# Маленькая да удаленькая



Алёна Кожевова отдел новостей

АЛЁНА ПЕСТЕРЕВА — О ГИРЕВОМ СПОРТЕ, ПОБЕДЕ В ПАРИЖЕ И ЖЕНЩИНАХ-СПОРТСМЕНКАХ

есмотря на то, что WADA в очередной раз ввела свои санкции, наши спортсмены не отчаиваются и продолжают покорять высоты и удивлять своим мастерством. Студентка СурГПУ факультета физической культуры и спорта Алена Пестерева одна из них: придя в гиревой спорт относительно недавно, в октябре 2016-го, она не только смогла стать лучшей в Первенстве Европы, но и установила рекорд в своей категории. О том, как она добилась успеха, об отношении к девушкам в таком виде спорта и соревнованиях в Париже она рассказала корреспонденту «НГ».

# – Как ты начала заниматься гиревым спортом?

– Это случилось спонтанно. Все началось с соревнования в поселке по национальным видам спорта, там я познакомилась с тренером по гиревому спорту. Он заметил меня и предложил попробовать. Эта идея мне понравилась, я давно хотела

испытать себя в чемто новом. Спустя время я привязалась к этому спорту.

— Были ли те, кто говорил, что «гири дело не женское»?

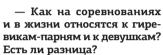
На самом деле да. Было много людей, которые мне это говорили. Больше всего переживали родители, так как гиревой спорт считается тяжелым.

База педуниверситета

гиревиков — одна из

сильнейших в городе

для подготовки



- Сложно сказать. Если и есть эта разница, то она незначительная. Однако сразу заметно, что девушки менее заинтересованы этим спортом и спортсменов мужского пола всегда больше.

### — Было ли желание бросить? Как ты с этим справилась?

– Нет. такого желания не было. Хотелось лишь отдохнуть постоянные тренировки, соревнования так или иначе отбирают много энергии. Но, несмотря на это, я продолжаю заниматься тем, чем мне нравится.

### – Соревнования в Париже стали первым твоим выступлением за рубежом?

– Да. И, я надеюсь, они не станут моими последними.

- Расскажи, как ты поставила рекорд. Что за рекорд это был? Какие чувства испытала, узнав об этом?

> – Рекорд в Париже я поставила в дисциплине «толчок по длинному циклу» — смогла поднять ядро целых 66 раз. Я была очень рада: впервые поучаствовать в соревнованиях за границей и сразу же привезти домой

– Какие сложности возникли при общении с иностранцами?

золотую медаль!

- Я плохо знаю иностранный язык, но в некоторых случаях



Руслану Садыкову, который вошел в спортивную элиту в 2019 году

это не было помехой. Например, я познакомилась с одним очень хорошим человеком из Эстонии. Я не ожидала услышать от него русскую речь. Это была прекрасная беседа. Он рассказывал о своей жизни, о том, как выучил русский язык. Поделился историей поездки в Россию.

...рекорд в Париже я поставила в дисциплине «Толчок по длинному циклу» — смогла поднять ядро целых 66 раз...

## — Какой опыт тебе принесло общение с иностранными спортсменами?

- Их было очень интересно слушать, каждый из них рассказывал интересные вещи о себе, своей жизни, о спорте. К тому же когда еще выпадет шанс пообщаться с иностранцами вживую? Но мне было немного грустно из-за того, что я не всегда понимала, о чем они говорят. Языковой барьер мешал мне свободно общаться со всеми, а мне очень этого хотелось. Тогда я поняла, как важно учить другие языки.

- Гиревики — это люди сильные и духом, и телом. Но обычно это понятие относят к мужчинам. По твоему мнению, в чем различие между отношением к сильным женщинам у нас и за рубежом?

- Даже не знаю, за рубежом девушек в гиревом спорте намного меньше, чем в России. Я думаю, что в этом спорте не должно быть разделений — каждый может попробовать и до-СТИГНУТЬ СВОИХ ВЫСОТ.

## – Можешь дать несколько советов тем, кто только собирается посвятить свою жизнь спорту?

- Если вы начали заниматься каким-либо делом — не бросайте. Даже если есть какие-то сложности и моменты, способные вас разочаровать — нужно попытаться вновь. В другой раз с вами обязательно произойдет что-то хорошее. 🗊

> По заказу Администрации г. Сургута в рамках муниципальной программы «Профилактика правонарушений и экстремизма»