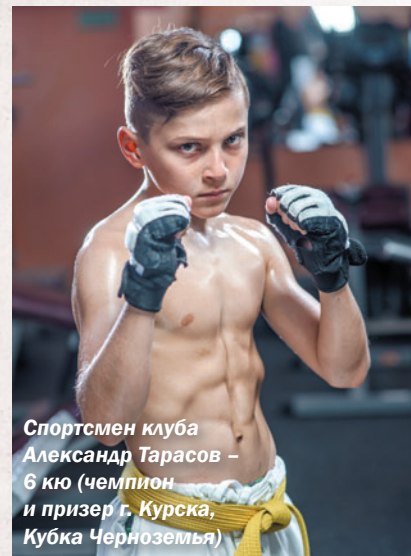
было бы желание. Для младшей возрастной категории создана специальная программа «Маугли». Одноименный мультфильм, надеюсь, помнят все. Спортивно-оздоровительная программа рассчитана на массовое привлечение детей дошкольного возраста к занятиям физической культурой, привитие здорового образа жизни, обеспечение всестороннего развития личности. Проще говоря, подражая персонажу Киплинга, дети соревнуются в ловкости, гибкости, выносливости и закаляют характер. Моему сыну Ярославу всего два года, но когда он приходит к нам в зал, проявляет неподдельный интерес.

– Евгений, вы согласны, что каратэ – исключительно мужской вид спорта?

– Лично я считаю, что это больше мужской вид спорта. Но есть в секции и девочки. Ведь, оставаясь красивой и женственной, девушка должна уметь постоять за себя.

– Кого принимаете в секцию?

– Абсолютно всех, у кого нет медицинских противопоказаний. И если даже ты не одарен спортивными талантами и несилен физически, то все равно можешь себя здесь проявить и самореализоваться. Суще-



Спортсмен клуба Александр Тарасов – 6 кю (чемпион и призер г. Курска, Кубка Черноземья)

ствует специальное соревнование – ката, где нет контактного боя.

У нас несколько групп: общая и спортивная (принимают участие в серьезных соревнованиях, в том числе в чемпионатах России). Кстати, сейчас готовимся к дебюту на чемпионате Европы. Но высокие достижения – не самоцель. Для меня как для тренера важно вырастить достойного человека.

Заниматься с нашими бойцами – одно удовольствие. На днях выезжали на турбазу – до сих пор под впечатлением. Хотя это были настоящие сборы, а не увеселительная прогулка. Подъем в пять тридцать, и все на пробежку. Тренировались на берегу и каждый день наблюдали, как в море у дельфинов шла своя тренировка.

– Насколько киокушинкай травмоопасный и дорогой вид спорта?

– Вообще это достаточно жесткая разновидность каратэ (бои с соперником называются кумитэ). Поэтому поединки детей проходят с использованием средств защиты рук, ног и головы, в возрасте после 18 лет – без них. Отмечу, что, по сравнению с другими видами спорта, экипировка стоит не так уж и дорого. А если у родителей нет возможности купить ее, то клуб может оказать помощь.

Информация для тех, кто заинтересовался: занятия идут в школах №№ 38, 49, 55, 59, в 21-м лицее, в спортзале на проезде Сергеева. Есть где растить чемпионов!

Александра ЧЕРНЫХ



Семпай Евгений Грачев – 2-й дан (слева) и сенсей Александр Баталкин – 3-й дан