

# Маленькая да удаленькая



**Алёна Кожевова**  
отдел новостей

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



Таких успехов Алёна достигла благодаря своему тренеру Руслану Садыкову, который вошел в спортивную элиту в 2019 году

ФОТО: VK.COM/FGS.XMAO

**Н**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 **Алёна 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 чем-то 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 для подготовки гиревиков — одна из сильнейших в городе

**— Как на соревнованиях и в жизни относятся к гиревикам-парням и к девушкам? Есть ли разница?**

— 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 справишься?**

— 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 участвовать в соревнованиях за границей и сразу же привезти домой золотую медаль!

**— Какие сложности возникли при общении с иностранцами?**

— Я плохо знаю иностранный язык, но в некоторых случаях

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. Языко-

вой 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 достигнуть 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»